

ZBORNIK

3. ŠTUDIJSKI DAN SFU LJUBLJANA



PROFESIONALNI IN OSEBNOSTNI RAZVOJ PSIHOTERAPEVTOV TER PSIHOLOGOV

Urednica
DOC. DR. TATJANA ROŽIČ

Ljubljana, 10. 7. 2024

- Naslov:** ZBORNIK – 3. študijski dan na SFU Ljubljana "Profesionalni in osebnostni razvoj psihoterapevtov ter psihologov"
- Urednica:** doc. dr. Tatjana Rožič (SFU Ljubljana)
- Recenzija:** dr. Andreja Poljanec (SFU Ljubljana), izr. prof. dr. Lia Katarina Kompan Erzar (SFU Ljubljana), doc. dr. Tatjana Rožič (SFU Ljubljana)
- Tehnični urednik:** Matej Vajda
- Postavitev strani:** Nina Pristov (SFU Ljubljana)
- Lektura:** Kristina Sluga (slovenščina), Živa Malovrh (angleščina)
- Datum in lokacija:** 10. 7. 2024, Trubarjeva cesta 65, 1000 Ljubljana
- Založnik:** SFU Press Ljubljana
- Vrsta publikacije:** e-publikacija
- Dostopnost:** <https://www.sfu-ljubljana.si>
- Izdano:** Julij 2024

CIP - Kataložni
zapis o publikaciji
Narodna in
univerzitetna
knjižnica v
Ljubljani

ISBN 978-961-
96274-4-0 (PDF)
COBISS.SI - ID
[202315523](https://www.sfu-ljubljana.si)

Vsebina

UVOD	5
KEYNOTE	7
DOKTORSKE RAZISKAVE	10
The role of reflective practice in the personal and professional development of therapists	10
When end-of-life and funeral rituals are restricted in times of pandemic: what happens when mourners transgress the measures? A thematic analysis of experiences reported in a Belgian study	11
What psychoanalytic therapists actually do: The nature of clinical reasoning in everyday practice	13
MAGISTRSKE NALOGE	14
Od projekcijske identifikacije do vzajemnosti – pomen razumevanja zgodnjih odnosov za delo s pacienti v psihoanalitični psihoterapiji	14
Dojemanje zaključka terapevtskega procesa z vidika terapevtov	16
Opremljenost posvojiteljev za soočanje z izzivi v procesu posvojitve	17
Klientova perspektiva osebne odgovornosti v psihoterapiji	18
PLAKATI	20
Uporabi ali izgubi – vpliv gibanja na možgane	20
Povezava med starostjo otroka ob ločitvi staršev in njegovim doživljanjem lastnega partnerskega odnosa v odraslosti	22
Lajšanje simptomatike sindroma razdražljivega črevesja in kronične črevesne bolezni z metodami biološke povratne zanke in sinergističnega navigacijskega sistema	23
Bolezni in poškodbe možganov	25
Povezava med promocijo duševnega zdravja in zmanjšanjem absentizma ter merjenje zaznavanja stigme in doživljanja promocije duševnega zdravja pri odgovornih osebah za ravnanje z ljudmi v delovnih organizacijah	26
Kreativnost in umetnost	27
Doživljanje disleksije pri dijakih srednjega poklicnega izobraževanja	28
Evalvacija triažnega sistema v ambulanti za duševno zdravje	30

Vsebina

PREDSTAVITEV RAZISKAVE	32
Spremljanje profesionalnega in osebnega razvoja študentov psihoterapije v realnem času (Real-time monitoring of professional and personal development of psychotherapy trainees)	32
OKROGLA MIZA	34
Profesionalni in osebni razvoj psihoterapevtov ter psihologov	34

UVOD

Spoštovani bralci in bralke!

Jeseni 2023 smo bile z dr. Andrejo Poljanec in asist. Polono Greif na strokovnem obisku na UCLouvain, kjer je tri mesece pedagoško delovala izr. prof. dr. Katarina Kompan Erzar; tam smo se osebno srečale s profesorjem Jochemom Willemsenom in njegovimi študenti iz Louvainske raziskovalne skupine za psihoanalitično terapijo. V skupnih pogovorih smo odkrivali podobnosti v profesionalnih zanimanjih in se navdušili, da bi sodelovali pri vsaj kakšnem skupnem projektu. Prva ideja, ki je vzniknila v »slovenski odpravi«, je bila povezana s študijskim dnevom na SFU Ljubljana. Verjeli smo namreč, da bi lahko ta z doprinosom kolegov iz Belgije postal še posebno kakovosten in zanimiv za naše študente in strokovnjake.

Po vrnitvi iz Belgije in viharjenju možganov z vsemi odgovornimi na SFU Ljubljana smo se odločili, da izvedemo prvi mednarodno obarvan študijski dan. Ker je profesor Willemsen uveljavljen strokovnjak na področju raziskovanja in dela v kontekstu študije primera, smo ga prosili za predstavitev prav omenjenega področja. Njegove doktorske študente pa smo povabili k predstavitvi prvih izsledkov svojih doktorskih raziskav.

Ko je zorela ideja o rdeči niti našega tretjega študijskega dne, smo ugotovili, da tako psihologe kot psihoterapevte povezuje izziv neprenehnega osebnostnega in profesionalnega razvoja, zato smo dan naslovili: »Profesionalni in osebnostni razvoj psihoterapevtov ter psihologov«.

Kot pravi Orlinsky s sodelavci (1999), ima ideja razvoja dolgo in pomembno zgodovino v biologiji, psihologiji in družboslovju ter pomeni razumljivo, usmerjeno (čeprav ne nujno linearno) spremembo stanja v sistemu ali nizu pogojev. Razvoj je časovni proces transformacij, ki ga, ko ga opazujemo glede na neko idealno vrednost ali merilo, lahko opišemo z izrazi, kot so *napredek v primerjavi z nazadovanjem*, *evolucija v primerjavi z devolucijo* in/ali *izboljšanje v primerjavi z upadom*.

Tretji študijski dan smo na podlagi predstavitev različnih raziskav podrobneje spoznali pojme *napredovanje*, *razvoj* in *izboljšave* oz. njihov pomen na področju psihoterapije in psihologije. Poleg osrednjega predavanja o študiji primera smo prisluhnili še trem magistricam psihoterapevske znanosti, eni magistrici zakonskih in družinskih študijev ter trem belgijskim doktorskim študentom, na ogled pa je bilo tudi osem znanstvenih posterjev študentov SFU Ljubljana. Krajše predavanje je imel tudi naš kolega, Matej Vajda, mag. soc. Slednji je v zaključnem delu vodil okroglo mizo z gosti: študentko magistrskega programa psihologije na SFU Ljubljana, Kajo Klančar, mag. psihoterapevske znanosti, Nino Grudina, izr. prof. dr. Jochemom Willemsenom in doktorskim študentom, psihologom Hubertom de Condéjem.

voditelj je sodelujoče na okrogli mizi povabil k deljenju svojih zgodb, izkušenj, dogodkov, ki so pomembno vplivali na njihovo psihoterapevtsko oz. psihološko izobraževanje ter nadaljnjo strokovno pot. Pri tem so se odprle različne teme, med drugim o tem, da lahko posameznik do spoznanja o svoji poklicanosti pride že v otroštvu in mladosti, ali pa človeka na to pot pripeljejo nenavadni spleti okoliščin. Ključno za profesionalni in osebni razvoj vsakega strokovnjaka je, da ostaja na svoji poti odprt, da sledi svoji strasti in da ima pri tem oporo svojih bližnjih.

V zborniku so zbrani povzetki vseh sodelujočih na študijskem dnevu, pri čemer smo se odločili, da povzetke belgijskih gostov ohranimo v angleškem jeziku.

Toplo vabljeni k branju!

Doc. dr. Tatjana Rožič, koordinatorka tretjega študijskega dne

Reference:

Orlinsky, D., Ambühl, H., Rønnestad, M., Davis, J., Gerin, P., Davis, M., ... in Aapro, N. (1999). Development of psychotherapists: Concepts, questions, and methods of a collaborative international study. *Psychotherapy Research*, 9(2), 127–153.

KEYNOTE

What can we learn from a single case study?

Prof. Jochem Willemsen
Université catholique de Louvain, Belgium

Keywords: case study, thinking in cases, exemplar, psychotherapy training, practice-based evidence, epistemology, science-practice gap

The professional context in which psychotherapists work is characterized by uniqueness, uncertainty, and value conflicts. Every patient and every clinical situation are unique, our knowledge and understanding of patients and clinical situations are always limited, and psychotherapeutic work involves questions of value as well as fact. The single case study method is a training and research method that is consistent with this clinical reality. Single case studies, whether as published case reports or more informal clinical vignettes used in a teaching context, are excellent vehicles of knowledge that offer learning opportunities that are realistic and epistemically coherent with psychotherapeutic work. Teaching of psychotherapy would be difficult and arguably ineffective, if not impossible, without case studies. Case studies give access to the closed world of the confidential encounter between a patient and a therapist, they demonstrate how theory is put into practice, often by experts in the field, they enable us to zoom out and have an overview of long change processes or to zoom in on a particular moment or interaction. Moreover, case studies provide access to different psychotherapeutic approaches, with a wide range of patient types, possibly in unusual clinical situations, or in different professional contexts. Finally, case studies offer the opportunity for the reader to form their own opinion and develop an idea about what they might do in a similar situation. In that sense, even poor case studies offer learning opportunities.

However, case studies have also been criticized for their lack of generalizability and the risk of subjective bias. Although methodological criticisms must be taken seriously, it has been proposed that case studies are a unique epistemic style that cannot be accurately judged by the standards of statistical research methods. Historian and philosopher John Forrester coined the concept of 'thinking in cases' (in opposition to 'statistical thinking') to describe the scientific reasoning style that is specific to case-based disciplines, such as medicine, law,

anthropology, psychotherapy, and psychoanalysis. The comparison of thinking in cases with statistical thinking enables us a better understanding of the specific epistemic stance that characterizes the field of psychotherapy. Thinking in cases is characterized by a stance to understanding phenomena within their context in which the boundaries between the phenomena and the context is often unclear, and by a narrative representation of knowledge.

The norms for what constitutes rationality are different according to the scientific thinking style in which one operates. This was illustrated with the Tara-problem: "Tara is a divorced mom with two daughters. Tara was abandoned by her mother at the age of 3. Tara feels like the black sheep of the family, and she has had suicidal thoughts. She struggles to keep the house clean and to take care of her daughters. She often stays in bed for most of the day." Which is more probable? (a) Tara has a job; (b) Tara has a job and she often feels bad about herself. Within the statistical thinking style, response option 'b' (which is selected by most respondents) is the wrong answer because it relies on a mental shortcut that occurs when people infer that a conjoint set of two specific conclusions is likelier than any single member of that same set. This fallacy is irrational in the statistical thinking style because it does not respect the laws of probability. However, in thinking in cases, it is rational to consider the available evidence. Consider a patient saying that she feels like the black sheep of the family, that she struggles to keep the house clean and to take care of her daughters, and that she often stays in bed for most of the day. It is rational to assume that she has a job AND that she often feels bad about herself. In fact, it would be irrational to assume that she only has a job. Therefore, choosing response option 'a' derives from what we would call the 'statistical implausibility fallacy', which is a mental shortcut that occurs when people make judgements about the probability of an event based on how unlikely it is rather than on the available evidence ("No, this cannot happen," and then it happens). Another example of a statistical thinking error is to assume that a population parameter corresponds to an individual characteristic. An example would be to think that a treatment that is effective for 70% of cases has a 70% chance of being effective for a specific patient. This is what we call the 'population homogeneity fallacy', i.e., a mental shortcut that occurs when attributes of populations are wrongly attributed to members of that population. It is clear that the meaning of the word 'probable' in thinking in cases is not 'what is statistically most likely', but 'what has the appearance of truth given the available evidence'. The meaning of the word 'evidence' in thinking in cases refers to the notion of clues that can be found within the case and in the context rather than any sample-based statistical evidence.

For the field of psychotherapy, this implies that clinical reasoning should be trained to rely on the criteria for case-based rationality, rather than statistical rationality.

Acquiring this epistemic stance requires the patient study of exemplars. The exemplar is a pedagogical tool that fosters a process of analogical learning, as the case study procures the experience 'as if' one is in the consultation room. Cases allow knowledge about one concrete case to be applied to another concrete context through a process of making analogies rather than generalizations. What psychotherapy trainees can learn from such exemplars was illustrated with a recent clinical case study on the psychoanalytic therapy of a female patient with a treatment-resistant depression. To conclude this keynote, several practices and resources to put the case to work for students and practitioners were listed, for instance the Single Case Archive (www.singlecasearchive.com), being involved in case study research projects, and through personal therapy.

DOKTORSKE RAZISKAVE

The role of reflective practice in the personal and professional development of therapists

Hubert de Condé

PhD supervisors: Prof. Emmanuelle Zech, Prof. Jochem Willemsen

Université catholique de Louvain, Belgium

Keywords: reflective practice, personal and professional development, training, person-of-the-therapist

Aim: This study is part of a doctoral research project on personal and professional development. This project advocates for an integrated perspective on therapist training in which personal development is as important as the development of professional skills. This perspective argues that facilitating personal and professional development by maintaining a reflective practice can be a protective factor in facing the challenges of clinical practice. A study was conducted to investigate the relationship between Reflexivity and the Rogerian concept of personality change. Reflexivity is the process by which therapists reflect on their clinical practice. People's personality development refers to individuals who tend to become full-functioning persons.

Method: 361 therapists filled in two self-report questionnaires assessing Reflexivity and Personality development, with reference to the previous month. The Reflexivity scale includes reflection-in-action (during the session) and reflexion-on-action (between sessions); the Personality Development scale includes the dimensions of congruence (in accordance) and incongruence.

Results: The results revealed that the overall Reflexivity and Personality Development scores were not correlated, but interesting significant correlations were found between the dimensions of the two scales. Congruence was correlated to Reflection-in-Action, while Incongruence was correlated to Reflection-on-Action.

Discussion: The results will be discussed highlighting the literature on the therapists' professional development.

Conclusion: It is suggested that psychotherapy training should encompass activities that foster reflexivity including and enhancing the therapist's fluid personal development. Future research should compare different types of reflexive training methods to refine the understanding of these components.

When end-of-life and funeral rituals are restricted in times of pandemic: what happens when mourners transgress the measures? A thematic analysis of experiences reported in a Belgian study

Camille Boever

PhD supervisor: Prof. Emmanuelle Zech

Université catholique de Louvain, Belgium

Keywords: death, end-of-life, pandemic, funeral rituals, transgression, bereavement

Introduction: For almost two years, health and social restrictions have limited, if not prohibited, end-of-life accompaniment and funeral rituals for people whose loved ones were close to death. Faced with these measures, mourners may have respected these restrictions and adapted their rituals, or they may have bypassed them to perform the desired rituals. The experiences of transgressing measures from the perspective of the bereaved has been the subject of little to no study to date. Yet, the present study recorded 40% of them mentioning it in their stories. This paper investigates these transgressive behaviors and how they were experienced by the people involved. In an exploratory approach, researchers aim to answer the question: What can the bereaved tell us about their experience of transgressing measures during funeral rites?

Methods: A Belgian study explored the experience of bereavement during the pandemic through a written questionnaire, using open-ended questions and validated scales. The sample includes 472 bereaved people, mostly women (77.8%) with an average age of 53, who lost a loved one between March 2020 and January 2022. This paper presents a qualitative analysis of the transgression experiences shared in the questionnaire's open-ended questions, using a reflexive thematic analysis.

Results: The analysis of the participants' answers generated 7 themes. Descriptive themes brought light to (1) the types of transgressions, (2) the needs that guided the decision or (3) the multiplicity of emotions associated with this behavior. One theme raises the issue of value conflict, highlighting (4) the opposition between two systems of values and norms. The (5) role of authority as a sanctioning or authorizing figure is explored, as is (6) the role of other bereaved people. Finally, (7) non-transgression is addressed.

Discussion: While the researchers sought to explore the specific experience of transgressing measures, the results shed light on a more global experience of conflicting values and norms. Whether they went against or complied with the measures, all the bereaved people may have been concerned by this moral dilemma.

Conclusion: In this study, the choice not to comply with the measures highlighted aspects of the rites experienced as indispensable by the bereaved.

What psychoanalytic therapists actually do: The nature of clinical reasoning in everyday practice

Niccolò Fiorentino Polipo

PhD supervisor: Prof. Jochem Willemsen

Psychological Sciences Research Institute, Université catholique de Louvain, Belgium

Keywords: psychoanalysis, clinical reasoning, theory, knowledge, skills, training

Introduction: It is often assumed that psychoanalytic therapists understand the clinical material by applying “theories” to it. However, in the reality of everyday clinical reasoning, psychoanalytic therapists seem to rely on a much more complex set of working models and information-processing strategies.

Methods: An exploratory study was conducted on pairs of psychoanalytically-oriented supervisors who discussed a concrete clinical case with one of their supervisees and were later interviewed about their clinical reasoning process.

Results: The transcript data were analyzed through a consensual qualitative procedure. The therapists’ “mental acts” (i.e., conceptual or reflective operations) were descriptively spelt out and grouped into classes. Twelve classes of mental acts were identified that appear to be commonly used by analytic therapists of different schools of thought (e.g., Freudian, Jungian, Lacanian).

Discussion: A few examples of chains of clinical reasoning are used to illustrate how everyday clinical reasoning by competent analytic therapists consists in the bottom-up application of these 12 classes of mental acts, as opposed to the top-down application of psychoanalytic theory.

Conclusion: This importance is highlighted so that the training of future therapists can be based on an epistemological model that is consistent with the true nature of everyday practice, and to develop the clinical reasoning skills of trainee therapists through didactic teaching methods.

MAGISTRSKE NALOGE

Od projekcijske identifikacije do vzajemnosti – pomen razumevanja zgodnjih odnosov za delo s pacienti v psihoanalitični psihoterapiji

Lina Ihbeisheh

Mentorica magistrskega dela: izr. prof. dr. Lia Katarina Kompan Erzar
Univerza Sigmunda Freuda Dunaj – podružnica Ljubljana

Ključne besede: transformativni mehanizmi, razvojna analiza, projekcijska identifikacija, psihoanalitična psihoterapija

Uvod: V študiji je predstavljena povezava med prispevki relacijsko usmerjenih avtorjev in njihovimi implikacijami za psihoterapevtsko delo. Z relacijskim obratom v psihoanalizi v prvi polovici 20. stoletja postane ključen premik od proučevanja intrapsihičnih k interpsihičnim odnosom, predvsem najzgodnejšim. S tem je viden odmik od individualističnega pristopa, ki poudarja posameznikove gone, k vzajemnosti in interakciji z okolico.

Metode: V naši teoretični študiji je predstavljen sistematičen pregled znanstvene literature, ki proučuje t. i. diadne sisteme. Raziskovali smo, kako se najzgodnejše izkušnje internalizirajo in odražajo v odraslosti, zlasti v intimnih odnosih, kot so romantični in psihoterapevtski. Pri tem smo upoštevali različne vidike razvojnih izkušenj in jih primerjali z drugimi gledišči, ki se ukvarjajo s starševstvom in odnosi, ter pokazali, kako se odražajo v osebnostnih značilnostih posameznikov in njihovih odnosih. Z vpeljavo petih transformativnih mehanizmov s pridruženo projektivno identifikacijo smo ugotovili, da so transformativni mehanizmi ključni za razvoj psihe in da znatno vplivajo na kakovost življenja in intimnih odnosov.

Rezultati: Študija osvetljuje, kako različne dimenzije najzgodnejših odnosov vplivajo na kakovost psihoterapevtskega dela z odraslimi, ki s seboj nosijo izkušnje iz otroštva in detinstva. Prikazano je, kako različni vidiki dojenčkovega razvoja vplivajo na vedenje, mišljenje in čustvovanje odraslega posameznika, tudi v samem psihoterapevtskem odnosu. Ta bo na različnih ravneh tako ali drugače obarvan z zgodnjimi izkušnjami, ki se nezavedno aktivirajo v intimnem odnosu.

Razprava: Študija izpostavlja, kako naj psihoterapevt prepozna dinamiko razvojnih reakcij in nanje ustrezno reagira, pogosto kot varna starševska figura. Slednje lahko popravi učinek neadaptivnih starševskih odzivov iz pacientovega otroštva.

Zaključek: Prihodnje raziskovanje bi lahko obravnavalo interakcijo objektnih odnosov obeh udeležencev, tako pacienta kot tudi terapevta, ter njegov vpliv na sam potek psihoterapevtskega zdravljenja.

Dojemanje zaključka terapevtskega procesa z vidika terapevtov

Sara Agrež

Mentorica magistrskega dela: doc. dr. Mateja Cvetek

Teološka fakulteta, Univerza v Ljubljani

Ključne besede: zaključna faza, zaključek, terapevtski odnos, izguba

Uvod: Zaključki za marsikoga predstavljajo težje življenjske izkušnje. Terapevti se v svoji klinični praksi vsakodnevno znajdejo v situacijah, ko se morajo posloviti od svojih klientov, naj gre za uspešne ali neuspešne terapevtske procese. Raziskave kažejo, da si ljudje izkušnje pogosto zapomnimo po tem, kako se zaključijo, zato smo se v nalogi posvetili vprašanju, kako zaključek terapevtskega procesa dojemajo terapevti na podlagi svojih lastnih izkušenj in teorije.

Metode: V raziskavi je sodelovalo devet usposobljenih psihoterapevtov. Podatki v nalogi so bili zbrani s pomočjo vnaprej pripravljenega polstrukturiranega intervjuja. Za izvedbo raziskave smo uporabili kvalitativni način raziskovanja po metodologiji osnovane teorije. Analizo podatkov smo opravili z računalniškim programom za kvalitativne raziskave QDA Miner Lite.

Rezultati: Z analizo intervjujev smo ugotovili, da lahko področje dojemanja zaključka terapevtskega procesa vsebinsko razvrstimo v sedem kategorij: zaključek v širšem kontekstu terapevtskega procesa; terapevt kot (ne)popisan list; dinamika zaključevanja terapevtske poti in ali so vsi klienti enaki; kako reči nasvidenje; kaj ostane po koncu; kadar ni zaključka.

Razprava: Zaključek terapevtskega procesa ni enkratni dogodek, saj se teme zaključevanja pojavljajo v celotnem terapevtskem procesu. Na potek zaključne faze pomembno vplivajo pretekle izkušnje terapevtov in klientov, zato se lahko na obeh straneh poleg prijetnih prebudijo tudi neprijetni občutki. Med pomembnejšimi vsebinami izstopajo teme, ki nastopijo ob zaključevanju, pomemben je tudi čas oz. kdaj zaključiti proces in zadnje terapevtsko srečanje. Terapevtski odnos se kljub zaključku v resnici nikoli ne konča in se v tuji literaturi razume kot post-terapevtski proces. Poznavanje literature in razumevanje različnih možnih izidov terapije lahko pripomore k še bolj kakovostnemu delu terapevtov pri zaključevanju terapevtskih procesov ter opolnomočenju terapevtov pri soočanju z neuspešnimi terapevtskimi procesi.

Zaključek: Izkušnja primerne slovesa predstavlja priložnost, da se ljudje poslovijo na drugačen način. Naloga zato prinaša pomemben doprinos k temi zaključevanja in hkrati predstavlja priložnost za razmislek, kako ji nameniti več pozornosti.

Opremljenost posvojiteljev za soočanje z izzivi v procesu posvojitve

Nina Grudina

Mentorica magistrskega dela: izr. prof. dr. Lia Katarina Kompan Erzar
Univerza Sigmunda Freuda Dunaj – podružnica Ljubljana

Ključne besede: mednarodna posvojitve, vzpostavljanje navezanosti, integracija

Uvod: Posvojitve je proces, ki zahteva veliko truda posvojiteljev in zmožnost adaptacije otroka, ki pride v novo okolje. Uspešen izid posvojitve pogojujejo številni dejavniki, med katerimi je tudi starost otroka, ustrezna opremljenost staršev na morebitne izzive ter njihova sposobnost navezovanja varnega odnosa z otrokom. Pogosto so starši premalo opremljeni in informirani pred samo posvojitvijo ter velikokrat prepuščeni sami sebi po njej, hkrati pa imajo tudi nerealna pričakovanja o skupnem življenju. Tudi nepoznavanje hudih preizkušenj, ki so jih otroci včasih preživeli, je lahko pomembna oteževalna okoliščina pri že tako zahtevni nalogi, kot je vzgajanje posvojenega otroka.

Metode: Da bi proučili, kako so posvojitelji doživljali svojo stopnjo opremljenosti za izzive, povezane s posvojitvijo, ter kako so se nanje odzivali posvojeni otroci, smo s štirimi odraslimi posvojenci, starimi med 19 in 27 let, in z njihovimi posvojitelji opravili polstrukturiran intervju. Transkripte smo analizirali s pomočjo tematske vsebinske analize. Starši so izpolnili tudi Vprašalnik o medosebnih odnosih.

Rezultati: Pari, ki so vstopili v proces posvojitve, menijo, da so bili deležni zelo skromnih priprav in so večinoma imeli precej nerealna pričakovanja o skupnem življenju.

Razprava: Najopaznejša pomanjkljivost priprav je slabo poznavanje posledic travme, zanemarjanja, institucionalizacije ter področja čustvene regulacije otrok z nevropsihološkimi, vedenjskimi, socialnimi, razvojnimi in zdravstvenimi specifikami. Tako starši kot otroci so poudarili, da so najhujše krizne trenutke doživljali v obdobju prvega leta po posvojitvi, pri čemer so starši poudarili, da bi takrat potrebovali dodatno strokovno podporo. Opazne so bile tudi razlike glede na stil navezanosti staršev, in sicer v družinah, kjer sta bila oba ali eden izmed staršev nevarno navezana, so bodisi otroci ali starši poročali o večjih težavah v prilagajanju na skupno življenje.

Zaključek: Ocenjuje se, da bi bilo poleg bolj celostnih priprav smiselno družinam nuditi tudi kontinuirano psihološko podporo po posvojitvi.

Klientova perspektiva osebne odgovornosti v psihoterapiji

Ana Zore Grmek

Mentorica: dr. Lucija Hrovat

Univerza Sigmunda Freuda Dunaj – podružnica Ljubljana

Ključne besede: osebna odgovornost, kvalitativna raziskava, eksistencialna psihoterapija

Uvod: Pogost nasvet, ki ga slišimo, ko občutimo bolečino, se glasi: »Vzemi tableto pa bo boljše.« Ta misel velja tudi za psihološko bolečino, za katero si želimo hitro in preprosto rešitev. Vendar pa moderna psihoterapija zapušča rigidno delovanje biomedicinskega modela ter se razvija v smeri kontekstualnega modela, ki upošteva pomembnost osebne odgovornosti posameznika pri razreševanju lastne bolečine. Namen raziskave je bil proučiti živete izkušnje klientov, da bi ugotovili, v kolikšni meri je bil fenomen osebne odgovornosti prisoten v njihovem psihoterapevtskem procesu.

Metode: Za raziskavo je bila uporabljena deskriptivna fenomenološka metoda. Podatki so bili zbrani s pomočjo polstrukturiranega intervjuja na vzorcu sedmih udeležencev. Raziskovalna metoda je zajemala večkratno prebiranje transkriptov, ustvarjanje pomenskih enot analiziranega besedila, interpretacijo implicitnih in eksplicitnih vsebin ter preoblikovanje pomenskih enot v konsistentne trditve, ki so zajete v rezultatih raziskave.

Rezultati: 1. osebna odgovornost je težje oprijemljiva v začetnih fazah psihoterapije; 2. psihoterapevt kot »rešitelj«; 3. prevzemanje osebne odgovornosti pripomore k spremembam v psihoterapiji; 4. prevzemanje osebne odgovornosti je proces; 5. dodatne teme.

Razprava: Ugotovitve raziskave kažejo na indirektno naslavljanje osebne odgovornosti v psihoterapiji, še posebej v začetnih fazah terapevtskega procesa. Izpostavljen je tudi pomen varnega terapevtskega odnosa, v katerem terapevt dopušča klientu aktivno prevzemanje osebne odgovornosti. Dober psihoterapevt tako klientu pomaga prebroditi iluzijo »rešitelja« ter determinizma njegove diagnoze v stanje, ko klient prepozna svojo vlogo v snovanju lastnega življenja.

Zaključek: Raziskava nudi usmeritve pri spodbujanju prevzemanja osebne odgovornosti, kot so jo opredelili pomembni eksistencialni raziskovalci. Rezultati raziskave vsebujejo tudi bogate zapise živeti izkušenj udeležencev oz. njihov pogled na pomembnost osebne odgovornosti v psihoterapiji. To daje vsebine za nadaljnje raziskovanje izidov psihoterapevtskega procesa pri psihoterapevtih, ki bi uporabili predlagane usmeritve za prevzemanje osebne odgovornosti. Raziskava spodbuja nadaljnje ustvarjanje usmeritev prevzemanja osebne odgovornosti tako v psihoterapiji kot v življenju zunaj terapevtske sobe.

PLAKATI

Uporabi ali izgubi – vpliv gibanja na možgane

Nataša Juras, Patricija Šašek, David Tkalec
Mentorica:izr. prof. dr. Lia Katarina Kompan Erzar
Univerza Sigmunda Freuda Dunaj – podružnica Ljubljana

Ključne besede: gibanje, možgani, nevroplastičnost

Uvod: V raziskovalni nalogi smo se osredotočili na vprašanje pomena gibanja za zdravo delovanje in razvoj možganov. Hipoteza, ki smo jo preverjali, je bila, da je gibanje za možgane vitalnega pomena in pomembno prispeva k ohranjanju vitalnih in zdravih možganov.

Metode: Pri raziskovanju smo izhajali iz analize vsakotedenske oddaje Možgani na dlani Prvega programa Radia Slovenija, ki že od leta 2015 poslušalcem približuje delovanje možganov.

Rezultati: Moderna tehnologija, ki spremlja dogajanje v človeških možganih tudi med njegovim gibanjem, prinaša številna nova spoznanja, kot na primer, da gibanje spodbuja nastanek novih nevronske poti, izboljšuje prostorsko predstavo, učinkovitejše pa postajajo tudi nevronske povezave v prefrontalnem korteksu, ki predstavlja razum in kognicijo. Vaje, ki so po raziskavah v pomoč ljudem, so lahko zelo preproste, od teka na mestu, dviganja na prste do počepanja, pomembna je le 10-minutna redna vsakodnevna vadba. Strukturne spremembe v možganih dokazano ustvarjata aerobna vadba in ples, saj združujeta cel niz skritih, a aktivnih procesov. Da se oseba odzove na melodijo z gibanjem, morajo možgani informacijo najprej zaznati, nato prepoznati red v glasbi, načrtovati odziv na ton, ki šele prihaja, ter se na vse omenjeno motorično odzvati.

Razprava: V raziskavi smo ugotovili tudi, da je idealen scenarij za zdrave možgane kombinacija zdrave prehrane, telesne dejavnosti, intelektualne spodbude ali kognitivnega treninga, kakovostnega spanca in aktivne izrabe prostega časa.

Zaključek: V raziskavi smo s proučitvijo virov različnih avtorjev in izvedenih raziskav enoznačno potrdili našo hipotezo, da za zdravje možganov največ naredimo prav z gibanjem. Gibanje predstavlja integrirajočo funkcijo za možgane. Združuje in krepi vse funkcije možganov, vzpostavlja nove povezave, krepi telesne zmogljivosti in ravnotežje ter podpira socialno

vklučenost. Z njim se izboljša počutje, zbranost, pozornost, z redno aerobno vadbo pa se upočasnijo tudi nevrodegenerativni procesi. Fizična vadba je torej močan dražljaj za nevroplastičnost možganov, tako tistih v razvoju kot onih, ki se starajo. Cilj nas in tudi vseh raziskovalcev pa je opolnomočenje slehernika z znanjem, da bo svobodno izbiral zdrave aktivnosti, iz katerih se bodo razvile zdrave navade.

Povezava med starostjo otroka ob ločitvi staršev in njegovim doživljanjem lastnega partnerskega odnosa v odraslosti

Ana Osvald

Mentorica:izr. prof. dr. Lia Katarina Kompan Erzar

Univerza Sigmunda Freuda Dunaj – podružnica Ljubljana

Ključne besede: partnerstvo, starševska ločitev, starost

Uvod: V raziskavi nas je zanimalo, kako se doživljanja partnerskih odnosov posameznikov, ki so izkusili starševsko ločitev, razlikujejo od tistih, ki je niso. Zanimale so nas razlike z vidika stopnje strahu pred zapustitvijo, samorazkrivanja in zadovoljstva v trenutnem partnerskem odnosu. Z raziskavo želimo osvetliti, kako pomemben je občutljiv proces ločevanja za partnerska razmerja potomcev v odraslosti.

Metode: Podatke smo pridobili s pomočjo vprašalnikov Doživljanje odnosov z bližnjimi – revidirana različica in Lestvica zadovoljstva s partnerskim odnosom ter s polstrukturiranimi intervjuji. Na vprašalnika je odgovorilo dvesto polnoletnih udeležencev, živečih v partnerski ali zakonski skupnosti, od katerih jih je 45 % doživelo ločitev svojih staršev, medtem ko 55 % respondentov te izkušnje ni imelo. Hipoteze smo preverili z Welchovim t-testom. V kvalitativnemu delu je sodelovalo sedem posameznikov iz ločenih družin. Njihova doživljanja smo analizirali po fenomenološki metodi.

Rezultati: Posamezniki z izkušnjo ločitve – v primerjavi s posamezniki brez nje – se v manjši meri samorazkrivajo ($t = 3,89$; $p = 0,00$), v večji meri občutijo strah pred zapustitvijo ($t = 5,98$; $p = 0,00$) in so manj zadovoljni v svojem partnerskem odnosu ($t = 6,99$; $p = 0,00$).

Razprava: Dejavniki, kot so roditeljev način vedênja v času ločitve, model partnerskega odnosa, ki sta ga starša predstavljala otroku pred ločitvijo, obnašanje staršev po ločitvi in korektivna izkušnja, so tisti, ki dodatno determinirajo posameznikovo kasnejše (ne)blagodejno doživljanje lastnih partnerskih zvez. Ob spoznanju dejavnikov, ki so vplivali nanj, lažje prekine ponavljanje družinskih vzorcev in uvaja spremembe v svoj romantični odnos.

Zaključek: V nadaljnjem raziskovanju bi bilo smiselno povečati število udeležencev ter v intervjujih poglobiti vprašanja v zvezi s samorazkrivanjem, strahom pred zapustitvijo in doživljanjem zadovoljstva. Z raziskavo želimo spodbuditi vključevanje teh tematik v svetovalne in terapevtske procese posameznikov z izkušnjo starševske ločitve.

Lajšanje simptomatike sindroma razdražljivega črevesja in kronične črevesne bolezni z metodami biološke povratne zanke in sinergističnega navigacijskega sistema

Benjamin Bušelič

Mentorica: dr. Andreja Poljanec

Univerza Sigmunda Freuda Dunaj – podružnica Ljubljana

Ključne besede: biološka povratna zanka, variabilnost srčnega utripa, dihalne vaje, kronično vnetna črevesna bolezen, sindrom razdražljivega črevesja, kakovost življenja

Uvod: Naše telo se na zunanje dražljaje odziva preko avtonomnega živčnega sistema, ki ga delimo na parasimpatično in simpatično živčevje. Parasimpatično živčevje med drugim igra ključno vlogo pri delovanju prebavnega trakta in črevesja. Kronično vnetna črevesna bolezen in sindrom razdražljivega črevesja sta gastroenterološki bolezni, ki sta povezani s slabim delovanjem črevesja. V predhodnih raziskavah so znanstveniki ugotovili, da lahko pacienti s pomočjo resonančnega dihanja in biološke povratne zanke variabilnosti srčnega utripa izboljšajo delovanje svojega črevesja in s tem zmanjšajo simptomatiko v povezavi s svojo boleznijo. Z raziskavo smo želeli preveriti, ali lahko s pomočjo biološke povratne zanke variabilnosti srčnega utripa izboljšamo kakovost življenja pacientov z diagnozama sindrom razdražljivega črevesja in kronično vnetna črevesna bolezen.

Metode: Raziskava je trajala šest tednov, vanjo je bilo vključenih osem pacientov; dva pacienta z diagnozo sindroma razdražljivega črevesja sta bila vključena v raziskavo kot študiji primera, šest pacientov s kronično vnetno črevesno boleznijo pa je bilo vključenih v eksperimentalno študijo (trije so bili vključeni v eksperimentalno in trije v kontrolno skupino). V raziskavi smo uporabili naslednje pripomočke: napravo Nexus MK II in pripadajoče senzorje, program Biotrace+, lestvico hospitalne anksioznosti in depresivnosti, vprašalnik o kakovosti življenja pacientov s sindromom razdražljivega črevesja, vprašalnik izraženosti simptomov pri pacientih s sindromom razdražljivega črevesja ter aplikaciji AwesomeBreathing in Sinergetični navigacijski sistem. Pri analizi podatkov bomo uporabili t-test, linearno regresijo in analizo korelacij.

Rezultati: Trenutno so podatki raziskave zbrani, vendar še niso analizirani. Pri analizi rezultatov se bomo osredotočili na vrednosti VLF%, LF%, HF%, SDNN in RMSSD ter na rezultate dnevnih vprašalnikov v aplikaciji sinergetičnega navigacijskega sistema in na rezultate vprašalnika o kakovosti življenja pacientov s sindromom razdražljivega črevesja.

Razprava: Trenutni neanalizirani podatki nakazujejo, da lahko pacienti z rednim izvajanjem vaj resonančnega dihanja nekoliko izboljšajo kakovost svojega življenja v povezavi z boleznijo.

Zaključek: Raziskava je pokazala potencial uporabe biološke povratne zanke pri obravnavi pacientov s kronično vnetno črevesno boleznijo.

Bolezni in poškodbe možganov

Barbara Frank, Tanja Horvat, Silvija Bajuk, Katja Stanič, Andreja Jordan, Sanja Končan

Mentorica:izr. prof. dr. Lia Katarina Kompan Erzar

Univerza Sigmunda Freuda Dunaj – podružnica Ljubljana

Raziskovalno vprašanje, s katerim smo se avtorice ukvarjale, je bilo na podlagi izbranih delov vsakotedenske oddaje *Možgani na dlani*, predvajane na Prvem programu Radia Slovenija, spoznati ter se poglobiti v nekatere od najpogostejših bolezni in poškodb možganov, kot so demenca, Parkinsonova bolezen, Alzheimerjeva bolezen, afazija, možganska kap in okrevanje ter vpliv udara elektrike na možgane.

Trenutno na svetu živi 50 milijonov ljudi z demenco, ki predstavlja enega najpomembnejših globalnih in socialnih problemov 21. stoletja. Najbolj znana oblika demence je Alzheimerjeva bolezen, pri kateri pride do pojava nepravilno zvitih proteinov v možganih ter burnega vnetja. Značilni klinični znaki so pozabljenost, težave s koncentracijo in orientacijo.

V primeru afazije so v možganih prizadeta področja, ki so odgovorna za jezik (Brocovo in Wernickovo področje), kar otežuje ali onemogoča razumevanje govora, govorjenje, branje ali pisanje. Glavni vzroki za pojav afazije so možganske spremembe, ki se zgodijo zaradi poškodb, tumor, kap (20–40 %) ter nevrodegenerativne spremembe (0,4 %).

Parkinsonova bolezen je proces propadanja možganskih celic v kompaktni črni substanci. Simptomi se kažejo v obliki težav z motoriko, pogosteje pa se bolezen pojavlja pri osebah z ruralnih območij, kar bi lahko nakazovalo morebitno povezavo nastanka bolezni s pesticidi.

Posledica prekinitve dotoka krvi v možgane zaradi zamašitve žil ali krvavitve v možganskem tkivu je možganska kap (ishemična in hemoragična). Možganska plastičnost omogoča obnovo in reorganizacijo ne le nevronov, temveč tudi žil (nevroligijske celice).

Učinek elektrike na možgane je raznolik, od negativnih posledic, kot so amnezija, nezavest, motnje učenja, do nepričakovanih pozitivnih učinkov pridobitve novih sposobnosti. V medicini obstajajo različne terapije električnega draženja, kot so transkranijska stimulacija, globoka možganska stimulacija in elektrokonvulzivna terapija.

S pomočjo odkritij nevroznanosti vedno bolje razumemo področje delovanja možganov, napredujejo tudi pristopi diagnostike posameznih stanj. Bolezni možganov sodijo med večje probleme sodobnega časa, kar predstavlja velik izziv za sodobno znanost z vidika iskanja učinkovitih načinov preprečevanja, blaženja in zdravljenja simptomatike.

Povezava med promocijo duševnega zdravja in zmanjšanjem absentizma ter merjenje zaznavanja stigme in doživljanja promocije duševnega zdravja pri odgovornih osebah za ravnanje z ljudmi v delovnih organizacijah

Kaja Klančar

Mentorica: dr. Andreja Poljanec

Univerza Sigmunda Freuda Dunaj – podružnica Ljubljana

Ključne besede: duševno zdravje, stigma, absentizem

Uvod: Glede na vse večjo porast duševnih težav na svetovni ravni je pomembno spodbujati promocijo duševnega zdravja na primarni ravni. S tem namenom imamo v Sloveniji zakon, ki obvezuje delodajalce, da med drugim upravljajo tudi s tveganji za duševno zdravje zaposlenih. Z raziskavo si želimo prispevati k manjku raziskav v slovenskem okolju na to temo in spodbuditi delovne organizacije k vlaganju v skrb za duševno zdravje svojih zaposlenih. V raziskavi bomo obravnavali povezavo med programi za promocijo duševnega zdravja v delovnih organizacijah ter ravno zdravstvenega absentizma, pri čemer bomo za oceno stopnje absentizma v podjetjih pridobili njihove podatke o bolniških odsotnostih. Pri osebah, ki so v kadrovskih službah podjetij odgovorne za delo z ljudmi, pa bomo s predhodnim validiranim tujim vprašalnikom SASS (The Stigma and Self-Stigma Scale) merili raven stigme o duševnem zdravju v slovenskem okolju in s polstrukturiranimi intervjuji raziskovali njihovo doživljanje promocije duševnega zdravja.

Metode: V vzorec bo vključenih pet podjetij, ki nudijo programe za promocijo duševnega zdravja, in pet podjetij, ki takih programov ne izvajajo. Iz vsakega izmed podjetij bo v vzorec vključena tudi ena oseba iz kadrovske službe. Kvantitativne rezultate bomo analizirali s programom Rstudio, pri čemer bomo uporabili t-test, kvalitativne pa bomo kodirali v programu Atlas.ti.

Rezultati: Pričakujemo, da bodo rezultati potrdili povezavo med programi za promocijo duševnega zdravja in nižjo ravno absentizma. Predvidevamo, da bo raven stigme o duševnem zdravju pomembno nižja pri odgovornih osebah, ki so zaposlene v podjetjih, kjer nudijo programe za promocijo duševnega zdravja, kot pri odgovornih osebah, ki so zaposlene v podjetjih, kjer takšnih programov ne izvajajo.

Zaključek: Za udeležena podjetja bomo po končani raziskavi pripravili predloge za promocijo duševnega zdravja na delovnem mestu. V nadaljnjih raziskavah bi se bilo smiselno osredotočiti še na raznolikost programov promocije duševnega zdravja.

Kreativnost in umetnost

Andreja Papež Kristanc, Nina Tekavec, Renata Juko Pšenica, Janja Zupančič, Alenka Lena Klopčič, Jana Medle

Mentorica:izr. prof. dr. Lia Katarina Kompan Erzar

Univerza Sigmunda Freuda Dunaj – podružnica Ljubljana

Možgani nam pomagajo dojeti lepo(to), vključno z oblikami umetnosti in kreativnosti, s sposobnostjo oživitve domišljjskega sveta, kar je pomembno za človekovo blagostanje, saj bogati našo resničnost. Aristotel je poudarjal, da cilj umetnosti ni le predstaviti zunanji videz stvari, temveč raziskati njihov notranji pomen. Rachel Naomi Remen dodaja, da sta ustvarjalni proces in proces zdravljenja povezana ter izhajata iz istega vira. Naše raziskovalno vprašanje pa se osredotoča na vlogo možganov pri dojetanju lepote in kreativnosti, ki sta pomembni za človekovo dobro počutje.

Naša raziskava temelji na analizi oddaje *Možgani na dlani*, ki se predvaja na Prvem programu Radia Slovenija. Možgani imajo ključno vlogo pri dojetanju lepote, saj se v njih aktivira mediana orbitofrontalna skorja. Povezana je s strukturami za emocije ter zaznavanje užitka in nagrade. Fenomen afantazije, ko ljudje ne morejo ustvariti vizualnih podob, poudarja kompleksnost možganske dejavnosti pri zaznavanju in obdelavi informacij.

Pomemben vidik raziskave je tudi vpliv glasbe na možgane, še posebej pri glasbenikih. Izvajanje glasbe aktivira senzorne in gibalne dele možganov, kar vodi do zaznavanja lepote. Ples ima kot oblika gibalne umetnosti terapevtski potencial, saj spodbuja integrativno funkcijo možganov – povezuje namreč kreativnost, fizično aktivnost, izražanje čustev, poslušanje glasbe in sodelovanje z drugimi, kar pozitivno vpliva na nevroplastičnost možganov.

Smeh, kot izraz humorja, predstavlja pomemben vidik človekovega doživljanja. Smeh stimulira endorfinski sistem v možganih, ki ustvarja občutek sreče in zadovoljstva. Smisel za humor omogoča tudi soočanje s težavami in ustvarja boljše odnose z drugimi.

Možgani nam torej omogočajo dojetanje lepote in umetnosti z medsebojnim sodelovanjem različnih funkcij, kot so zaznavanje, čustveni odzivi, kognitivni procesi in spomin. Ta kompleksni proces prispeva k človekovemu dobremu počutju, saj izboljša kakovost življenja posameznika, spodbuja njegovo ustvarjalnost, mu pomaga pri izražanju identitete in s skupnim dojetanjem umetniških izrazov ustvarja povezave v skupnosti.

Doživljanje disleksije pri dijakih srednjega poklicnega izobraževanja

Hana Mraz

Mentorica: dr. Klaudija Šterman Ivančič

Univerza Sigmunda Freuda Dunaj – podružnica Ljubljana

Ključne besede: disleksija, srednje poklicno izobraževanje, socialno-čustvena opora, specifične učne težave

Uvod: Dijaki z disleksijo svet dojemajo bolj kompleksno in ne korak za korakom, kakor se to od njih pričakuje v šoli. Njihovo mišljenje je bogato, a razpršeno. Disleksija je namreč povzročena z drugačnim nevrofiziološkim stanjem, ker možgani delujejo drugače. Oseba z disleksijo ima bolj razvito in prednostno desno polovico možganov. Težave povzročata branje in pisanje, zato dijaki z disleksijo potrebujejo več pomoči pri splošnih predmetih, kjer so pogosto manj uspešni kot pri strokovnih predmetih. Z raziskavo bomo dobili vpogled v specifične učne težave dijakov in njihovo doživljanje socialno-čustvene opore, ki jim jo nudijo profesorji in profesorice, kar v slovenskem prostoru še ni bilo raziskano.

Metode: V raziskavi je sodelovalo dvajset dijakov moškega spola iz srednjega poklicnega izobraževanja. Podatke smo zbrali s pomočjo polstrukturiranih intervjujev in PISA vprašalnika. Kvalitativni podatki bodo analizirani s kategoriziranjem. Odgovore bomo kategorizirali glede na predhodno ustvarjene kategorije, ki jih bomo določili glede na podobnost. Kvantitativne podatke bomo analizirali s programom SPSS. Uporabili bomo t-test.

Rezultati: Kljub temu, da podatki še niso bili analizirani, opažamo, da imajo dijaki največ težav z menjavanjem določenih črk, kot na primer črk b/d in p/b. Prav tako dijaki poročajo, da imajo težave z glasnim branjem in pravilnim zapisom besed. Opažamo tudi, da dijaki pogosto menjavajo levo in desno stran. Dijaki sicer poročajo o zaznani višji socialno-čustveni podpori profesorjev in profesorice strokovnih predmetov, vendar ne v tolikšni meri, kot smo predpostavljali.

Razprava: Z raziskavo bomo identificirali specifične težave, s katerimi se srečujejo dijaki srednjega poklicnega izobraževanja, ki imajo odločbo o usmerjanju zaradi posebnih potreb. Glede na trenutne trende v rezultatih pričakujemo, da se bodo težave pokazale pri predmetih, kot sta slovenščina in matematika, ki zahtevata večjo stopnjo branja in pisanja. Rezultate, ki bodo pokazali v kolikšni meri in kako dijaki z disleksijo doživljajo socialno-čustveno podporo profesorjev in profesorice pri različnih predmetih, trenutno še analiziramo.

Zaključek: Rezultati naše raziskave bodo imeli potencialno pomembne implikacije za boljše razumevanje učnih težav dijakov z disleksijo ter njihovo doživljanje podpore profesorjev in profesorice ter šolskih svetovalnih delavcev in delavk v slovenski srednji strokovni šoli. Poleg tega bodo ti rezultati lahko koristili pri načrtovanju morebitnih sprememb v pristopu do dijakov z disleksijo v njihovem procesu izobraževanja.

Evalvacija triažnega sistema v ambulanti za duševno zdravje

Dejan Gašič

Mentorica: dr. Nuša Kovačević Tojnko

Univerza Sigmunda Freuda Dunaj – podružnica Ljubljana

Ključne besede: triaža, duševno zdravje, kakovost oskrbe, učinkovitost sistema, potrebe pacientov, psihodiagnostika.

Uvod: V zadnjem času je pomen duševnega zdravja vse bolj v ospredju predvsem zaradi večje pojavnosti duševnih motenj in povečane obremenitve zdravstvenih sistemov. V tem kontekstu igra ključno vlogo triažni postopek v ambulantah za duševno zdravje, ki omogoča hitro in učinkovito ocenjevanje pacientovega stanja. Srečujemo se z različnimi izzivi, kot so subjektivnost ocen, neenotnost protokolov, pomanjkanjem usposobljenega osebja in omejenimi viri. Zato obstaja potreba po razvoju bolj objektivnih in podatkovno podprtih triažnih pristopov, ob tem pa je pomembno opozoriti na tveganja prekomerne standardizacije, ki lahko zniža osebni pristop do pacientov.

Metode: Raziskava na podlagi teh ugotovitev analizira trenutni triažni sistem v zasebni ambulanti za duševno zdravje z namenom identificiranja izzivov in možnosti za izboljšave. V raziskavi bomo analizirali hitrost in učinkovitost triažnih postopkov ter razumevanje izkušenj in percepcij osebja in pacientov. Poseben poudarek bo na pomenu pacientovih preferenc pri izbiri terapevta. Skladno s temi cilji postavljamo naslednja raziskovalna vprašanja:

1. Kakšna je učinkovitost in hitrost trenutnih triažnih postopkov v zasebni ambulanti za duševno zdravje pri določanju ustrezne oskrbe pacientov in kakšen je njihov vpliv na zadovoljstvo in izkušnje tako pacientov kot zaposlenih?
2. Kako pacientove preference pri izbiri terapevta vplivajo na triažni proces in odločitve koordinatorjev?
3. Kakšno je mnenje psihoterapevtov o koristnosti prejemanja diagnostičnih podatkov o pacientih za njihovo delo in za učinkovitost terapevtskega procesa?

V raziskavi bomo uporabili kvalitativno metodologijo, ki združuje polstrukturirane intervjuje z namenom zbiranja globokih vpogledov udeležencev, in tematsko analizo za identifikacijo, kodiranje in kategorizacijo vzorcev in tem, ki nastanejo na podlagi intervjujev.

Rezultati: Pričakujemo, da bodo rezultati prispevali k boljšemu razumevanju obstoječih izzivov, identificiranju potrebnih prilagoditev v trižnem procesu, pripomogli k uvedbi izboljšav in poglobili razumevanje dinamike med vsemi vpletenimi.

Zaključek: Pripravljena bodo priporočila za izboljšave trižnega sistema v ambulantah za duševno zdravje s poudarkom na povečanju učinkovitosti in zadovoljstva pacientov in zaposlenih. Uravnoteženje potrebe po objektivnosti z upoštevanjem pacientovih preferenc je ključnega pomena za kakovost oskrbe na področju duševnega zdravja.

PREDSTAVITEV RAZISKAVE

Spremljanje profesionalnega in osebnega razvoja študentov psihoterapije v realnem času (Real-time monitoring of professional and personal development of psychotherapy trainees)

Matej Vajda, mag. Miran Možina
Univerza Sigmunda Freuda Dunaj – podružnica Ljubljana

Ključne besede: profesionalni in osebni razvoj, spremljanje v dejanskem času, generični model psihoterapevtskega izobraževanja, Sinergetični navigacijski sistem (SNS), povratno-informirano izobraževanje

Uvod: Na podlagi generičnega modela psihoterapevtskega izobraževanja, teorije samoorganizacije in nelinearne dinamike kompleksnih sistemov je bil razvit inovativen pristop spremljanja strokovnega in osebnega razvoja študentov psihoterapije v dejanskem času (Real-time Monitoring).

Metode: S pomočjo Sinergetičnega navigacijskega sistema (SNS) so bili sistematično zbirani kvantitativni in kvalitativni podatki v obliki standardiziranih in personaliziranih vprašalnikov, ki so jih študenti izpolnjevali vsak dan, vključno z možnostjo vnosa daljših dnevniških zapisov. Prikaz podatkov v grafični obliki omogoča primerjavo gibanja vrednosti več spremenljivk (npr. (ne)prijetnih čustev, motivacije, odnosov z učitelji in kolegi) in spremljanje dinamične kompleksnosti za oceno stabilnosti poljubno izbranih spremenljivk posameznega študenta.

Rezultati: V osmih mesecih je bilazbrana velika količina podatkov, ki so pokazali pozitivno sprejemanje študijskega programa in povratno-informiranega izobraževanja s strani študentov, omogočili vpogled v vpliv izvenštudijskih dejavnikov ter razkrili nižjo motivacijo za redno izpolnjevanje standardiziranih vprašalnikov (s tem pa obdobja manjkajočih podatkov). Osebnje življenjske situacije študentov, predvsem negativne (kot so npr. ločitev, stres na delovnem mestu, bolezni in družinske težave), pa tudi druge (npr. nosečnost, selitev, napredovanje v službi), imajo pomemben vpliv na razvoj študentov. S pomočjo SNS so bile razvidne faze destabilizacije in kritične nestabilnosti, ki so imele za posledico pozitivne (npr. poglobitev razumevanja študijske snovi, povišana motivacija) ali negativne premike (npr. prekinitev izobraževanja). Kot glavna prelomnica se je pokazal prehod študentov v supervidirano psihoterapevtsko prakso.

Razprava: Psihoterapevtsko izobraževanje je samoorganizirajoč in samoorganiziran proces. Za načrtovanje in izvedbo študijskega programa je ključno upoštevati, da je razvoj študentov predvidljiv v kratkem časovnem oknu (deterministični kaos) in da na proces učenja ključno vplivajo dogodki zunaj kontaktnih ur z učitelji. To je v skladu z idejo nepredvidljivosti kot ene od ključnih lastnosti kompleksnih sistemov. Za povečanje učne uspešnosti je zato priporočljivo spremljanje pomembnih dogodkov v osebem življenju študentov, npr. s pomočjo igre vlog, in spodbujanje vključevanja osebnih izkušenj študentov, npr. v pisanje esejev.

Zaključek: Proces psihoterapevtskega izobraževanja poleg obvladovanja teoretičnih vsebin od študentov zahteva razvoj praktičnih veščin za delo z ljudmi ter veliko samorefleksije (v osebni izkušnji, pri pripravi pisnih izdelkov, delu v skupinah ipd.), kar predstavlja precejšen časovni, organizacijski, pa tudi čustveni in psihični napor. Spremljanje v dejanskem času ter redno (vsaj mesečno) pregledovanje zbranih podatkov omogoča prepoznavanje procesne dinamike (npr. kateri konkretni dejavniki so za študenta najbolj kritični ter kaj lahko v svojem delovanju spremeni). Podpora vrstniške skupine ter odnosi z učitelji med študijem lahko predstavljajo stabilen okvir za razvoj novih vzorcev razmišljanja, čustvovanja in vedênja, pri čemer je potrebno upoštevati kompleksno dinamiko z destabilizacijo zaradi izvenštudijskih dejavnikov (zdravje, služba, partnerstvo, družina) ter pričetka dela s klienti pod supervizijo.

OKROGLA MIZA

Profesionalni in osebni razvoj psihoterapevtov ter psihologov

Udeleženci:

Nina Grudina, magistrica psihoterapevtskih znanosti v zasebni praksi

Kaja Klančar, študentka magistrskega programa psihologije SFU Ljubljana

Prof. Jochem Willemsen, profesor psihoterapije UCLouvain, Belgija

Hubert de Condé, doktorski študent psihoterapije, UCLouvain, Belgija

Moderator:

Matej Vajda, strokovni sodelavec na oddelku Psihoterapevtske znanosti SFU Ljubljana

Razprava je osvetlila različne pomembne vpoglede v osebni in profesionalni razvoj študentov psihoterapije in psihologije. Udeleženci, vključno z moderatorjem in več strokovnjaki na različnih stopnjah svoje psihoterapevtske kariere, so razpravljali o tem, kako se osebne izkušnje in strokovno izobraževanje prepletajo in vplivajo drug na drugega.

Moderator Matej Vajda je vodil razpravo, postavljaj vprašanja, ki so udeležence spodbujala k delitvi svojih doživljanj in vpogledov, ter povezal različne teme. Njegova vprašanja so bila usmerjena v razumevanje sovplivanja osebne in profesionalnega razvoja in kako lahko te izkušnje obogatijo psihoterapevtsko prakso.

Nina Grudina, magistrica psihoterapevtskih znanosti, je delila, kako je s pomočjo pridobljenega znanja v prvem letu študija psihoterapije uvedla spremembe v svojih odnosih in s tem naredila pomemben korak v lastnem osebni razvoju. Ta izkušnja, skupaj z drugimi, kot so materinstvo in soočanje z izgubami, je obogatila njeno terapevtsko prakso. Poudarila je pomen osebne terapije za predelavo teh izkušenj, ki je posledično privedla do večje učinkovitosti v njeni strokovni vlogi.

Kaja Klančar, študentka psihologije, je povezala svojo vlogo strokovnjakinje za kadrovanje s svojo osebno zgodovino vloge najstarejše sestre, odgovorne in komunikativne. Prav osebna vloga ji je pomagala pri organizaciji team building aktivnosti in izvajanju treningov. Nasprotno pa ji je strokovno izobraževanje, zlasti na področju psihodiagnostike, nudilo orodja za osebni razvoj, kar ji je omogočilo vpogled vase in izboljšanje na različnih področjih.

Hubert de Condé, doktorski študent psihoterapije iz Belgije, je razpravljal o težavnosti ločevanja osebnega in strokovnega življenja. Njegove osebne izkušnje, kot je biti najstarejši otrok in sodelovanje pri tabornikih, so ga na neki način usmerile v kariero v psihoterapiji. Te izkušnje so oblikovale njegovo zaščitniško in empatično naravo, ki sta ključni lastnosti terapevta. Poudaril je tudi, da je bila njegova strokovna pot, vključno s sodelovanjem v različnih društvih in projektih, vedno povezana z osebnimi trenutki.

Profesor Jochem Willemsen je poudaril, da na njegovo pot v psihoterapijo niso vplivali osebni dejavniki, temveč akademski interesi. Opozoril je na pomen iskanja ravnotežja med osebnim in strokovnim življenjem ter delil, kako mu pogovori o zapletenih primerih in sodelovanje pri intervizijah pomagajo obvladovati strokovne izzive.

Razprava se je dotaknila tudi koristi in izzivov skupinskega dela med izobraževanjem. Medtem ko sta Nina in Kaja videli skupinsko delo s somišljeniki kot koristno za študij, je bila Hubertova izkušnja povsem drugačna, saj se je med študijem počutil manj povezanega s kolegi. Kljub temu so mu izkustveni tečaji in srečanja skupin v naslednjem koraku, med njegovim magisterijem, omogočili globoke osebne povezave in strokovno rast.

Nazadnje je bila poudarjena vloga vseživljenjskega učenja v psihoterapiji. Udeleženci so se strinjali, da sta nenehno učenje in samoanaliza ključni sestavini tako osebnostnega kot profesionalnega razvoja na področju pomoči ljudem. Ta nenehna prepletenost osebnih izkušenj in strokovnega usposabljanja vedno znova obogatita njihovo prakso in jim pomagata rasti kot posameznikom in strokovnjakom.

Razprava udeležencev okrogle mize je poudarila neločljivo naravo osebnostnega in profesionalnega razvoja študentov psihoterapije in psihologije. Osebne izkušnje posameznika namreč močno vplivajo na njegovo strokovno rast in obratno, pri čemer so odprtost, nenehno učenje in samorefleksija ključne komponente te zahtevne razvojne poti.

ZBORNIK

3. ŠTUDIJSKI DAN SFU LJUBLJANA

PROFESIONALNI IN OSEBNOSTNI RAZVOJ PSIHOTERAPEVTOV TER PSIHOLOGOV

Ljubljana, 10. 7. 2024