

Předmluva

Velmi mě potěšilo, když jsem byl požádán, abych napsal předmluvu k této průkopnické práci, která terapeutům umožní propojit individuální a skupinovou schematerapii do uceleného terapeutického programu, který lze využít u řady psychických problémů, v různé délce trvání léčby a na různé úrovni poskytované péče.

Od té doby, co jsem se v roce 2008 dozvěděl o velmi pozitivních výsledcích randomizované kontrolované výzkumné studie uplatnění skupinové schematerapie u pacientů s hraniční poruchou osobnosti, jsem byl nadšen potenciálem skupinového modelu, který učiní schematerapii dostupnější pro pacienty. Vzhledem ke zhoršující se situaci v oblasti hrazení péče o duševní zdraví v této éře řízené péče v USA a jinde ve světě má skupinová schematerapie potenciál poskytnout účinné terapeutické postupy schematerapeutického přístupu více rentabilním způsobem, než to umožňuje individuální schematerapie – se srovnatelnými, nebo dokonce lepšími výsledky. Zvláště mě těší rozsáhlý výzkumný projekt, který právě probíhá na čtrnácti místech v šesti zemích, jehož vedoucími jsou Arnoud Arntz a Joan Farrellová a který zkoumá účinnost a rentabilitu skupinové schematerapie u hraniční poruchy osobnosti s dvěma různými počty individuálních sezení.

Tato kniha, napsaná ve spolupráci s Neele Reissovou, psychologkou a schematerapeutkou, která byla průkopnicí skupinové schematerapie v Německu, představuje integrovaný program individuální a skupinové schematerapie, který lze použít pro široký okruh skupin pacientů – s poruchou osobnosti, komplexním traumatem, chronickými psychickými potížemi, pro ty, kteří neuspěli v jiných terapiích, a ty, kteří potřebují intenzivnější typ péče. Zahrnuje novinku ve formě „bankovního konta“ individuálních sezení ST, z něhož si může pacient podle potřeby vybírat; tento přístup byl vytvořen na základě studie pacientů s hraniční poruchou osobnosti. Od prvního vydání knihy o skupinové schematerapii (Farrell a Shaw, 2012) se uskutečnilo mnoho pokusů uplatnit model SST u jiných

diagnostických skupin. Stejně jako individuální ST, i skupinová ST je transdiagnostická – v tom smyslu, že se terapie zaměřuje spíše na profil módů pacienta než na jeho konkrétní příznaky. Skupinová ST by tedy stejně jako individuální ST měla být účinná i u jiných psychických poruch, než je hraniční porucha osobnosti (HPO). Každé takové použití ST musí být samozřejmě empiricky ověřeno a jsem rád, že mohu říci, že předběžné výsledky vypadají nadějně. Tento integrovaný program byl zkoušen u pacientů s HPO za hospitalizace i v denních stacionářích (Reiss a kol., 2013) a u smíšených skupin pacientů s poruchami osobnosti tříd B a C¹ (Muste, 2012; Fuhrhans, 2012). Ve Velké Británii se zkouší využití ST ve vězeňských zařízeních. V Nizozemí probíhá randomizovaná kontrolovaná studie, srovnávající ST a KBT u vyhubavé poruchy osobnosti a sociální fobie a také experimentální série kazuistik ohledně účinnosti ST u disociativních poruch.

Integrace skupinové a individuální schematerapie, popsána v této knize, je zcela v souladu s mým vlastním modelem individuální ST, pokud jde o konceptualizaci, terapeutický vztah a terapeutické intervence. Model skupinové ST vede členy skupiny k tomu, aby se stali něčím jako zdravou rodinou, ve které mohou „přerodinovat“ sebe navzájem pod bdělým dohledem dvou velmi schopných terapeutů-rodíčů. Pocit přináležení a přijetí, poskytovaný touto skupinou, která je analogií milující rodiny, urychluje jak ohraničeně opakované rodičovství, tak na emoce zaměřené součásti ST. Navíc díky přítomnosti dvou koterapeutů v každé skupině má ve skupinové ST jeden z terapeutů možnost volně přenášet svou pozornost mezi členy skupiny, často může pracovat jen s jedním nebo dvěma členy a může tak vytvářet nové zážitky, které podporují změnu. Současně druhý terapeut vytváří „stabilní základnu“ pro zbytek skupiny, udržuje trvalé emoční spojení s každým členem, sleduje reakce všech členů skupiny a zasahuje nebo mění směr skupiny, aby se zaměřila na potřeby jiných členů skupiny. Také na mě udělalo dojem, jak skupinová ST výrazně překračuje tradiční skupinový formát KBT/DBT (dialekticko-behaviorální terapie), ve kterém se členové skupiny učí určitým dovednostem formou vzdělávacích seminářů; a také jiné skupinové terapeutické přístupy, v nichž terapeut pracuje individuálně

¹ Poruchy osobnosti třídy B (dramatické, emocionální, nestálé): disociální, hraniční, histriónská a narcistická; poruchy osobnosti třídy C (úzkostné, bázlivé): vyhubavá, závislá a anankastická.

s jedním členem, zatímco ostatní členové skupiny převážně přihlížejí. Ve skupinové ST byly techniky používané v individuální ST, jako práce na přepisu v představě nebo hraní rolí, upraveny tak, aby se do nich zapojili všichni členové skupiny v jedinečných zážitkových cvičeních, využívajících sílu skupinové interakce a podpory. Tyto skupinové terapeutické faktory v kombinaci se širokým rozsahem integrativních technik, které jsou již součástí ST, jsou zřejmě důvodem vysoké terapeutické účinnosti, zjištěné v kontrolované studii, kterou jsem zmínil výše, stejně jako předběžných výsledků dalších studií skupinové ST, které právě probíhají.

Autorky popisují systematický přístup ke schematerapeutické léčbě, přičemž si zároveň zachovávají pružný přístup, který jsem tak zdůrazňoval, když jsem vytvářel individuální ST. Terapeutická doporučení jsou konkrétní a velmi dobře uspořádaná, ale vyhýbají se pokušení popsat terapeutickou „kuchařku“, kterou musejí ostatní terapeuti věrně sledovat. Autorky uchovaly jádrové složky ST tím, že vytvořily intervenční strategie v rámci „ohraňčeně opakovaného rodičovství“ pro každý mód, který se vynoří, a využívají „prožitkové okamžiky“, aby prováděly na emoce zaměřenou práci, která vede ke změnám na hlubší emoční úrovni. Jejich skupinový model stejně jako individuální ST propojuje zážitkové, kognitivní, interpersonální a behaviorální způsoby práce. Program, který v této knize popisují, rozděluje intervence ST do čtyř hlavních složek: edukace o schematerapii, uvědomování si módů, zvládání módů a zážitková práce s módy. Jednotlivá sezení se zaměřují na každou z těchto složek a probírají hlavní módy schémat jeden po druhém. Sezení individuální ST dávají terapeutovi možnost použít kognitivní či zážitkovou intervenci nebo intervenci směřující ke změně navyklého způsobu chování. Autorky popisují konkrétní scénáře pro therapy, které jsou přístupné začátečníkům ve schematerapii, ale zároveň jsou dostatečně pružné, aby je bylo možné přizpůsobit potřebám a módu konkrétního pacienta. Díky kombinaci struktury a flexibility mohou tento manuál používat terapeuti všech úrovní zkušenosti s ST. Kniha je psána natolik srozumitelně, že ji mohou využívat pracovníci různých profesí v oblasti duševního zdraví, jako jsou psychologové, psychiatři, sociální pracovníci, poradci a psychiatrické sestry, stejně jako stážisté a odborníci ve výcviku.

Zkušenosti, které autorky nasbíraly během třiceti let výcviku terapeutů na mnoha místech světa a během vedení skupinové ST se širokým rozsahem

diagnóz, jsou v této knize jasně patrné. Tato kniha představuje první publikovaný terapeutický manuál integrující individuální a skupinovou schematerapii a úspěšně předává nejdůležitější informace, které terapeuti v praxi potřebují, aby mohli tento program zavést a uplatňovat. Předkládaný program lze uplatnit v intenzivní formě denně při hospitalizaci nebo v denních stacionářích, nebo v ambulantní péči v průběhu až jednoho roku. Program může zpočátku probíhat několikrát týdně a poté se jeho intenzita může zmírnit a může pokračovat v ambulantní péči. Uživatelsky přívětivý formát této knihy zahrnuje příklady popisu sdělení od pacientů, popisy dění ve skupině a v individuálních sezeních a příklady scénářů pro terapeuty, vysvětlující základní pojmy ST jazykem, kterému pacienti snadno porozumějí, spolu s písemnými podklady pro pacienty, popisy cvičení a domácích úkolů. Tyto materiály jsou součástí tohoto manuálu a zároveň je možné si je stáhnout z internetových stránek nakladatelství Wiley pro pacienty.

Na osobnější úrovni jsem měl příležitost zažít skupinovou schematerapii jako účastník pokročilého stupně výcviku, na který jsem pozval Joan, Idu a Neele, aby učily zkušené schematerapeuty v našem institutu v New Yorku. Po této zkušenosti jsem z potenciálu uplatnění ST ve skupině ještě více nadšen a velmi rád bych vedl skupinu ST jako tu, ve které jsem se sám naučil potřebným dovednostem. Joan Farrellová je výjimečná schematerapeutka, která ve skupině slouží jako stabilní opora, emoční centrum a vzdělávací expert – což je role, u níž si dokážu představit, že bych ji zaujal sám, kdybych měl dostatek času a zkušeností. Co mě doopravdy okouzlo – protože její styl je tak odlišný od mého a Joanina –, byla pozoruhodná skupinová práce Idy Shawové. Je těžké popsat její míru originality, kreativity a spontaneity, kterou vnáší do skupinového zážitku. Dokáže propojit součásti gestaltu, psychodramatu, hraní rolí a svého vlastního dramatického projevu a výsledkem je přístup, který dokonale odpovídá požadavkům intenzivní schematické práce s módy a kterým přiměje pacienty k hlubokým osobním změnám. Skupinová cvičení popsaná v tomto manuálu umožní schematerapeutům, aby si vyzkoušeli některé ukázky její jedinečné práce. Neele Reissová přidává perspektivu „příští generace“ schematerapeutů, kteří chtějí provádět empiricky ověřenou ST. Spolupracovala na studii uplatnění integrovaného modelu ST u hospitalizovaných pacientek s hraniční poruchou osobnosti (Reiss a kol., 2013a) a v současné

době se zaměřila na uplatnění ST u problémů, jako je fobie ze zkoušení a poruchy příjmu potravy.

Velmi tento vynikající manuál doporučuji všem pracovníkům v oblasti péče o duševní zdraví, kteří pracují se složitými, chronickými a těžko léčitelnými skupinami pacientů – zvláště těm, kteří hledají na důkazech založenou, rentabilní alternativu k již existujícím terapiím. Tato kniha představuje nepostradatelnou četbu pro odborníky, kteří mají zájem o schematerapii, hraniční poruchu osobnosti a další poruchy osobnosti a nové přístupy rozšiřující kognitivně-behaviorální terapii.

Jeffrey Young, Ph.D.

*Schema Therapy Institute of New York
Columbia University, Dept. of Psychiatry
březen 2014*