



**Uniwersytet
SWPS
Warszawa**

Zapraszamy na

SEMINARIUM KLINICZNE

**“ISTDP w psychoterapii pacjentów
z kruchą strukturą charakteru”**

współorganizowane przez
**Polskie Towarzystwo Psychoterapii ISTDP
oraz Wydział Psychologii Uniwersytetu SWPS w Warszawie**



Jon Frederickson



Beata Załoga

ISTDP w psychoterapii pacjentów z
kruchą strukturą charakteru

WPROWADZENIE DO ISTDP

BEATA ZAŁOGA

www.studiumistdp.pl

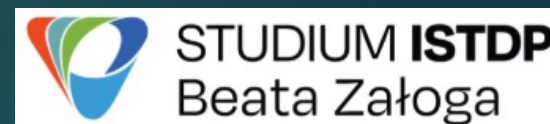


STUDIUM ISTDP
Beata Załoga

O mnie:

- ▶ Lek. psychiatra, Certyfikowana psychoterapeutka
- ▶ pierwsza w Polsce nauczycielka i superwizorka metody ISTDP
- ▶ Redaktorka merytoryczna książki Jona Fredericksona „Współtworzenie bezpieczeństwa...”
- ▶ współautorka rozdziału o ISTDP w podręczniku akademickim „Psychoterapia. Szkoły i metody”.
- ▶ Była przewodnicząca Sekcji ISTDP przy PSIP obecnie w zarządzie PTP ISTDP.
- ▶ Założycielka Studium ISTDP w Warszawie.

www.studiumistdp.pl



Plan

- Jak powstała ISTDP
 - Teoria psychopatologii
 - Sposób pracy
 - Spektrum diagnostyczne
-
- Badania kliniczne potwierdzające jego skuteczność

Twórca: H. Davanloo M.D.,
Lekarz/Psychoanalityk,
Urodzony w Iranie,
Pracował na Uniwersytecie McGilla w
Montrealu

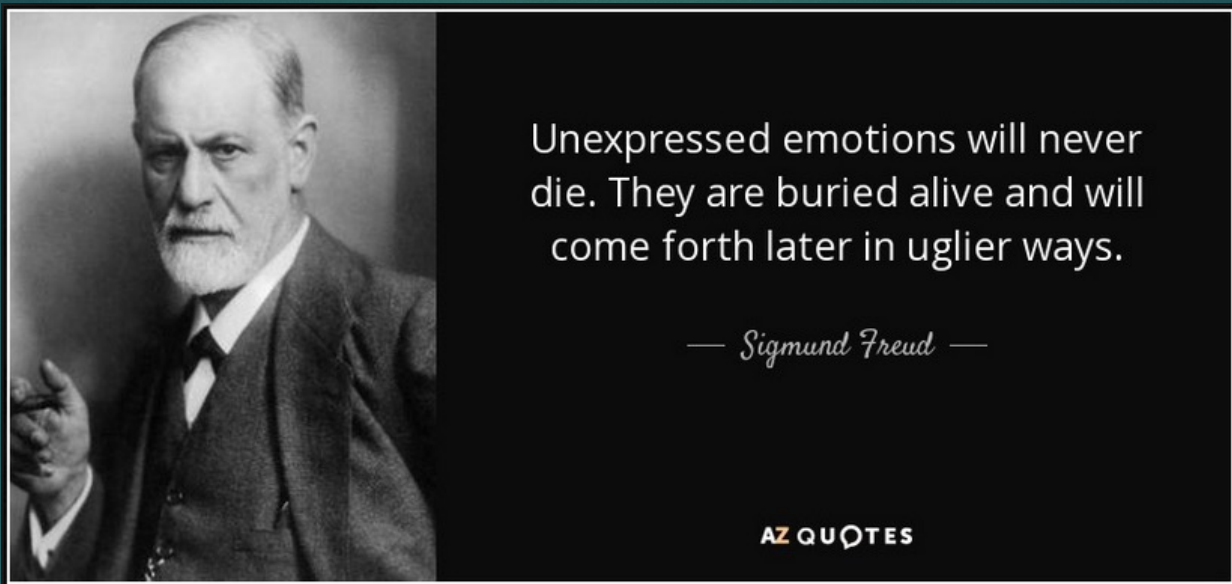
Psychoanalityk przekonany do teorii
ale
nie usatysfakcjonowany efektami...



Idea...

- ▶ Stworzyć terapię opartą na teorii psychoanalitycznej pozwalającą na bardziej efektywne i krócej trwające leczenie pacjentów w porównaniu z długoterminową psychoanalizą

Podstawy teoretyczne

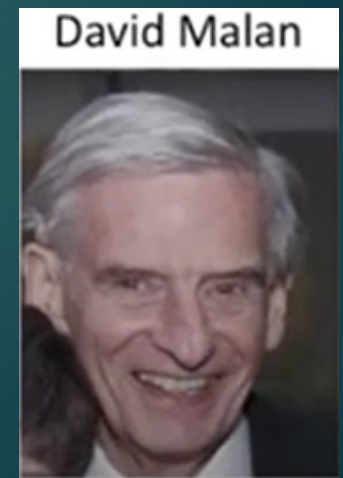


„Niewyrażone emocje nigdy nie umierają. Pogrzebane żywcem zawsze wracają w okropniejszy sposób”.

Zygmunt Freud

Współpraca z D. Malan

- ▶ D. Malan: Freud odkrył nieświadomość, a Davanloo odkrył jak w przyspieszony sposób do niej docierać”



Podstawy teoretyczne

- S.Freud: nieświadomość. Druga teoria lęku
- Ferenczi & Rank: aktywna postawa
- Alexander & French: korekcyjne doświadczenie emocjonalne
- A. Freud – mechanizmy obronne;
- W. Reich – zbroja charakteru.
- Sifneos, Mann: zogniskowanie
- **J.Bowlby** (1969) dostarcza naukowych dowodów dla teorii traumy jako etiologii nerwicy.
- Przywiązanie 1)ufne 2)lękowe-unikające 3)lękowe-ambiwalentne 4)lękowe zdeorganizowane

Model stworzony w oparciu o badania z zastosowanie technologii video

Prace nad rozwojem ISTDP trwają od lat 60-tych XXw

szczegółowa analiza nagrań sesji pod kątem

- mechanizmu powstawania psychopatologii
- skuteczności poszczególnych interwencji

pozwołała na opracowanie spójnej i skutecznej metody pracy terapeutycznej, która może przynieść efekty w krótkim czasie



Jak dochodzi do powstania psychopatologii?

Teoria powstawania psychopatologii skupiona wokół traupy:

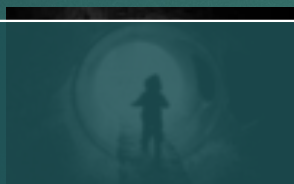
- pojedynczej, chronicznej lub złożonej
- we wczesnym okresie rozwoju

Więź
Z
Rodzicami





Więź z
rodzicami
miłość



Trauma

Ból



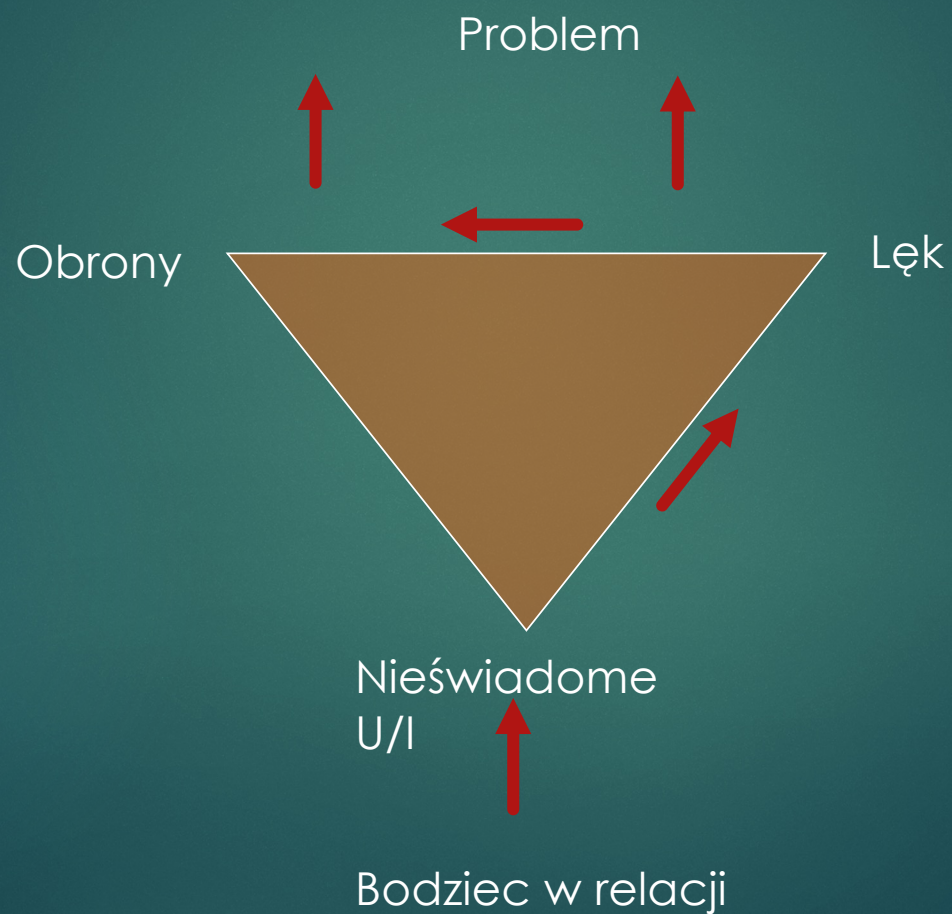
Wściekłość, wina
z powodu wściekłości



Obrony emocjonalne

Depresja
Problemy relacyjne. Samotność
Zaburzenia somatyczne

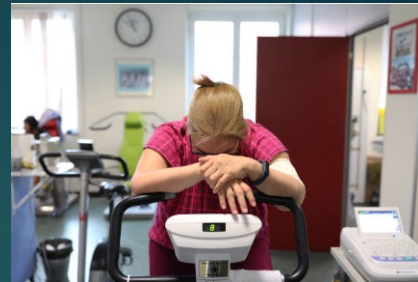
Trójkąty D.Malana- Trójkąt konfliktu



Obrony emocjonalne = Skutkiem problemy

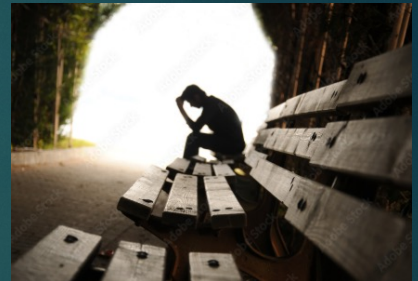
Odłączanie od emocji

- Brak energii, trudno podejmować decyzje



Zwracanie emocji złości przeciw sobie (atak na siebie, płaczliwość)

- Depresja

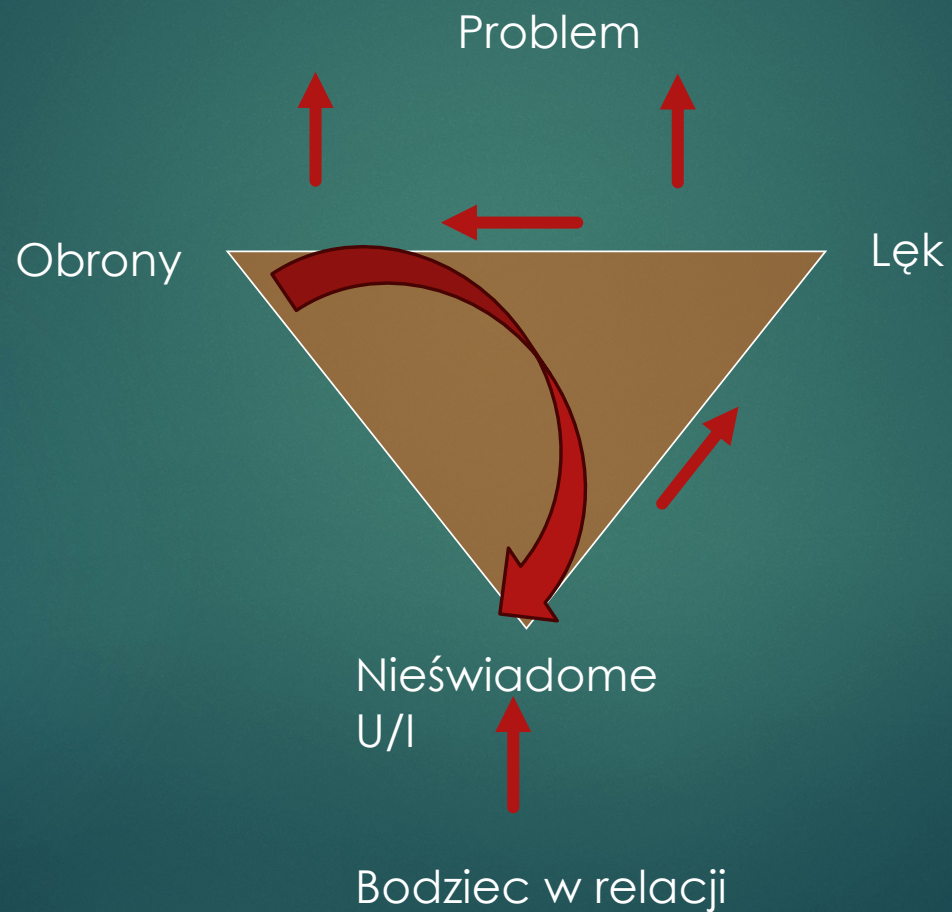


Roszczerpienie i projekcja

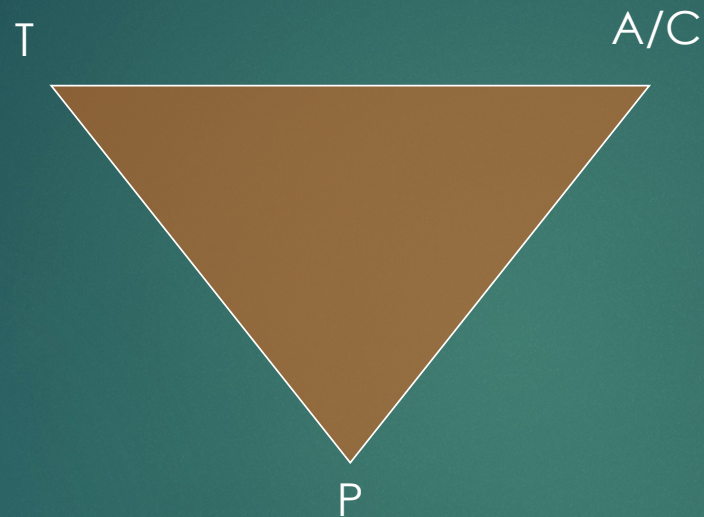
- Otoczenie zmienia się we wrogie



Trójkąty D.Malana- Trójkąt konfliktu



Trójkąt Osób. Mieszane uczucia



- ▶ T który stara się pomóc i jednocześnie konfrontuje obrony P budzi mieszane uczucia
- ▶ = docenianie i irytacja
- ▶ Aktywacja pierwotnej więzi: ból, wściekłość, wina w związku z wściekłością

UCZUCIA-DOCIERANIE DO NIEŚWIADOMYCH TRAUM



Co to znaczy pełne doświadczenie uczuć

- ~~Krzyk~~
 - ~~Uderzanie w stół~~
 - ~~Przeklinanie~~
 - NIE!
-
- To obrony chroniące przed doświadczeniem uczuć w środku ciała

Pełne doświadczenie uczucia

Świadomość:

1. Poznawczej treści uczucia (jakie, czego dotyczy to uczucie)
2. Fizjologiczne doświadczenie uczucia w ciele
3. Do jakiego działania to uczucie napędza

Obecność wszystkich elementów=Pełne spotkanie z
dotychczas unikanymi uczuciami dotyczącymi
teraźniejszości i przeszłości =Ustąpienie objawów/problemów

W ISTDP

- ▶ T: „Co pani czuje do mnie...”? P: „złość”
- ▶ T: „jak doświadczają Pani tej złości fizycznie w swoim ciele”
P: *mech.obronne* „Czuję energię idącą od dołu brzucha do góry i do rąk”
- ▶ „Co te ręce chciałyby zrobić, co ten impuls, który pani doświadczają, robii w pani wyobrażeniu”

UWAGA NA LĘKU!

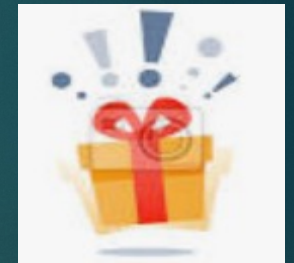
- ▶ Lęk jest procesem bio-fizjologicznym w naszym ciele

Ścieżki rozprzestrzeniania się lęku w ciele.

- ▶ Mięśnie poprzecznie prążkowane
-sygnał, że na dobrym tropie, eksploracja
- ▶ Mięśnie gładkie
- ▶ Zaburzenia percepcyjno-poznawcze

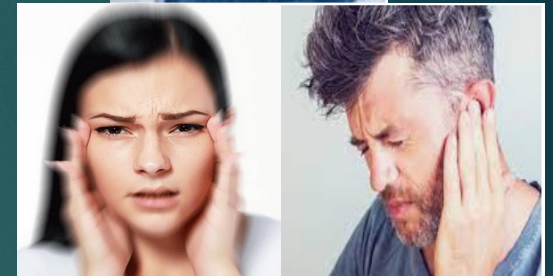
Lęk utrzymywany w optymalnym zakresie

- ▶ Wiedza o tym kiedy lęk w optymalnym zakresie pozwala optymalizować tempo pracy
- ▶ Lęk w postaci westchnień i napięcia w m. prążkowanych sygnałem, że T na właściwym tropie, zbliżamy się do ważnych treści i uczuć (demo)
- ▶ Brak westchnień, brak mobilizacji mięśni prążkowanych sygnalizuje nie jesteśmy na właściwym tropie do ważnych treści i uczuć, nie zajmujemy się właściwie mech. obronnymi



Lęk przekraczający optymalny zakres

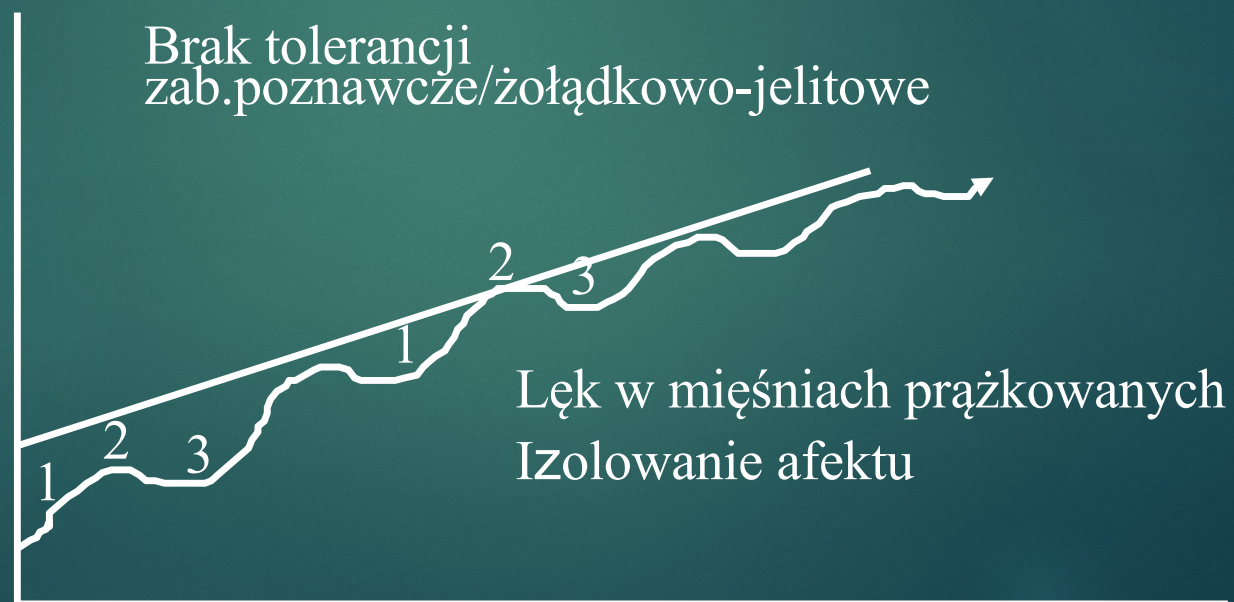
- Lęk zbyt wysoki,
- Pojawiają się objawy np. ze strony przewodu pokarmowego
- lub zakłócenie funkcji poznawczych
- Pacjent nie jest w stanie angażować się w pracę, przetwarzać i asymilować informacje
- Konieczne przerwanie eksploracji i uregulowanie lęku



Formacie stopniowanym

Lęk/uczucia

Brak tolerancji
zab.poznawcze/żołądkowo-jelitowe



Mechanizmy unikania emocji- obrony emocjonalne.



Aktywne zapraszanie by pacjent robił dla siebie coś dobrego

- ▶ Czuł uczucia
- ▶ Angażował się w pracę terapeutyczną vs pasywność
- ▶ Chciał mówić o problemie wewnątrzpsychicznym vs mówienie jak inni są problemem w jego życiu

Konsekwentna nieustępliwa praca z obronami

- Wskazanie obrony
- Klaryfikacja – pokazanie funkcji i kosztu (konsekwencji jej stosowania)
- Zachęcanie, mobilizowanie, by pacjent mechanizm obronny odłożył i spróbował inaczej

Obrony-poziom dojrzałości

Wyższego rzędu

- ▶ izolacja afektu
- ▶ wyparcie (represja)
- ▶ spowalnianie
- ▶ reakcja pozorowana
- ▶ intelektualizacja
- ▶ racjonalizacja
- ▶ minimalizowanie
- ▶ wyrażenia hipotetyczne
- ▶ negacja

Niższego rzędu (Regresyjne)

- ▶ bezradność,
- ▶ uległość,
- ▶ **placzliwość,**
- ▶ **krytyczne atakowanie siebie**
- ▶ **somatyzacja**
- ▶ **projekcja,**
rozszczerpienie,
eksternalizacja,
dysocjacja,
halucynacje i urojenia

FOKUS I KONKRETNOŚĆ



Centralna sekwencja dynamiczna

- Specyficzny sfokusowany wywiad i budowanie przymierza pracy
- Mobilizowanie emocji w kontekście konkretnych sytuacji
- Monitorowanie lęku i utrzymywanie go na optymalnym poziomie
- Blokowanie obron, które szkodzą pacjentowi i podtrzymują jego cierpienie
- Nacisk na doświadczanie uczuć i impulsów co prowadzi do otwierania nieświadomości i rzuca światło na źródła problemów
- Zrozumienie i integracja wspomnień, przeżyć, które wyłynęły na powierzchnię. Nadanie im znaczenia i wbudowanie w spójną życiową narrację.

Aktywacja uk. emocji i pamięci

Średni wzrost
złożonych uczuć

Wysoki
wzrost

Częściowe
odblokowanie

Pełne
odblokowanie

Szepty
przymierza:
rozumienie
dynamiki

Negacje,
przejęzyczenia

Wściekłość,
żał, powiązania
z traumą

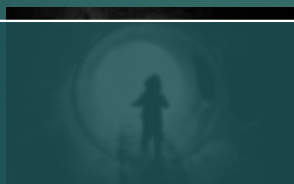
Wściekłość
WINA, transfer
obrazów

Zamknięta nieświadomość

Otwarta nieświadomość



Więź z
rodzicami
miłość



Trauma

Ból



Wściekłość, wina
z powodu wściekłości



Obrony emocjonalne

Depresja
Problemy relacyjne. Samotność
Zaburzenia somatyczne



Więź z
rodzicami
miłość



Trauma



Ból



Wściekłość, wina
z powodu wściekłości



Obrony emocjonalne

Depresja
Problemy relacyjne. Samotność
Zaburzenia somatyczne



Spektra diagnostyczne pacjentów Davanloo 1995; Abbas 2002



Spektra diagnostyczne pacjentów

Davanloo 1995;

Abbas 2002



Każdy proces terapeutyczny jest szyty na miarę możliwości pacjenta, siły i zdolności jego ego (sposobu regulowania lęku i struktury obron)

ISTDP-Szkolenia

- Warsztaty wprowadzające do teorii i praktyki ISTDP (PRECORE)

14-16. XI. 2025

- Seminaria

- CORE TRAINING ISTDP-całościowe

- od III.2026

- Absolwenckie grupy seminaryjno-superwizyjne

www.studiumistdp.pl

DZIĘKUJĘ ZA UWAGĘ

Slajdy

www.studiumistdp.pl

