

Pszichoedukáció, avagy a betegség és annak kezelése mint a páciens tananyaga

Dr. Szilágyi Simon

A pszichoedukáció céljai

- A páciensek (illetve hozzátartozóik) tájékoztatása a betegségről, pszichés problémákról
- Téves információk, előítéletek felszámolása
- A páciens kontrollérzetének erősítése
- A kiszolgáltatottság érzés csökkentése
- A terápiával való együttműködés elősegítése
- A betegség visszatérési esélyének csökkentése
- A pácienset támogató szakemberek munkájának segítése

A pszichoedukáció leggyakoribb alkalmazási területei

- Mentális zavarok (elsősorban szkizofrénia, pszichózis mániáko- depresszív, fájdalom szindrómák, étkezési zavarok, depresszió, szorongásos problémák)
- Onkológiai betegségek
- Neurológiai betegségek (epilepszia, szklerózis multiplex, stb.)

Pszichológiai készségek hiánya krízisbetegeinknél

Pácienseinknél gyakran tapasztalható:

- Az önérvényesítő magatartás hiánya
- A megküzdő képesség gyengesége
- Elégtelen feszültségtűrő képesség
- Az alkalmazkodó képesség elégtelensége
- Az alapvető pszichológiai fogalmak ismeretének hiánya
- Gyenge frusztrációs tolerancia

A beszélgetés sorozat tematikája

- Lelki egészség
- Önérvényesítés
- Stressz, megküzdés
- Krízis
- Depresszió
- Konfliktuskezelés
- A személyiségzavarokról
- A szenvedélybetegségekről

A terápia gyakorlati sarokpontjai

- Közvetlen terápiás jelentősége van a lélektani krízisről szerzett ismereteknek (szuicid prevenció)
- A hétköznapi élethelyzetek megoldásában direkt módon segíthetnek az önérvényesítésről szóló beszélgetések
- A konfliktuskezelő stratégiák megismerése is közvetlenül hasznosítható
- A betegség tünetek pontos ismerete a megelőzést hatékonyan szolgálja

A terápia előnyei

- Az üléseken való részvételnek ellenjavallata gyakorlatilag nincs
- Szinte minden mentális zavarban használható a súlyos pszichotikus állapotok kivételével
- A tartalmi elemek mellett lehetőséget nyújt az un. nem-specifikus pszichoterápiás hatások intenzív használatára
- A terápia jellege miatt minimális az ellenállás a páciensek részéről
- A kapott visszajelzések szerint növeli a kliensek kompetencia érzését
- Osztályunkon népszerű terápia

Irodalomjegyzék

Köszönöm a figyelmet!

Dr. Szilágyi Simon
intervencio@peterfykh.hu