

Базовые эмоциональные потребности паллиативного пациента

Сирота Н.А. д.м.н., профессор, зав. кафедрой клинической
психологии РУМ МЗ РФ

Что такое схема-терапия?

- Подход к лечению широкого спектра психологических расстройств, который объединяет когнитивные, экспериенциальные или эмоционально ориентированные и поведенческие вмешательства, изменяющие паттерны поведения. (Дж. М. Фаррелл, Н. Рейс, А.А. Шоу, 2020)
- В ней сочетаются элементы КПТ, теории привязанности, гештальт-терапии, теории объектных отношений, психоаналитических школ... (Дж. Янг, Дж. Клоско, М. Вайсхаар, 2020)
- Формы: индивидуальная и групповая
- Является трансдиагностической моделью.



ВООБРАЖЕНИЕ

- Работа с воображением, воспоминаниями постоянно
- Нейрогенез
- Нейронные связи

Базовые эмоциональные потребности по Дж. Янгу:

1. Потребность в надежной привязанности (включая безопасность, понимание, принятие, заботу, поддержку, руководство, стабильность)
2. Потребность свободно выражать свои чувства, переживания и нужды
3. Потребность в автономии, компетентности и чувстве идентичности
4. Потребность в спонтанности и игре
5. Потребность в реалистичных границах и обучении самоконтролю

Схема

Включает воспоминания, эмоции, когнитии и телесные ощущения

- Распространяется на себя и на отношения с другими людьми
- Возникает в детстве или подростковом возрасте
- Развивается на протяжении всей жизни (Дж. Янг. Дж. Коско, М. Вайсхаар, 2020)

Происхождение дисфункциональных схем, связанное с эмоциональными потребностями:

- Отсутствие безопасности и надежной связи с другими
- Недостаточное понимание/валидация эмоций и чувств
- Нарушенная автономия
- Недостаточное самовыражение
- Нарушенные границы

Основные схемы (в зависимости от базовой неудовлетворенной потребности)

В ситуации НЕОПРЕДЕЛЕННОСТИ в болезни и СТРАХА

ПРОГРЕССИРОВАНИЯ ЭТИ ПОТРЕБНОСТИ усиливаются

- **Неудовлетворенная потребность в надежной привязанности (безопасность, понимание, принятие)**

Схемы: 1) покинутость 2) недоверие/жестокое обращение 3) эмоциональная депривация 4) дефективность 5) социальная изоляция;

- **Неудовлетворенная потребность в автономии, компетентности и чувстве идентичности**

Схемы 6) Зависимость 7) Уязвимость к ущербу 8) Неразвитая идентичность 9) Неуспешность 10) Негативизм/пессимизм;

- **Неудовлетворенная потребность свободно выражать свои чувства, переживания и нужды**

Схемы 11) Подчинения 12) Самопожертвования 13) Поиска одобрения;

- **Неудовлетворенная потребность в спонтанности и игре**

Схемы 14) Подавления эмоций 15) Пунитивность 16) Жесткие стандарты;

- **Неудовлетворенная потребность в реалистичных границах и самоконтроле**

Схемы 17) Грандиозность 18) Недостаточность самоконтроля;

Теория Дж. Луиса

ОСНОВНЫЕ ЭМОЦИОНАЛЬНЫЕ ПОТРЕБНОСТИ

- Их удовлетворение или неудовлетворение приводит соответственно к улучшению или ухудшению состояния человека
- Каждая из эмоциональных потребностей вносит свой вклад в общее состояние человека и не может вытекать из другой потребности или пересекаться с какой-либо из них
- Основные эмоциональные потребности очевидны и общепризнаны в любой культуре

Основные эмоциональные потребности	Группы ловушек
Привязанность и принятие	Отчуждение и отвержение
Разумная самостоятельность и самовыражение	Отсутствие самостоятельности и самовыражения
Разумные ограничения	Ослабленные ограничения
Реалистичные ожидания	Завышенные ожидания
Духовные ценности	Игнорирование духовных ценностей человека

**ОСНОВНАЯ ЭМОЦИОНАЛЬНАЯ ПОТРЕБНОСТЬ В
ПРИВЯЗАННОСТИ И ПРИНЯТИИ**

ЧТО ЭТО?

- ПОТРЕБНОСТЬ В ОЩУЩЕНИИ ГЛУБОКОЙ
ПРИВЯЗАННОСТИ К БЛИЗКИМ, ЧУВСТВЕ
ПРИНАДЛЕЖНОСТИ К СЕМЬЕ, ГРУППЕ, СООБЩЕСТВУ,
В КОТОРЫХ ЧЕЛОВЕК ПРИНЯТ И БЕЗУСЛОВНО
ЛЮБИМ.

УБЕЖДЕНИЯ

- Они уделяют мне время, заботятся обо мне
- Они любят меня и скучают, когда меня нет рядом
- Им не безразлично, какие чувства испытываю я и они сами
- Они гордятся мной, даже зная о моей болезни
- Они разговаривают со мной с уважением
- Они до конца моих дней верят в меня и вдохновляют

ОТЧУЖДЕНИЕ И ОТВЕРЖЕННОСТЬ: ловушки

- Недоверия
- Ущербности
- Эмоциональной депривации
- Социальной изолированности
- Эмоциональной холодности
- Страх одиночества и смерти, депривация

ЛОВУШКА СОЦИАЛЬНОЙ ИЗОЛИРОВАННОСТИ

- Человек ощущает свое отличие от других и чувствует, что уже не вписывается в сложившееся сообщество
- Человек чувствует, что его семья тяготится им

ЛОВУШКА ЭМОЦИОНАЛЬНОЙ ХОЛОДНОСТИ

- В семейном кругу близкие почти не разговаривают с человеком
- Человек чувствует, что ему не позволительно быть самой собой и выражать свои эмоции
- Громкое и яркое проявление чувств рассматривается как неприемлемое поведение

**ЭМОЦИОНАЛЬНАЯ ПОТРЕБНОСТЬ В РАЗУМНОЙ
САМОСТОЯТЕЛЬНОСТИ И САМОВЫРАЖЕНИИ**

УБЕЖДЕНИЯ

- Я могу сам выбирать, куда мне двигаться, руководствуясь советами компетентных людей, которым доверяю
- Пока я веду себя ответственно, я могу выбирать
- Близкие и мед персонал беспокоятся обо мне, когда мне больно или плохо, но не паникуют

**ОСНОВНАЯ ЭМОЦИОНАЛЬНАЯ
ПОТРЕБНОСТЬ В РАЗУМНЫХ ОГРАНИЧЕНИЯХ**

УБЕЖДЕНИЯ

- Если мое поведение и слова выходят за рамки, они уважительно меня поправляют
- Если я не справляюсь с поставленной задачей, они вдохновляют меня упорнее трудиться
- Они советуют мне рассматривать проблему со всех сторон
- Они не всегда позволяют мне поступать по-своему и говорят «нет» ради моего блага

**ОСНОВНАЯ ЭМОЦИОНАЛЬНАЯ ПОТРЕБНОСТЬ В
РЕАЛИСТИЧНЫХ ОЖИДАНИЯХ**

УБЕЖДЕНИЯ

- Они знают мои сильные и слабые стороны
- Они вдохновляют меня на стремление к новым высотам
- Они заботятся о том, чтобы у меня оставалось свободное время
- Они не обвиняют меня, когда что-то идет не так
- Они прощают меня, когда я ошибаюсь
- Они учат меня заботиться о себе и стремятся сделать так, чтобы я радовался жизни

ЛОВУШКА ЖЕСТКИХ СТАНДАРТОВ

- Один или оба родителя имели очень высокие ожидания от детей
- Любовь одного или обоих родителей зависела от достижений ребенка
- Родители часто говорили о том, чего ребенок должен достичь и сколько достигли другие
- Обсуждая кого-то между собой, родители не скупились на критику, а ребенок это слышал.
- Когда ребенок не добивался поставленной цели, его критиковали и стыдили
- Ребенок придумал жесткие стандарты, чтобы смягчить боль от того, что у него ни с кем не получалось подружиться

Благодарю за внимание!