Назва документу: Погляд клінічного психолога: Доктор Маріон Бейтс

Дата документу: 2017

Інформація

про правовласника: © The Open University

Курс OpenLearn: Осмислення проблем психічного здоров’я

OpenLearn url: <http://www.open.edu/openlearn/health-sports->

psychology/making-sense-mental-health-problems/content- section-0

**Погляд клінічного психолога: Доктор Маріон Бейтс**

*Dr* *Marion* *Bates*

Bates, M. (2017) *The* *Mandy* *Case* *Study:* *The* *Clinical* *Psychologist’s* *View*, Milton Keynes, The Open University.



[www.open.edu/openlearn](http://www.open.edu/openlearn) Page **1** of **1**

Погляд клінічного психолога: Доктор Маріон Бейтс

# Контекст

Я клінічний психолог. Паціенти також можуть називати мене своїм психологом, терапевтом або психотерапевтом. Я маю диплом Британського психологічного товариства. Я також практикуючий психолог, зареєстрований у Раді медичних працівників. Для професіонала дуже важливо бути зареєстрованим в обох цих органах. Один з них, Британське психологічне товариство, є нашим професійним органом, а Рада медичних працівників реєструє широкий спектр медпрацівників, включно з психологами. І це має значення, оскільки існують певні захищені ступені, які можуть використовувати деякі типи психологів. Паціенти мають бути впевнені, що вони можуть довіряти терапевту, якого вони відвідують, а також що вони знають інстанцію, до якої можна поскаржитися, якщо щось піде не так.

Клінічні психологи включені у процеси допомоги людям, які мають проблеми з психічним здоров’ям. Одна з цих речей — надати комплексну психологічну оцінку їхніх труднощів, яка зараз є у їхньому житті, щоб ми могли допомогти клієнтам прийти до розуміння цих труднощів. Ми також працюємо разом із пацієнтами, тому це спільна робота між психологом і його користувачем послуг. Інші процеси, у які ми включені, є важливою частиною нашої ролі, — це консультації з іншими фахівцями та забезпечення нагляду колег. Тому ми працюємо, щоб допомогти іншим професіоналам зрозуміти їхню роль, яку вони відіграють у роботі з пацієнтами. Головна частина підходу клінічного психолога насправді базується на впевненій основі для формулюванні; тому він намагається зрозуміти клієнта як цілісну особистість з біологічної, психологічної та соціальної сторони. Ми також надаємо різні типи психотерапії, які потім можна використовувати для лікування або для допомоги людині змінити свою поведінку та погляд думок, і сподіваємося змінити думки та емоції паціента.

# Формулювання

Як клінічний психолог, я дивлюся на ситуацію таким чином, щоб не навішувати на людей ярлики, тому ми не обов’язково ставимо комусь діагноз. Ал якщо б ми почали шлях до діагностики, то для того, щоб допомогти Менді отримати доступ до послуг. Я б дуже не хотіла поставити їй діагноз так рано. Скажімо так: якщо якби ми говорили про лікування, я б проконсультувалася з психіатром для визначення які найкращі ліки вона порадить. Тоді я б лікувала Менді ще й психологічним втручанням. Когнітивно-поведінкова терапія, наприклад, є тим лікуванням, яке рекомендоване , наприклад, посібниками NICE.Для такого лікквання вам не потрібно мати діагноз.

Як клінічний психолог я б постаралася запобігти надаванню комусь діагностичного ярлика. Я хотіла би створити психологічне формулювання, яке насправді було б історією життя Менді та того, як вона опинилася тут сьогодні. Тож я б дивився на ранній досвід з точки зору того, чи мала вона якийсь травматичний епізод, або яким було її дитинство? Яким був її досвід у школі? Її виховання? І тоді я б роздивлялася те, що насправді є причиною її проблем? Які тригери спровокували це? І що з нею зараз відбувається, що прийвело її до наших інстанцій? Тому що, наскільки нам відомо, вона раніше не була зараєстрована як людина з психічними проблемами.

Я також звернула б увагу на фактори обслуговування. Які події чи почуття формують її проблеми? З точки зору побудови формулювання, було б дуже доречно відкрито поспілкуватися з Менді, щоб дізнатися, у чому, на її думку, полягали її проблеми. Є вірогідність, “голоси” не є для неї головною проблемою. Можливо, вона насправді відчуває підозри стосовно чогось, і тому вона відступає. Що у неї є якісь інші труднощі, про які ми не знаємо. Тож ми хотіли б дізнатися від неї, над чим, як вона вважає, їй потрібно працювати, і використати цю інформацію, щоб скласти формулювання проблеми. Це допомогло б справді скласти план дій і пошук найкращого способу допомогти їй. Це включало б мультидисциплінарний підхід: медицинський, догляд медсестри та соціальних працівників. Існують труднощі, пов’язані з її фінансами та іншими соціальними факторами, які спричиняють погіршення її стану таким чином.

Думаю, що вона сповнена переживань. У неї незвичайний досвід, або іншими словами, голоси, які її турбують, і ми спробуємо представити це в термінах такого формулювання, що в даний момент вона відчуває X, Y і Z, і, можливо, як ми можемо їй допомогти. Я б намагалася не навішувати на неї ярлик, і це майже політичний аспект психології, який ми намагаємося з’ясувати, як саме Менді хотіла це назвати.

Перш за все, клінічний психолог проведе повну оцінювання стану Менді, досліджуючи походження голосів, пов’язавши це з її раннім досвідом. І ми разом побудуємо психологічне формулювання, яке б дійсно досліджувало значення голосів, тригери для її голосів і те, як вона зрозуміла їх, а також її поведінку та емоції, що є результатом цих переживань. Потім ми використаємо це психологічне формулювання для визначення плану втручання і лікування. Зараз одним із основних рекомендованих підходів є когнітивно-поведінкова терапія психозів, яка дуже спрямована на допомогу паціенту. Тож я б допомогла Менді зрозуміти її стосунки з голосами та, можливо, кинула би виклик деяким із цих переконань, що вона має. Працювати над побудовою інших стосунків з голосами, щоб вона відчувала, що краще їх контролює, а також як вона може ними керувати, а можливо і позбутися їх взагалі.

Досить часто люди сприймають голоси як продукт їхніх власних думок, тому ми хотіли б дослідити, чи насправді ці голоси, на її точку зору, надходять ззовні її голови чи виникають всередині її голови. Вона вважає, що голоси є продуктом її розуму, або вони були звідкись імплантовані? Тож, наприклад, я ставила би незручні запитання, Наприклад, “якби ти померла, куди б поділися голоси?” І вона може відповісти

вони можуть піти в голову когось іншого, або вони можуть піти з нею, і це може відкрити спосіб допомогти їй зменшити силу цих голосів.

Мені було б дуже неприємно ставити їй будь-який діагноз розладу особистості на основі того, що ми маємо. Я сподіваюся, що ми зможемо допомогти їй отримати доступ до деяких послуг у сфері ментального здоров’я, які могли б їй допомогтию Без необхідності давати їй мітку-диагноз, що теоретично може статися, якщо вона опиниться в більш гострому стані і їй, наприклад, знадобиться госпіталізація.

З точки зору психолога, я хотіла би провести повну оцінку, дізнавшись про її минуле, її ранній досвід. Мені було б цікаво поговорити з нею про те, що вона усиновлена, і що це для неї означає. Це може бути неважливим для неї, але це може бути важливим для її почуття ідентичності. Тому я хотіла би це дослідити. А також її виховання, її дитинство та згадати про стратегії подолання, які вона виробила, щоб справлятися зі своїми труднощами в дитинстві, як вони розвивалися в дорослому віці, і які стратегії подолання проблем вона використовує зараз. Таким чином у мене була б комплексна оцінка. Ще я б запитала її про її стосунки - як минулі, так і поточні. Можливо, я також хотів би вивчити її культурне походження та її віру.

Чи має вона якісь духовні переконання, які могли б сприяти її переживанням, і я б дуже хотіла почути саме від неї, що означає її голоси. Голоси чи голос, на її думку, це продукт її власного розуму? Або це приходить ззовні? Яка природа цього голосу? Це чоловік чи жінка? Як вона вважає, про що цей голос їй нагадує? Чи пов’язано це з будь-яким жорстоким поводженням, якого вона могла зазнати?

Я думаю, що психологічне обстеження має на меті реально оцінити, яку функцію мають голоси, яке значення вони мають. Хто такий цей “голос”, чи має він ім’я, це конкретна фігура в її житті. Я б дійсно шукала видповіді на те, як вона може зрозуміти цей голос, а потім я б якимось чином досліджував силу, яку цей голос має на неї, і працювала б над тим, як Менді могла б відновити певний баланс. Здається, зараз вона відчуває себе досить слабкою, і голос, можливо, контролює її. Тоді ми б могли подумати про те, як ми через терапію, через когнітивну поведінкову терапію допоможемо їй, як вона могла б керувати голосами, незалежно від того, зникають вони чи ні.

Одна з речей, про яку ми не згадали… це те, що коли ми проводимо оцінювання пацієнта, ми проводимо свого роду стандартизоване оцінювання. Але ми також зосереджуємося на ризику, а ризик, як я думаю, полягає у тому, шо Менді, здається,себе ізолювала. Вона не працює. У неї може не бути грошей навіть на те, щоб, купити їжу, і ризик завдати собі шкоди може бути досить великим. Тому ми, безперечно, зосередимося на цьому як на пріоритеті, щоб визначити, як ми можемо забезпечити певну підтримку щоб зменшити цей ризи

# Сприяючі фактори

Безумовно, я думаю, що основні труднощі на даний момент, полягають у тому, що вона стала ізольованою, її голос став набагато сильнішим, і це заважає їй продовжувати своє повсякденне життя. Я б теж була стурбована ризиком, тому що, якщо вона ізолюється, вона не може ходити на роботу, вона не може отримати доступ до кола підтримки, які вона мала раніше, з огляду на свого партнера. Я хотіла, щоб вона дізналася про небезпеку для себе, якщо її стан погіршиться.

Я хотіла би встановити причини з позиції думки про неї в певній моделі вразливості, тому мій напрямок думок такий: «Які речі, які трапилися з нею в минулому, могли так зашкодити їй, що вона не настільки здатна впоратися зі стресом у поточний час?». Чи пережила вона якусь травму в психологічному плані. Я б подивився, чого навчив її власний ранній досвід щодо розвитку навичок справлятися з неприємностими та стресом, і я б подивився, які нинішні тригери до останніх переживань,, і що є фактором, який продовжує тримати її у цьому стані? Тобто,шо тримає цикл відокремлення від людей і що може спонукати ці голоси?

Мені було б дуже цікаво дізнатися, що вона використовує, щоб впоратися в даний момент, чи є у неї стратегії для покрашення? Чи, можливо, вона і так вже довго справлялася? Які позитивні чинники в її житті? Чи існують якісь захисні фактори, якщо говорити про підтримку сім’ї? Чи практикує вона якусь медитацію, які речі утримували її від звертання до спеціалістів досить довго? І ми будемо думати про максимізування ціх факторів, щоб вони допомогти їй у її одужанні.

Однією з рушійних сил психології є питання не про те, що з кимось щось не так, а про те, що з кимось все добре. Отже, що є правильним для Менді, що може допомогти їй працювати над тим станом, що з нею зараз відбувається?Стосовно позитивних факторів у її житті, для Менді працює те, що вона, очевидно, використовувала свою творчість, щоб допомогти собі у минулому. Тому я хотів би подивитися, як ми можемо посилити ці позитивні факториі? Постановка діагнозу більш описує що з Менді не так, ніж те, що добре і правильно для її стану. Позитивні фактори - це те, з чим ми можемо працювати, щоб допомогти їй на шляху до одужання.

Спеціалісти сервісу ментального здоров’я не обов’язково мають бути тими, хто буде надавати підтримку Менді. Може статися, що проста нормалізація її сучасного жіттєвого досвідуОднією з рушійних сил психології є питання не про те, що з кимось щось не так, а про те, що з кимось все добре. Отже, що є правильним для Менді, що може допомогти їй працювати над тим станом, що з нею зараз відбувається?Стосовно позитивних факторів у її житті, для Менді працює те, що вона, очевидно, використовувала свою творчість, щоб допомогти собі у минулому. Тому я хотів би подивитися, як ми можемо посилити ці позитивні факториі? Постановка діагнозу більш описує що з Менді не так, ніж те, що добре і правильно для її стану. Позитивні фактори - це те, з чим ми можемо працювати, щоб допомогти їй на шляху до одужання.

Спеціалісти сервісу ментального здоров’я не обов’язково мають бути тими, хто буде надавати підтримку Менді. Може статися, що їй домомогла б нормалізація її сучасного жіттєвого досвіду. Переважна більшість людей, які чули голоси, мають доступ до мережі Hearing Voices Network, там вона зможе працювати над своїм одужанням разом із підтримкою команд психіатричних спеціалістів.