

Terapeut: Možeš li na skali od 0 do 10 označiti gdje si danas, koliko si zadovoljan tim odnosima s mamom? (skalirajuća pitanja)

Luka: Hm, negdje sam na 3, tako, 4 možda. Prije nego smo došli k tebi bilo je još gore.

Terapeut: OK, to je super, znači da ste već nešto zajednički dobro učinili; 3, 4 nije to mali broj (navijanje), kako si došao do tog broja danas, s obzirom na to da nisi na 0, što je sve pomoglo da do toga dođeš? (izuzetci, potkrepljivanje)

Luka: Kad nisam živčan zbog nekih drugih stvari, onda imam više strpljenja za nju... i kada ona nije cendrava, onda možemo bolje razgovarati.

Terapeut: Što vam je do sada bilo od pomoći?

Luka: Znali smo raditi dogovore, ali nisu bili dugog trajanja, ja bih obično zafrknuo, ne bih išao u školu, a ne bih joj rekao.

Terapeut: OK, radili ste dogovore koji nisu bili dugog trajanja, ali su nakratko ipak davali rezultate, što je još pomagalo? Kako ste to činili? (pitanja snalažljivosti)

Luka: Znali smo zajedno kuhati, ja bih joj pomagao, znam kuhati, moraš doći jednom. Kad kuhamo skupa, onda se šalimo, bude dobra vibra i tada si možemo reći neke stvari, ne svađamo se, možemo pričati o svemu (smije se kutovima usana).

Terapeut: Kada bi se pomaknuo na onoj ljestvici za jedan broj više, što bi za tebe bilo drukčije? (skalirajuće pitanje)

Luka: O, bilo bi mi ugodnije kod kuće, možda bih bio više doma, ne bih bježao van.

Terapeut: OK, da vidimo što biste onda mogli ti i mama zajednički učiniti a da se vaši dogovori održe, da ostanu u sjećanju? (preuzimanje odgovornosti)

Luka: Mogli bismo mama i ja napisati pravila, dogovore na jedan papir da ih i ti vidiš pa da vidimo hoće li to funkcionirati. Prije su se naši dogovori uvijek odnosili na mene, ona nije bila uključena, bila je kontrolor. Zapravo, to nisu ni bili dogovori, nego bi ona meni rekla kako ja moram. Ja mislim da i ona mora pridonijeti. Evo, ja bih volio i da skupa pijemo ujutro kavu, prije nego ona ide na posao, a ja u školu. Predložio bih joj, radi nje, jer bi njoj to bilo korisno, i da zajedno vježbamo, radimo gimnastiku, ona je ipak nekada bila sportašica. To bi joj pomoglo i u liječenju njezine depresije, čitao sam da to pomaže.

Terapeut: Jako mi se sviđa ta ideja zajedništva. Prepoznajem da se brineš za njezino zdravlje (navijanje, poticanje). Uvijek postoje neki izazovi koji nas mogu spriječiti da se držimo dogovora, vidiš li neke? (prepoznavanje eventualnih prepreka)

Luka: Ja katkad budem oduševljen nečim, a onda poslije odustanem. Nadam se da sada neću.

Terapeut: OK, govorili smo o onim promjenama koje su do sada dale rezultate, i nadamo se da će ovo biti jedna od njih. Ako smo se nas dvoje dobro razumjeli, ti i mama ćete zajednički napraviti dogovor u kojemu ćete oboje sudjelovati (provjeravanje shvaćenog). To je razlika u odnosu prema vašim dosadašnjim dogovorima u kojima je ona određivala što ćeš ti raditi (naglašavanje razlike, promjene). Ti ćeš iznijeti prijedloge o kojima smo ti i ja danas razgovarali, a ona će ponuditi svoje prijedloge. Vas dvoje ćete to zapisati, sljedeći put donijeti i do tada ćete se toga držiti (precizno definiranje zadatka).

Luka: Može, super.

(Autorica prikaza Zrinka Rička Žauhar)

Prikaz rada sa psihotičnim pacijentom, terapeutov opis

„... ulaskom u pacijentov stan zatekao sam situaciju u kojoj je naš pacijent držao svoju suprugu rukom ispod vrata. Ugledavši me, pacijent je pustio suprugu i opustio se poput lutka, bez riječi. Sjeo sam na fotelju suprotno od vrata i saznao od supruge da se njezin suprug prethodni dan uznemirio, bio u nekakvom strahu, nije uopće govorio, prijatelji su ga došli posjetiti i kao da se bojao za njih i nije im cijelo popodne i noć dopuštao da se pomaknu, a kada su pokušali otići kući, spriječio bi ih i fizički, bez nakane da ih ozlijedi. Postavio sam pacijentu nekoliko pitanja na koja nisam dobio odgovor i zamolio sam suprugu da nas pusti same. Držao sam se mirno i uporno pokušavao uspostaviti verbalnu komunikaciju. Počeo sam promatrati pacijenta i sam budno motren, shvativši da riječi nemaju odjeka i da moram „progovoriti“ jezikom koji će za njega u ovoj situaciji imati značenje. Ustao sam iz fotelje i pacijent je odmah reagirao iskoračivši prema meni i raširivši ruke. Kada se uvjerio da neću otići, vratio se u prethodni položaj. Promatrali smo se, stojeći sučelice na suprotnim krajevima sobe, udaljeni nekoliko metara. Pri svakom mojem pokretu širio bi ruke, iskoračio prema meni i tiho izgovarao „ne“. Imao sam osjećaj da se ne smijem pomaknuti, kao da se nalazim u minskom polju i da je u strahu za mene i da mi ne želi nauditi. Postao sam mirniji i sposobniji promatrati i vidjeti obrasce koje sam počeo slijediti. Zrcalio sam način na koji je držao tijelo, slijedio sam ritam njegova disanja, pokušao imati isti izraz lica i treptati očnim vjeđama u njegovu teško uhvatljivom nepravilnom ritmu. Slijedeći pacijenta u teško uočljivim detaljima, učio sam jezik kojim je govorio, svjesno ne razumijevajući njegovo značenje. Htio sam mu dati na znanje da sam uz njega, s njim u tome u čemu je bio i slijedio sam svaku minimalnu promjenu, položaj ruku, pomake prstiju, ljuljanje tijela, položaj glave, mimiku lica, način na koji me je gledao. Nakon dva sata, počeo sam strpljivo sudjelovati u kreiranju odnosa. Povremeno bih se nasmiješio i kimaao neupadno glavom odobravajući i ohrabrujući ga u svemu što je neverbalno iskazivao kad bih uočio da mu se lice malo opustilo i bio bih ozbiljna izraza lica kad su mu tekle suze. Osjećao sam da se događa nešto važno između nas i da ide u dobrom smjeru i da je to važan „dijalog“ koji ništa ne smije omesti. Činili smo nešto zajedno i polako gradili povjerenje koje traži potpunu posvećenost i ne vodi brigu o vremenskim ograničenjima. Stajali smo satima i napokon je smiješak došao na njegovo lice i tada sam kimnuo, uz smiješak, lagano glavom i blago rukom pokazao prema kauču. I on je kimnuo glavom ne skidajući osmijeh s lica i rukom me pozvao i sam krenuvši prema kauču da sjednemo. Sjeli smo jedan pokraj drugog, blizu, pacijent me tapšao rukom po koljenu kimajući glavom kao da mi odaje priznanje, smiješeći se ustrajno i ja sam tiho i blagim glasom progovorio i rekao mu što ću učiniti i da ćemo poći zajedno na Odjel, jer nas tamo svi očekuju. Ništa nije govorio, ne mijenjajući ni svoj položaj ni izraz lica. Nevoljko se obukao i zastao je pred otvorenim vratima stana, kao da ga nije smio napustiti. Ja sam mu pružio ruku, blago ga povlačeći u hodnik. Pozvao sam dizalo u koje sam ga na isti način uveo. Tada se potpuno opustio, bez ikakvih problema izašao je iz dizala i ušao u moj auto. Na Kliniku smo stigli bez problema. Nakon tri dana susreli smo se na hodniku, pozdravili smo se, prišao mi je, uhvatio me za ruku i s osmijehom na licu rekao: *Doktore, ono što ste Vi učinili za mene, nikada nitko nije učinio u mom životu.* Tada nisam znao što sam to točno učinio, ali sam znao da je za njega to bilo važno. Otada znam da uvijek može drukčije.“

(Autor prikaza Branko Petris)