



Psihoterapija u liječenju poremećaja hranjenja: gestalt terapija i transakcijska analiza

**Tribina grada Zagreba
Kaptol 26
28.2.2014**

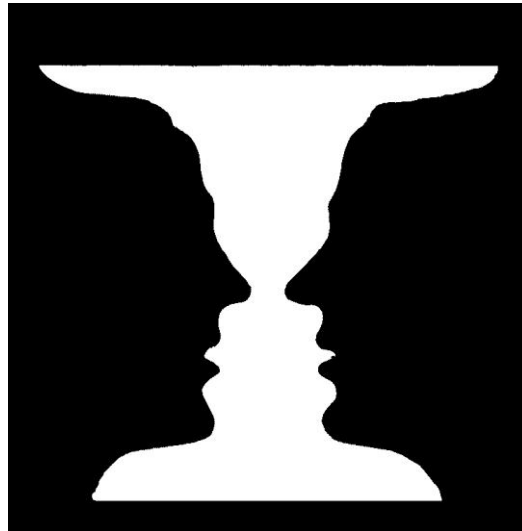


Gestalt psihoterapija u tretmanu poremećaja hranjenja teorijski okvir

**Ana Milčić Horvat
psihologinja i gestalt
psihoterapeutkinja**

Što je to gestalt

- Način organizacije trenutnog iskustva
- Odnosi se na percepciju, emocije i ponašanje



Gestalt psihoterapija

- Fenomenologija
- Dijalog
- Teorija polja

Fenomenologija

- Bavi se onim što jest u ovom trenutku
- Način na koji klijent organizira svoje trenutno iskustvo u seansi reprezentativan je odraz načina funkcioniranja u životu
- Sada i ovdje

Fenomenologija

- Klijent je stručnjak za samog sebe
- Nema interpretacije

Dijalog

- Ja – Ti odnos, za razliku od objektnog odnosa
- Odnos između terapeuta i klijenta
- Uvažavanje, bez interpretacije
- Cilj je da klijent počinje regulirati samog sebe, a ne da ga regulira vanjski autoritet

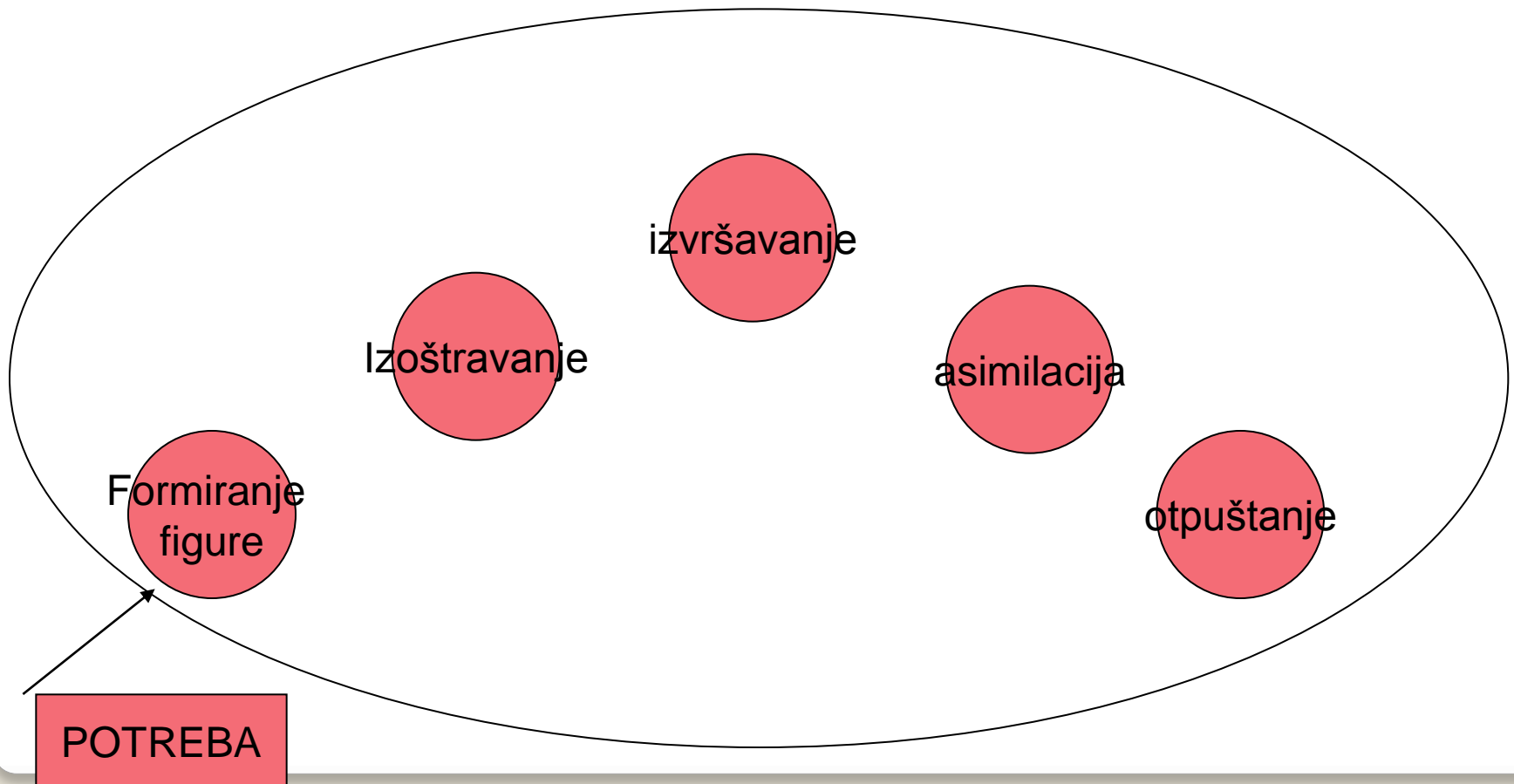
Dijalog

- Ponekad će terapeut uključiti sebe i svoje iskustvo ukoliko je to ima terapeutski cilj
- Terapeut stavlja sebe u zagrade, svoje stavove, način gledanja na svijet
- Najbolji koterapeut je svježe pristigli Marsovac

Teorija polja

- Situacija oko nas utječe na to kako smo i kako se ponašamo
- Sve je povezano i mi smo dio situacije
- Sistemi u kojima smo odrasli oblikovali su naše obrasce funkcioniranja

Proces formiranja gestalta



Poremećaji prehrane

- Često neke druge potrebe i emocije zamijene potrebom za jelom – bulimija i kompulzivno prejedanje
- Ili je potreba za kontrolom, uspostavljanjem sebe i svoje volje toliko jaka i vitalna da prelazi preko potrebe za hranom - anoreksija

Poremećaji prehrane

- Blokada jako rano u procesu formiranja gestalta
- Zato je tretman težak
- Izazov za terapeuta je nemati očekivanja i zadržati nadu za oporavak
- Klijenti imaju teškoća osvijestiti svoje potrebe

Malo o dijagnozama

- Česti komorbiditeti, više teškoća
- Većina klijenata s poremećajem prehrane je odrasla u visoko disfunkcionalnim obiteljima
- Poništavanje osobnosti djeteta i količina zlostavljanja vrlo visoka
- U tretmanu je česta prorada traume

Cilj terapije

- Kao i uvijek u gestalt terapiji – povećanje svjesnosti
- Koje omogućava izbor, samostalnost, podršku u sebi i uzimanje života u svoje ruke

Hvala na pažnji!

