

ÁTJÁRÓK

2022-1-HU01-KA210-ADU-000083157

**TÜNDE RICZ DENCs: DOBRA PRAKSA ZA
VOĐENJE INDIVIDUALNE SEANSE
UDRUŽENJE ZA MENTALNU HIGIJENU „ANTROPOS”
REZIME**

Cilj udruženja za mentalnu higijenu „Antropos” je primarna prevencija na području sprečavanja korišćenja psihoaktivnih supstanci. Međutim, zbog nedostatka državnih i civilnih organizacija ili njihovog neadekvatnog funkcionisanja, pokazala se potreba za aktivnostima na području sekundarne i tercijarne prevencije. Zbog ukazane potrebe, razvili smo metodologiju za vođenje individualnih slučajeva, koja sa jedne strane obuhvata Rogersove terapijske principe, a sa druge različite tehnike preuzete iz drugih psihoterapijskih modaliteta. Naše iskustvo pokazuje da smo sa našom metodologijom uspjeli prevazići zastoje u terapiji, odnosno klijenti su prepoznali svoje lične potencijale i bolje se moglo prepoznati šta se dešavalo ili šta se dešava sa klijentom.

U vođenju individualne terapije podrazumeva se proces kroz koji u radu jedan na jedan, psihoterapeut i klijent u bezbednom okruženju istražuju važna pitanja, izazove i teškoće koje utiču na život klijenta. Na početku terapije, ili najkasnije na trećem sastanku, klijent i terapeut sklapaju usmeni ugovor o zajedničkom radu. Ovaj ugovor sadrži ciljeve terapije, broj sastanaka, vremenski okvir od 45 do 60 minuta, stvaranje bezbedne atmosfere i odnosa poverenja, kao i obavezu klijenta na apstinenciju.

Prilikom određivanja ciljeva zajedničkog rada, klijent i terapeut nastoje što tačnije odrediti ciljeve koje žele ostvariti. Terapeut mora uzeti u obzir opšte stanje klijenta, njegove motivacije i sopstvene kompetencije. Ciljevi mogu biti raznovrsni i mogu se odnositi na klijentovu apstinenciju, pronalaženje terapijske zajednice, izlazak iz kruga zavisnosti, kao i izgradnju socijalnog konstrukcionizma.

Pri vođenju individualne terapije, ove vežbe primenjujemo u sredini ili na kraju terapije, u zavisnosti od toga u kakvim smo procesima. Ove vežbe primenjujemo u individualnom radu sa klijentima, ali se mogu primeniti i u manjim grupama. Svaka od navedenih vežbi je više puta isprobana i više puta transformisana, uzimajući u obzir potrebe klijenata.

Za prezentacijo vežbi uzeli smo u obzir sledeće aspekte:

- kada i za šta koristimo;
- potrebni materijali;
- opis vežbe;
- primeri sa opisom slučaja.

Naš materijal sadrži detaljan opis sledećih vežbi:

- 1. Stage stola - duhovna slika**
- 2. Prazna stolica**
- 3. Promena uloge**
- 4. Socijalni atom**
- 5. Socijalni zološki vrt**
- 6. Timeline ili vremenska linija**
- 7. Ispričaj mi sa 6 slika**