

# Psychospirituální krize

Michael Vančura



# Diabasis občanské sdružení

Posláním o. s. Diabasis je zajišťovat pomoc lidem v krizové situaci, která se projevuje neobvyklými prožitky v oblasti duševního zdraví.

Krizi chápeme jako příležitost k pozitivním změnám v životě, vztazích a osobnostním rozvoji. Pomáháme lidem projít tímto obdobím bezpečně, s použitím adekvátních terapeutických metod.

<b>Založení</b>	Před 7 lety
<b>Terapeuti</b>	Základní tým 6 Širší terapeutická síť cca. 20
<b>Klienti</b>	71 za rok 2010



# Rámec

Tento fenomén vnímáme jako **soubor příznaků**, o nichž se ustálilo mluvit jako o Psychospirituální krizi (PSK)

**PSK považujeme za syndrom** objevující se napříč diagnostickými kategoriemi.

**Záměr** Využití všech možností terapeutického provázení pacienta včetně farmakoterapie k dosažení lepší integrace jeho osobnosti

**Cíl** Prokázání hypotézy, že terapeutické zpracování tohoto syndromu je důležitým faktorem dobré prognózy



# Definice

Pro stanovení diagnózy „Mystického zážitku s psychotickými příznaky“ Lukoff navrhuje tři následující kritéria:

## 1. Přítomnost charakteristických znaků mystického zážitku

- a) Extatická nálada
- b) Pocit nově získaného poznání
- c) Změny vnímání
- d) Bludy s rysy mytologickými nebo archetypálními

U této kategorie mystických zážitků se neobjevují poruchy myšlení a řeči.

## 2. Přítomnost symptomů předpovídajících pravděpodobný pozitivní výsledek psychotické epizody

- a) Dobré fungování před vypuknutím epizody
- b) Akutní počátek symptomů během období tří měsíců nebo méně
- c) Stresující zážitek jako spouštěč psychotické epizody
- d) Pozitivní a zvědavý postoj k zážitku

Kritéria - musí být splněna alespoň dvě z nich

## 3. Nízké riziko nebezpečného nebo sebevražedného chování



# Definice



## Historie

Spirituální emergence - spirituální zážitky

Spirituální emergency – situace vnímána jako krizová

Etymologicky vycházejí původní anglické termíny emergence nebo emergency z latinského *emergere* - "vynořování se na povrch", "objevení se", nebo "jít vpřed".

## Spiritualita

Vycházíme z premisy , že člověk je bytost **bio-psycho-socio-spirituální**

- Zachycuje určitou kvalitu osobních intimních prožitků, obvykle vyjadřujících propojení s něčím, co nás přesahuje
- Nemusí mít žádnou spojitost s náboženstvím
- Otázky po smyslu existence si kladou všechny kultury



# Diferenciální diagnóza

Diferenciální diagnóza pomáhá nejvíce v procesu odlišení od jiných psychotických stavů

## 3 kroky dif.dg. charakterizující PSK

1. **Charakter neobvyklých zážitků**, pro něž je typické, že mají historickou logiku
2. **Schopnost reflexe** - prožívání symptomů jako vnitřního psychologického procesu, schopnost vidět ho jako uzdravující, schopnost navázání a spolupráce s terapeutem
3. **Schopnost integrovat prožité v následné péči**



# Člověk v PSK



## Rozdělení

- 1. Krize nevznikla** procesem prošli úspěšně sami nebo s pomocí okolí – přicházejí si pro ubezpečení
- 2. Krize začala** přicházejí si pro pozitivní přerámcování
- 3. Krize akutní** hledají zkušeného průvodce a v některých případech i farmakoterapii a hospitalizaci
- 4. Následná péče** přicházejí po předchozí hospitalizaci
- 5. Diagnostika** žádají o konzultaci psychiatrické diagnózy



# Člověk v PSK



## Souvislosti

### **Osa X Faktory prostředí**

Životní události , historie

### **Osa Y Spouštěče**

Precipitující faktory, spouštěče

### **Osa Z Symptomy**

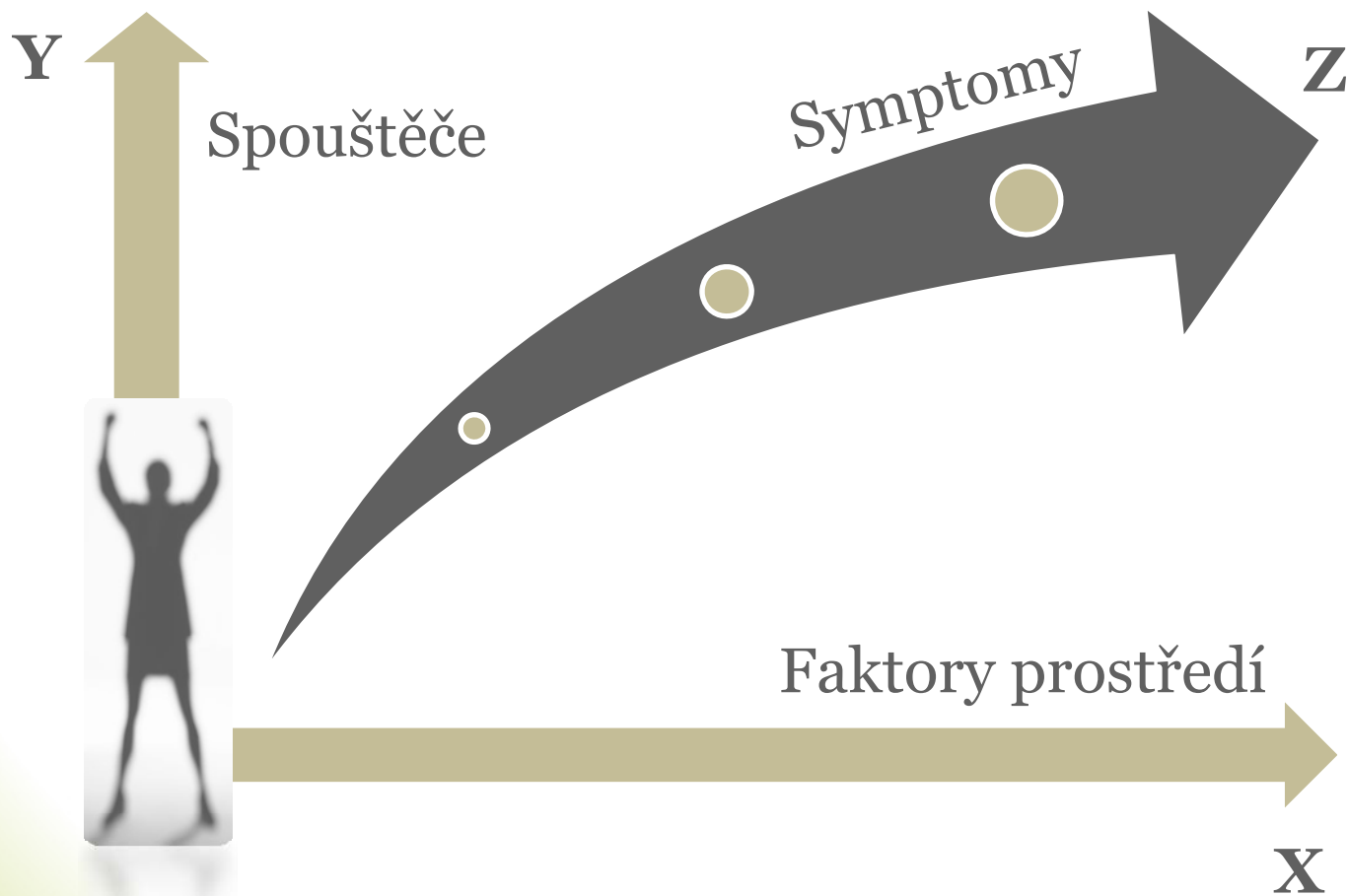
PSK je soubor příznaků, které se objeví za nepříznivé kombinace předešlých faktorů

Při léčení se snažíme zabývat komplexním pohledem, který propojuje faktory prostředí – X, precipitující faktory - Y a symptomy pacienta - Z





# Člověk v PSK



# Spouštěče dle četnosti výskytu

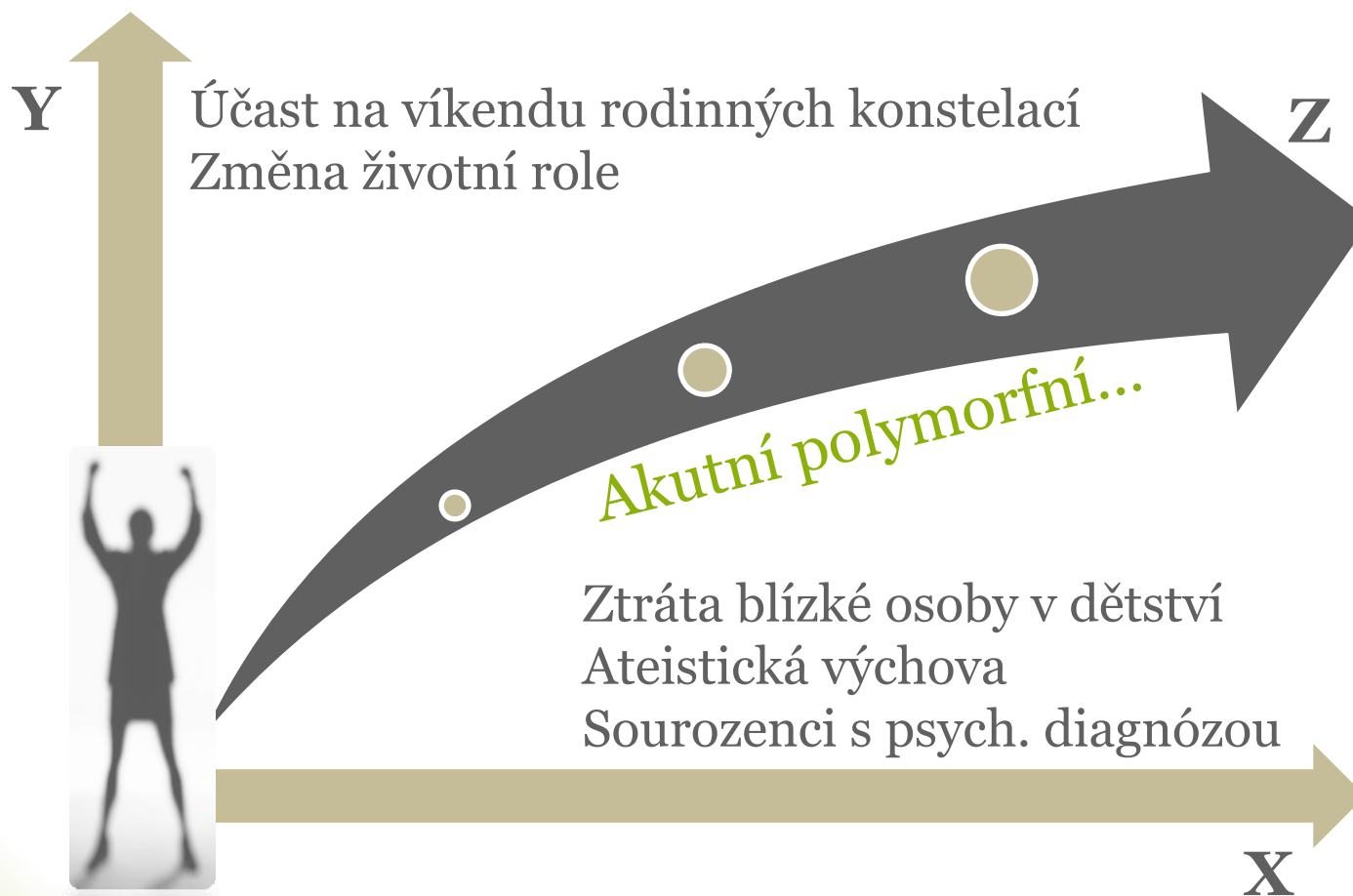


- 1. Intenzivní meditační praxe nebo jiné duchovní praktiky,** systematické provádění praktik, jejichž cílem je aktivovat, otevírat, vést ke změněným stavům vědomí.
- 2. Silné emoční prožitky,** např. ztráta blízké osoby, traumatizace, porod
- 3. Užítí psychedelických látek** nerespektující dobrý “set a setting“,
- 4. Série životních nezdarů**

Kombinace těchto okolností - historie a spouštěče - ústí v některých případech k rozvinutí symptomů a vývoji, kterému říkáme PSK  
Někdy mohou symptomy dosáhnout intenzity psychotických stavů – viz kazuistika



# Příklad klienta



# Terapeutická práce

## Rámec práce terapeutů Diabasis

- Důvěra, že krize je současně nebezpečná a současně příležitostí
- Příležitost v popředí
- Pečlivý výběr a sebezkušenostní výcvik terapeutů
- Spolupráce psychologů a psychiatrů
- Farmakoterapie jako součást léčby
- Etický kodex



# Terapeutická práce

## Principy

- Pozitivní rámec pro zkušenosti
- Edukace
- Použití obsahu zážitků z psychotických stavů v následné péči
- Důležitost zapamatování zážitků
- Terapeutický vztah navázaný s pacientem v rámci jeho psychotické epizody pomáhá během následné péče



# Terapeutická práce

## Akutní Krize

1. Zásada zpomalení procesu
2. Ovlivnění tělově emočního prožívání
  - a) **Uzemňování - cílem je zajistit pevnou půdu pod nohama**
  - b) **Centrování - zvyšování pocitu rovnováhy; opak fragmentace**
3. Modifikace stravy – těžká jídla
4. Redukce vnitřní i vnější stimulace – např. přerušování aktivit prohlubujících zážitky
5. Práce rukama, v přírodě, s materiály jako je hlína, výtvarné vyjádření
6. Spolupráce s rodinou



# Terapeutická práce

## Farmakoterapie

### Léky jako součást terapie

- a) Usnadňují zpracování zážitků
- b) Usnadňují terapeutickou práci

### Hledání vhodné míry - zážitky na dosah, ale nebýt zahlcen.

- a) Snížení strachu
- b) Zvýšení odstupu od symptomu
- c) Podpora zajištění základního fungování – spánek, jídlo, atd.



# Terapeutická práce

## Následné provázení

Postup po zvládnutí akutní krize

1. Podpora rekalibrace systému – změny v hodnotovém systému, ve vztazích, v prostředí
2. Dát čas pro návrat ke vzpomínce na psychotické zážitky, hledání společného jmenovatele, propojování s historií
3. Kotvení klienta v novém, širším rámci

**Cíl → INTEGRACE**

propojení zážitků, symptomů, spouštěčů a životní historie  
do jednoho smysluplného celku





# Terapeutická práce

## Co neděláme

1. Nejsme anti-psychiatricky zaměřeni
2. Nerozmlouváme pacientům farmakoterapii
3. Nepoužíváme metody jako holotropní dýchání pro klienty v krizi
4. Neglorifikujeme PSK, ani psychotickou poruchu



**Terapii vnímáme jako  
podporu na cestě k integraci**

**DĚKUJI ZA POZORNOST**

