

Stanley Messer

Terapia ograniczona w czasie w ujęciu Jamesa Manna

Terapia ograniczona w czasie w ujęciu Jamesa Manna składa się z dwunastu sesji, a termin jej zakończenia jest dokładnie ustalony. Precyzyjne określenie daty finału terapii nieuchronnie prowadzi do wysunięcia na pierwszy plan problemów separacyjnych, z którymi zgłasza się pacjent. Terapia ograniczona w czasie w ujęciu Jamesa Manna jest formą wsparcia, dzięki której pacjent ma nauczyć się separacji i wzmocnić tolerancję na straty bez nadmiernej szkody dla uczuć w stosunku do siebie. Terapeuta określa i artykułuje główny wątek terapii, który uwzględnia zdolności danego pacjenta do radzenia sobie z kryzysem i jego chroniczny ból. To empatyczna, wspierająca i interpretacyjna odmiana krótkoterminowej terapii psychodynamicznej dla pacjentów, którzy są w stanie prędko zbudować relację z terapeutą i dobrze znoszą separację następującą po dwunastu sesjach.

W niniejszym warsztacie zaprezentuję główne elementy terapii ograniczonej w czasie w ujęciu Jamesa Manna oraz czterdziestopięciominutowe nagranie, na którym James Mann prowadzi wstępny wywiad terapeutyczny ze studentką przeżywającą niedawny rozpad siedmioletniego związku. Następnie odbędzie się dyskusja dotycząca adekwatności powyższej formy terapii dla tej pacjentki, procesu terapeutycznego, który prowadziłem, proponowanych mechanizmów sprzyjających zmianie oraz kontynuacji terapii, która miała miejsce rok po jej zakończeniu, a jej celem było oszacowanie trwałości osiągniętych uprzednio rezultatów.