

MIŁOŚĆ ZAKAZANA ALE NIE ODWOŁALNA

ROZWÓJ PSYCHOSEKSUALNY ADOLESCENTÓW A REGULAMINY OŚRODKÓW TERAPEUTYCZNYCH



AGNIESZKA CZECHOWSKA
Mazowieckie Centrum Neuropsychiatrii
w Zagórzu k/Warszawy

Wstęp

U młodzieżowych pacjentów leczonych długoterminowo w grupach terapeutycznych, które funkcjonują w oddziałach dziennych czy stacjonarnych, potrzeba miłości, bliskości i eksploracji własnej tożsamości seksualnej nabiera szczególnego znaczenia. Okres dorastania pokrywa się czasowo z procesem terapeutycznym. Osoby te będąc w kryzysie zdrowia psychicznego, jednocześnie stoją przed zadaniami rozwojowymi charakterystycznymi dla adolescentów. Tymczasem standardy prowadzenia grup terapeutycznych wykluczają możliwość tworzenia relacji pomiędzy członkami grupy. Regulaminy obowiązujące w takich placówkach również nie zalecają lub wprowadzają zakaz relacji romantycznych i seksualnych między członkami grup.

Czy adolescenti, których jednym z głównych zadań rozwojowych jest tworzenie relacji, mogą korzystać z psychoterapii w warunkach oddziału dziennego lub stacjonarnego i nie angażować się w relacje? Niniejsza praca stanowi zaproszenie do refleksji nad tym zagadnieniem.

Zdaniem nastolatków - uczestników społeczności jednego z oddziałów terapeutycznych

Jakie są argumenty za nie wchodzeniem w związki podczas terapii?

rozwście zły wpływa na grupę, relacja może być niezdrowa, chroni przed wypisem, nie powoduje się u innych dyskomfortu związanego z zachowaniami intymnymi, można skoncentrować się na sobie i swojej terapii, chroni przed chorobami, jest mniej kłótni w grupie, jest mniejsze ryzyko ciąży

Jakie byłyby argumenty za tym, żeby mogły być związki podczas terapii?

Ma się bliską osobę, która daje wsparcie, byłaby możliwość doświadczania nowych rzeczy, nie trzeba byłoby blokować uczuć.

Jakie wg was zasady dotyczące związków powinny obowiązywać na oddziale?

zakaz zachowań seksualnych i zakaz związków.

związki tak ale pod warunkiem : przyzwoite zachowanie we wspólnej przestrzeni, sprawy związkowe rozwiązywać przy pomocy personelu.

Adolescencja - wyzwania

Adolescencja rozumiana jest dziś nie tylko jako okres biologicznego dojrzewania, lecz przede wszystkim jako intensywny proces psychiczny, w którym jednostka musi przejść od dziecięcej zależności ku dorosłej autonomii (Briggs, 2017) i przejść ze stan umysłu, w którym dominuje egoizm i narcyzm do stanu, w którym można uwzględnić drugą osobę i budować relację (Waddell, 2015). Współczesne podejście psychodynamiczne czerpie z psychoanalizy ale głównie uwzględnia teorię przywiązania i mentalizacji.

W aspekcie rozwojowym mentalizacja tworzy się w systemie diadycznym (Fonagy 2014) i za zdolnością do mentalizacji stoi bezpieczne przywiązanie. W teorii przywiązania adolescencja jest okresem przełomowym dla kształtowania się dojrzałej seksualności. To w tym okresie życia dochodzi do integracji pomiędzy systemem przywiązania, seksualności i opiekuńczości. Główną figurą przywiązania przestają być postacie rodzicielskie a ich funkcje powinny zostać przejęte przez partnerów romantycznych. O ile system przywiązania działa od narodzin to system związany z seksualnością rozwija się w okresie adolescencji i przejawia właśnie w kontekście związków romantycznych. Dojrzała miłość romantyczna wymaga integracji tych dwóch systemów.

W kontekście teorii przywiązania i relacji romantycznych nastolatków bardzo interesujące są wyniki badań ((Tracy i in. 2003), które wskazują na związek pomiędzy stylem przywiązania, a jakością relacji z partnerem romantycznym, w tym rodzajem podejmowanych zachowań seksualnych. Bardziej bezpieczne style przywiązania wiązały się z głównie pozytywnymi emocjami związanymi ze sferą seksualną. Natomiast nastolatki z pozabezpiecznymi stylami przywiązania angażowały się w relacje emocjonalne i seksualne o charakterze przemocowym, bywały nadmiernie zaabsorbowane relacją a ich związki nie były wspierające.

Refleksje końcowe

Prawdopodobnie moja prezentacja pozostawia więcej pytań niż odpowiedzi. Ale w praktyce terapeutów młodzieżowych znalezienie konsensusu pomiędzy wspieraniem indywidualnych potrzeb nastolatków a konieczność zadbania o spójność i bezpieczeństwo grupy stanowi duże wyzwanie. W obliczu pojawiających się relacji uczuciowych między pacjentami, powinniśmy dążyć do tego aby uruchamiać proces mentalizacji, a nie redukować te relacje do „złamania zasad”. Żeby rozmowa nie była zastępowana regułą, uczucie — zakazem, a ciekawość — podejrzeniem. Prowadzenie z nastolatkami rozmowy na temat miłości bez patologizowania to sztuka i wyzwanie wymagające od dorosłych zrozumienia, zarówno rozwoju emocjonalnego adolescenta, jak i własnych reakcji obronnych wobec tematów takich jak seksualność czy zakochanie. Warto pamiętać o tym aby te rozmowy były prowadzone z uwzględnieniem postaw i zadań dorosłych wobec nastolatków, jakimi są ochrona nastolatków przed publicznym wstydem, niepotrzebnym upokorzeniem oraz uszanowanie prawa do prywatności (Darlington, 2012).



Zalecenia/zasady/rekomendacje obowiązujące w ośrodkach i grupach terapeutycznych dla dorosłych i młodzieży

„W trakcie terapii obowiązuje zakaz kontaktów: intymnych, seksualnych pomiędzy pacjentami”

„Na czas trwania leczenia zaleca się Pacjentom niewchodzenie w relacje intymne, koleżeńskie i biznesowe z innymi Pacjentami Ośrodka”

“Zaleca się nienawiązywanie intymnych, romantycznych relacji pomiędzy Pacjentami ze względu na zakłócający wpływ takich relacji na proces terapeutyczny.

“Unikaj tworzenia podgrup i par, nie utrzymuj relacji intymnych z osobami z grupy, szczególnie o charakterze seksualnym.”

Grupa terapeutyczna - związków nie zalecamy.

Długoterminowa terapia grupowa rozwija się od wielu lat i zgromadzone doświadczenia pozwoliły na wypracowanie standardów, które wprowadzono do praktyki klinicznej. Wiele z tych standardów nie różnicuje grupy na młodzieżową czy dorosłą. Jednym z takich standardów jest zalecenie aby członkowie grupy nie wchodzili ze sobą w relacje romantyczne, seksualne ani inne oparte na zależności. Jakie konsekwencje niesie ze sobą odchodzenie od tego standardów i dlaczego zagraża to grupie zostało opisane w literaturze (Yalom, 2014; Garland, 2015). Jednym z bardziej destrukcyjnych dla grupy konsekwencji jest większa ilość drop-outów w grupie, w której funkcjonuje para oraz zahamowanie pracy grupy. W jednym z badań (Yalom, 2006) zaobserwowano, że w ciągu 3 tygodni funkcjonowania w grupie pary (w tajemnicy przed terapeutą i pozostałą częścią grupy) znacząco spadła jakość pracy grupy, nastąpiło zmniejszenie aktywności werbalnej członków i poziom wyrażonego afektu, a osoby z pary nie miały żadnych interakcji werbalnych pomiędzy sobą.

Biorąc pod uwagę negatywne skutki funkcjonowania par w grupach terapeutycznych wydaje się uzasadnione utrzymanie takiego zalecenia dla grupy młodzieżowej. Jednak otwarte pozostaje pytanie w jaki sposób adolescenti, których jednym z głównych zadań rozwojowych jest tworzenie związków, mogą korzystać z psychoterapii w warunkach stacjonarnych lub oddziału dziennego - przebywając z członkami grupy nie tylko podczas sesji terapeutycznych ale przez wiele godzin każdego dnia i nie angażować się w relacje?

Bibliografia:

- Anderson, R., Darlington, A., Przetrwać dojrzewanie. Zaburzenia okresu dojrzewania z perspektywy klinicznej. Warszawa: Oficyna Ingenium 2012
Briggs, S. Praca z nastolatkami i młodymi dorosłymi. Współczesne podejście psychodynamiczne. Warszawa: Oficyna Ingenium 2017
Cierpiałkowska, L., Turbaczewska-Brakoniecka, I., Groth, J. (red.), Seksualność i problemy seksualne z perspektywy psychodynamicznej. Warszawa: PWN 2017;
Fonagy, P., Allen, J., Bateman, A. Mentalizowanie w praktyce klinicznej, Kraków: WUJ 2014
Garland, C., O grupach. Psychoanalityczna terapia grupowa. Teoria i praktyka, Warszawa: Oficyna Ingenium 2015
Tracy, J. L., Shaver, P. R., Albino, A. W., & Cooper, M. L. Attachment styles and adolescent sexuality. In P. Florsheim (Ed.), Adolescent romantic relations and sexual behavior: Theory, research, and practical implications (pp. 137–159). New York: Lawrence Erlbaum Associates Publishers 2003;
Waddell, M. Światy wewnętrzne. Psychoanaliza i rozwój osobowości. Warszawa: Oficyna Ingenium 2015
Yalom, I. Psychoterapia grupowa. teoria i praktyka. Kraków: WUJ 2006