

Studio za edukaciju Beograd, EAPTI SEB
Prezentacija završnog teorijskog rada

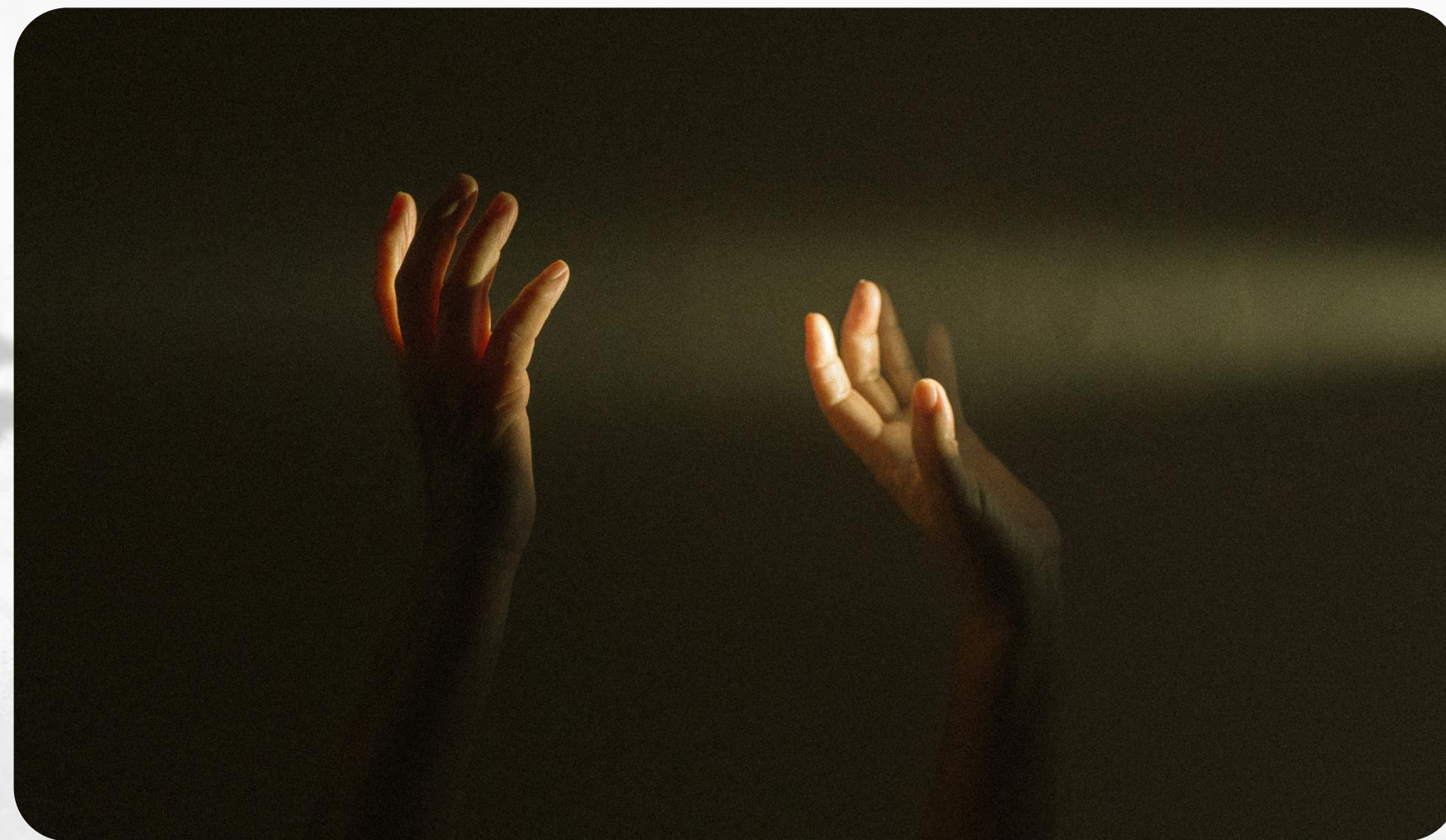
Kompleksna trauma i njen uticaj na intimnost

Student: Jovana Stepanović

Mentor: dr Ivana Vidaković, D. Psych. (Gest.)



Definisanje pojmova



Pojam intimnosti

Intimnost je u geštaltu viđena kroz sinhronizovanost, intoniranost onih koji su zajedno i usklađeno bivanje sa drugom osobom tako da dve osobe zajedno prolaze kroz ciklus iskustva (Pecotić, 2021).

Pojam traume

Traume su nezavršene situacije koje traže završetak a kada postanu dovoljno moćne, osobu saleću preokupacija, kompulsivno ponašanje, zabrinutost i mnogo samo-destruktivnih aktivnosti (Polster & Polster, 1973).

Kompleksni PTSP

Kompleksni PTSP je poremećaj koji se može razviti nakon izlaganja događaju ili nizu događaja izuzetno preteće ili užasavajuće prirode, najčešće produženim ili ponavljajućim događajima iz kojih je bekstvo teško ili nemoguće (ICD-10).



Kompleksni PTSP kao poremećaj atačmenta

- **Ukoliko je dete raslo bez sigurne odrasle osobe sa kojom bi moglo da se poveže na zdrav način i ako tokom svojih najvažnijih formativnih godina nema nikoga kome bi moglo da prenese svoj celokupan razvijajući self, niko nije tu da ga reflektuje i potvrđuje.**
- **Na taj način razvija se negativni model drugih i negativni model sebe, što se manifestuje kroz dezorganizovani obrazac afektivne vezanosti.**
- **Zlostavljanje i zanemarivanje u ranom dečijem uzrastu dovodi do razvoja dezorganizovanog obrasca vezanosti i povećava sklonost ka disocijaciji kao odgovoru na pretnju, što vremenom postaje stabilan način reagovanja (Bogdanović, 2022).**



Problemi sa uspostavljanjem granica

Trauma remeti sposobnost da osoba oseća i poštuje sopstvene emocionalne i fizičke granice. Osobe sa traumatskim iskustvom često imaju previše čvrste granice ili veoma popustljive i nemaju razvijenu sposobnost samozaštite.

Osobe traže sigurnost sjedinjavajući se sa željama, potrebama i zahtevima drugih jer još kao deca dobijaju poruku da se mrvice sigurnosti i naklonosti dobijaju tako što se postane poslušan i koristan, ili pak ne dozvoljavaju nikome da im se približi.

U terapiji se gradi siguran i predvidiv okvir u kojem klijent ima pravo da kaže ne, da zastane ili da menja pravac rada. U početnim fazama, klijent često nema dovoljno kapaciteta da samostalno prepozna ili zaštiti svoje granice, pa terapeut preuzima aktivnu ulogu u njihovom očuvanju.

Internalizovani stid i posttraumatski narcizam

- Klijenti koji su u ranom detinjstvu doživeli ozbiljnu relacionu traumu, u odraslom dobu će pod stresom pasti u istu takvu vrstu zastrašujućeg, dezorijentišućeg stida od kojeg se self raspada (Dejang, 2022).
 - Traumatska iskustva poput zlostavljanja i zanemarivanja mogu poremetiti razvoj stabilnog i zdravog selfa, što dovodi do defanzivnih mehanizama kojima osoba štiti svoj ranjeni identitet.
- Ovaj oblik narcizma nastaje kao specifična kreativna adaptacija, gde narcistički odbrambeni mehanizmi služe da sačuvaju osećaj kontrole, samovrednosti i integriteta ličnosti.



Dominantni mehanizmi prekida kontakta

1

Desenzitizacija

Utrnulost i odsečenost, iako kod iskustava traume čine život podnošljivim, idu uz gubitak svesnosti o onome što se dešava u telu i osećaja da ste u potpunosti, senzualno živi (Van der Kolk, 2021).

2

Defleksija

Usled prekinutosti kontakta sa svojim telom, mnoge traumatizovane osobe nisu u mogućnosti da verbalizuju ono što se unutar njih dešava i koriste defleksiju kojom negiraju, izbegavaju i daju pogrešna značenja senzacijama.

3

Retrofleksija

Kod osoba koje ne mogu da postave granice i pokažu svoje potrebe, uzdržavanje, sputavanje i blokiranje svojih impulsa i okretanje istih ka sebi je često korišćen mehanizam zaštite.

4

Projekcija

Osoba teško podnosi i integriše intenzivne emocije poput besa, osećanja krivice, nemoći i stida. Takvi sadržaji postaju neprihvatljivi i projektuju se na druge, koji se doživljavaju kao preteći, kritikujući, osuđujući ili odbacujući

Faze u terapiji kompleksnog PTSP-a

- 1. Upravljanje simptomima**
- 2. Kreiranje narativa**
- 3. Osveščivanje ponavljajućih obrazaca**
- 4. Stvaranje veza između unutrašnjih stanja i akcija**
- 5. Identifikovanje specifičnih traumatičnih sećanja**
- 6. Učenje interpersonalnih veština**





Rad sa kompleksnom traumom je proces koji zahteva strpljenje i poštovanje složenosti iskustava klijenta. Postupnost, terapijski odnos, sigurnost i podrška koju terapeut pruža predstavljaju temelj za transformaciju.



Jedino uz takvu podršku klijent može da stekne stabilan doživljaj selfa, razvije drugačiji narativ, poboljša kapacitet za intimnost i razvije veru u budućnost, što predstavlja suštinski deo psihičkog zdravlja i kvaliteta života.