

Kommunikáció és intimitás

Dr. Bálint Sándor

Szent Imre Kórház

2009. január 19.



Miről lesz szó?

- A páciens – orvos kapcsolat és változása
- A nemiség, a szexuális fantáziák
- Az intimitás: elmélet és gyakorlat
- Kommunikációs zavarok
- A keletkezett feszültségek felismerése és kezelése

Kapcsolat a páciens és az orvosa között

- Hagyományos
 - tekintélytisztelet
 - alárendelt helyzet
- Változás: igény
 - a kölcsönösségre
 - az egyenrangúságra
 - az együttműködésre
 - az empátiás megközelítésre
 - a bizalmi légkörre
- Sajnos nem mindig sikerül: mindkét fél „hibázhat”
 - konfliktus
 - felelősségre vonási hajlam

Az orvosválasztás és nem

- A páciensek harmada számára fontos az orvos neme (idézi SZEVERÉNYI)
- Kb. 50%-ban azonos nemű orvost választanak
 - nőgyógyászat
 - pszichológia, pszichiátria
 - belgyógyászat
 - családorvos

Előtérben a nemiség

- A nemi szerepek
 - férfi orvos és nő páciens (vagy fordítva)
 - mindkét félben működnek lefojtott erotikus fantáziálások
- Szabályozása
 - a 3 lépés távolság
 - a „nemnélküliség”, a semlegesség
- A foglalkozás és a saját nemiség keveredése
 - vállalni kell saját nemiségünket, szabályozott és kontrollált módon

Szexuális fantáziák és tabuk

- Birtokba vétel
- Megalázom
- Átadom magam
- Kitárulkozom
- Elcsábítom
- Etikai és jogi korlátok
 - tilos a páciens és az orvos közötti szexuális kapcsolat!

Az erotikus fantáziálások megjelenése és kezelésük (BITZER)

- Mindnyájan valamelyik nemhez tartozunk
- Feszültségforrások
 - férfi és nő
 - objektív és szubjektív testiség
 - realitás és fantázia feszültségmező
- Erotikus – szexuális fantáziák kezelése
 - énvédő mechanizmusok: elfojtás, tagadás, projekció, áttolás, regresszió stb.
 - cél: a lelki egyensúly fenntartása

Az intimitás = emberi szükséglet (BUDA)

- Intimitási barrier (egy gömb, egy lepel)
 - ahol az ember teljes biztonságban van
 - ahol nem kell viselkednie
 - egyszerűen benne van
- Létrejöttének feltétele
 - emberi kapcsolatok
 - környezet
 - érzelmi megnyilvánulások
- Kommunikáció: érintés, tekintet, távolság, mimika
- A párok a szülés kapcsán is ezt igénylik!

Miért igénylik az emberek a változást?

- Alternatív szülészeti tapasztalatok felmérése 1996 (Bálint S.)
- Meglepő eredmény:
 - a szülőszobán az intimitást fontosabbnak tartják, mint a biztonságot!
 - 1. intimitás
 - = emberi kapcsolatok
 - = érzelmi megnyilvánulások
 - = emberi környezet
 - 2. biztonság

A személyközpontúság (C. Rogers)

- A beteg és a betegségközpontú megközelítés közti különbség
- Mi a fontosabb: a beteg vagy a betegség?
- Carl Rogers
 - empátia
 - feltétel nélküli elfogadás
 - kongruencia

Az orvosi vizsgálat

- Empátia
- Tapintat
- Türelem
- Segítség adása
 - az önkéntelen védekezés „elhárítása”
 - figyelem áthelyezés
 - progresszív relaxáció

A szexualitásról való beszélgetés nehézségei

- Kamasz lányok, szülők és az orvosi titoktartás csapdái
- A fiatal felnőttek
 - pl: élt-e már szexuális életet vagy volt-e már fiúval? helyett: hogyan védekeznek?
- Szexuális problémák
 - csak kódoltan jelennek meg
 - pszichoszomatikus tünettel jelentkeznek a páciens
 - türelem és tapintat, párkapcsolati problémák
- A szülés utáni 6 hetes kontroll
 - a szorongás oldása
 - szexológiai (technikai) tanácsok
- Fluor, Candida, Herpesz
 - a külső kapcsolat okozta szorongás és büntudat

Erotika a szülőszobán

- Hipotézis: azért túltechnicizált a szülőszoba, hogy elfedje a szülés szexuális jellegét
 - viktoriánus kor: földig érő szoknya és az asztallábat is földig érő terítő takarja
- Szembesülés saját szexualitásunkkal
- Erotikus jelenetek, nem illik őket zavarni...
- A szülés orgazmikus élmény is lehet
- Nem szabad: sem kellemetlent, sem kellemeset „okozni”

Kommunikáció és intimitás a gyakorlatban (összefoglalás)

- A rendelő
- Az asszisztencia jelenléte
- A megfelelő légkör kialakítása
- Anamnézis: a szexualitás
- A szóhasználat
- A vetkőzés, öltözés!
- A vizsgálat
- Tanácsadás

A feszültségek oka és felismerése

- Oka
 - találkozások
 - kommunikációs nehézségek, zárlatok
 - hierarchia
 - akut kórképek
 - tartós stressz
- Felismerésük
 - szomatikus jelek
 - pszichológiai jelek

A feszültségek kezelése

- Gondolatstop
- Koncentráció a saját testre
 - a nem adekvát mozgások és érzetek a testben nagyon korán jelentkeznek
 - van idő felismerni ezeket
 - tudatosítási gyakorlatok
- BMT = TTT (Test Tudat Terápia)
- Szakmai biztonság elérése
 - képzés, önképzés
- Önismereti tréning
 - ki vagyok, hol a helyem?
 - hol vannak a határain?
 - tudnom kell-e mindent?
- Asszertív tréning
- Életmód

Kommunikációs zavarok (összefoglalás)

- Előfordulás
 - a találkozás
 - az anamnézis
 - a vizsgálat
 - a diagnózis közlése
 - az esetlegesen sikertelen kezelés után
- Megoldások
 - ismeretek: kommunikációs, viselkedésterápiás, autogén tréning alapok
 - a saját feszültségek felismerése, kontrollálása és elengedése
 - az indulatok kontrollja
- A legfontosabb:
 - mi bajom van ezzel a pácienssel?
 - miért haragszom rá?
 - az érzelmi bevonódás csapdájának felismerése

Összefoglalás

- ❑ Nem lehetünk semlegesek.
- ❑ Vállalnunk kell a nemünket.
- ❑ A határokat pontosan kell ismerni és betartani.
- ❑ Saját feszültségeinket is fel kell ismernünk.
- ❑ Nem tolhatjuk rá a páciensekre!
- ❑ Érdeemes bizonyos feszültségmentesítő technikákat ismerni.
- ❑ Eredmény: gyógyuló páciens és kiegyensúlyozott orvos

Köszönöm a figyelmüket!

