

Rīgas plānošanas reģiona seminārs pašvaldību speciālistiem darbā ar bērniem ar uzvedības problēmām

**ANM 3.1.1.2.i. “Pašvaldību kapacitātes stiprināšana to darbības
efektivitātes un kvalitātes uzlabošanai”**

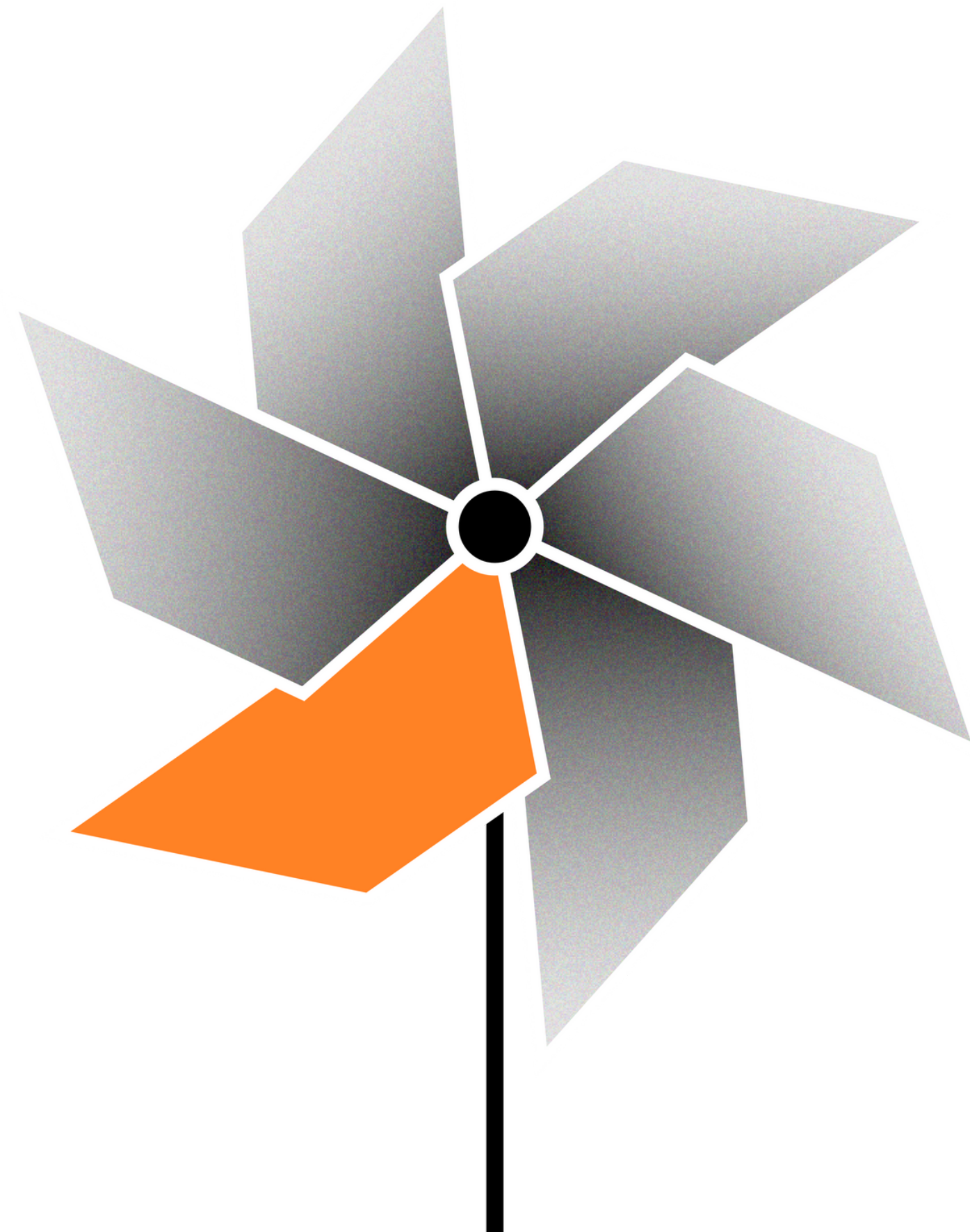
**Rīgas plānošanas reģiona
seminārs pašvaldību speciālistiem darbā ar bērniem
ar mentālās veselības traucējumiem**

Evija Siliņa

VSIA “Piejūras slimnīca” galvenais ārsts,
bērnu un pieaugušo psihiatrs
Mg Soc.d.; Mg Ves.vad.; RSU doktorants



RĪGAS
PLĀNOŠANAS
REĢIONS



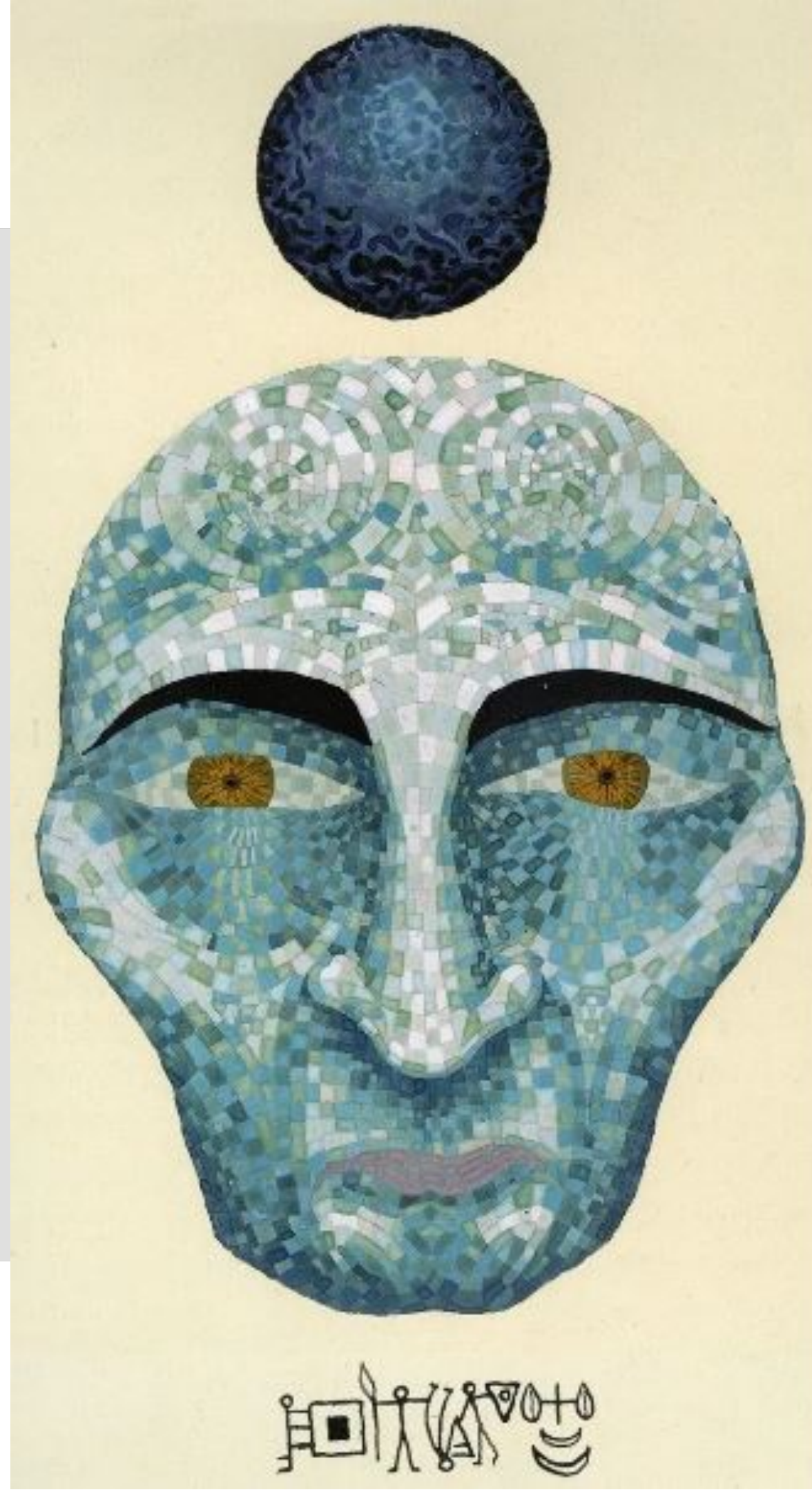
BRIEDUMS / VIEDUMS

vs.

PSIHISKI TRAUCĒJUMI



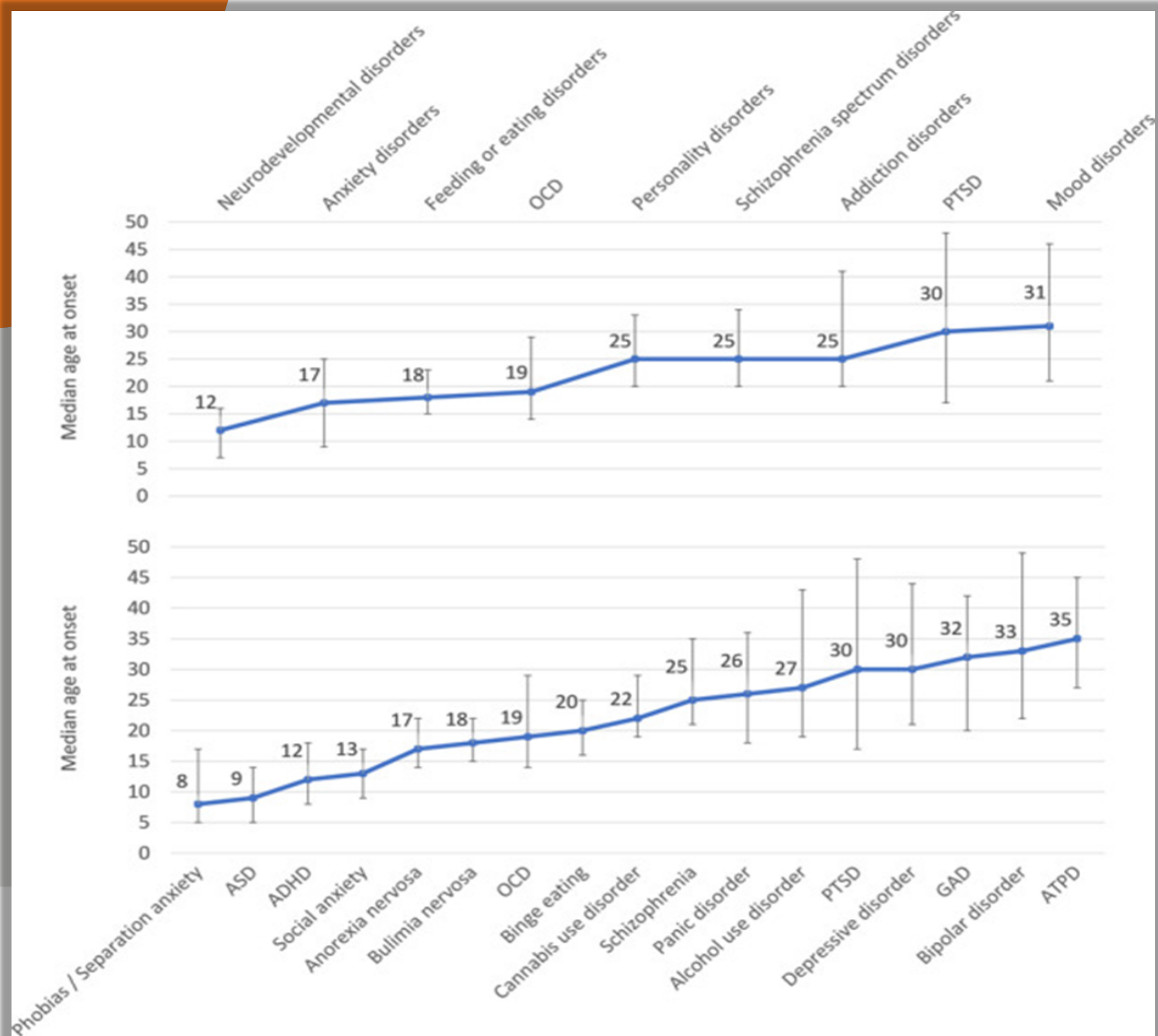
Finansē
Eiropas Savienība
NextGenerationEU



Psihisko traucējumu manifestācijas vidējais vecums

(Solmi et al., 2022) (N = 708 561)

[Solmi, M., Radua, J., Olivola, M., Croce, E., Soardo, L., Salazar de Pablo, G., Il Shin, J., Kirkbride, J. B., Jones, P., Kim, J. H., Kim, J. Y., Carvalho, A. F., Seeman, M. V., Correll, C. U., & Fusar-Poli, P. (2022). Age at onset of mental disorders worldwide: large-scale meta-analysis of 192 epidemiological studies. *Mol Psychiatry*, 27(1), 281-295. <https://doi.org/10.1038/s41380-021-01161-7>]





WARNING

**Lekcija nebūs stāsts par personām
ar psihiskās veselības traucējumiem!!!**

Personības briedums *(maturity)*

Spēja realizēt savas intereses un potenciālu, vienlaikus respektējot citu cilvēku un sabiedrības labklājību.

Emocionālā pašregulācija, atbildība, spēja adaptēties.

Viedums *(wisdom)*

Plašas zināšanas, labi attīstīta domāšana, bagātīga pieredze, gudrība.

2 pamata + 3 meta kritēriji

Pamatkritēriji

zināšanas par sevi, sevis pazīšana
izaugsme un pašregulācija

Metakritēriji

dzīves kontekstualizācija
pašrelatīvisms
nenoteiktības tolerance

Viedumu

var mēģināt noteikt ar skalām

Trīsdimensiju gudrības skala

(Ardelt, 2004): kognitīvā, reflektīvā un afektīvā (līdzjūtības) komponente;

Gudrības pašnovērtējuma skala

(Webster, 2003) 5 dimensijas: humors, emocionālā pašregulācija, atmiņa/refleksija, atvērtība pieredzei, kritiskā dzīves pieredze;

Sandjego gudrības skala

(Thomas et. al., 2017) 6 gudrības komponentes ar vienotu neirobioloģisko bāzi, kas sastāv no prefrontālās garozas (lēmumu pieņemšana un stresa kontrole) un amigdalas (emociju regulācija): prosociāla uzvedība, lēmumu pieņemšana, pašrefleksija, emocionālā pašregulācija, izlēmība un nenoteiktības tolerance.

Viedums un dzīves jēga

Cilvēks atrod dzīves jēgu, savienojoties ar kaut ko lielāku par sevi (personības transcendence jeb “pašpārsniegšana”).

(K. G. Jungs)

ekvivalents – Ā. Maslova “pašaktualizācija”

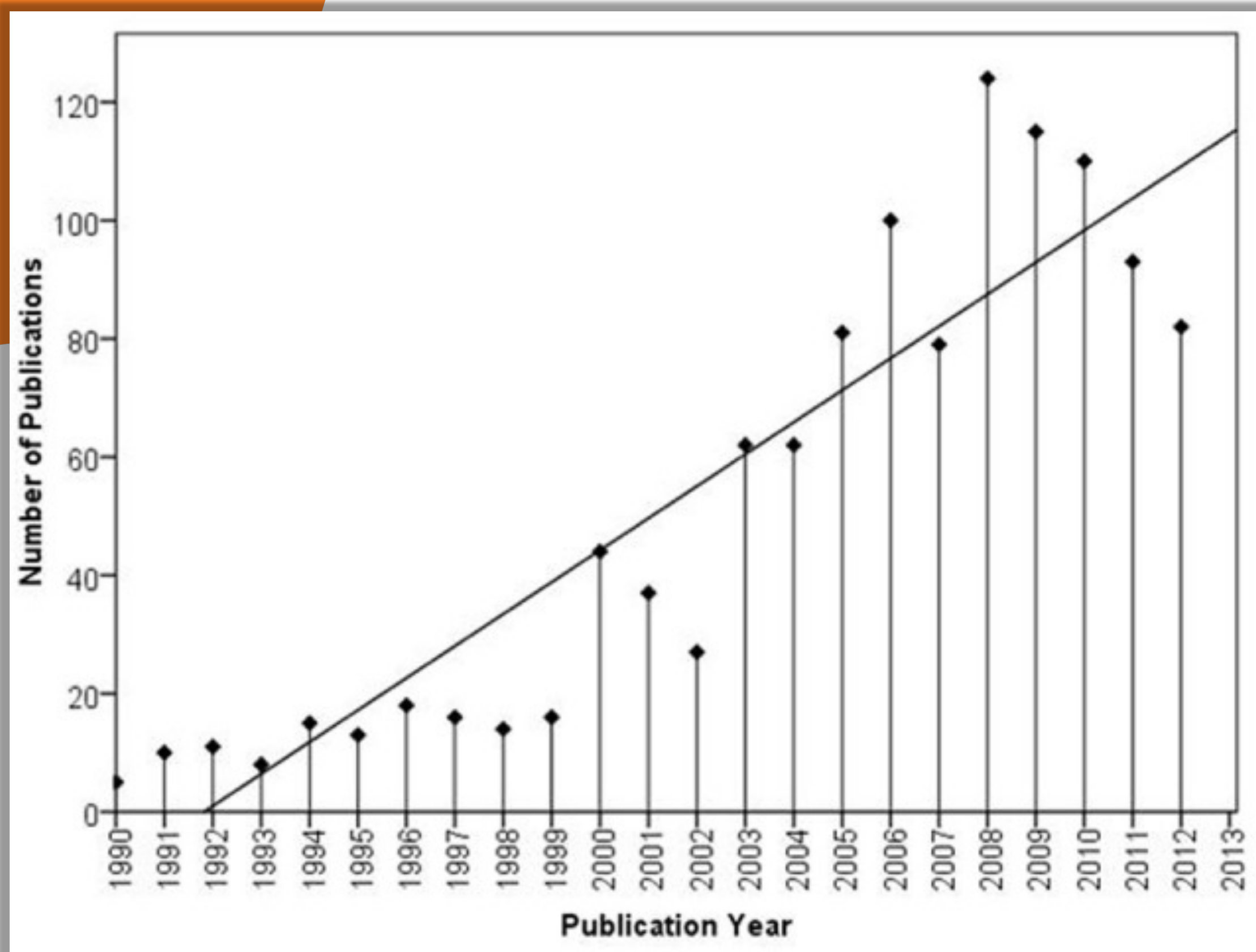
Patība – *centrālais jēdziens analītiskajā psiholoģijā. Vienotības un veseluma arhetips. Personības regulējošais centrs, kas atrodas aiz personīgās sfēras robežām. Psihes transcendentu attiecību iespējas ar Dievu un kosmosu, ar kristāliem un dzīvniekiem, kā pretstatus vienojošu un simbolus veidojošu. Patībai tāpat kā visiem arhetipiem piemīt antinomisks – loģiski nesavienojams, antagonistisks raksturs.*

(K. G. Jungs)

Pētījumi un publikācijas

Briedums – emocionālā pašregulācija, atbildība un adaptācijas spējas;

Viedums – pašrefleksija, pieredze un morāle.



Brieduma attīstības dimensijas

(M. Noulss; (*M. Knowles*, 1980))

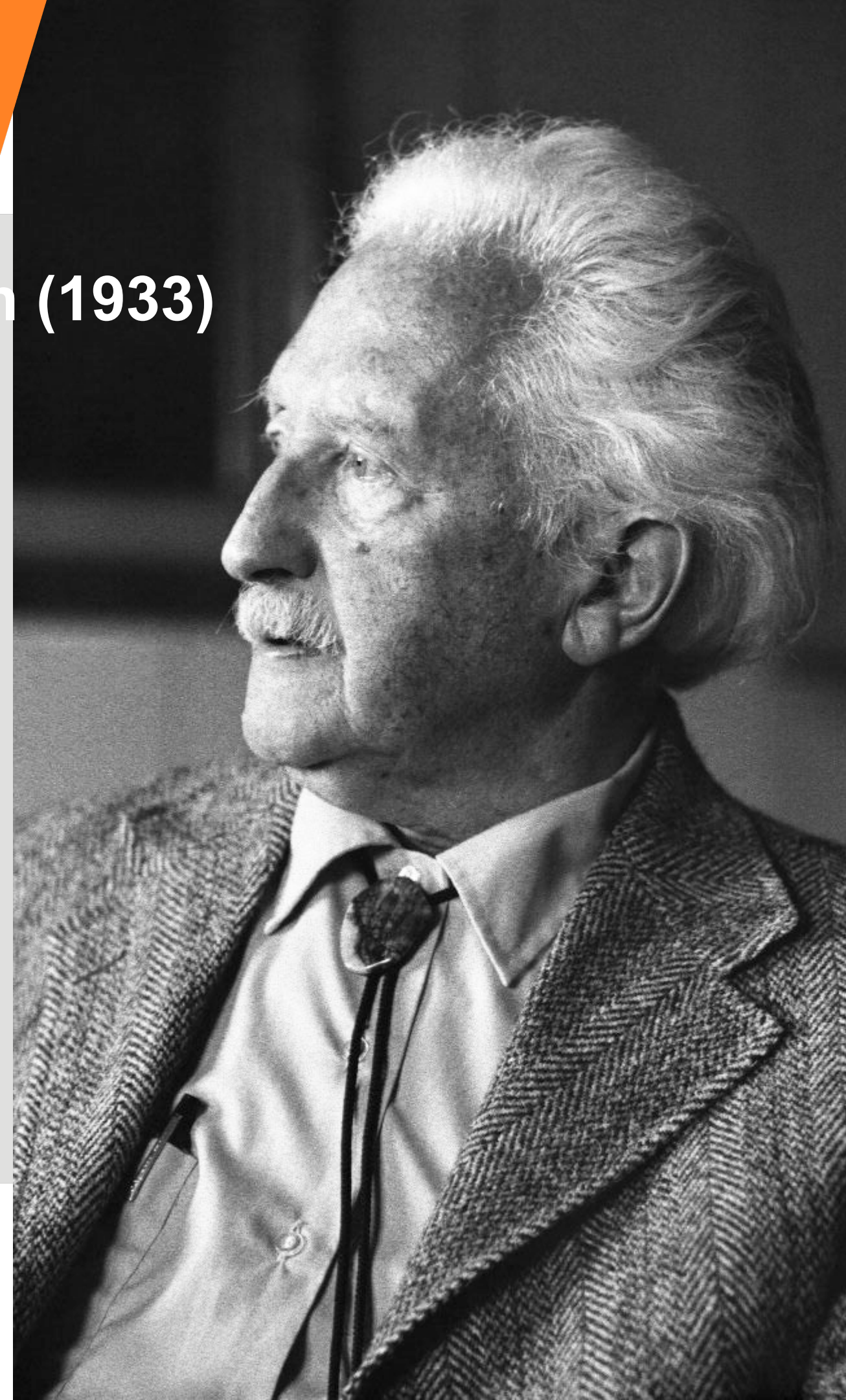
1. Atkarība → patstāvība;
2. Pasivitāte → aktivitāte;
3. Subjektivitāte → objektivitāte;
4. ↑ Zināšanas;
5. ↑ Prasmes;
6. ↑ Atbildība (maz pienākumu → plašāki, vairāk pienākumu);
7. Šaurākas intereses → plašas intereses;
8. Egoisms (savtība) → altruisms (nesavtība);
9. Sevis noraidīšana → sevis pieņemšana;
10. Neskaidra pašidentitāte → integrēta pašidentitāte (8 attīstības stadijas pēc Ēriksona);
11. Uzmanība atsevišķām detaļām → plašāka uzmanība, kopsakarības;
12. Virspusējas intereses → dziļas intereses;
13. Imitēšana → oriģinalitāte;
14. Drošība, noteiktība → tolerance pret nenoteikto, dažādo;
15. Impulsivitāte → racionalitāte.

E. Eriksons

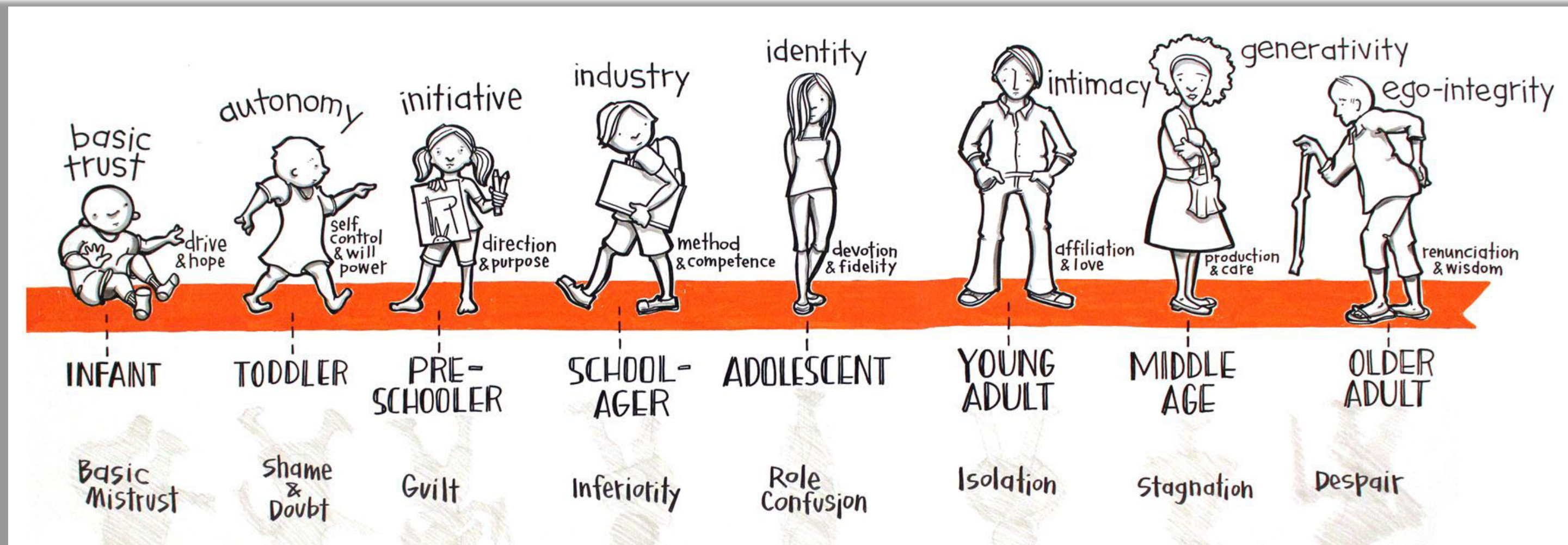
(Salomonosen → Homberger (1908) → Erixon (1933)
(Ēriks, Ērika dēls)

(1902 - 1994) Vācija, ASV

- Mākslinieks un mākslas pedagogs (Vācija);
- 1920-o gadu otrajā pusē ieguva izglītību Vīnē (bērnu psihoanalītiķis);
- 1933. g. emigrē uz ASV;
- Darbs un pētījumi ASV (Hārvarda, Bērklīja, Jeila).



Psihosociālās attīstības stadijas (Ē. Ēriksons, (*E. Erixon*, 1950))



- **Jaunības stadija (19 - 25 g.)**

Spēja veidot tuvas attiecības / vientulības sajūta;

- **Personības brieduma stadija (25 - 50...60 g.) – pusmūža krīze!!!**

Radošā produktivitāte/ stagnācija;

- **Personības integrācijas stadija (50...60 - g.)**

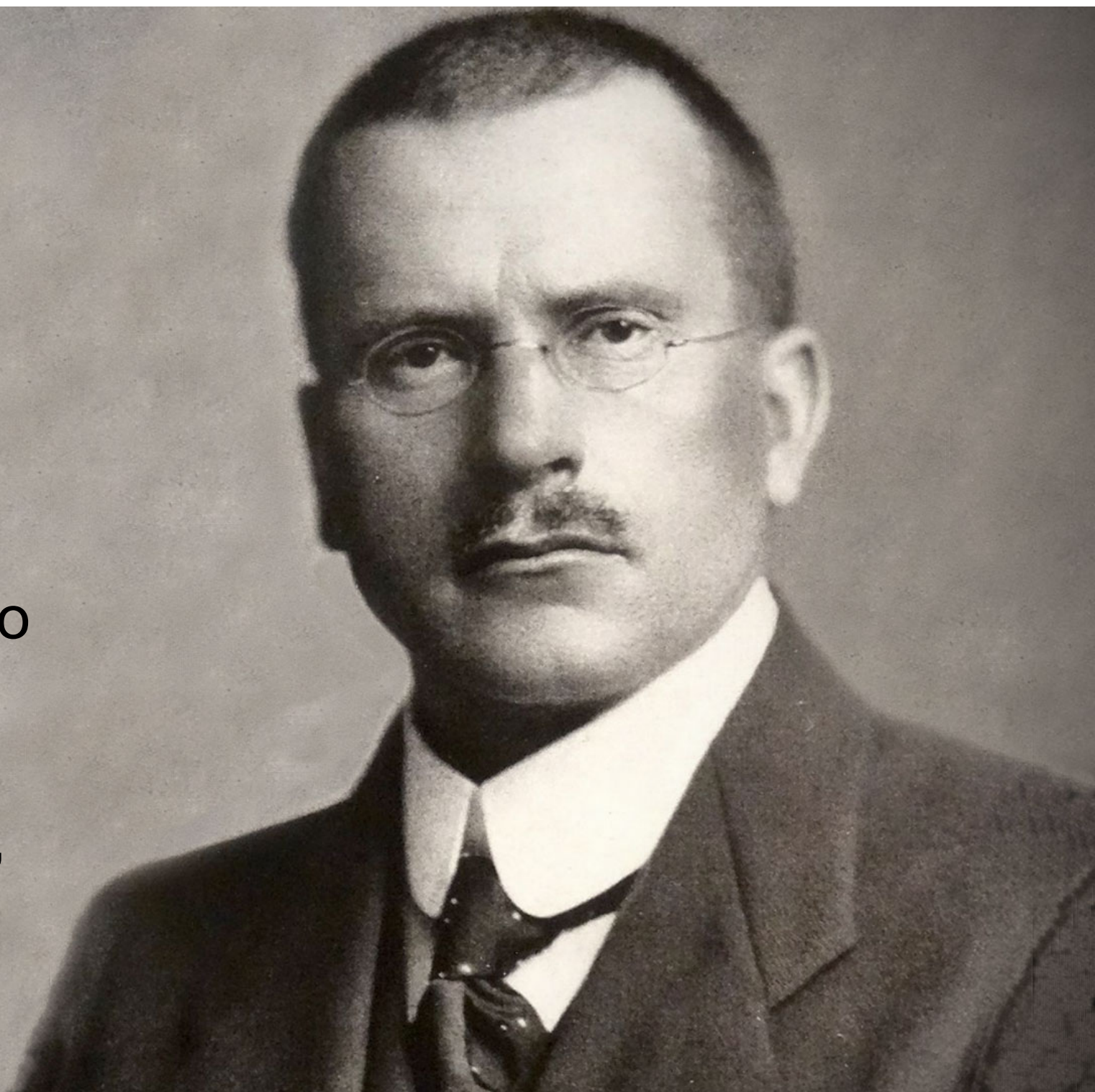
Savas personības kā vienota veseluma izjūta /izmisums, bezspēcība.

Karls Gustavs Jungs

(1875. – 1961., Šveice)

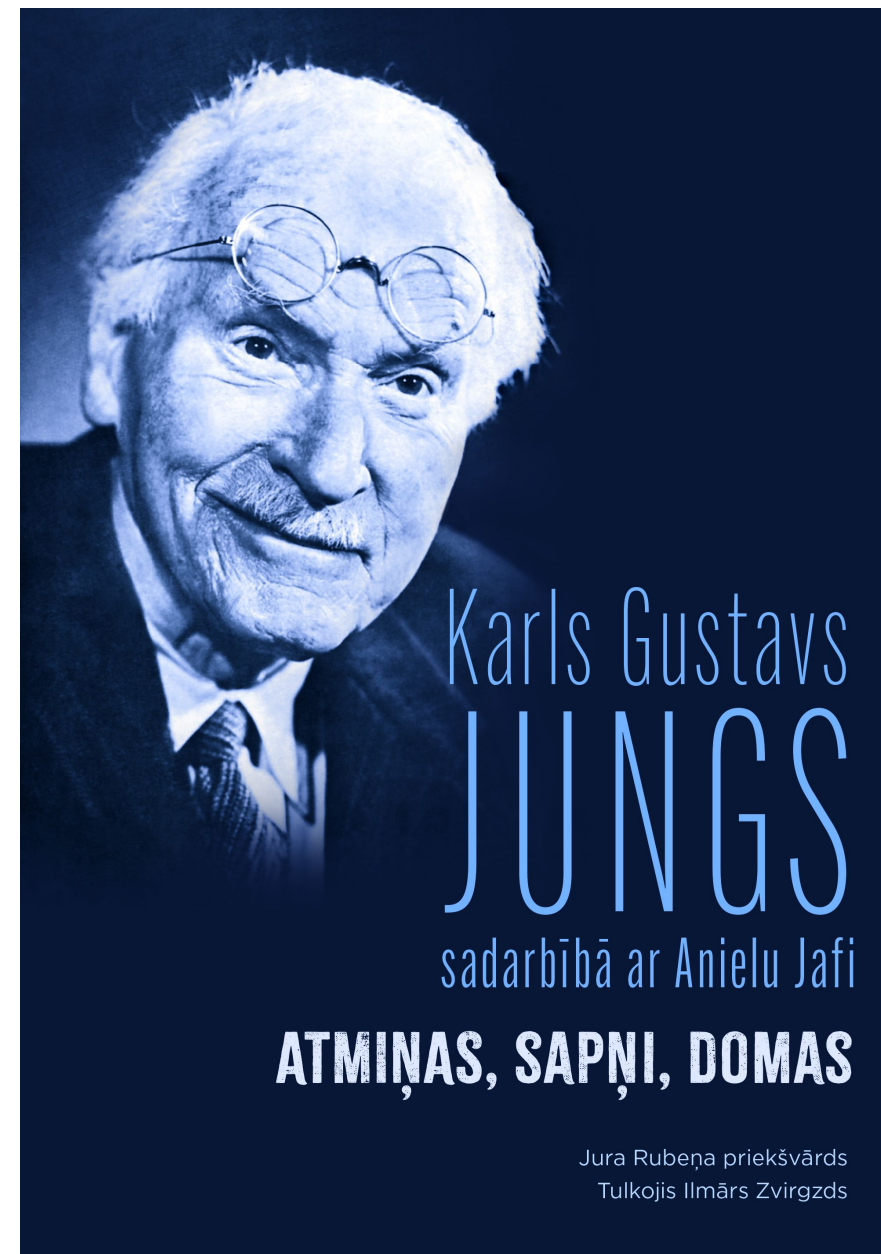
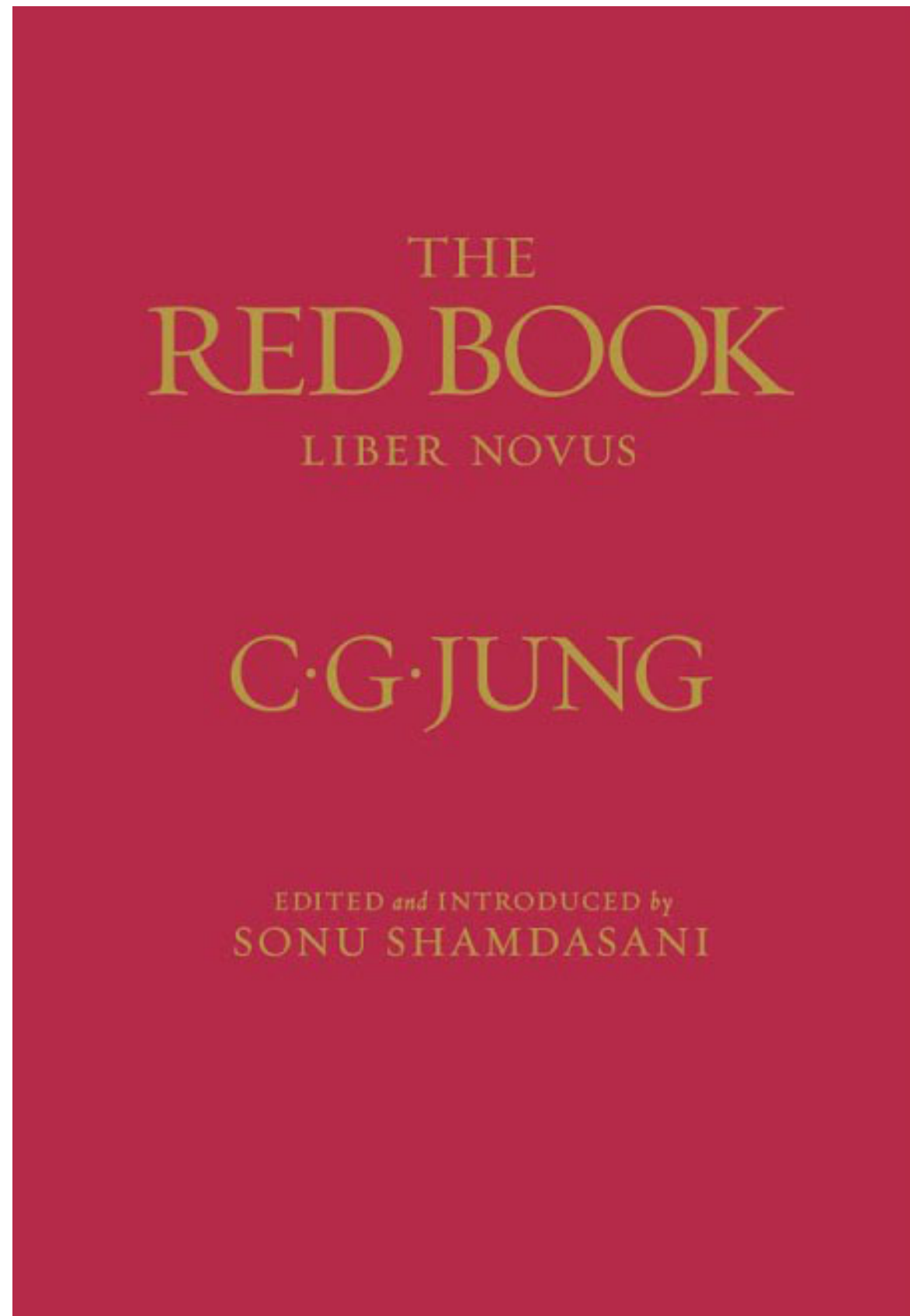
“Lielākās un svarīgākās
problēmas pašos
pamatos ir
neatrisināmas. Tās
nevar atrisināt, tās var
tikai pāraugt.”
(K. G. Jungs)

“Cilvēks nevar piedzīvot
dzīves norietu, ievērojot
dzīves sākuma programmu; jo
tas, kas bija būtisks sākumā,
būs mazsvarīgs beigās, un
tas, kas no rīta bija patiesība,
līdz vakaram būs kļuvis par
meliem”
(K. G. Jungs, *Kopotie raksti*, 8, 784)



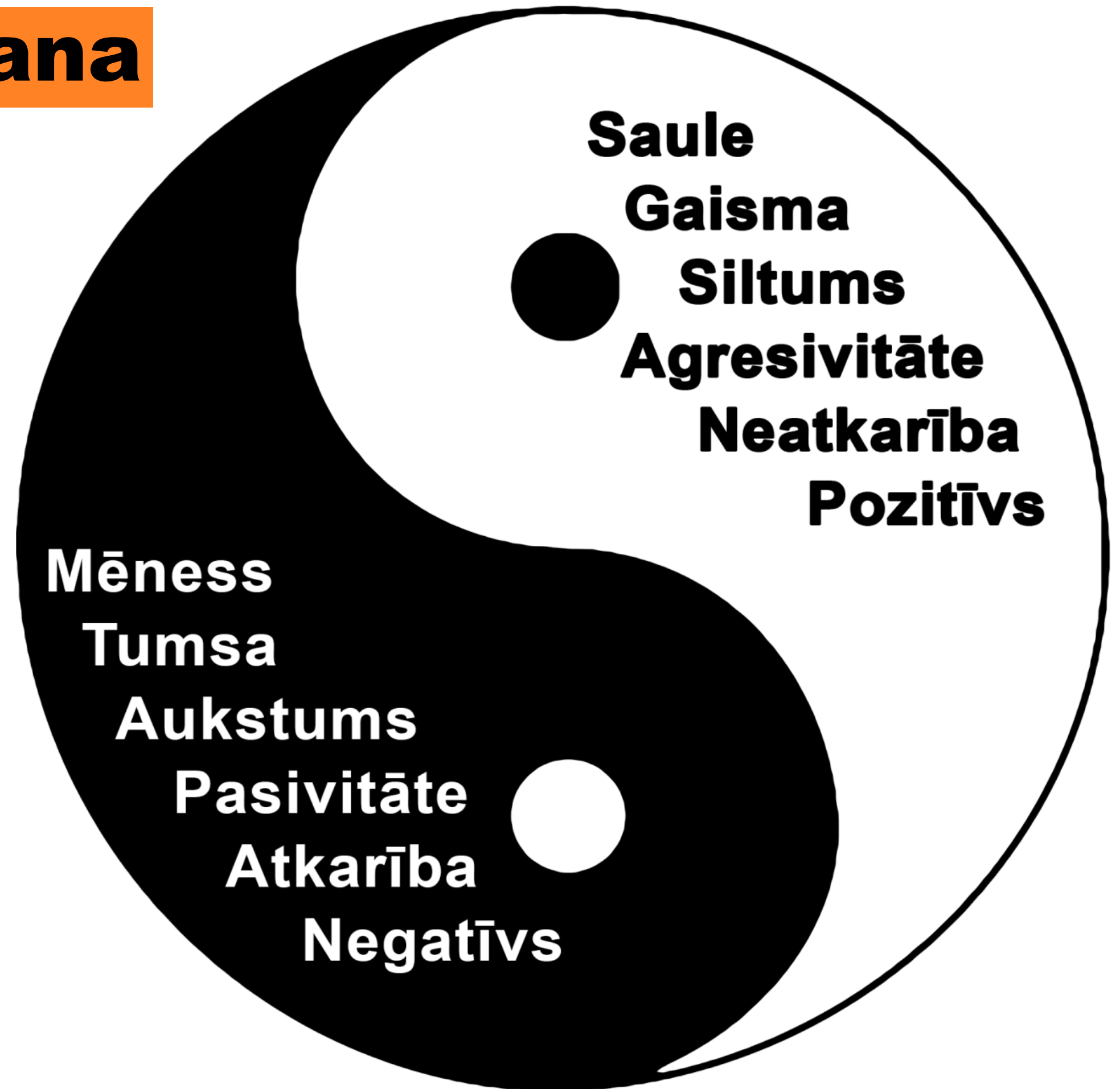
The Red Book

(1913. – 1916. “konfrontācija ar bezapziņu” – 1930.g.), izdota 2009.g.



Personības nobriešana

kā psihi polaritāšu integrēšana



K. G. Jungs un smilšu spēles terapija

(simboli, arhetipi, bezapziņas izpausmes)



Ričards Rors

(Richard Rohr)

(dzim. 1943.g., ASV)



2 dzīves posmi:



“Trauks” – identitāte

Uzdevums – veiksmīgi izdzīvot. Plašāk, bet seklāk.
Izstumt visu negatīvo, traucējošo. Tikai viena taisnība.
(*Izdzīvošanas deja*, B. Plotkins)

“Trauka saturs” – sevis atrašana

Ilgas pēc mājām. Patība. Dziļums.
Izpratne, ka nav vienas taisnības.
(*Svētā deja*, B. Plotkins)

Krīze starp abiem posmiem – ne labprātīga, bet obligāta. Attīstības / traumatiska krīze.

Spriedze starp apzināto un neapzināto (izstumto). U veida kustība.

Krišana kā vienīgais ceļš, kur notiek pārmaiņas un attīstība. “Vajadzīgās ciešanas”.

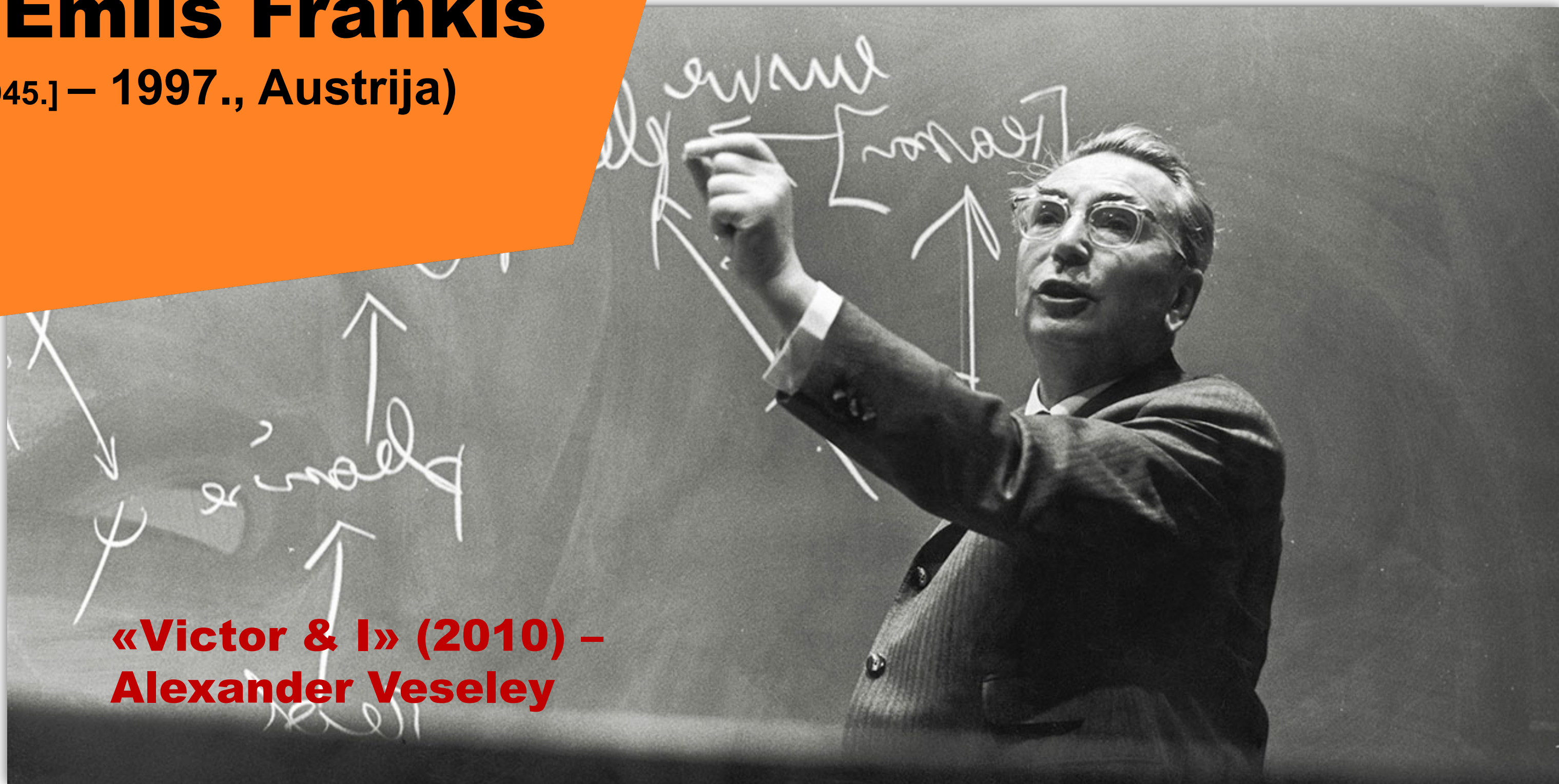
“Ja mēs neejam pie gara, tad gars nāk pie mums. Neurozes veidā.” (*R. Džonsons*)

Ignorējot iekšējo pasauli (dvēseli), tā pieprasa sev uzmanību caur neirozēm, trauksmi, depresiju, pat psihozēm.

Viktors Emīls Frankls

(1905. [1942. – 1945.] – 1997., Austrija)

«Victor & I» (2010) –
Alexander Veseley



Noogēnā neiroze (V. Frankls)

– (*nous* – no grieķu filozofijas – prāta spējas, inteliģence) - neiroze, ko izraisa eksistenciāla trauksme vai krīze. Var dekompensēties līdz psihotiskiem traucējumiem.

**Ap 20 %
psiholoģijas studentu
vidū
(N = 341).**

[Schulenberg, S. (2004). A Psychometric Investigation of Logotherapy Measures and the Outcome Questionnaire (OQ-45.2). *North American Journal of Psychology*, 6, 477-492.]



Logoterapija

– eksistenciālās un humānistiskās psihoterapijas virziens, kas dzīves jēgas meklējumus saista ar cilvēka galveno motivācijas spēku.

1. Paradoksāls nodoms –

distancēšanās, humoristiska problēmas pārspīlēšana;

2. **Derefleksija** – uzmanības novēršana no simptomiem;

3. **Sokrātisks dialogs** (no konkrētā uz universālo) un attieksmes modifikācija
→ pašdefinēta dzīves jēga.



Logotherapy

Viktor Frankl

Edīte Eva Egere

(dzim. 1927.g. Ungārijā)



Holokaustu un
koncentrācijas nometni
pārdzīvojušās memuāri –
aizkustinoša liecība
cilvēka gara spēkam
un izvēles nozīmei

IZVĒLE

Vienmēr ir iespējams
izvēlēties brīvību

Dr. Edīte Eva Egere

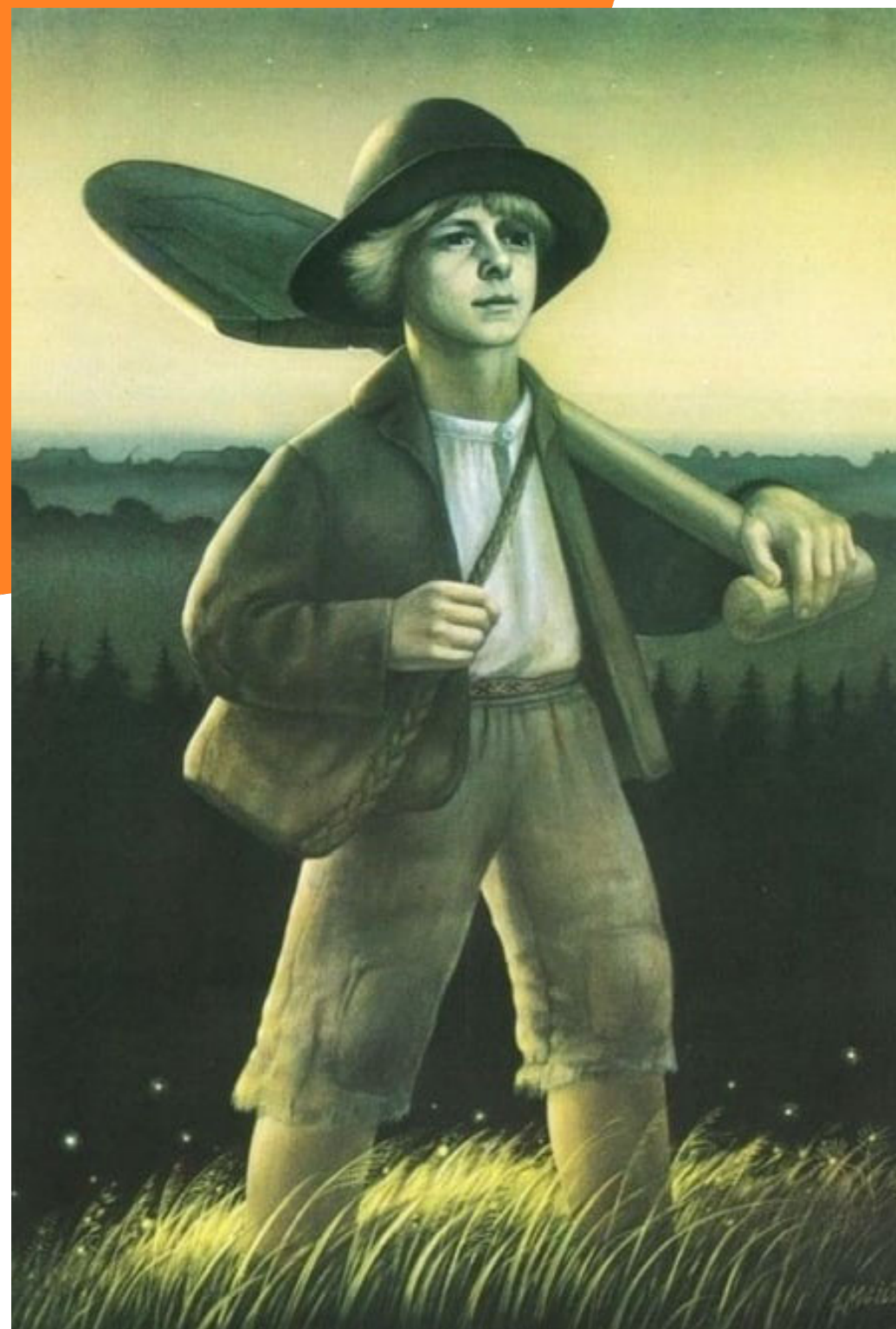
Secinājumi

1. Viedums = brieduma kognitīvā komponente;
2. “Ar vecumu nāk gudrība, bet dažreiz vecuma nāk viens pats.” (*O. Vailds*);
3. Briedumam un viedumam nepieciešama biopsihosociāla bāze;
4. Attīstība un nobriešana notiek caur krīzēm;
5. Cilvēkam ir brīva izvēle ciest vai mainīties;
6. Psihiatriski simptomi (dg), ja nav izpildīti attīstības uzdevumi;
7. Smalkā robeža starp palīdzību / psihiatrisku ārstēšanu un attīstības kavēšanu;
8. Visas “lielās personības” ir gājušas cauri smagam izaugsmes ceļam, kas nereti robežojās vai izpaudās t.sk. smagu psihisku traucējumu veidā.

N.B.!

Lekcija nebija stāsts par psihiski slimām personām!!!

Paldies par uzmanību!



Virs galvas mūžīgs piena ceļš,
Un mūžīgs ceļš zem kājām,
Tas ved uz zemi laimīgo,
Un izrādās uz mājām.

Kur zaļa zāle, tumša nakts,
Kur migla rokām maigām,
Kur laimes bērnus meklējot,
Ik dienas laime staigā.

Kur zaļa zāle, tumša nakts,
Kur migla rokām maigām,
Kur laimes bērnus meklējot,
Ik dienas laime staigā.

M. Zālīte