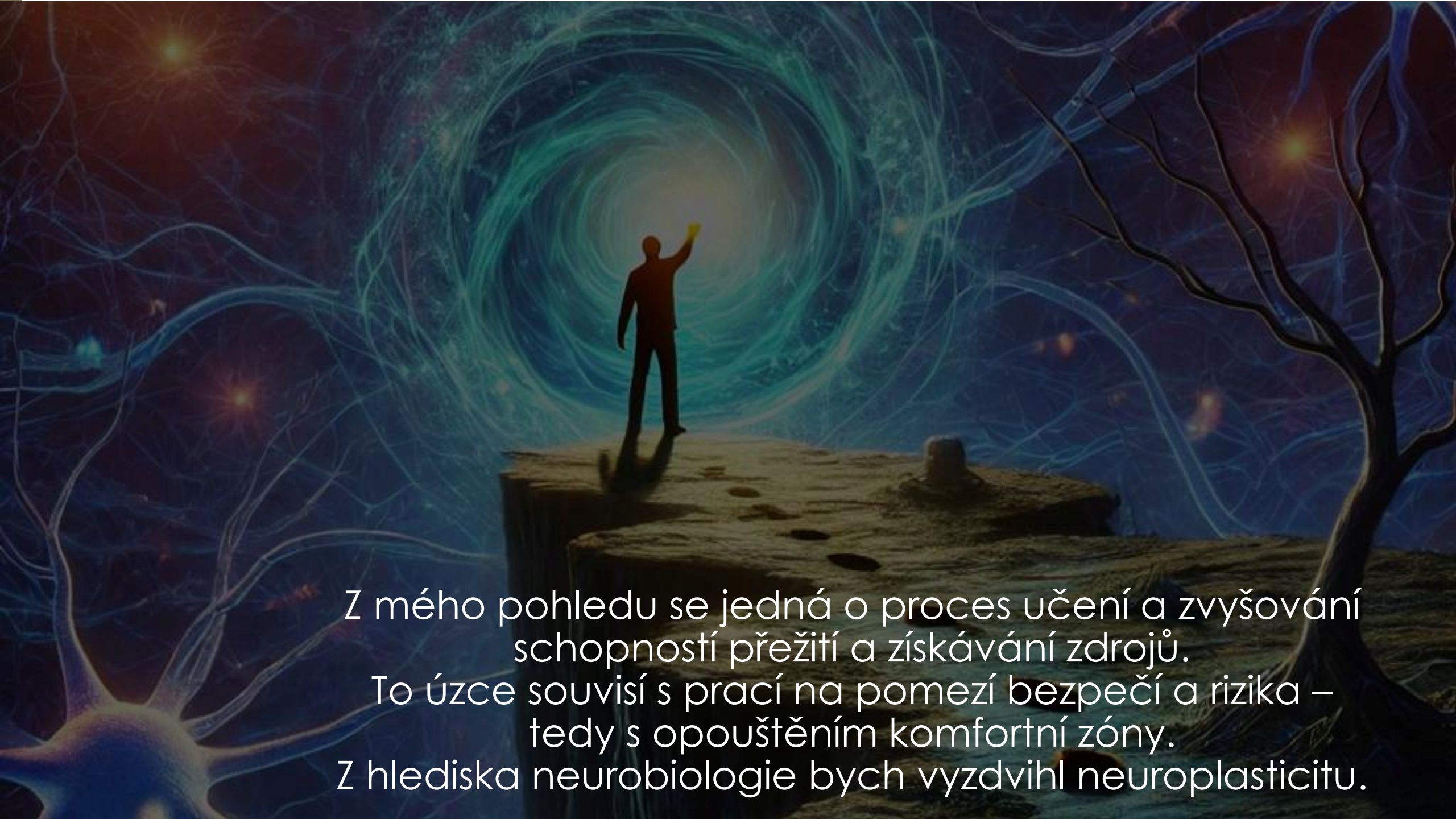


Neuropsychoterapie

úvod do tématu



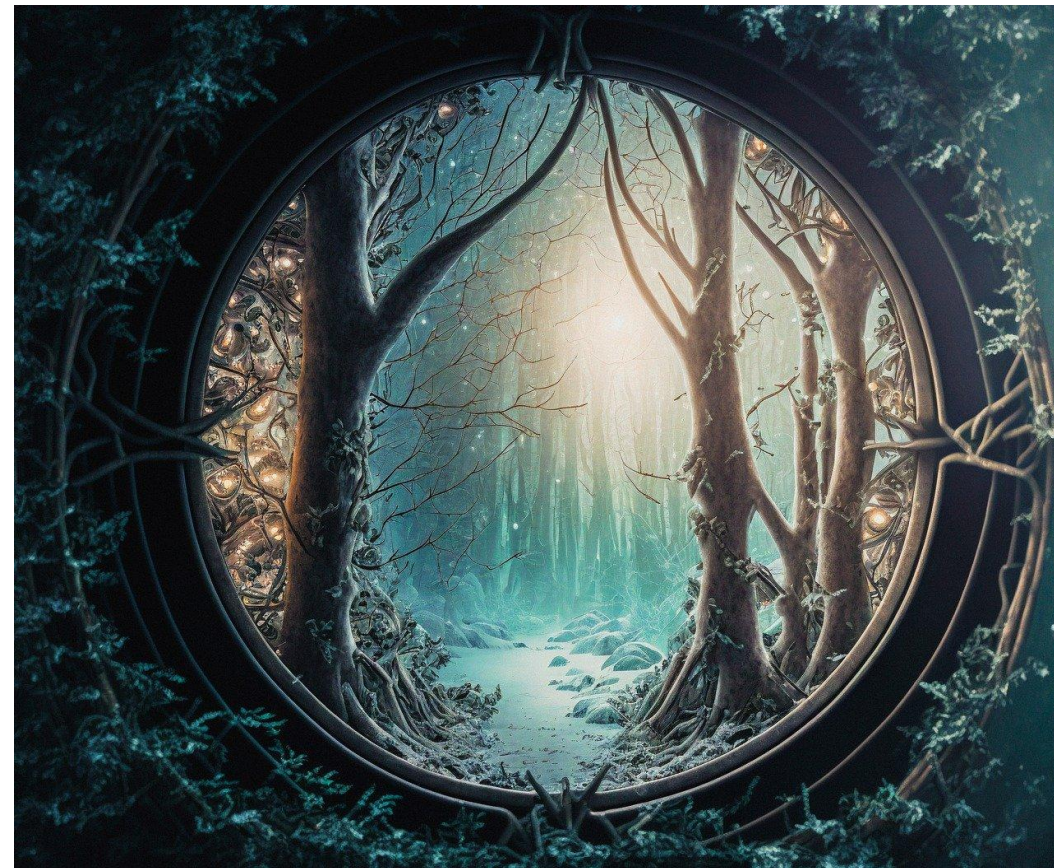
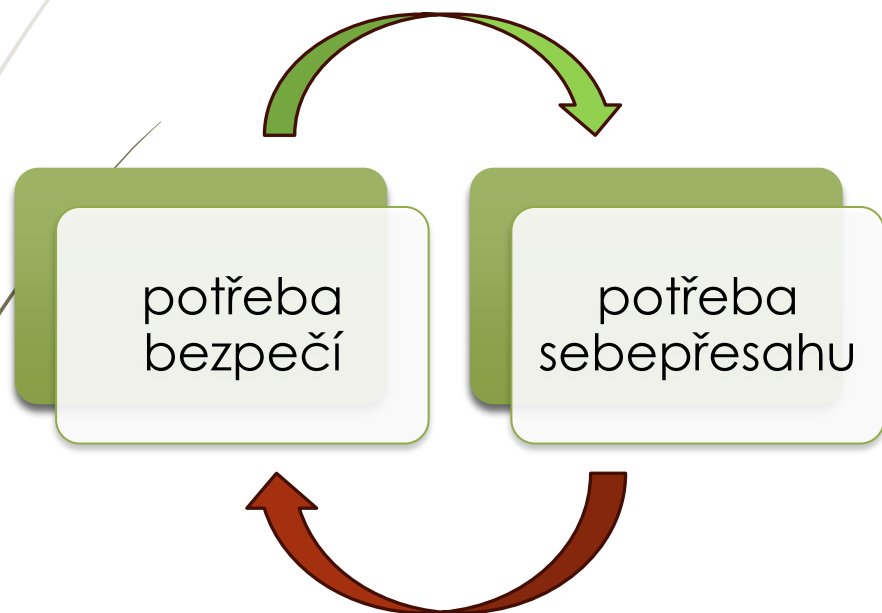
Michal Raszka

A surreal landscape with a person on a cliff, a glowing portal, and a neuron. The scene is set against a dark, starry background. A person in silhouette stands on a rocky ledge, reaching towards a large, glowing, circular portal of light. The portal is surrounded by swirling, ethereal patterns. To the right, a dark, leafless tree stands on the cliff. In the bottom left corner, a large, glowing neuron is visible, with its dendrites extending across the frame. The overall atmosphere is one of mystery and exploration.

Z mého pohledu se jedná o proces učení a zvyšování schopností přežití a získávání zdrojů.
To úzce souvisí s prací na pomezí bezpečí a rizika – tedy s opouštěním komfortní zóny.
Z hlediska neurobiologie bych vyzdvihl neuroplasticitu.



Úvaha o potřebách

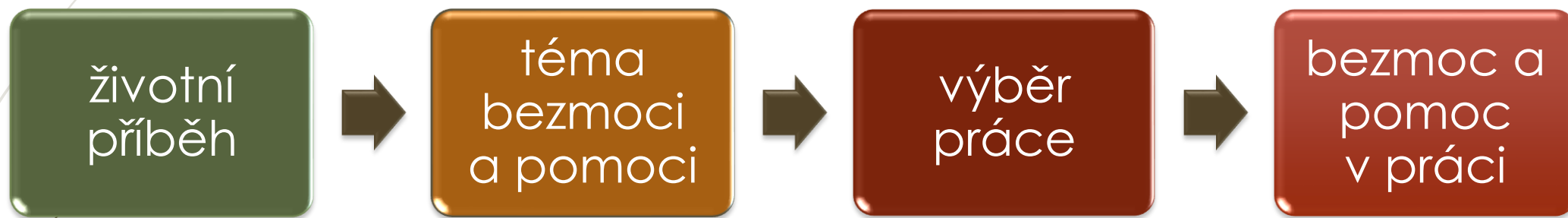


Ambivalence

nezávislost vs. vztah



Co naše práce... dělá s námi?



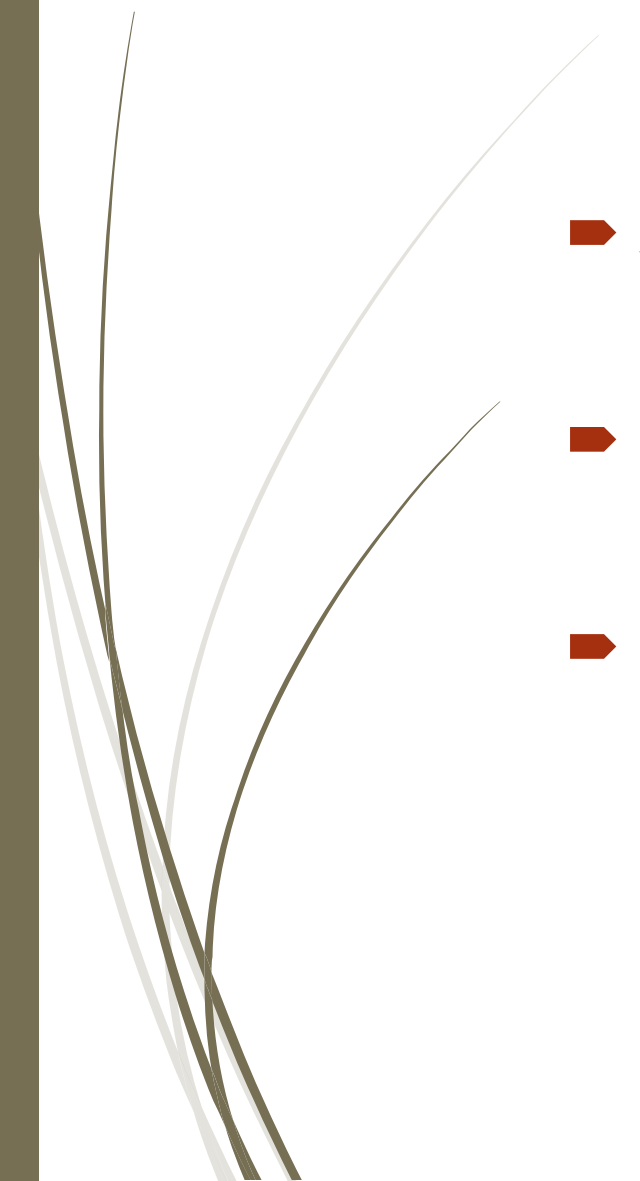
Můj postoj ovlivňuje zažívanou zkušenost s klienty a TAKÉ jejich reakce.

Otevírají se mi hluboká témata.
(Které je výhodné průběžně zpracovávat).

Pokud porozumím sobě a budu ve své práci vědomější, jsem schopen poskytnout lepší oporu sobě a tudíž i druhému.



K zamyšlení...

- Jaká „slova“ jsou pro praxi psychoterapie klíčová?
 - Co je podstatou změny?
 - Pokud bychom měli na výběr pouze 3 věci, které bychom mohli během sezení zprostředkovat, které by to byly?
- 

Co nás čeká...

- Co to „neuropsychoterapie“ vlastně je?
- představitelé směru
- principy z pohledu neurověd související s procesem psychotherapie
- vybrané oblasti zkoumané z pohledu neurověd
- úskalí neuropsychoterapie

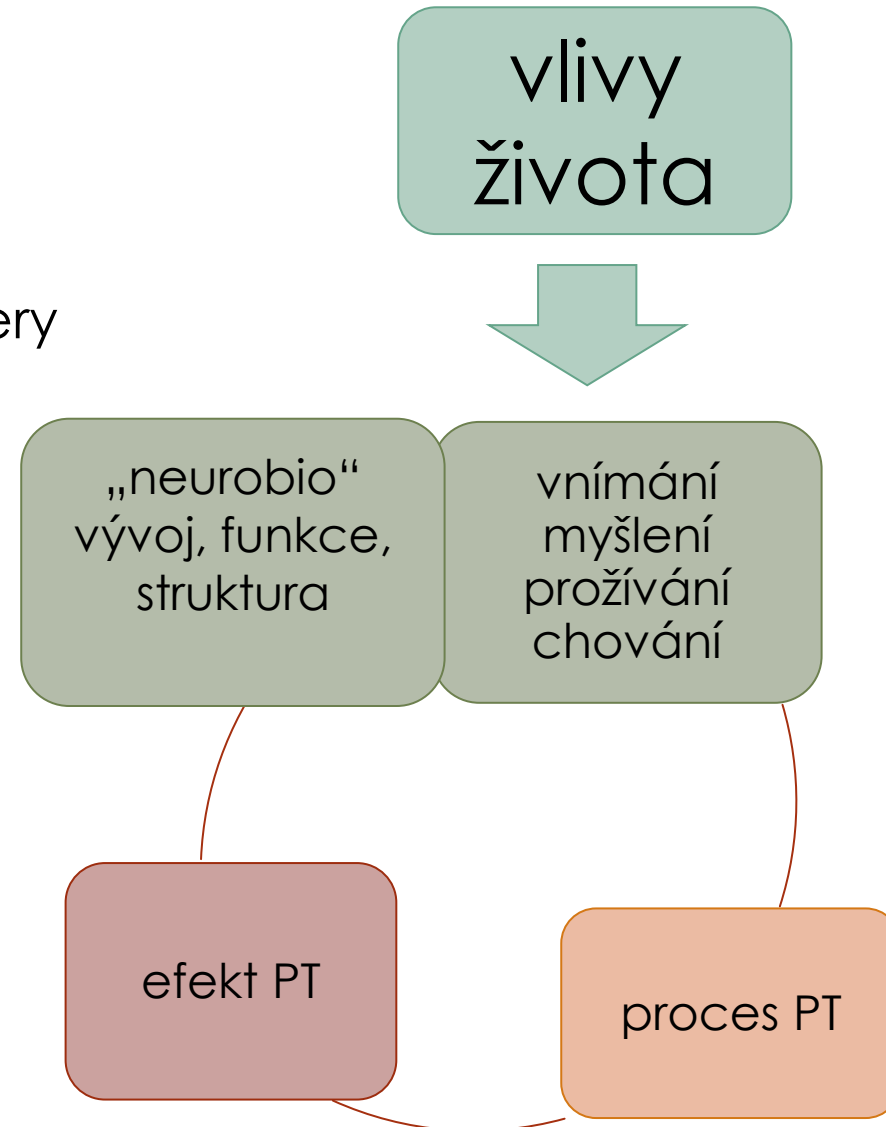


- ▶ Jak má vlastně psychoterapie „vypadat“ a na co cílit... a v jakých případech?
- ▶ Co nám poskytují neurobiologické poznatky v našich úvahách o psychoterapii a v PRAXI?
- ▶ Má vůbec smysl přemýšlet v kontextu neurověd?
- ▶ Neurovědní vzdělání – vhodná výbava psychoterapeuta, základ, doplněk nebo překážka?

Co to
neuropsychoterapie
je ?!

Neurovědy a psychoterapie?

- neurobiologické koreláty psychických funkcí a psychopatologie
- predikce terapeutického efektu biologickými markery
- změna mozku po psychoterapii
- souvislost změny mozku s terapeutickou změnou
- změny mozku v průběhu sezení
- cílené intervence





Definice neuropsychoterapie


- interdisciplinární obor
- propojuje poznatky neurověd za účelem uchopení terapeutického procesu, jeho výsledků a hledání dalších léčebných možností
- na základě integrace poznatků poukazuje na vzájemné dynamické propojení mysli, mozku a těla, sociálních interakcí a prostředí
- v posledních letech se neuropsychoterapie postupně stává samostatnou vědeckou disciplínou



Relevantní pro psychoterapii

- ▶ „jáství“
- ▶ interpersonální neurobiologie (např. vazba)
- ▶ mentalizace (teorie mysli)
- ▶ top-down vs. bottom-up regulace
- ▶ (emoční) regulace
- ▶ zrcadlící neurony
- ▶ paměť
 - ▶ implicitní
 - ▶ autobiografická
 - ▶ rekonolidace
 - ▶ vyhasínání
- ▶ neuroplasticita
- ▶ „sítě“ (např. default mode network, salience network) a jejich přepínání

Úrovně

- 
1. Geny
 2. Molekuly
 3. Buněčné orgány
 4. Mikroobvody
 5. Jednotlivé části neuronů
 6. Nervové buňky
 7. Jednotlivé oblasti mozku
 8. Funkční systémy
 9. Vztahy
 11. Sociální skupiny



Upraveno z prezentace Kristýny Drozdové

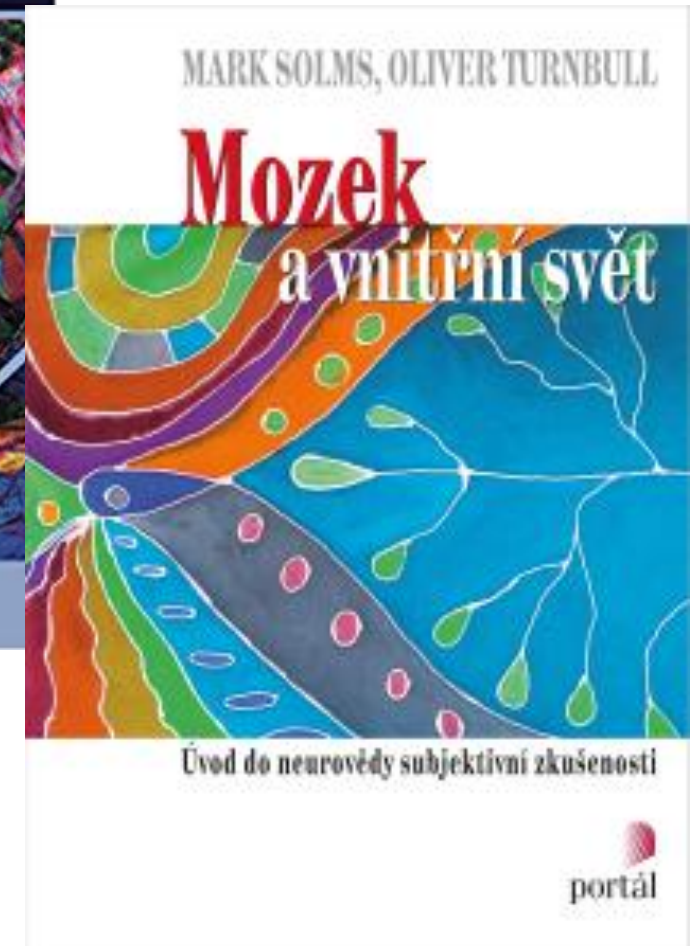
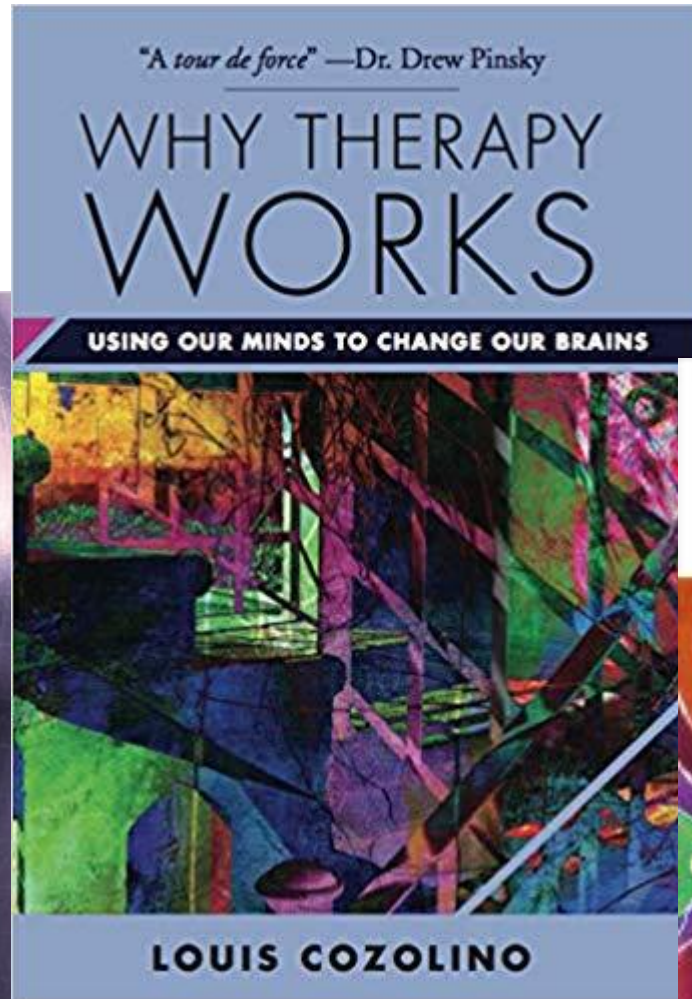
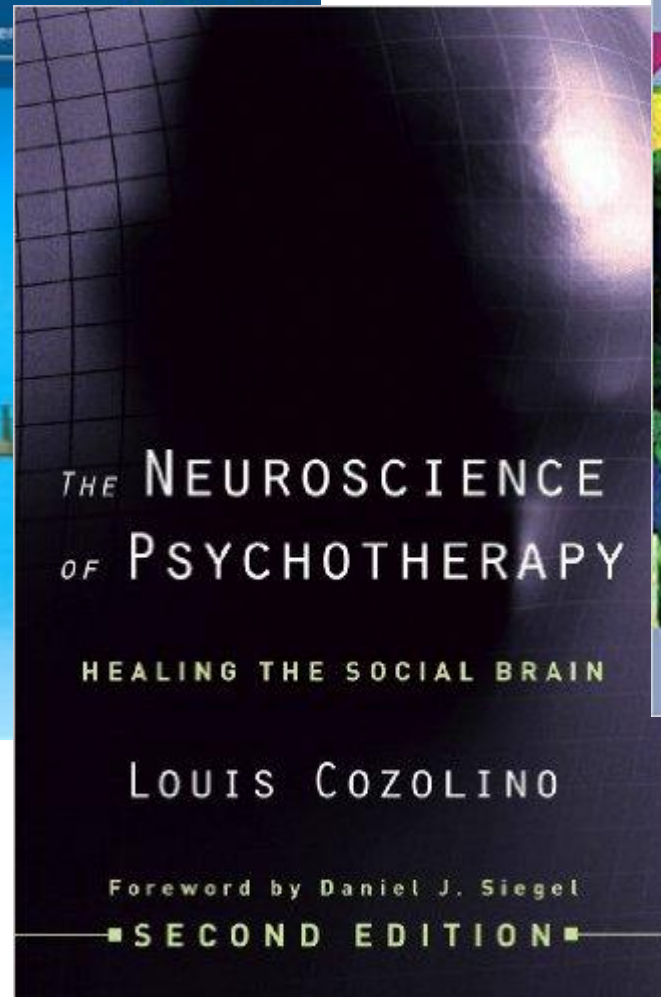
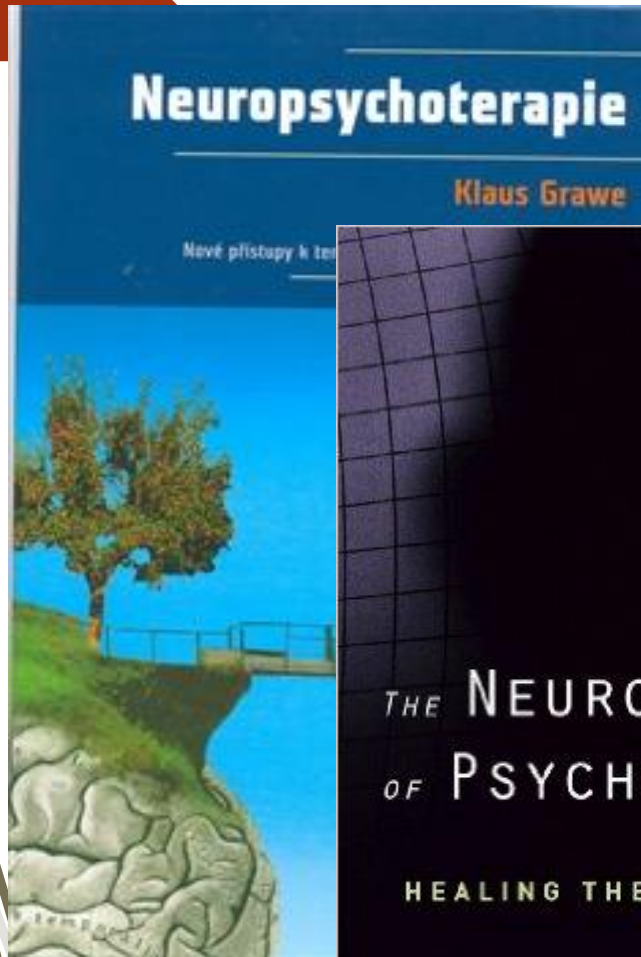
Neurovědy – vztah k psychoterapii

- kognitivní
- afektivní
- behaviorální
- sociální
- kulturní
- klinická
- neuroepigenetika
- neuroetika



Davidson, R.J. (2000). "Cognitive neuroscience needs affective neuroscience (and vice versa)". *Brain & Cognition* 42: 89–92.

Neuropsychoterapie



http://www.neuropsychotherapist.com/

The screenshot shows a web browser window with the URL www.neuropsychotherapist.com/about/neuropsychotherapy/. The page features a navigation menu with links for Home, About, Magazine, Departments, Journal, Subscription, and Resources. The main content area is titled "Definitions" and "Neuropsychotherapy" with the tagline "Changing Minds". A paragraph explains that neuropsychotherapy is an integrative approach to therapy that considers the dynamic interplay between the mind, body, social interaction, and the environment. A sidebar on the right includes a "Join Our Newsletter" form, a "Categories" dropdown menu, and a "Recent Posts" section listing articles such as "IJNPT Vol 4" and "Internet-Based Interactions and Psychological Wellness: Implications on Interpersonal Responses to Hypothetical Situations". The Windows taskbar at the bottom shows the time as 23:01 on 31.3.2016.

NPT

Home About Magazine Departments Journal Subscription Resources

Definitions

Neuropsychotherapy

Changing Minds

What is Neuropsychotherapy?

Neuropsychotherapy is an integrative approach to therapy that takes into account the dynamic interplay between the mind, body, social interaction, and the environment on a person's well-being with a focus on neuroscientific research. By understanding the mechanisms of our biology (and in particular our neurology), the processes of our psychology, and the influences of social interaction, it is believed a holistic therapeutic practice can be formulated.

What is a Neuropsychotherapist?

A Neuropsychotherapist, is a psychotherapist (either an eclectic or founded in any number of

Join Our Newsletter

Enter your email

Subscribe

powered by MailMunch

Categories

Categories

Select Category

Recent Posts

IJNPT Vol 4

Internet-Based Interactions and Psychological Wellness: Implications on Interpersonal Responses to Hypothetical Situations

Transgenerational Trauma:

Psychoterapie jako „epigenetický lék“

Journal of
Clinical Pharmacy and Therapeutics



Journal of Clinical Pharmacy and Therapeutics, 2012, 37, 249–253

doi: 10.1111/j.1365-2710.2011.01301.x

Commentary

Psychotherapy as an epigenetic ‘drug’: psychiatric therapeutics target symptoms linked to malfunctioning brain circuits with psychotherapy as well as with drugs

S. M. Stahl*† MD PhD

*Department of Psychiatry, University of California San Diego, San Diego, CA, USA and †Department of Psychiatry, University of Cambridge, Cambridge, UK

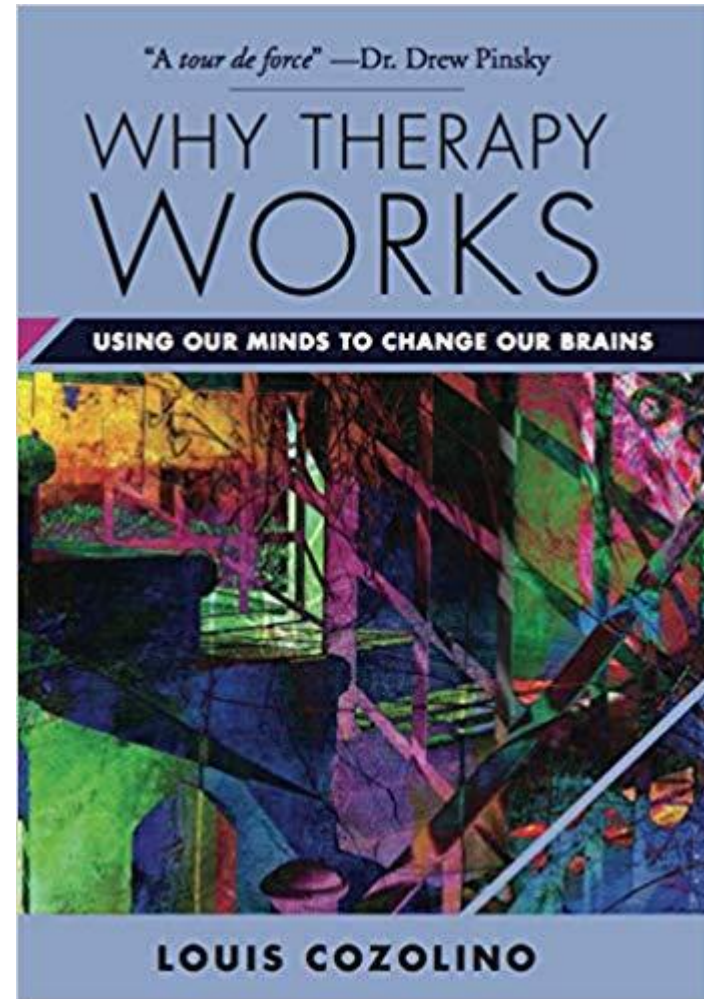
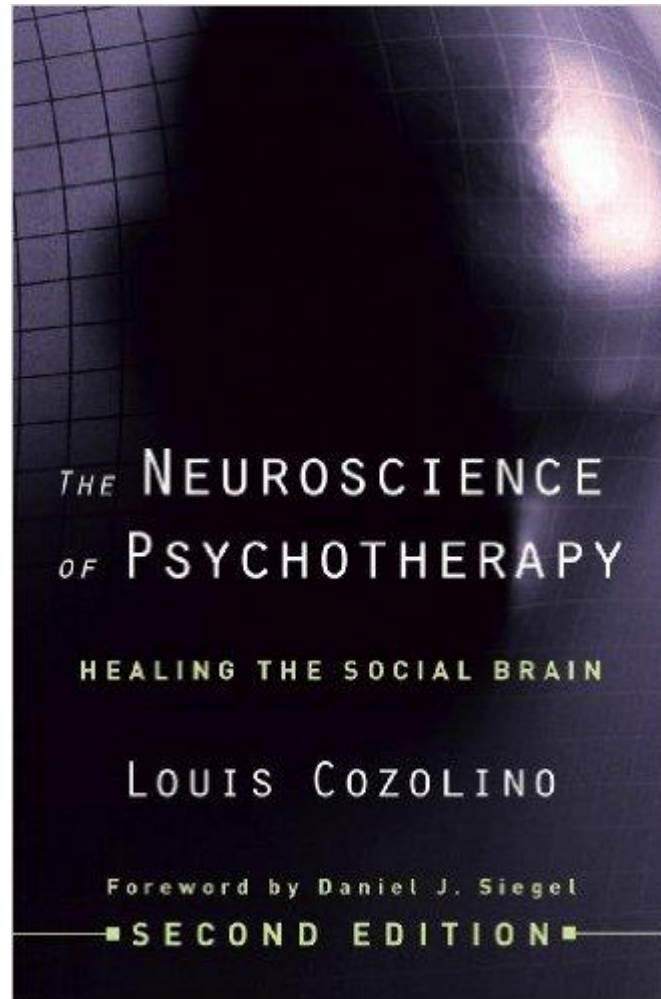


Výběr z osobností

Louis Cozolino (*1953)

- americký klinický psycholog a profesor na Pepperdinské univerzitě
- klinický psycholog, vystudoval i teologii
- empirický výzkum na schizofrenii
- pojem „**sociální synapse**“
- knihy na téma neurobiologie vztahů a psychoterapie





Sociální synapse



"Gaze, pupil dilation, facial expressions, posture, proximity, touch, and mirror systems are all reflexive and obligatory systems that work below conscious awareness. These and other systems yet to be discovered create a high-speed information linkup between us, establishing ongoing physiological and emotional synchrony."

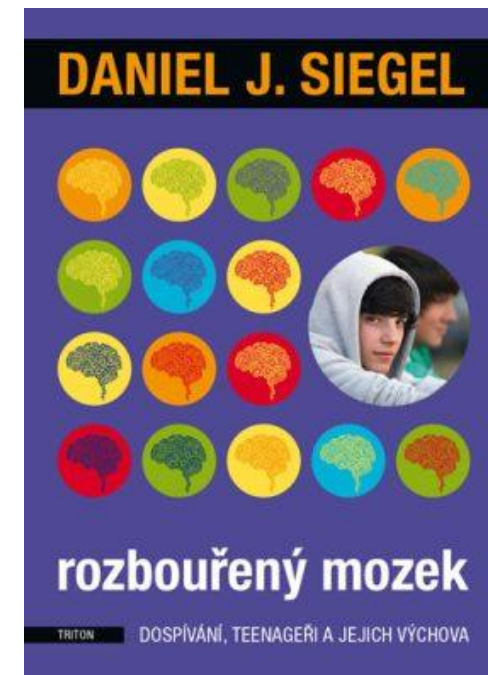
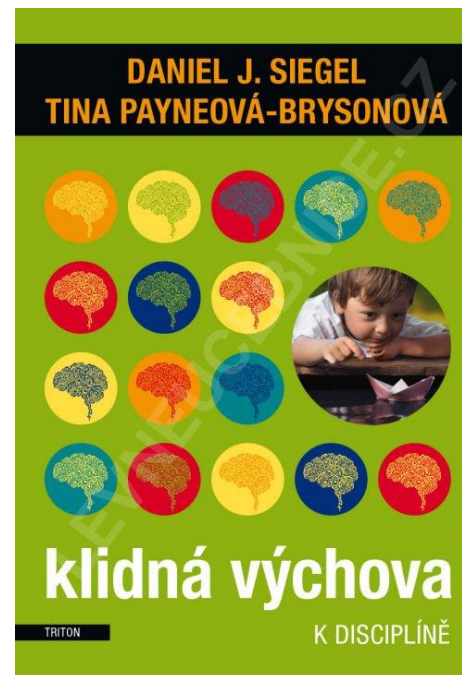
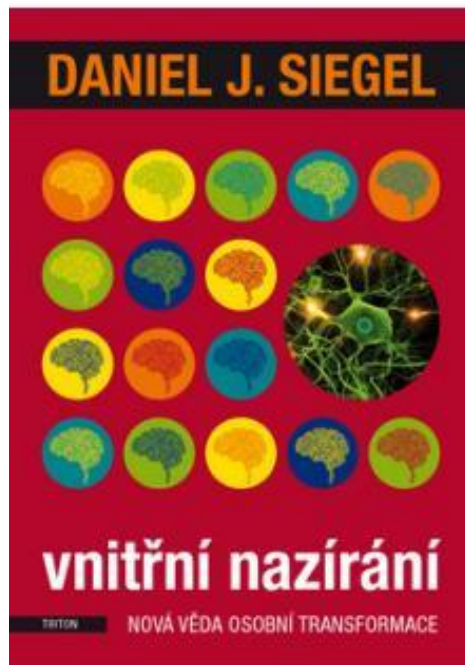
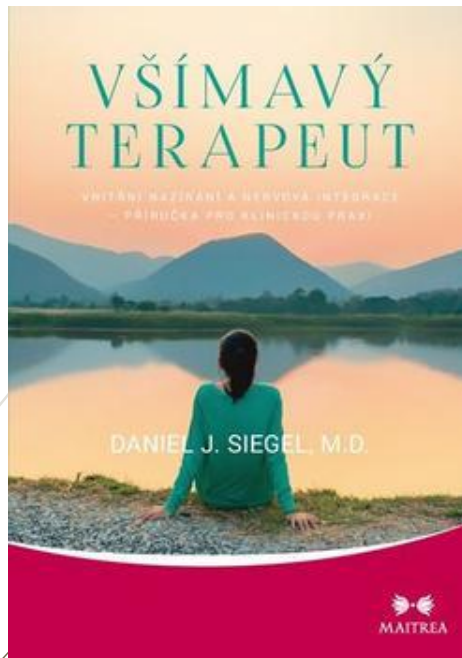
Daniel J. Siegel (*1957)



- profesor dětské a dospělé psychiatrie na UCLA School of Medicine
- vedoucí the Mindful Awareness Research Center na UCLA, vedoucí Mindsight Institute.
- aktivní psychoterapeut
- zakladatel interpersonální neurobiologie, pojmy neurální integrace, mindsight

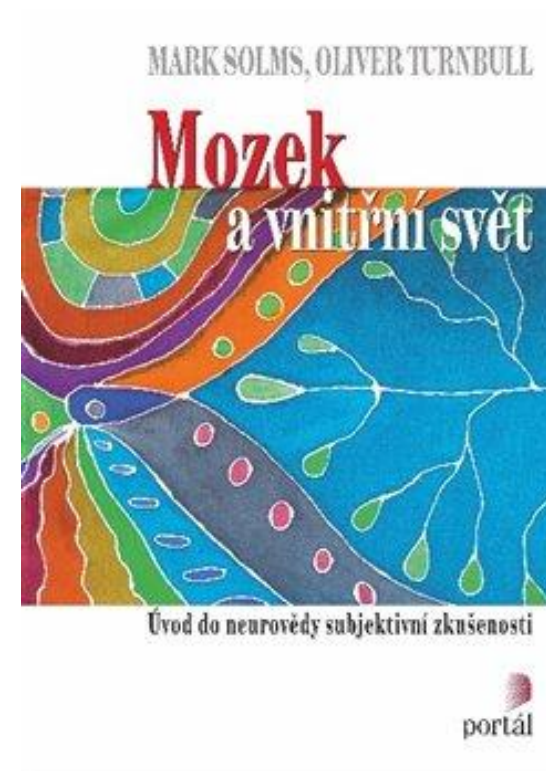
Daniel J. Siegel (*1957)

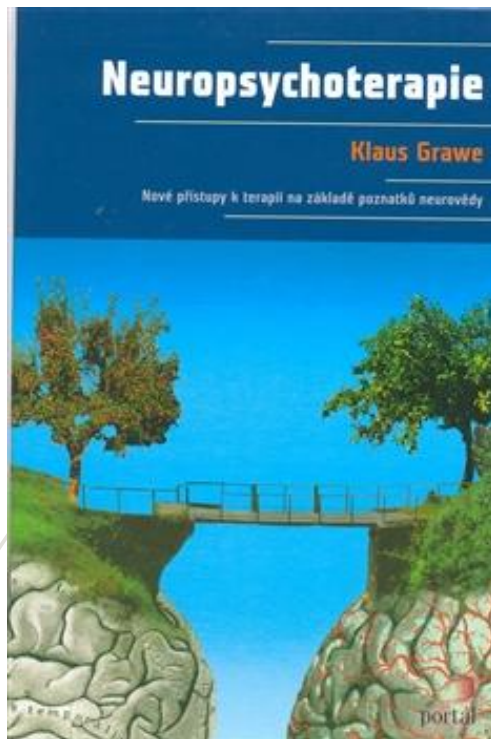
- knihy vycházejí i česky
- terapeuticky využívá všímavost a její neurovědní zakotvení



Mark Solms (*1961)

- jihoafrický psychoanalytik a neuropsycholog
- Univerzitě v Kapském Městě
- zakladatel Mezinárodní neuropsychoanalytické společnosti





Klaus Grawe (1943-2005)

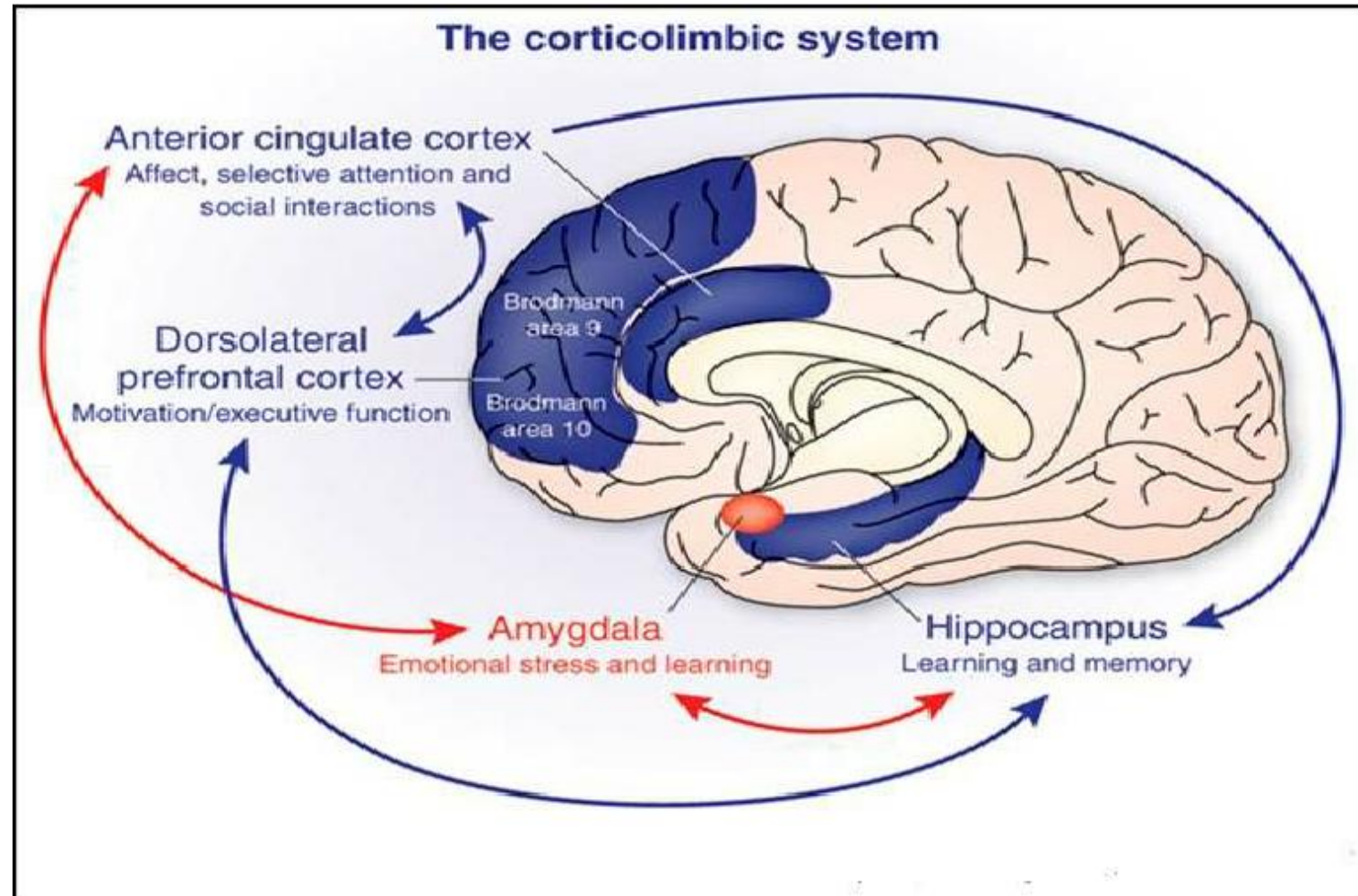
- profesor klinické psychologie a psychoterapie na Univerzitě v Bernu
- empiricky orientované curriculum klinické psychologie a psychoterapie a postgraduální tréninkový program v psychoterapii opírající se o výzkum
- témata psychoterapie: výzkum výsledku a průběhu, vyšetření, dodržení kvality, meta-analýzy, teoretická integrace



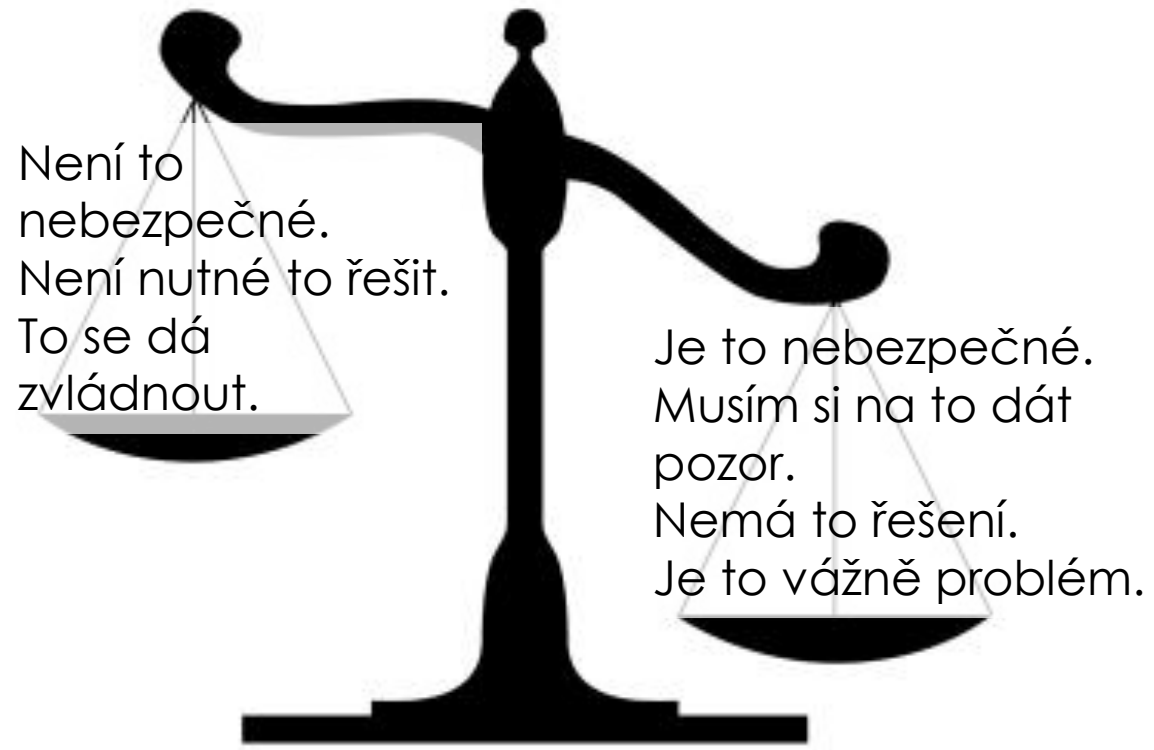


Základní primitivní schéma

Princip změny mozku v psychotherapii



Jaké (ne)bezpečí si v (ne)předvídatelném životě vytvořím?



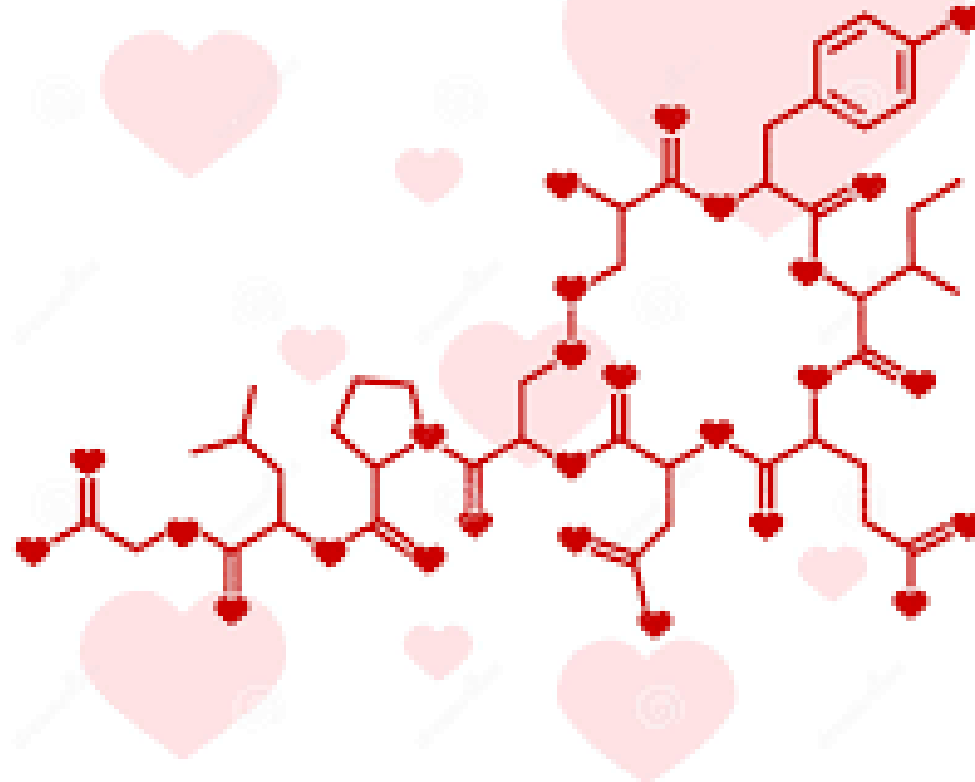
Není to
nebezpečné.
Není nutné to řešit.
To se dá
zvládnout.

Je to nebezpečné.
Musím si na to dát
pozor.
Nemá to řešení.
Je to vážně problém.



Vybrané souvislosti


OXYTOCIN





Účinky oxytocinu

Periferní	Centrální
kontrakce dělohy - porod	sociální chování
laktace	mateřské chování
ejakulace	anxiolytický efekt
orgasmus	učení a paměť
metabolismus	anorektický efekt
hojení ran	





ELSEVIER

Contents lists available at ScienceDirect

Pharmacology & Therapeutics


journal homepage: www.elsevier.com/locate/pharmthera

What's Love Got to do with it: Role of oxytocin in trauma, attachment and resilience

Samata R. Sharma^{a,*}, Xenia Gonda^{b,c,d,e}, Peter Dome^{b,e}, Frank I. Tarazi^f



Oxytocin nás propojuje

- ▶ ovlivňuje mesolimbické oblasti související se „sociálním přežitím“
 - ▶ systém odměny v sociálním chování
 - ▶ agrese
 - ▶ sexuální chování
 - ▶ „sociální“ paměť – přiblížení/vyhýbání
 - ▶ zvyšuje se právě příjemným/podpůrným sociálním kontaktem/dotykem a zvyšuje prosociální chování
 - ▶ receptory se nacházejí blízko dopaminergnímu, opioidnímu a cholinernímu systému
- 

Oxytocin a hojení rány



Manželům, kterým se zvýšila hladina oxytocinu v plazmě po sociální interakci s partnerem se řezná rána hojila rychleji .

Gouin et al., 2010

Oxytocin a zpomalení stárnutí

- alespoň u potkanů to vidíme
- koadministrace s dalšími látkami vedlo k:
 - zvýšené neurogenezi
 - snížení „neuro-zánětu“
 - výraznějšímu „omlazení“ ledvin a svalů

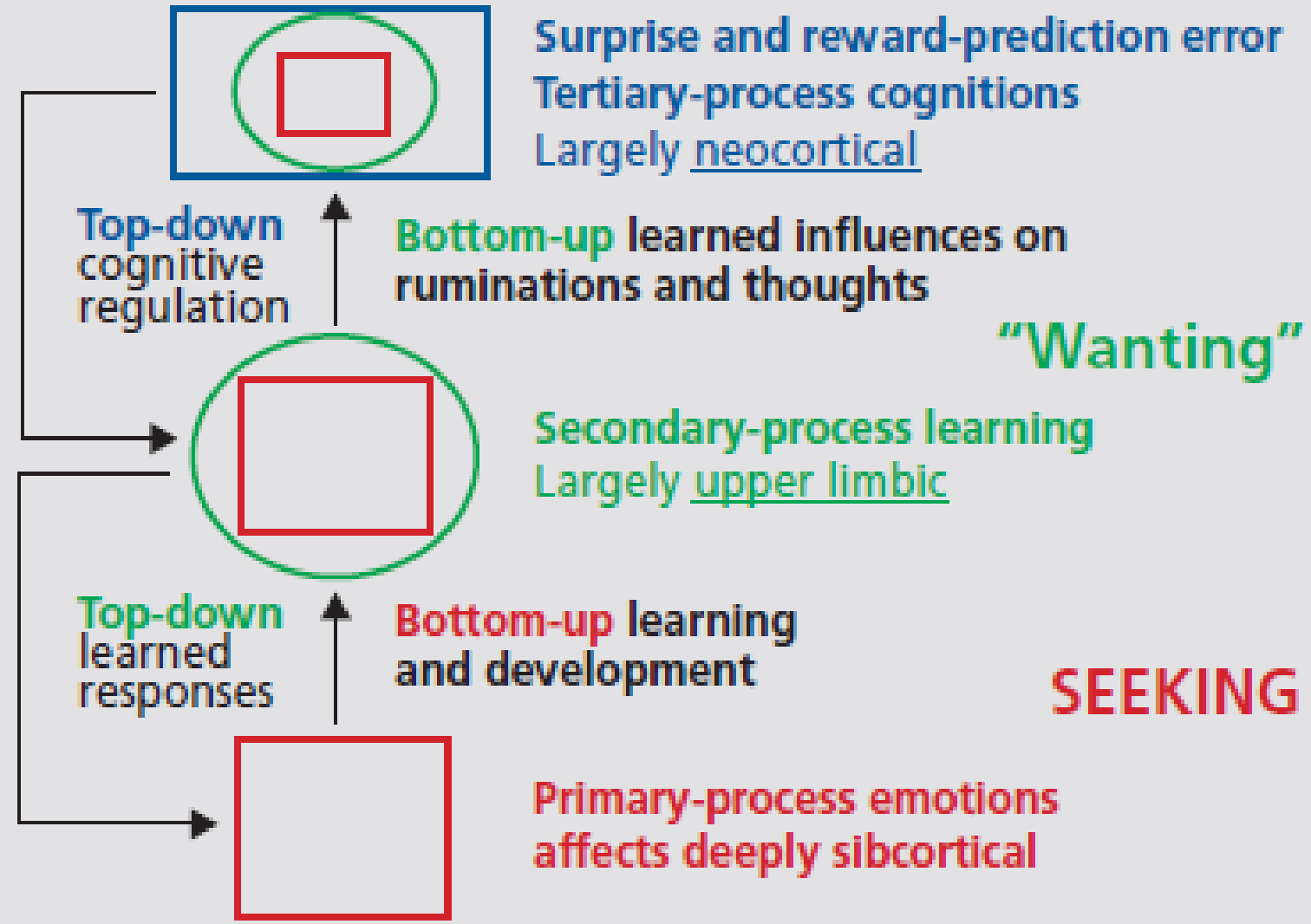




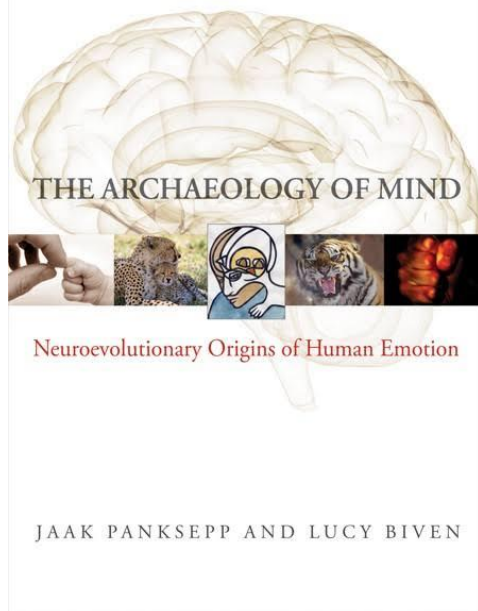
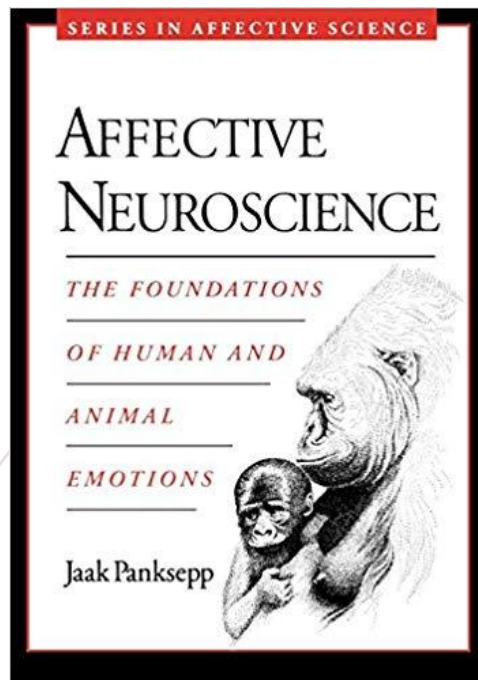
Panksepp a emoce

Panksepp

Two-way or "circular" causation



Primal affects, learnings, and cognitions: nested brain-mind hierarchies



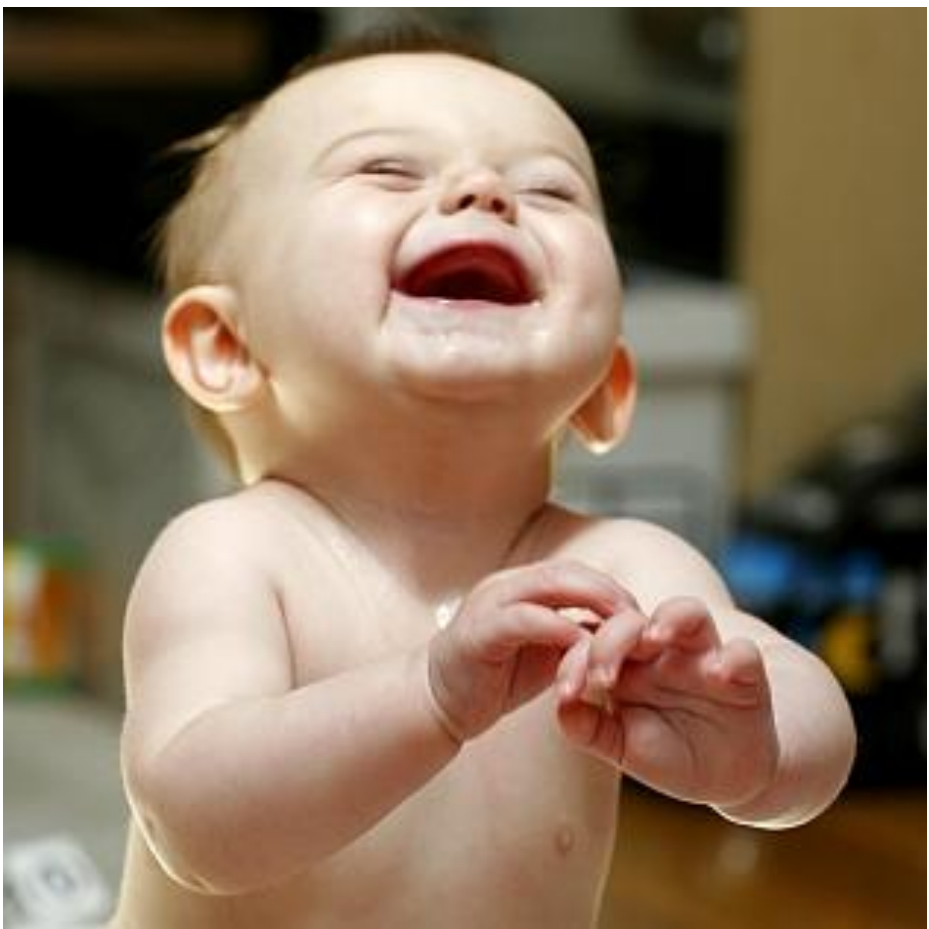
Jaak Panksepp

- ▶ systémy primárních emocí - PLAY, PANIC/GRIEF, FEAR, RAGE, SEEKING, LUST a CARE a jejich vývoje u stádních savců
- ▶ vývojový pohled
- ▶ autor knih: *The Archaeology of Mind: Neuroevolutionary Origins of Human Emotion* (2012), *Affective Neuroscience: The Foundations of Human and Animal Emotions* (1998), *Emotions and Psychopathology* (1988)



Zrcadlové neurony







Zrcadlové neurony

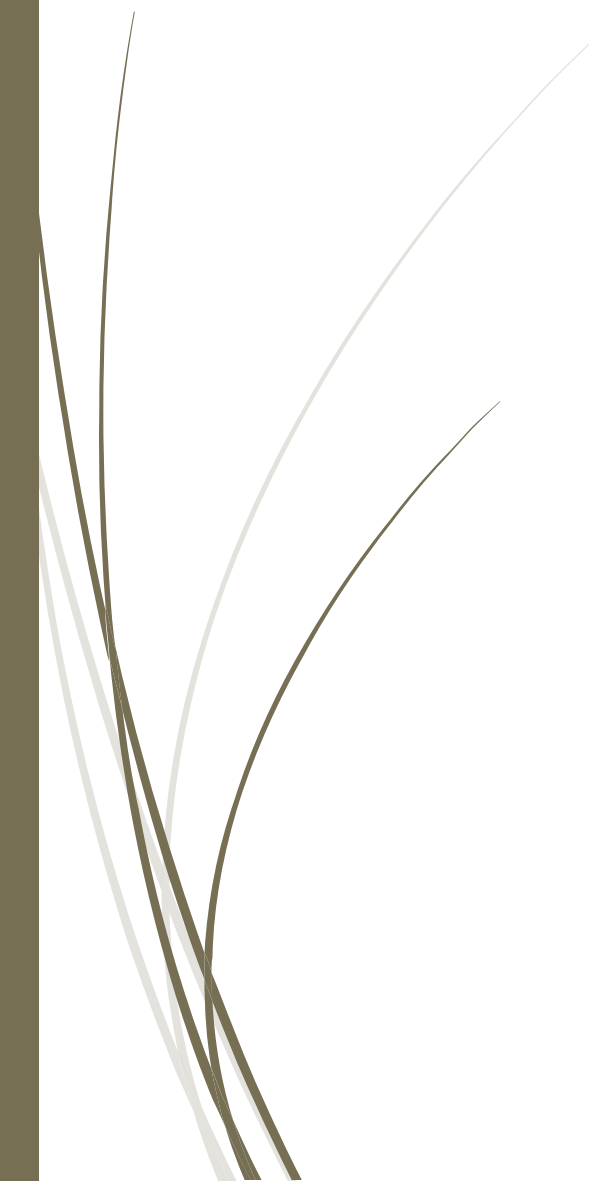
mirror neurons



- ▶ aktivace při pozorování aktivity druhého
- ▶ aktivace, pokud jedinec pozoruje zevní znaky, že někdo druhý má konkrétní úmysl (pokud to nemá smysl, neaktivují se)
- ▶ mozek odpovídá na pozorované chování velmi podobně, jako kdyby sám byl aktér
- ▶ velká diskuze, co to vlastně „dělá“

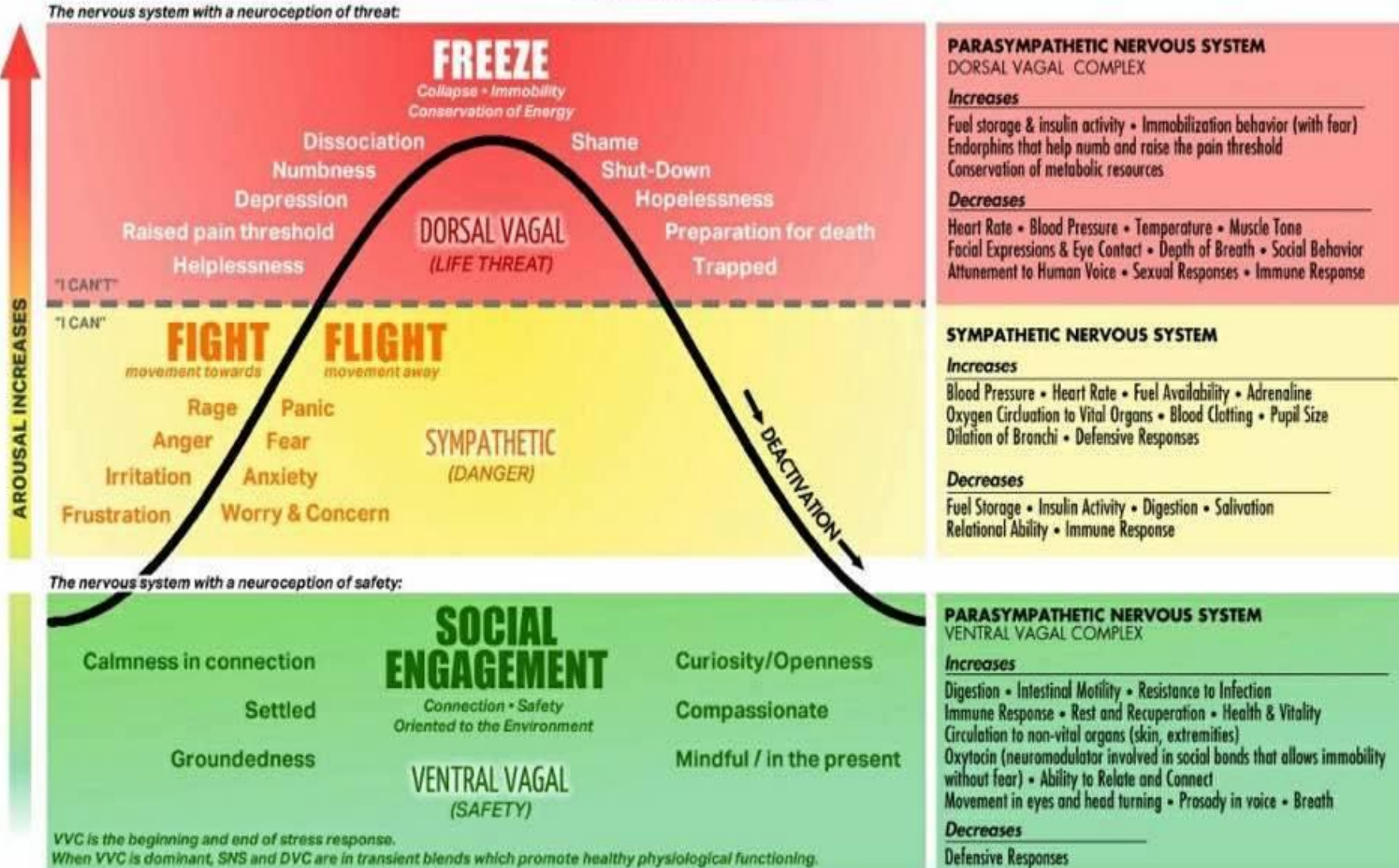




Polyvagální terapie



Polyvagalní teorie (Stephen W. Porges)

POLYVAGAL CHART

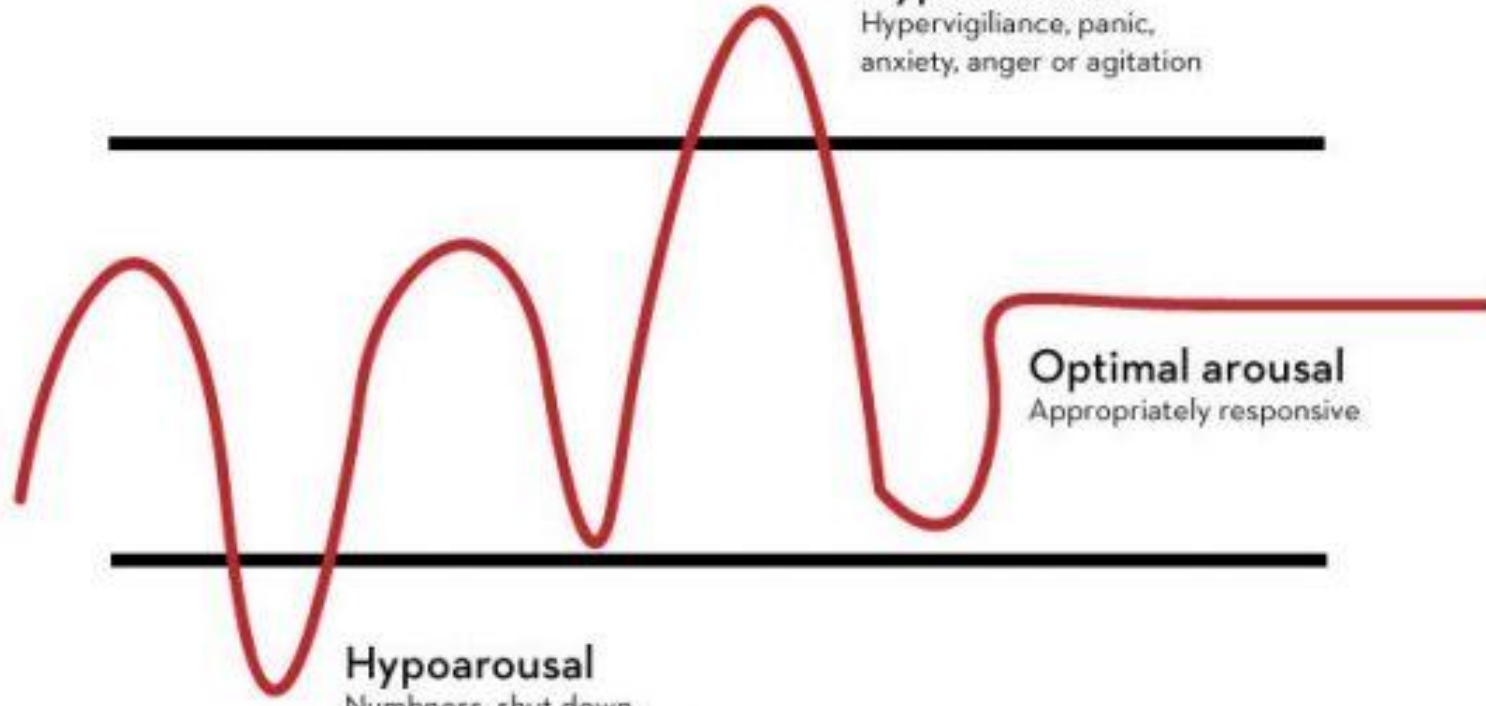




Window of Tolerance

Hyperarousal

Hypervigilance, panic,
anxiety, anger or agitation



Optimal arousal

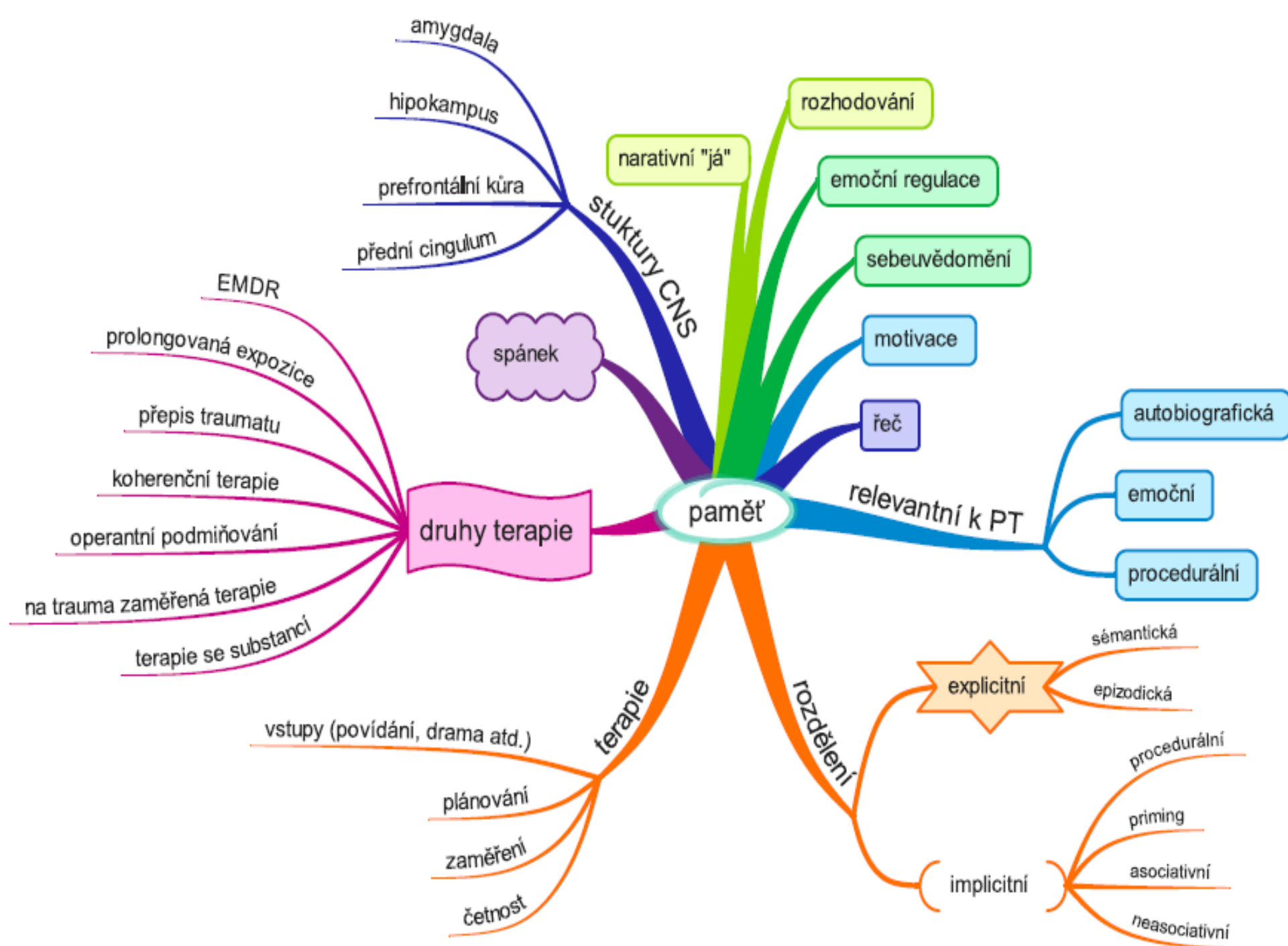
Appropriately responsive


Hypoarousal

Numbness, shut down,
poor self care, poor boundaries



Paměť „alfa a omega“





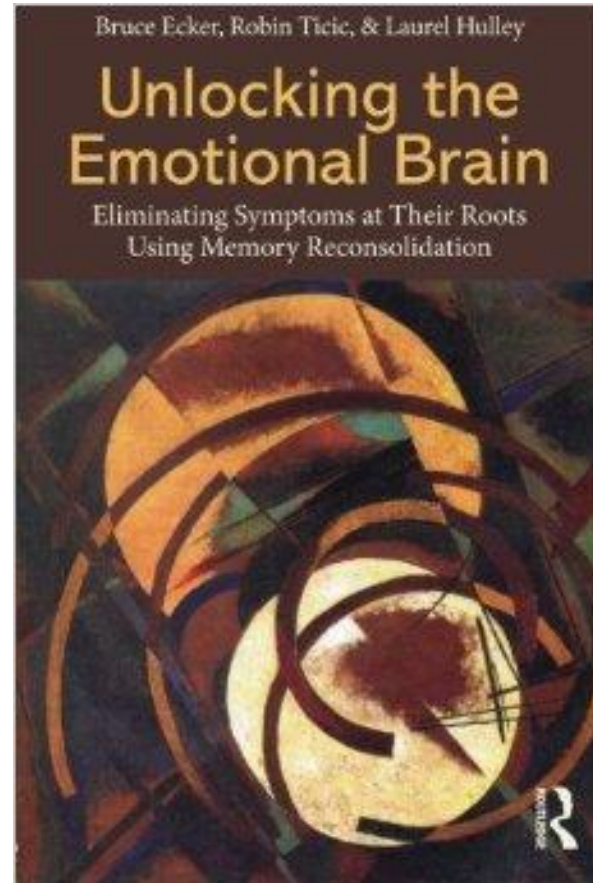
Smysl...
Příběh...
Integrace...
Transcedence...

Vzájemné vyprávění příběhů od *nepaměti*...

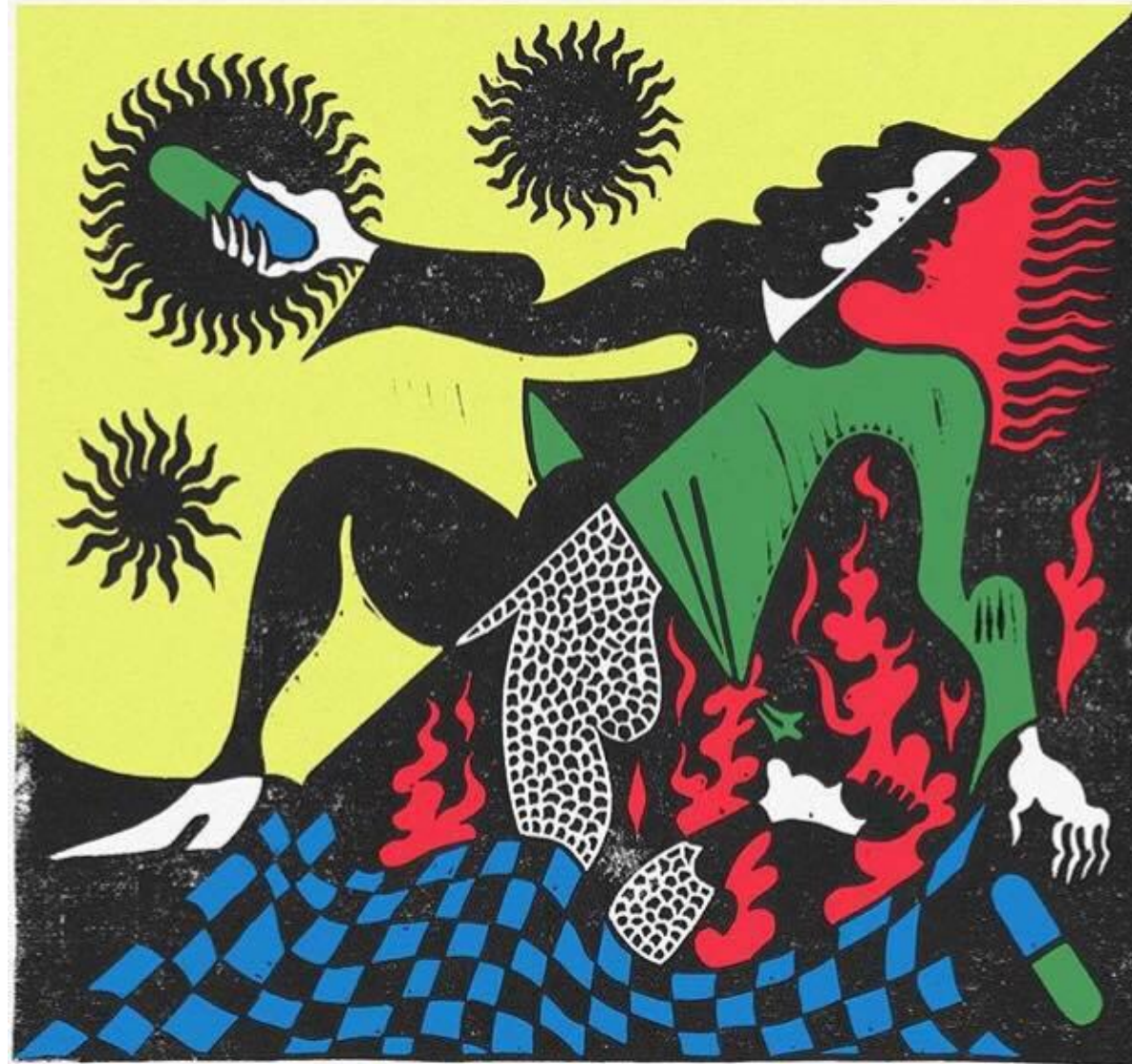
amygdala	hipokampus
generalizace	diskriminace
instinkt	naučená reakce
neznámé	známé
excitace	inhibice

Rekonsolidace emoční paměti

- **rekonsolidace = změna vzpomínky**
- původně představa perzistence emočně zabarvených vzpomínek
- poté však možnost „rekonsolidace“ po stavu tzv. „dekonsolidace“ při aktivaci vzpomínky
- „rekonsolidační okno“ trvá cca 5h
- rekonsolidace je zprostředkována změnou degradace a syntézy proteinů (Jarome et al. 2012, Lee et al. 2008)



„Augmentace“ psychoterapie





„Augmentace“ psychoterapie?

- glukokortikoidy
- valproát
- d-cykloserin
- oxytocin
- psychoaktivní látky (MDMA, ketamin, psilocybin)

Therapy with Substance

*Psycholytic psychotherapy
in the twenty first century*

Dr Friederike Meckel Fischer
Foreword by Stanislav Grof



MDMA-asistovaná psychoterapie





Contents lists available at [ScienceDirect](https://www.sciencedirect.com)

Progress in Neuropsychopharmacology & Biological Psychiatry

journal homepage: www.elsevier.com/locate/psnp

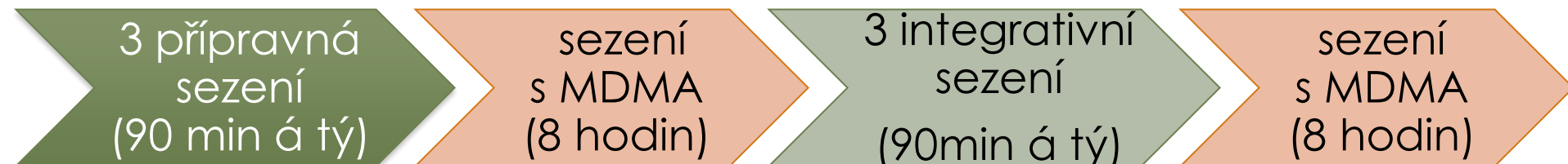
MDMA-assisted psychotherapy for PTSD: Are memory reconsolidation and fear extinction underlying mechanisms?

Allison A. Feduccia^{a,*}, Michael C. Mithoefer^b

^a MAPS Public Benefit Corporation, United States

^b Medical University of South Carolina, United States

- mezinárodní klinická studie – 3. fáze
- rekonsolidace a vyhasínání jako podstata?





„Nebezpečí“ neuropsychoterapie

- sledujeme fleky něčeho modrého z měsíce a nevíme přesně, co to je...
- namalovaný obraz na nás působí a jeho dekonstrukce na chemické prvky nemusí vést k hlubšímu vhledu
- inhibice symbolizace
- neurobiologické hledisko jako vyhýbavá strategie
- NEmůžeme generalizovat nálezy
- rozdíl mezi skupinami NE lze převést na jedince
- nálezy zatím NE poskytují přímý návod k řešení
- odosobnění



Cíl terapie

cílem terapie je vytvoření nových stabilních neuronálních spojů, které jsou schopny kompetovat „negativním schémátům“

prostřednictvím dostatečně intenzivních podnětů můžeme mozek změnit natolik, že dojde k vytvoření nosných struktur, které se mohou stát základem trvalé změny v prožívání a chování



Souhrn

- psychoterapie mění mozek
- pro posílení pozice psychoterapie by byl dobrý kvalitní rozsáhlejší výzkum s neurovědeckým přístupem
- neurobiologické poznatky poskytují vhledy do psychoterapeutického procesu
- je třeba velké opatrnosti v interpretaci a aplikaci

Práce s lidmi je především práce se sebou... s vlastními potřebami, frustrací, agresí, hranicemi a potřebou smysluplnosti.

Co mi dává smysl a co už ne?

Pro skutečnou pomoc z mého pohledu potřebujeme dávkovat péči se sebepéčí, porozumět okolí, ale i sobě, pracovat neustále na sobě a hledat možnosti, co funguje.

Kde hledat zdroje?



PSYCHIATRICKÉ MINIMUM ON-LINE

3 videa
po 2 h 45 min



TÉMATA

- psychiatrické vedení
- psychofarmaka
- deprese
- úzkosti
- panické ataky
- sebevražednost
- neurobiologické souvislosti



PRO KOHO?

- profese věnující se lidem s duševním onemocněním
- veřejnost se zájmem o téma



CENA
2 190 Kč