

Jak se léčí sebevražední adolescenti v DBT

Dialektická behaviorální terapie je léčba založená na týmové práci, kterou vyvinula Marsha Linehanová (1993) a která byla v roce 2007 dále upravena pro mladé lidi. Jedná se o jednu z nejvíce zkoumaných terapií zaměřených na sebepoškozování, závislosti, poruchy příjmu potravy a souvisejících problémů v adolescenci.

Základní principy DBT jsou, že problémové chování funguje jako redukce nesnesitelných emocí nebo jako důsledek impulzivity tváří v tvář silnému emočnímu tahu. Podstatou je, že se mladý člověk nenaučil účinně regulovat své emoce nebo odvrátit svou mysl od emočně vyvolávajících spouštěčů.

Stejně jako u každé léčby poskytované mladým lidem závisí účinnost terapie na schopnostech terapeutů překonat překážky jak ze strany mladého člověka, tak ze strany jeho rodičů a systému. Tento výčet obsahuje jen některé z nich. Dospívající si myslí, že terapie (a terapeut) je nudná, protivná, nemoderní, trapná nebo bezpředmětná. Rodiče se oprávněně bojí o bezpečí svého dítěte a neustále tlačí na další sezení, hospitalizace, úkony odborníka nebo léky. Klient má svůj vlastní seznam přání, včetně zakázaných látek, aby nemusel chodit do školy, aby měl rodiče z krku a mohl zůstat sám. Klient se chová nevyzpytatelně. Rodiče se chovají chaoticky. Terapeut bloudí. Ostatní organizace zapojené do práce s dítětem mají vlastní představy o tom, jak by se situace měla řešit. Každý si myslí, že problémem je někdo jiný.

DBT je navržena tak, aby byla poskytována právě v tomto kontextu a jejím cílem bylo najít střední cestu, která klienta a jeho rodinu posune od nejhorších výsledků k těm nejlepším.