



Péterfy Sándor Utcai  
Kórház-Rendelőintézet



# Krízisintervenció osztályunkon

Budapesti Péterfy Sándor Utcai  
Kórház-Rendelőintézet  
Krízisintervenció- és Pszichiátriai Osztály

2023. 09. 08.

dr. Gyökeres András  
pszichiáter szakorvosjelölt

# Áttekintés

- Krízishelyzet
- Krízisek fajtái
- A krízisbeteg
- A krízisállapot kimenetelei
- Krízisprevenció, krízisintervenció
- A krízisintervenció és a pszichoterápia különbségei
- Osztályunkon végzett krízisintervenció
- Osztályos / ambuláns kezelés
- A krízisintervenció lépései
- Korlátok
- Klasszifikációs rendszerekben

# A krízishelyzet definíciója

Krízishelyzet: egy olyan ***lélektanilag kritikus*** szituáció, amely a személy számára ***érzelmileg hangsúlyos***, kiemelten fontos az ***adott időszak***ban, semmiképpen ***nem elkerülhető***, az egyén kénytelen szembenézni vele, minden figyelme és erőfeszítése a megoldásra irányul, de az ***illető szokásos problémamegoldó eszközeivel*** már számára ***nem leküzdhető***.

Caplan, G. (1964)

# Krízisek fajtái

## Akcidentális (életesemény) krízis

hirtelen és nem megjósolhatóan  
bekövetkező változások

- Holmes-Rahe skála (1949)
  - válás - házasság, gyermekvállalás
  - hozzátartozó, házastárs halála
  - természeti katasztrófák, háborúk, stb.
  - munkahely, egzisztencia változása
  - súlyos betegség



## Érészi (fejlődési) krízis

- Erikson-féle 8 nagy életszakasz
- rapid, dinamikus változások
- önmagukban / **krízismátrix** táptalaja (Jacobson)
- megküzdési stratégiák az új szakaszhoz elégtelenek



# A krízisbeteg

- hullámzó állapot (érzelmi és indulati élet, viselkedés)
- kiszolgáltatottság, kontrollvesztettség, koartáció / bezárkózás, negativizmus
- kilátástalanság
- segítségkérés, szuggesztibilitás, fogékonyság / bezárkózás
- környezet számára is nehezen tartalmazható
- [egyéni vulnerabilitás]



# A krízishelyzet kimenetele

## fejlettebb egyensúlyi állapot elérése

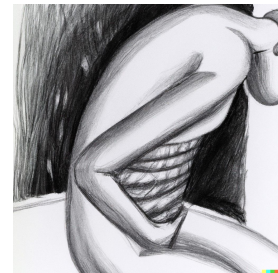
- fejlettebb coping stratégiák
- veszteség kezelésének megtanulása
- új önkifejezési eszközök nyerése
- személyiség differenciálódása
- önbizalom növekedése
- kreatív krízis



## öngyilkossági kísérlet

## egyensúlyi állapot elérése diszfunkcionális működéssel

- alkalmazkodási zavar
- szorongásos tünetek
- PTSD
- depresszív tünetek
- szerhasználat
- pszichoszomatikus zavar



# Krízisintervenció, krízisprevenció

- **Krízisintervenció:** a krízisállapot **oldására** irányuló, **segítő**, pszichoterápiás jellegű és szemléletű, **időben behatárolt pszichológiai /és pszichiátriai/ sürgősségi**, azonnali **beavatkozás**, mely a **pszichoterápia** elemeit korlátozott mértékben a pácienshez adaptáltan alkalmazza.
- a páciens hangoltságának folyamatos **monitorozása**, az „igazi pillanatok” **megtalálása**, melyek visszajelzésekre alkalmasak
- a szakembernek egyszerre kell **aktív**nak és **direktív**nek lennie, miközben engednie kell, hogy a páciens érzelmei és indulatai **szabadon áramoljanak**
- a krízisintervenció fontos része a **reménytelenség oldása** is
- későbbi **továbbirányítás**



# Krízisintervenció, krízisprevenció

## Elsődleges prevenció

- mentálhigiénés kultúra fejlesztése (a szokásos orvos-beteg kapcsolaton belül)
- megküzdési stratégiák színvonalának emelése
- tájékoztatás, szimmetrikus orvos-beteg kapcsolat
- konfliktushelyzet, krízis esetén tanácsadás, szakemberhez küldés
- életszakaszváltások észlelése és figyelembevétele

## Másodlagos prevenció

- pszichés tünetek észlelése és kezelése (krízishelyzet, depresszió, szorongás, impulzivitás, dependencia, stb.)
- szuicid veszély felismerése és oldása
- szuicid kísérletet követően utánkövetés
- befejezett szuicidium esetén a hozzátartozók, környezet segítése (akár szaksegítség)



# Krízisintervenció

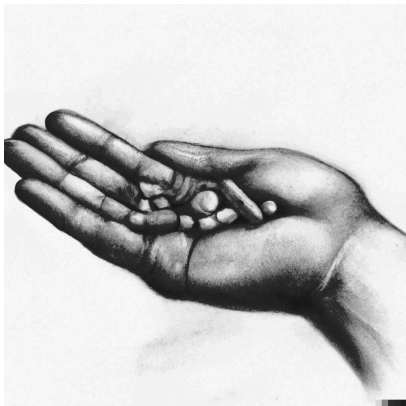
elsősegély (“tűzoltás”)  
konkrét fókusz  
időben limitált - 1-6 hét, 1-8 ülés (előre nem  
feltétlenül meghatározott-meghatározható)  
itt és most - ott és majd  
személyes bevonódás igény szerinti  
mértékben, direktivitás  
környezet bevonása  
telefonos/online forma is megfelelhet  
cselekvésorientált  
dinamikus rövidterápia, kognitív terápias  
elemek, humanisztikus attitűd  
holding funkció, szuggeszció, újrakeretezés

# Pszichoterápia

személyiség restrukturálása  
változó fókusz  
általában nem limitált  
  
ott és akkor - itt és most  
empatikus kívülállás  
  
általában kétszemélyes helyzet  
telefonos/online forma is  
megfelelhet  
Rogersi nézet, iskola szerint

# Osztályunkon végzett krízisintervenció

- osztályos kezelés
- krízisambulancia
- krízis konzílium
  - Péterfy Kórház - Klinikai Toxikológiai Osztály, Intenzív Terápiás Osztály - autointoxikáció
  - (bármely szomatikus osztály)
  - MJOTI - violens / violenciát involváló szuicid kísérletek



# Osztályos / ambuláns kezelés

## közvetlen veszélyeztető magatartás

- pszichés állapotának akut zavara következtében - saját vagy mások életére, testi épségére, egészségére közvetlen és súlyos veszélyt jelent (akut kezelést indokol)
- sürgősségi gyógykezelésbe vétel
- a beutalás általános orvosi kompetencia
- rendőrségi köröztetés önkényes távozás esetén!
- bírói szemle (veszélyeztető magatartás)
- kötelező intézményi gyógykezelés
- területi ellátási kötelezettség alapján
- zárt/megfigyelő részleg?

# Osztályos / ambuláns kezelés

## nincs közvetlen veszélyeztető magatartás

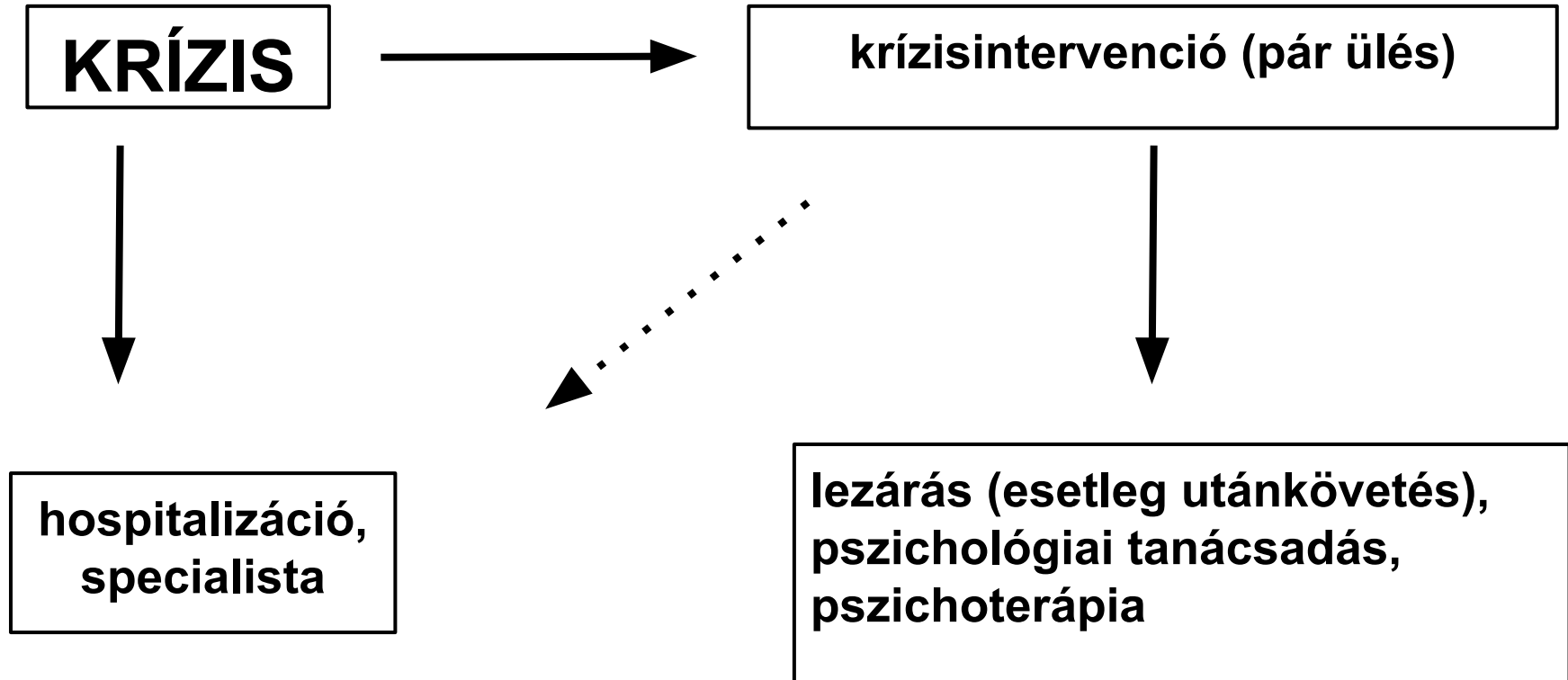
- önkéntes alapú kezelés
- önálló élet vezetésének képessége - a kezelő (fel)ajánl, a páciens dönt
- krízisintervenciós osztályos / ambuláns kezelés
- gyógyszeres intervenció kérdése - legalábbis ideiglenesen, legalábbis tünetileg

# A krízisintervenció lépései

1. Az **előzmények** feltérképezése (interjú), ideiglenes **megnyugvás** találása, **rapport** (elfogadó, teherbíró érzelmi kapcsolat) építés
2. **Támasznyújtás**, követés, **figyelés**, intenzív érzelmi odafordulás, a teljes személyiség **elfogadása**
3. Bizonyos érzelmi **realitás megőrzése** és képviselete (érzelmeik, fájdalmak, indulatok átérzése és lereagáltatása), de semmiképp sem konfrontáció vagy bűntudatkeltés
4. A beszűkülés **óvatos tágítása**, egyéb szempontok bevonásával az elfogadás mezejében
5. A **feszültség, az impulzivitás** csökkentése, a realitáskontroll, a több szempontú gondolkodás képviselete, a páciens **megóvása** a meggondolatlan cselekedetektől

# A krízisintervenció lépései

6. A **remény** fenntartása, énerősítés, **önértékelés** helyreállítása, **pozitív** beállítódás
7. Aktív **beavatkozás**, ha auto- vagy heterodestruktív tendenciák érzékelhetőek
8. **Specialistához** való fordulás segítése, **hospitalizáció**, ha felmerül a **szuicid veszély**, auto-vagy heterodestrukció lehetősége
9. A család, a szűkebb **környezet válságának** segítése
10. Mindenki **mozgósítása**, ki segíthet a beszűkülés oldásában, a támasz, az elfogadás nyújtásában
11. Az alany **dependenciájának fokozása** vagy **mélyebb dinamikai összefüggések** elemzése ebben az állapotban **kerülendő**



# A krízisintervenció korlátai

- Saját **kompetenciánk** határai
- **Gyors döntések**
- **Rövid** „találkozások”, „tűzoltó-jellegű terápia”
- **Futószalagon** végzett krízisterápiák - „egy kaptafa”, **empátiahiány, hibázás** lehetősége
- **Megterhelő** esetek
- Túlzott **bevonódás** veszélye – páciensnek sem jó!
- **Kiegészítés**
- „Letenni és **nem hazavinni**”
- Megfelelő szakmai segítségnyújtás mellett kiemelten fontos **önmagunk védelme** is





# Felhasznált irodalom, források

- Hajduska-Dér Noémi: *Krízisintervenció Osztályunkon* - (korábbi évek előadásai)
- Caplan G. (1964). *Principles of preventive psychiatry*. New York: Basic Books.
- Holmes T., Rahe R.: Holmes-Rahe Stress Inventory (1967)
- Hajduska M. *Krízislélektan*. ELTE Eötvös Kiadó, Budapest, 2008, 2010, 2012, 2015, 2018, 2022.
- Csürke J, Vörös V, Osváth P, Árkovits A. (Szerk.) *Mindennapi kríziseink. A lélektani krízis és a krízisintervenció kézikönyve*. Oriold és Társai Kiadó, Budapest, 2014.
- A prezentációban szereplő képek AI-generáltak (<https://openai.com/dall-e-2>)

# Köszönöm a figyelmet!



**Alapítvány az Öngyilkosság Ellen**  
*<https://www.facebook.com/suicidprevencio>*



**@alapitvanyazongyilkossagellen**  
*<https://www.instagram.com/alapitvanyazongyilkossagellen>*



<https://ongyilkossagmegelozes.hu>