

Jacqueline A-Tjak Msc

WYKŁAD PLENARNY

Tytuł: *Jak ACT opiera się na tym, co wiemy z badań: przykład depresji*

Badania nad depresją są dość pokaźne. Badacze przyglądali się jej występowaniu, przyczynom, zwiastunom pojawiania się, metodom leczenia, podatnościom na wystąpienie, współwystępowaniu z innymi chorobami, itd. Prowadzono badania nad wieloma różnymi psychologicznymi formami leczenia, które okazywały się skuteczne, chociaż ilość dowodów potwierdzających skuteczność nie jest identyczna dla każdej z form (Barth et al., 2013). Leki antydepresyjne zdają się działać, ale tylko w przypadku ostrej depresji. Leczenie może koncentrować się na relacjach interpersonalnych (ich odnawianiu), zmianie negatywnych kognicji, obrazie 'Ja' lub fizycznej i behawioralnej aktywacji. Czy powinniśmy zmieniać to, co jest niewłaściwe, leczyć symptomy, czy celować w zdrowie i osobisty rozwój? Czy powinniśmy dopasowywać formy leczenia do określonych populacji, a może szukać uniwersalnego podejścia? A co z nawrotami choroby? Czy jesteśmy w stanie ustrzec się przed depresją przybierającą charakter przewlekły? Klinicyści mają problem żeby być na bieżąco z tym, co wiadomo na temat depresji. Mimo to, oczekujemy, że w swojej pracy będą wykorzystywać wiedzę pochodzącą z badań naukowych. A zatem, jak to będzie miało wpływ na ich codzienną pracę? Czy możemy wykorzystać to, co już wiadomo, by być bardziej skutecznym?

Osoba wygłaszająca wykład przedstawi przegląd istotnych odkryć wynikających z badań nad depresją. Pokaże jak wykorzystać tę wiedzę pracując nad depresją w ACT. Co musimy mieć na uwadze i jak to wpłynie na nasze wybory związane z leczeniem?

Cele edukacyjne

1. Zapoznanie się z przeglądem badań nad depresją
2. Zrozumienie, co z nich wynika dla osób pracujących w terapii ACT
3. Zapoznanie się dowodami naukowymi na skuteczność terapii ACT w pracy z depresją

Źródło

Barth, J., Munder, T., Gerger, H., Nüesch, E., Trelle, S., Znoj, H., Jüni, P. & Cuijpers, P. (2013) Comparative Efficacy of Seven Psychotherapeutic Interventions for Patients with Depression: A Network Meta-Analysis. PLoS Med 10(5): e1001454. doi:10.1371/journal.pmed.1001454