

1-я Украинская конференция по КПТ в Киеве.

Г.Я.Пилягина, профессор кафедры детской социальной и судебной психиатрии НМАПО им.П.Л.Шупика

Ю.Э.Ястреб, психолог.

24-25 мая 2013 года, в Киеве, состоялась 1-я Украинская научно-практическая конференция с международным участием "Возможности и перспективы когнитивно-поведенческой терапии".

Несмотря на киевскую «прописку», она переросла местные рамки и стала по сути международной. 123 специалиста из разных стран и городов Европы, Украины, России, Белоруссии нашли время, чтобы приехать в Киев, где в последнее время так много внимания уделяется одному из самых мощных психотерапевтических направлений – когнитивно-поведенческой психотерапии.



Фото 1

В этом году, на первую конференцию, собрались психиатры, психологи, психотерапевты из 15 городов Украины (в числе которых, Львов, Черновцы, Винница, Донецк и др.) и России (Москва, Санкт-Петербург, Пермь). Для обмена эксклюзивным опытом, приехали докладчики из Великобритании, Германии, Дании, Израиля и Белоруси.

Такая международная представленность свидетельствует о значении когнитивно-поведенческой терапии в современном профессиональном пространстве Европы, а также интересе к ней у потенциальных участников обучающего процесса.

Стараниями организаторов - «Украинской ассоциация когнитивно-

поведенческой терапии» при поддержке НМУ им. А.А.Богомольца, НМАПО им. П.Л.Шупика, Ассоциации психиатров Украины, Украинского института когнитивно-поведенческой терапии, Общества когнитивных консультантов и психотерапевтов РФ, Киевской городской клинической психоневрологической больницы № 1; все прошло на высоком уровне. Организаторы приложили максимум усилий для поддержания высокого качества докладов.

Темы докладов, презентаций, воркшопов и докладчики, их представлявшие, охватывали самые разнообразные «зоны влияния» когнитивно-поведенческой терапии: от научных исследований до работы с пациентами и обучающих программ. Поэтому они вызвали живой интерес у всех участников конференции.

Многие из практикующих участников, приехали на конференцию, для того, чтобы воспользоваться возможностью задать свои острые вопросы и получить на них ответы. К сожалению, в Украине, в отличие от Европы, КПТ пока еще не приобрело должной силы и пока не считается одним из ведущих, помогающих, прогрессивных психотерапевтических направлений, имеющем свою научную и практическую долгую историю. Тогда, как во всех европейских клиниках, психологических и реабилитационных центрах применение КПТ является первостепенным в оказании психотерапевтической помощи, одним из немногих направлений, которое оплачивается страховыми компаниями.



(фото 2) Благодаря усилиям множества талантливых людей конференция приобрела легкий, творческий

оттенком. Серьезное мероприятие украшало удивительное, мелодичное пение двух молодых украинских исполнительниц, голос которых, завораживал и давал отдохнуть на церемонии открытия и закрытия конференции, как будто обрамляя, серьезность и деловитость нежной новеллой.



(фото 3) В перерывах между напряженными занятиями и докладами новую и живую струю в коммуникацию между гостями вносила Ирина Олейник (креативный арт-терапевт и хенд-мейкер). Каждый желающий, имел возможность сделать своими руками уникальный собственный подарок в виде куклы-желанницы, куклы-мотанки и др. На память, у многих гостей, остались удивительные, неповторимые работы собственного творчества.

Одним из «хитов», посвященных КПТ психотерапии было выступление психиатра-психотерапевта Олега Романчука (Львов). Его пленарный доклад (фото

4) был посвящен развитию и перспективам развития КПТ, и был ориентирован как на молодых, растущих специалистов, так и на зарубежных «динозавров» этой науки. Усилия Олега Игоревича направлены на формирование активной взаимосвязь между передовыми зарубежными специалистами и специалистами в Украине. Это и создание семинаров, и проведение воркшопов, и мастер-классов, и, конечно же, развитие длительных обучающих программ в рамках Украинского института когнитивно-поведенческой терапии. Он проинформировал, что и в Киеве с декабря 2013 года, совместно со специалистами Оксфордского центра КПТ, начнется трехлетняя программа обучения от УИКПТ.



(фото 4)

На секционных заседаниях ведущие международные специалисты делились своим уникальным опытом. Научное творчество и щедрость на конференции демонстрировали: Алла Холмогорова (Москва) в докладе "Когнитивная психотерапия и проблема развития"; Анна Серебряных и Наталья Гаранян (Москва) - «Ревность и дисфункциональные когнитивные схемы»; Виктория Потаскалова - «Состояние когнитивных функций, сна и уровень тревожности у больных с артериальной гипертензией, подвергшихся воздействию электромагнитного излучения»; Андрей Карачевский (Киев) - «Планирование исследования краткосрочного психологического консультирования в условиях амбулатории семейного врача»; Вера Нойфельд (Берлин) - "Mindfulness - одно из направлений третьей волны КПТ»; Александр Еричев (Санкт-Петербург) -

«Настоящее и будущее когнитивно-поведенческой психотерапии» (фото 5);



(Фото 5)

Михаил Бурдин (Пермь) - "Ситуация сложного жизненного выбора как психотравма: когнитивная модель и подходы к терапии" (фото 6); Ольга Евланова (Киев) "КПТ в бизнес-консультировании и коучинге"; Лариса Пономаренко (Одесса) - "Эмоциональная дисрегуляция как характерная черта расстройств II оси и КПТ"; Яков Кочетков (Москва) - "Использование терапевтических отношений в КПТ"; Антон Бурно (Москва) - «Пустое усилие как мишень когнитивной терапии»; Олег Радюк (Минск) - "Условия эффективности и правила применения экспозиционных интервенций"; Иван Лотоцкий (Киев) - «Критическое мышление в когнитивно-поведенческой психотерапии»; Сергей Томчук (Винница) - «Поиск адекватной психотерапевтической мишени как основная предпосылка успешного терапевтического процесса в КПТ».



Фото 6

В титульном докладе Ричард Охринг (Тель-Авив) рассказал о современных тенденциях в КПТ и о её перспективах. Доклад запомнился всеобъемлющей картиной современных идей и направлений, которые объединяет когнитивно-поведенческая терапия. Но его главной особенностью стали представленная докладчиком футуристическая картина будущего психотерапии. По мнению доктора Охринга терапия будущего – это использование современных компьютерных технологий и общая доступность помощи.

Во второй части первого рабочего дня конференции участники конференции имели возможность принять участие в очень интересных воркшопах Антона Бурно (Москва) - «Пустое усилие как мишень когнитивного вмешательства», Андрея Карачевского (Киев) - «Мотивирование зависимых от алкоголя и наркотиков на лечение» и Олега Радюка (Минск) - "Нова-старая релаксация: эффективный метод обучения нервно-мышечной релаксации". Алла Холмогорова и Наталья Гаранян (Москва) подробно рассказали о когнитивной терапии пациентов с тяжелыми формами обсессивно-компульсивного расстройства, а также работе с и их семьями. Ведущий научный сотрудник НИПНИ им.В.П.Бехтерева Александр Еричев (Санкт-Петербург), в своем воркшопе «Работа с установками - познай себя», смог создать атмосферу глубокого терапевтического пространства. Многие участники воркшопа смогли не только познакомиться с методом погружения в глубину когнитивного анализа собственных переживаний, но и в определенной степени проработать их. Это был пример профессионального терапевтического опыта работы с переживаниями в условиях ограниченного времени и большого количества участников воркшопа.

Неподдельный интерес и живейшее обсуждение вызвал доклад Дениса Угрина (Лондон) "Место КПТ в современной психиатрии. Доказательная база».

Интенсивность разработанной организаторами программы конференции воочию продемонстрировал ее второй день работы. Он начался воркшопами Дениса Угрина и Ричард Охринга, в параллель с которыми проходило множество других рабочих секций: Ларисы Пономаренко (Одесса) - «Работа с тревогой о здоровье в КПТ»; Валентины Паробий (Киев) - «КПТ в картинках: творческое использование листовок в качестве стимульного материала – от построения формулирования до поиска ресурсов»; Якова Кочеткова (Москва) - «Трудности и ошибки в КПТ»; Евгения Тычковского (Киев) - «Сочетание КПТ и техник визуального представления с целью ускорения процесса терапии»;

Олега Романчука (Львов) - «Схема-терапия: модель работы с частичкой «израненного внутреннего ребенка» у лиц, которые подверглись хронического унижения и пренебрежения в детстве».

Доктор Угрин (фото 7) неоднократно приезжает в Украину. Его сообщения всегда содержательны и интересны. В этот раз он и его коллега, Менди Вейт, представили очень интересный воркшоп, темой которого были принципы выявления особенностей саморазрушающего поведения в молодом возрасте. Фильм-интервью, включенный докладчиками в контекст работы и показывающий, как проводится диагностическая беседа с реальной пациенткой, дал дополнительную возможность прочувствовать, как наши английские коллеги работают с пациентами.



Фото 7

Один из наиболее неординарных и известных гостей конференции Ричард Охринг (Тель-Авив), в своем воркшопе «Трансдиагностические подходы в КПТ: фокус на глубинных убеждениях» (фото 8), убедительно продемонстрировал необходимость включения в работу с болезненными переживаниями постепенного погружения в глубинные убеждения пациента. Это позволяет определить глубинную мотивационную основу внешнего поведения и болезненных симптомов, а также использовать ее как базис и мишень терапевтического вмешательства.



(фото 8)

Воркшоп Веры Нойфельд (Берлин) «Acceptance and commitment therapie - Терапия принятия и ответственности» был примером высокопрофессионального интерактивного представления принципов “mindfulness approach” в рамках когнитивно-поведенческой терапии (фото 9). Индивидуальная манера эмпатического принятия в обсуждении проблем пациента, продемонстрированная доктором Нойфельд, показала возможности соединения в работе методологически близких подходов.



(фото 9)

Наиболее частым «замечанием» в обратной связи участники отмечали: «Слишком много интересных докладов и воркшопов. Невозможно побывать на сразу всех». Психолог Наталья из Ялты написала: «Замечательная возможность встретиться с коллегами-единомышленниками, заинтересованными в развитии качественной психотерапевтической помощи в Украине. Интересно услышать о видении перспектив КПТ европейскими коллегами. Благодарю организаторов за высокий уровень докладов и воркшопов. Несмотря на очень ограниченное время полученная информация очень ценна в практическом плане и определении моего развития как когнитивно-поведенческого терапевта».

В перерыве гости столицы посетили музейный комплекс “Кирилловская церковь”, познакомившись с этим уникальным памятником архитектуры XII-XVIII вв. и монументальной живописи XII-XIX вв.

В заключительном пленарном заседании прозвучали титульные доклады Дениса Угрина «Модель интеграции и развития КПТ в государственной системе охраны здоровья в Великобритании» и Олега Романчука «Современные стандарты образования в КПТ и перспективы их внедрения в Украине».

Отличительной чертой доклада доктора Угрина была четкость представления того, как один из наиболее распространенных видов психотерапии включен в систему оказания медико-психологической помощи населению и обучения специалистов.

Доклад Олега Романчука был направлен на обсуждение перспектив качественной профессиональной подготовке специалистов в области когнитивно-поведенческой терапии. Необходимость внедрения в обучающие проекты стандартов европейского обучения позволит существенно повысить профессиональный уровень специалистов и обеспечить оказание качественной помощи всем, кому она нужна.

Завершал конференцию заключительный круглый стол "Перспективы развития КПТ в Украине". В качестве главного итога конференции, что прозвучало у всех докладчиков круглого стола, прозвучала идея о насущной необходимости дальнейшего продвижения когнитивно-поведенческой терапии в Украине, которая уже начала быть активно востребованной украинскими потребителями психотерапевтических услуг, а также о последовательной профессиональной подготовке терапевтов и продолжении подобных научных встреч в различных регионах страны. В следующем году участников второй конференции уже ждет

Львов.

В заключительном слове глава Украинской ассоциации КПТ Андрей Борисович Карачевский поблагодарил всех участников, поддержавших проведение первой международной конференции, которые до самого завершения были активными, интересующимися и творчески настроенными. Некоторое сожаление и разочарование вызвало отсутствие на конференции практикующих врачей Киевской городской клинической психоневрологической больницы №1, на территории которой, собственно, и проходило мероприятие. Жаль, что специалисты больницы и сотрудники Украинского научно-исследовательского института социальной и судебной психиатрии и наркологии МОЗ Украины не получили актуальную информацию относительно реально работающего, научно-доказуемого метода психотерапии, который сейчас чаще всего используется в работе с душевными расстройствами за рубежом.

Участники тепло благодарили организаторов и оценили высокий уровень проведения конференции. Следующая конференция по КПТ планируется во Львове 18-19 мая 2014 г.