



SPECIALIZUOTA PSICHOTRAUMATOLOGINĖ PAGALBA LIETUVOJE

Dr. Paulina Želvienė

8-oji kasmetinė Vilniaus traumų psichologijos konferencija „Psichologo susitikimas su kliento traumine patirtimi“
2017 m. spalio 27 d.

Vilniaus universitetas, Lietuva



Pranešimo planas

1. Specializuota pagalba psichotraumatologijoje
2. BEPP - trumpalaikė eklektinė potrauminio streso terapija
3. BADI - internetinė streso valdymo programa
4. EMDR - nujautrinimo akių judesiais ir perdirbimo terapija
5. Specializuotos psichotraumatologinės pagalbos Lietuvoje perspektyvos

Želvienė, 2017



Veiksmingi psichologinės pagalbos būdai psichotraumatologijoje

Lyginant su kontrolinėmis grupėmis ir
medikamentiniu gydymu psichologinės terapijos
veiksmingesnės

Želvienė, 2017

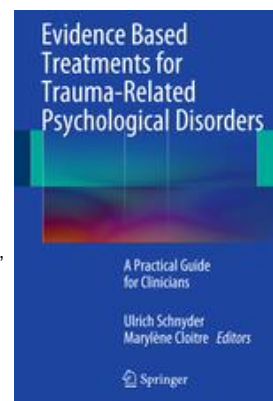


Veiksmingi psichologinės pagalbos būdai psichotraumatologijoje

Lyginant su kontrolinėmis grupėmis ir
medikamentiniu gydymu psichologinės terapijos
veiksmingesnės

Veiksmingi psichologinės pagalbos būdai

- Pagalba asmenims iš karto po trauminio įvykio (Bryant, 2015)
- Kognityvioji elgesio terapija (CBT) (McLean, Assnaani & Foa, 2015; Ehlers & Wild, 2015)
- Naratyvinė sąlyčio su trauma terapija (NET) (Elbert, Schauer & Neuner, 2015)
- Trumpalaikė eklektinė PTSS terapija (BEPP) (Gersons, Meewisse & Mijdam, 2015)
- Nujautrinimo akių judesiais ir perdurbimo terapija (EMDR) (Shapiro & Liliotis, 2015)
- Komplikuoto gedulo terapija (CGT) (Shear, 2015)



Želvienė, 2017



Veiksmingi psichologinės pagalbos būdai psichotraumatologijoje

(Online) ISSN 2345-0061. PSICHOLOGIJA. 2013 47

Psichologija – praktikai

VEIKSMINGI PSICHOLOGINĖS PAGALBOS BŪDAI PSICHTRAUMATOLOGIJOJE*

Evaldas Kazlauskas

Socialinių mokslų daktaras
Vilniaus universitetas
Klinikinės ir organizacinės psichologijos katedra
Universiteto g. 9/1, LT-01513 Vilnius
Tel. +370 5 266 76 05
El. paštas: evaldas.kazlauskas@sf.vu.lt



Straipsnyje analizuojamas psichologinės pagalbos būdų suaugusiems asmenims psichotraumatologijoje veiksmingumas. Įsigilinus į 1998–2012 m. paskelbtas metaanalizes, sisteminės apžvalgas, geros praktikos vadovus, daromos išvados, kad daugelis tyrimų patvirtina trumpalaikės į traumą orientuotos kognityviosios elgesio terapijos bei nujaudinimo akių judesiais ir perdirbimo (EMDR) terapijos veiksmingumą potrauminio streso sutrikimų turintiems asmenims. Tyrimų rezultatai rodo, kad asmenims iš karto po trauminio įvykio nerekomenduojama taikyti formalias psichosocialinės intervencijos procedūras, kaip antai psichologinis susirinkimas (angl. debriefing). Yra mokslinių įrodymų, kad trumpalaikė eklekti-

Želvienė, 2017



Veiksmingi psichologinės pagalbos būdai psichotraumatologijoje

VU Traumų psichologijos tyrimai parodė,
kad daug žmonių Lietuvoje turi PTSS

Kaip padėti traumas patyrusiems asmenims
Lietuvoje?



Veiksmingi psichologinės pagalbos būdai psichotraumatologijoje

Reikia specializuotos
psichotraumatologinė pagalbos Lietuvoje

Kaip tą padaryti?



Veiksmingi psichologinės pagalbos būdai psichotraumatologijoje

Reikia specializuotos
psichotraumatologinė pagalbos Lietuvoje



BEPP Lietuvoje: mokymai

BEPP mokymai ir supervizijos 2011 m., 2013 m., 2015 m.

2017 m. BEPP mokymai lietuvių kalba.

BEPP mokytojo kvalifikacija Lietuvoje: dr. Evaldas Kazlauskas ir dr. Miglė Dovydaitienė

Daugiau nei 60 psichologų jau dalyvavo BEPP mokymuose

Tolimesni BEPP mokymai ir supervizijos



Želviene, 2017



BEPP mokymai Lietuvoje

Pirmieji BEPP mokymai 2011 m



Želviene, 2017



Trumpalaikė eklektinė potrauminio streso terapija (BEPP) – 16 terapinių sesijų

1: Psichoedukacija, dalyvaujant partneriui ar kitam artimam žmogui

2-6: Sąlytis su trauma vaizduotės pagalba

3-6: Rašymo užduotys ir užuominos

7-16: Įprasminimas ir integracija

13-16: Atsisveikinimo ritualas

Gersons & Olf, 2005

Želviene, 2017



BEPP Lietuvoje: vadovo vertimas

BEPP vadovo vertimas specialistams

Naudojamos formuluotės lietuvių kalboje (pvz. exposure, mementos, resilience, resistance ir kt.)



BEPP

TRUMPALAIKĖ EKLEKTINĖ
POTRAUMINIO STRESO
TERAPIJA

VADOVAS



Želviene, 2017



BEPP Lietuvoje: tyrimas

2012 m. gautas finansavimas Lietuvos mokslo taryboje

Iššūkiai

Pagalbos teikimo infrastruktūra

Diagnostinių potrauminio streso instrumentų trūkumas

Patirties trūkumas atliekant terapijos veiksmingumo tyrimą

Stiprybės

Stipriai motyvuota patyrusių specialistų komanda: dr. Paulina Želvienė, dr. Miglė Dovydaitienė, dr. Paulius Skruibis, dr. Evaldas Kazlauskas

Stipriai motyvuotų klinikinės psichologijos studentų pagalba: Eglė Mažulytė, Lina Jovarauskaitė, Aurelija Slavinskaitė

Ankstesnė patirtis atliekant traumų psichologijos srities tyrimus (Gailienė & Kazlauskas, 2005; Kazlauskas, 2006; Kazlauskas et al., 2007)

Palaikymas ir supervizijos iš prof. B. Gersons

Želvienė, 2017



BEPP Lietuvoje: tyrimo planavimas

Diagnostinių instrumentų parengimas bendradarbiaujant su Amerikos nacionaliniu trauminio streso centru – T. Keane

Tyrimo planas, tyrimo dalyvių atrankos procedūros, supervizijų planas ir kt. buvo rengiami konsultuojantis su prof. B. Gersons

Pranešimas žiniasklaidai apie teikiamą pagalbą susilaukė nemažai susidomėjimo iš žiniasklaidos

Didelis susidomėjimas teikiama pagalba

Riboti išteklių atliekant specializuotą psichotraumatologinį įvertinimą

Želvienė, 2017



BEPP Lietuvoje: tyrimo eiga

Dėl specializuotos pagalbos poreikio, kai kurie klientai atvažiuodavo iš kitų miestų į kassavaitines BEPP sesijas

Trauminių patirčių koncentracija tapo iššūkiu tiek patyrusiems grupės psichologams (su 10+ metų praktinio darbo patirtimi), tiek kitiems grupės nariams

Grupėje vyko nuolatinės supervizijos

Kreipėsi apie 150 žmonių

Atlikta BEPP veiksmingumo studija

Išsamūs ir nuolatiniai klientų vertinimai

Prieš priimant į BEPP (T0), per vidurį terapijos (T1), pabaigoje (T2) ir praėjus pusei metų po BEPP (T3)

Per kiekvieną susitikimą su psichologu

Naudoti klausimynai: IES-R, CORE-OM, CAPS, pusiau struktūruotas interviu.

Šiuo metu turime apie 30 dalyvių, pabaigusį visas 16 BEPP konsultacijas

Želvienė, 2017



BEPP Lietuvoje: veiksmingumas

SVEIKATOS MOKSLAI / HEALTH SCIENCES
ISSN 1392-6373 print/2335-867X online
2013, 23 tomas, Nr. 5, p. 40-45
doi:10.5200/sm-hs.2013.116

40 VISUOMENĖS SVEIKATA / PUBLIC HEALTH

TRUMPALAIKĖS EKLEKTINĖS POTRAUMINIO STRESO PSICHOTERAPIJOS VEIKSMINGUMAS: VILNIAUS BEPP STUDIJOS ŽVALGOMOJO TYRIMO REZULTATAI

Evaldas Kazlauskas, Eglė Mažulytė, Paulina Želvienė, Miglė Dovydaitienė, Paulius Skruibis
Vilniaus universiteto Filosofijos fakultetas

Raktažodžiai: potrauminis stresas, psichoterapija, tyrimų duomenimis, trauminių stresorių paplitimas jaunų asmenų amžiaus grupėje yra 58,1 – 80,2 proc. [3,4]. Europos psichoterapijos 12 metų BEPP rezultatai kovo 11

Želvienė, 2017



BEPP Lietuvoje: veiksmingumas

40 VIKOMENES SVIRKATA / PUBLIC HEALTH

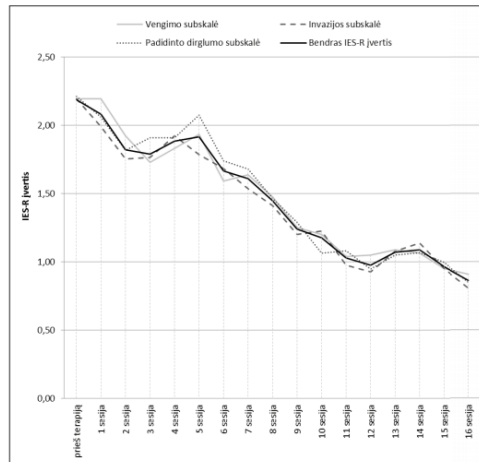
SVIRKATOS MOKSLAI / HEALTH SCIENCES
ISSN 1624-3177 print/2164-8075 online
2013, 12 tomas, Nr. 4, p. 40-45
doi:10.52004/vik.2013.114

TRUMPALAIKĖS EKLEKTINĖS POTRAUMINIO STRESO PSICHOTERAPIJOS VEIKSMINGUMAS: VILNIAUS BEPP STUDIJOS ŽVALGOMOJO TYRIMO REZULTATAI

Evaldas Kazlauskas, Eglė Mazulytė, Paulina Želviene, Miglė Dovydaitytė, Paulius Skruibis
Užsienio universitetai: Filadelfijos universitetas

Raktiniai žodžiai: potrauminio streso, psichoterapija, veiksmingumas.

Visi straipsniai, išskyrus nurodytus, yra
atvira prieiga ir galimi visiškai nemokamai.
Atsisiųskite iš: <http://dx.doi.org/10.52004/vik.2013.114>



1 pav. Potrauminio streso sutrikimo simptomų pokyčiai BEPP psichoterapijos metu (n = 10)

Želviene, 2017



BEPP Lietuvoje: veiksmingumas

NORDIC JOURNAL OF PSYCHIATRY, 2017
VOL. 71, NO. 4, 277–281
<http://dx.doi.org/10.1080/08039488.2016.1276623>



ORIGINAL ARTICLE

'It will get even better': preliminary findings from a trauma-focused psychotherapy effectiveness study reveal false positive patients' long-term outcome expectations after the treatment

Evaldas Kazlauskas^a, Lina Jovarauskaite^a, Eglė Mazulytė^a, Paulius Skruibis^a, Miglė Dovydaitytė^b, Jonas Eimontas^a and Paulina Želviene^a

^aDepartment of Clinical and Organizational Psychology, Vilnius University, Vilnius, Lithuania; ^bDepartment of General Psychology, Vilnius University, Vilnius, Lithuania

Želviene, 2017



BEPP Lietuvoje: veiksmingumas

NORDIC JOURNAL OF PSYCHIATRY, 2017
VOL. 71, NO. 4, 217-221
http://dx.doi.org/10.1080/09638237.2016.1217623



ORIGINAL ARTICLE

'It will get even better': preliminary findings from a trauma-focused psychotherapy effectiveness study reveal false positive patients' long-term outcome expectations after the treatment

Evaldas Kazlauskas^a, Lina Jovarauskaitė^a, Eglė Mazulytė^a, Paulius Skruobis^a, Miglė Dovydatienė^a, Jonas Elmontas^a and Paulina Zekienė^b

^aDepartment of Clinical and Organizational Psychology, Vilnius University, Vilnius, Lithuania; ^bDepartment of General Psychology, Vilnius University, Vilnius, Lithuania

28 tyrimo dalyviai (25 moterys, 3 vyrai)

Amžius 18-74 m. ($M=34,11$; $SD=14,03$)

8 nebaigė BEPP (persikraustymas, hospitalizacija, aukšta savižudybės rizika, kt.)

Trauminė patirtis: smurtas vaikystėje, seksualinė prievarta, eismo įvykis, avarija ir kt.)

Kreipimosi po trauminės patirties laiko vidurkis 3 metai (nuo 1 mėn. iki 20 m.)

Želvienė, 2017



BEPP Lietuvoje: veiksmingumas

NORDIC JOURNAL OF PSYCHIATRY, 2017
VOL. 71, NO. 4, 217-221
http://dx.doi.org/10.1080/09638237.2016.1217623



ORIGINAL ARTICLE

'It will get even better': preliminary findings from a trauma-focused psychotherapy effectiveness study reveal false positive patients' long-term outcome expectations after the treatment

Evaldas Kazlauskas^a, Lina Jovarauskaitė^a, Eglė Mazulytė^a, Paulius Skruobis^a, Miglė Dovydatienė^a, Jonas Elmontas^a and Paulina Zekienė^b

^aDepartment of Clinical and Organizational Psychology, Vilnius University, Vilnius, Lithuania; ^bDepartment of General Psychology, Vilnius University, Vilnius, Lithuania

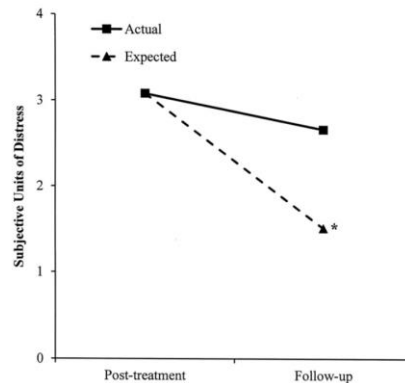


Figure 1. Post-treatment, 6-month follow-up, and expected 6-month follow-up distress after trauma-focused treatment. * $p < 0.05$.

Želvienė, 2017



BEPP Lietuvoje: veiksmingumas

NORDIC JOURNAL OF PSYCHIATRY, 2017
VOL. 71, NO. 4, 277-281
DOI:10.1080/09638237.2016.1276423



ORIGINAL ARTICLE

‘It will get even better’: preliminary findings from a trauma-focused psychotherapy effectiveness study reveal false positive patients’ long-term outcome expectations after the treatment

Evaldas Kazlauskas^a, Lina Jovarauskaite^b, Eglė Mažulytė^b, Paulius Skruibis^b, Migle Dovydatienė^b, Jonas Eimontas^b and Paulina Želviene^b

^aDepartment of Clinical and Organizational Psychology, Vilnius University, Vilnius, Lithuania; ^bDepartment of General Psychology, Vilnius University, Vilnius, Lithuania

Table 1. Pre-treatment, post-treatment, and follow-up PTSD symptoms, and CORE-OM scores (n = 20).

Measures	Pre-treatment		Post-treatment		Follow-up		Pre- vs Post-treatment		Post-treatment vs Follow-up	
	M (SD)	95% CI	M (SD)	95% CI	M (SD)	95% CI	t	d	t	d
IES-R										
Avoidance	2.15 (0.66)	1.84–2.46	0.68 (0.56)	0.42–0.95	0.78 (0.65)	0.47–1.08	7.03 ^b	2.40	–0.91	–0.16
Intrusion	2.06 (0.66)	1.75–2.37	0.77 (0.66)	0.46–1.08	0.77 (0.71)	0.44–1.11	11.96 ^b	1.95	–0.03	0.00
Hyperarousal	2.24 (0.76)	1.88–2.60	0.77 (0.69)	0.45–1.10	0.93 (0.69)	0.60–1.25	10.40 ^b	2.03	–1.14	–0.23
Total IES-R	2.14 (0.47)	1.92–2.36	0.74 (0.57)	0.48–1.00	0.83 (0.61)	0.55–1.11	11.35 ^b	2.68	–0.99	–0.15
CORE-OM										
Well-being	2.16 (0.81)	1.74–2.58	1.14 (0.59)	0.86–1.41	1.26 (0.75)	0.91–1.62	6.53 ^b	1.44	–0.63	–0.18
Symptoms	2.31 (0.64)	2.01–2.61	1.16 (0.61)	0.88–1.45	1.23 (0.58)	0.96–1.50	10.86 ^b	1.84	–0.50	–0.12
Functioning	1.88 (0.67)	1.56–2.19	0.93 (0.49)	0.70–1.16	1.03 (0.59)	0.76–1.31	6.88 ^b	1.62	–0.90	–0.18
Risk	0.42 (0.57)	0.15–0.68	0.07 (0.14)	0.01–0.14	0.16 (0.26)	0.03–0.28	2.76 ^a	0.84	–1.20	–0.43
Non-risk items	2.10 (0.57)	1.83–2.36	1.06 (0.51)	0.82–1.30	1.14 (0.55)	0.88–1.40	10.13 ^b	1.92	–0.63	–0.15
All items	1.86 (0.61)	1.57–2.14	0.88 (0.44)	0.68–1.09	0.96 (0.48)	0.74–1.19	8.06 ^b	1.84	–0.73	–0.17

IES-R: Impact of Event Scale-Revised; CORE-OM: the Clinical Outcomes in Routine Evaluation-Outcome Measure; CI: confidence interval; t: paired-sample t-test; d: Cohen’s d effect size.

^ap < 0.05.

^bp < 0.001.

Želviene, 2017



BEPP Lietuvoje: komanda



Dr. Evaldas Kazlauskas



Dr. Paulina Želviene



Dr. Migle Dovydatiene



Dr. Paulius Skruibis



Eglė Mažulytė



Lina Jovarauskaite



Dokt. Jonas Eimontas



Aurelija Slavinskaitė

Želviene, 2017



BEPP Lietuvoje: apibendrinimas

Lietuvoje adaptuotas BEPP metodas yra veiksmingas PTSS terapijai

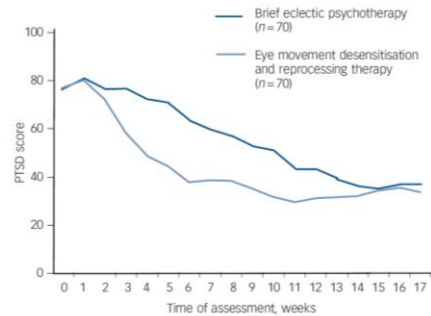
Brief eclectic psychotherapy v. eye movement desensitisation and reprocessing therapy for post-traumatic stress disorder: randomised controlled trial

Miriam J. Nijam, Bertold P. R. Gersons, Johannes B. Reijntjes, Ad de Jongh and Miranda Olf

Background

Trauma-focused cognitive-behavioural therapy (CBT) and eye movement desensitisation and reprocessing therapy (EMDR) are efficacious treatments for post-traumatic stress disorder (PTSD), but few studies have directly compared them using

symptom severity, but the response pattern indicated that EMDR led to a significantly larger decrease in PTSD symptoms than brief eclectic psychotherapy, with similar drop-out rates (EMDR: $n=20/29%$; brief eclectic...



Reikalingi tolesni atsitiktinių imčių kontroliuojami tyrimai

Želvienė, 2017



BADI streso valdymo programa

Vis daugiau mokslinių studijų rodo internetinės psichologinės pagalbos veiksmingumą (Andersson, 2016)

Internetinė pagalba gali būti išskirtinai tinkama adaptacijos sutrikimo atveju (Maercker et al., 2015; O'Donnell et al., 2016)

Adaptacijos sutrikimas (World Health Organization, 2017)

Identifikuojamas psichosocialinis stresorius (pvz. skrybys, liga, konfliktai darbe, šeimoje)

Įkyrios mintys (pvz. stiprus nerimas, nuolatinis galvojimas apie stresorių)

Prisitaikymo sunkumai (pvz. sunkumai darbe)

Šiuo metu nėra internetinės pagalbos adaptacijos sutrikimui

Želvienė, 2017



BADI streso valdymo programa

BADI – sukurta Vilniaus universiteto Traumų psichologijos tyrimų grupėje

- Internetinės pagalbos programa
- Paremta kognityvinės elgesio terapijos principais
- Modulinė
- Savipagalbos principas
- Žemo intensyvumo



Skrubis, P., Eimontas, J., Dovydaityienė, M., Mazulytė, E., Zelviene, P., & Kazlauskas, E. (2016). Internet-based modular program BADI for adjustment disorder: protocol of a randomized controlled trial. *BMC psychiatry*, 16(1), 264.

Želviene, 2017



BADI struktūra

Skrubis et al. *BMC Psychiatry* (2016) 16:264
DOI 10.1186/s12888-016-0980-9

BMC Psychiatry

STUDY PROTOCOL

Open Access

Internet-based modular program BADI for adjustment disorder: protocol of a randomized controlled trial



Paulius Skrubis¹, Jonas Eimontas¹, Migle Dovydaityienė², Egle Mazulytė¹, Paulina Zelviene¹ and Evaldas Kazlauskas^{1*}

Želviene, 2017



BADI struktūra

Skrubis et al. *BMC Psychiatry* (2016) 16:264
DOI 10.1186/s12888-016-0980-9

BMC Psychiatry

STUDY PROTOCOL

Open Access

Internet-based modular program BADI for adjustment disorder: protocol of a randomized controlled trial



Paulius Skrubis¹, Jonas Eimontas¹, Migle Dovydaityene², Egle Mazulyte², Paulina Zelviene¹ and Evaldas Kazlauskas³ *

BADI sudaro 4 moduliai:

- Atsipalaidavimo pratimai (pavadinimu “KŪNAS”)
- Laiko valdymas (pavadinimu “LAIKAS”)
- Sąmoningumas (pavadinimu “ERDVĖ”)
- Santykių problemų sprendimas (pavadinimu “SANTYKIAI”)

Skrubis, P., Eimontas, J., Dovydaityene, M., Mazulyte, E., Zelviene, P., & Kazlauskas, E. (2016). Internet-based modular program BADI for adjustment disorder: protocol of a randomized controlled trial. *BMC psychiatry*, 16(1), 264.

Želviene, 2017



BADI: veiksmingumas



Anxiety, Stress, & Coping
An International Journal

Routledge
Taylor & Francis Group

ISSN: 1061-5806 (Print) 1477-2205 (Online) Journal homepage: <http://www.tandfonline.com/loi/gasc20>

The role of therapist support on effectiveness of an internet-based modular self-help intervention for adjustment disorder: a randomized controlled trial

Jonas Eimontas, Goda Gegieckaite, Migle Dovydaityene, Egle Mazulyte, Zivile Rimsaite, Paulius Skrubis, Paulina Zelviene & Evaldas Kazlauskas

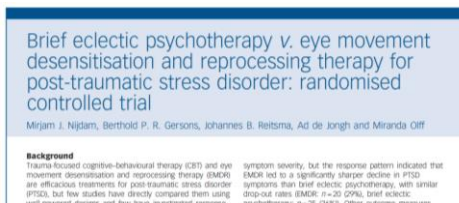
Želviene, 2017



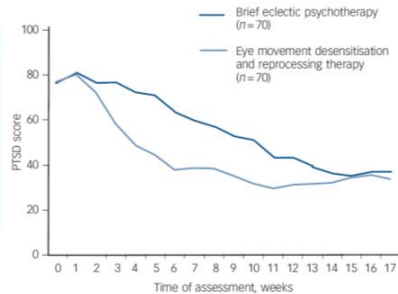
EMDR Lietuvoje: pirmieji mokymai

EMDR (angl. Eye Movement Desensitization and Reprocessing) yra tyrimais pagrįstas psichoterapinis metodas, skirtas potrauminio streso gydymui, kurį rekomenduoja Pasaulio sveikatos organizacija.

Mokymus veda EMDR ekspertės, *EMDR Europe* asociacijos prezidentė Isabel Fernandes ir Dolores Mosquera, EMDR supervizorė.



Mirjam et al., 2012



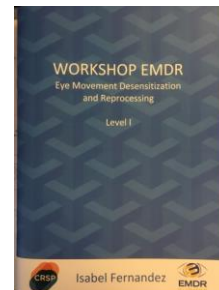
Želviene, 2017



EMDR Lietuvoje: pirmieji mokymai

EMDR (angl. Eye Movement Desensitization and Reprocessing) yra tyrimais pagrįstas psichoterapinis metodas, skirtas potrauminio streso gydymui, kurį rekomenduoja Pasaulio sveikatos organizacija.

Mokymus veda EMDR ekspertės, *EMDR Europe* asociacijos prezidentė Isabel Fernandes ir Dolores Mosquera, EMDR supervizorė.



Želviene, 2017



Apibendrinimas

1. Jau turime specializuotą, tyrimais pagrįstą psichotraumatologinę pagalbą Lietuvoje - BEPP
2. Internetinė streso valdymo programa BADI šiuo metu testuojama, rezultatai daug žadantys
3. Įvyko pirmieji EMDR mokymai ir supervizijos, bus parengta EMDR specialistų grupė
4. Specializuotos psichotraumatologinės pagalbos plėtra Lietuvoje...

Želvienė, 2017



SPECIALIZUOTA PSICHOTRAUMATOLOGINĖ PAGALBA LIETUVOJE

Dr. Paulina Želvienė

8-oji kasmetinė Vilniaus traumų psichologijos konferencija „Psichologo susitikimas su kliento traumine patirtimi“
2017 m. spalio 27 d.

Vilniaus universitetas, Lietuva