

Sprawozdanie:
The 9th International Congress of Cognitive Psychotherapy,
Kluż-Napoka, 28.06.–1.07.2017 r.
Report from the 9th International Congress of Cognitive
Psychotherapy, Cluj-Napoca, 28.06.–01.07.2017

Na przełomie czerwca i lipca odbył się po raz dziewiąty, tym razem w Kluż-Napoca w Rumunii, Międzynarodowy Kongres Psychoterapii Poznawczej (<http://www.iccp2017.org/>). W tym roku upływał on pod hasłem *W stronę integracyjnej Terapii Poznawczo-Behawioralnej (TPB): konsekwencje dla badań naukowych i praktyki klinicznej* i wzięło w nim udział 550 uczestników z 42 krajów.

Jednym z głównych tematów wykładów, sympozjów, sesji plakatowych, debat i warsztatów było ujednoczenie teoretycznych ram praktyki. TPB zawiera bardzo rozległy wachlarz podejść terapeutycznych: od klasycznej terapii poznawczej, przez terapię racjonalno-emotywną, aż do terapii trzeciej fali. Wszystkie zostały zaprezentowane na kongresie przez uznanych naukowców i klinicystów, w tym m.in. przez Judith Beck, Stefana Hofmanna, Roberta Leahy'ego czy Stevena Hayesę.

Wśród przedstawianych badań wyraźnie widać było dwie tendencje. Po pierwsze, coraz większe skupienie na czynnikach, które mogą wpływać na skuteczność TPB, oraz na procesach transdiagnostycznych. Tu warto zwrócić uwagę na wystąpienie i warsztaty Edwarda Watkina prezentującego rolę ruminacji nie tylko w zaburzeniach nastroju, ale również w zaburzeniach lękowych, odżywiania czy uzależnieniach, a także transdiagnostyczne podejście do dynamicznie rozwijającej się w ostatnich latach terapii ruminacji. Drugim tematem pojawiającym się nader często było znaczenie nowych technologii w badaniach i praktyce klinicznej. Nowe technologie otwierają przed klinicystami wiele możliwości, ale niosą ze sobą również sporo pytań i stanowią wyzwanie zarówno natury technicznej, jak i etycznej. Gerhard Anderson podzielił się swoim niemal dwudziestoletnim doświadczeniem w badaniach nad łączeniem klasycznej i internetowo wspomaganą TPB w Szwecji.

Wśród omawianych zagadnień znalazło się również wykorzystanie gier komputerowych, aplikacji mobilnych i wirtualnej rzeczywistości w praktyce klinicznej. Z polskiej perspektywy bardzo ciekawe wyniki przedstawiła Madalina Scula, badająca przyczyny używania (lub nie) aplikacji wspomagających terapię w Rumunii. Główną barierą w ich stosowaniu okazuje się bardzo mała dostępność tego typu aplikacji

w porównaniu z krajami anglojęzycznymi i można założyć, że podobne problemy mogą napotkać też polscy klinicyści. Innym poruszonym podczas obrad tematem było testowanie technologicznych rozwiązań według złotego standardu TPB, czyli badań klinicznych z randomizacją.

Ważnym rezultatem kongresu jest deklaracja wyznaczająca kluczowe elementy rozwoju i efektywności TPB, podpisana przez prezydenta IACP Stefana Hofmanna i Daniela Davisa, który przewodniczył kongresowi. Chodziło o: (1) określenie spójnych ram teoretycznych TPB; (2) przeniesienie ich na szkolenie, tak aby przekazywane treści pokrywały się z praktykami TBP opartymi na dowodach naukowych i nie różniły się w zależności od miejsca szkolenia i jego głównej orientacji; (3) zintegrowanie praktyk TPB i czerpanie z ich bogatego wachlarza, aby jak najlepiej określić spójne wytyczne dla prewencji i leczenia zaburzeń psychicznych; (4) promowanie integracji pomiędzy psychopatologią poznawczą i pokrewnymi dyscyplinami, takimi jak biologia czy neuronauka, ale również dyscyplinami związanymi z nowymi technologiami; (5) promowanie integracyjnej i multimodalnej TPB jako dyscypliny naukowej opartej na dowodach empirycznych. Wydaje się, że ta deklaracja znakomicie podsumowuje sam kongres i określa, na co powinno się położyć nacisk w badaniach, praktyce i szkoleniu TBP w najbliższej przyszłości.

Monika Kornacka

ICACS, SWPS Uniwersytet Humanistycznospołeczny
PSITEC Lab, University of Lille