

Niz edukativno-iskustvenih seminara i radionica iz oblasti kliničke psihologije

Drugi seminar, Sarajevo, 23. januar 2010.

Kognitivno bihevioralni pristup u tretmanu paničnog poremećaja

Suvremena istraživanja efikasnosti psihoterapije pokazala su da se u liječenju paničnog poremećaja kognitivno bihevioralna terapija pokazala kao terapija prvog izbora. Superiornost kognitivno bihevioralne terapije očituje se u dužem trajanju postignutih terapijskih efekata, rjeđem odustajanju od tretmana te manjem broju povrata simptoma. Empirijski je dokazana visoka efikasnost u tretmanu paničnog poremećaja sa i bez agorafobije kod odraslih i kod djece. Kognitivno bihevioralna terapija je dobro prihvaćena i među klijentima sa paničnim poremećajem, čemu svakako pridonosi uspostavljanje suradničkog odnosa s terapeutom, zajedničko konceptualiziranje problema, temeljeno na zdravorazumskim postavkama u shvaćanju nastanka paničnog napada, te davanje jasne racionalne za svaku intervenciju koja se poduzima, što je za većinu klijenata relativno lako razumljivo i prihvatljivo. Postupnost u tretmanu, uz relativno brze bihevioralne promjene u smjeru postavljenih ciljeva, podržava motivaciju klijenta za aktivno sudjelovanje u terapijskom procesu.

Kognitivno bihevioralni tretman napada panike većina klijenata ocijenjuje kao zabavan i interaktivan u cjelini. Nakon prvih par seansi klijenti doživljavaju poboljšanje i u mogućnosti su postepeno raditi stvari koje već dugo vremena nisu bili u mogućnosti npr. odlazak u kupovinu, odlazak u šetnju, bioskop te s razvojem tretmana i kreirati zadatke za prevazilaženje anksioznosti i napada panike tako da od tog trenutka tretman postaje zabavan i interaktivan što doprinosi poboljšanju kvalitete života i samopouzdanju klijenta.

Seminar će trajati 8 sati i edukativnog je karaktera. Cilj seminara je:

- § povećati znanje o paničnom poremećaju
- § povećati znanje o kognitivno bihevioralnom tretmanu paničnog poremećaja

Zadatak seminara je upoznavanje učesnika seminara sa slijedećim temama:

- § opće teorijske postavke kognitivno bihevioralne terapije,
- § empirijska dokazanost i efikasnost kognitivno bihevioralnih tehnika,
- § teorija o mehanizmima nastanka i održavanja napada panike, paničnog poremećaja (sa i bez agorafobije)
- § tretman i prevencija povrata simptoma paničnog poremećaja prema kognitivno bihevioralnim principima
- § KBT studija slučaja tretmana paničnog poremećaja uz demonstraciju kognitivno bihevioralnih tehnika

Metod rada je interaktivan i multimodealan.

Seminar vodi Diana Riđić, psihologinja i terapeutkinja