

PRIKAZ NEKIH NOVIH ISTRAŽIVANJA U PSIHOTERAPIJI

/ OVERVIEW OF SOME NEW RESEARCH IN PYSCHOTHERAPY

Tanja Frančišković, Marina Letica Crepulja, Tanja Grahovac Juretić

Prof. dr. sc. Tanja Frančišković, dr. med., Tanja.franciskovic@medri.uniri.hr

/ Prof, MD, PHD, Tanja.franciskovic@medri.uniri.hr

Dr. sc. Marina Letica Crepulja, dr. med.

/ MD, PHD

Tanja Grahovac Juretić, dr. med., Medicinski fakultet Sveučilišta u Rijeci, KBC Rijeka, Klinika za psihijatriju

/ MD, University of Rijeka Medical School, Rijeka Clinical Hospital Center, Psychiatry Clinic

Istraživanja u psihoterapiji, posebno usporedbe učinkovitosti određenih tehnika u odnosu na druge tehnike ili drugu vrstu terapije, opterećena su mnogobrojnim metodološkim teškoćama. O nekima se govori u članku *Are All Psychotherapies Equally Effective in the Treatment of Adult Depression? The Lack of Statistical Power of Comparative Outcome Studies* autora Pima Cuijpersa objavljenom u časopisu *Evidence Based Mental Health* u veljači ove godine. Autor navodi da je u posljednjih pet godina objavljeno više od stotine istraživanja koja uspoređuju dvije ili više psihoterapijskih tehnika i njihovu učinkovitost kod odraslih osoba koje boluju od depresivnog poremećaja. Najprije se istraživalo iskazuje li neka od tih studija klinički bitnu razliku u učinkovitosti koja bi odgovarala snazi veličine učinka (*effect size*) od $d = 0,24$. I najveća među njima, me-

taanaliza s uključenih 178 pacijenata, utvrdila je snagu učinka od $d = 0,42$. Rezultati nekih istraživanja približili su se traženoj vrijednosti, ali ju nisu dosegнули. Kako za utvrđivanje učinkovitosti treba relativno velik uzorak, što je u psihoterapiji uvijek donekle problematično, jedan od izlaza autor pronalazi u metaanalizama. No mnoge od tih studija imaju visok rizik od *biasa*. Zaključak je da usporedne studije učinkovitosti između dviju i više psihoterapijskih tehnika imaju velike nedostatke i da su zapravo nedovoljne da utvrde klinički bitne razlike između tih terapija pri čemu individualna istraživanja u pravilu nemaju nikakvu statističku snagu.

Jedna od teškoća za psihoterapijska istraživanja svakako je i relativno mali broj časopisa koji sustavno objavljuju istraživanja na tom području a da su

pri tome i visokih indeksacija i impakt faktora unutar šireg područja. Jedan od takvih časopisa koji godinama njeguje upravo tu praksu jest *Psychotherapy and Psychosomatics*, čiji je izdavač Karger iz Basela, časopis koji je počeo izlaziti 1953., a jedan od dugogodišnjih urednika bio je i P. E. Sifneos (1974. – 1991.). Sadašnji je urednik GA Fava, a časopis ponosno ističe impakt faktor od 9196 što ga pozicionira među najvažnije publikacije iz područja psihijatrije. U svojem broju od veljače ove godine u članku *Psychoanalytic-Interactional Therapy versus Psychodynamic Therapy by Experts for Personality Disorders: A Randomized Controlled Efficacy-Effectiveness Study in Cluster B Personality Disorders*, autora Leichsenring, F. i suradnika, motivirani činjenicom da ne postoje na dokazima utemeljene (*evidence based*) smjernice za liječenje grupe B poremećaja ličnosti (histrionski, granični, narcistički i antisocijalni poremećaj ličnosti) proveli su istraživanje na 168 pacijenata koje su nasumice uključili u psihoanalitičku interakcijsku psihoterapiju ili psihodinamičku psihoterapiju koju su provodili educirani terapeuti, a sve su uspoređivali s kontrolnom grupom s liste čekanja. Liječenje je u prosjeku trajalo pola godine uz dvije do tri tjedne seanse. Oba psihoterapijska pristupa dugo se primjenjuju kod te grupe pacijenata, no

sustavnih istraživanja učinkovitosti nije bilo. Interakcijska psihoanaliza razvija se posljednjih tridesetak godina posebice na području SAD-a, a smatra se da predstavlja pomak od uobičajenoga gledišta u okviru psihoanalitičke paradigme. Naglasak nije na interpretacijama, nego na selektivnoj mogućnosti da terapeut podijeli s pacijentom svoja iskustva i osjećaje koje doživljava u relaciji s pacijentom. Mjera oporavka u tom istraživanju bila je razina organizacije osobnosti i cjelokupni stupanj distresa. To je mjereno primjenom *Borderline Personality Inventory* upitnika od 52 čestice prema Kernbergu, *Symptom check List-90*, *Global Severity Index*, *Beck depression i anxiety Inventory*. Kod kontrolne grupe nije bilo pozitivnih pomaka u promatranom razdoblju, a obje grupe uključene u psihoterapiju pokazale su poboljšanje na svim mjerenim dimenzijama. No između interakcijske psihoanalize i psihodinamičke psihoterapije nije bilo znatnijih razlika i obje su se tehnike pokazale podjednako učinkovitima. Pri tome vrsta poremećaja osobnosti nije utjecala na rezultate.

U istom broju časopisa objavljeno je i zanimljivo istraživanje *Efficacy of Intensive Short-Term Dynamic Psychotherapy for Medically Unexplained Pain: A Pilot Three-Armed Randomized Controlled Trial Comparison with*



Mindfulness-Based, Stress Reduction, čiji je autor Chavooshi, B. sa suradnicima. Riječ je o prvom randomiziranom istraživanju s procjenjivačima koji nisu bili uključeni u tretman, a koji su uspoređivali učinkovitost intenzivne kratkotrajne dinamičke psihoterapije i tehnike *mindfulness* za redukciju tjeskobe kod osoba s neobjašnjivim medicinskim sindromima. Ovi su pacijenti „noćna mora“ liječnika primarne zaštite i svih drugih specijalnosti kako zbog velikog dijagnostičkog troška tako i zbog upornosti smetnji. *Mindfulness* tehnike posljednjih desetak godina postaju sve popularnije. Jedan je od prijevoda usredotočena svjesnost, a odnosi se na svjesnost koja nastaje uz obraćanje pozornosti na poseban način. Usredotočena svjesnost može se razviti treningom koji omogućuje ljudima da promijene način na koji se osjećaju i misle o svojim iskustvima, posebno onim stresnim, s ciljem da se odmakne od prosuđivanja i kritiziranja, ruminiranja prošlosti, zabrinjavanja zbog budućnosti, automatskog štetnog reagiranja i izbjegavanja života. U istraživanju je sudjelovalo 60 pacijenata podijeljenih nasumice po dvadesetak u dvije psihoterapijske grupe i kontrolnu grupu koja je dobivala uobičajeni medikamentni tretman. Na početku istraživanja sve tri grupe bile su podjednako sumnjičave glede mogućeg

poboljšanja, a mjerenja su provedena na početku, na kraju i tri mjeseca nakon tretmana. U objema psihoterapijskim grupama na kraju tretmana i tri mjeseca nakon tretmana došlo je do smanjenja simptoma znatno većeg nego u grupi liječenoj uobičajeno. No razlike između grupa, tj. poboljšanje u *mindfulness* grupi bilo je umjereno, a u grupi koja je bila uključena u kratku dinamičku psihoterapiju veliko u sva tri mjerenja u odnosu na uobičajeni tretman.

U travanjskom broju časopisa *Psychotherapy and psychosomatics* autori Steinert, Kruse i Leichsenring problematiziraju zanimljiva pitanja iz područja istraživanja u psihoterapiji. U svojem članku „Long-Term Outcome and Non-Response in Psychotherapy: Are We Short-Sighted?“ autor Steinert, C. i suradnici naglašavaju problem nedostatnog praćenja dugoročnih rezultata psihoterapije u okvirima dobro dizajniranih istraživanja. Dok je kratkoročnih relativno mnogo, autori su našli tek jedanaest istraživanja o depresivnom poremećaju i pet o socijalnoj fobiji koja prate bolesnike i nakon dvije godine. Rezultati tih istraživanja navode da relativno velik postotak pacijenata nije postigao stabilnu remisiju ili se bolest vraća nekoliko godina nakon psihoterapijskog tretmana. Jedan od razloga za manjak istraživanja autori vide u činjenici da su ona skupa, teš-

ko provediva i nose metodološki rizik. Tako najčešće u studiji ostaju oni kod koji je pozitivan ishod, a oni bez rezultata izgube iz sustavnog praćenja. Kao moguća rješenja tog problema autori predlažu:

- planirati praćenja bolesnika nakon provedene psihoterapije u razdoblju od barem dvije godine;
- jasnije definirati kriterije (zasnovano na simptomima ili na razini smetnji) određivanja ishoda liječenja da bi rezultati bili usporedivi;
- staviti poseban naglasak na one koji nemaju pozitivan odgovor na psihoterapiju.
- autori naglašavaju da je to zapravo grupa od koje se može najviše naučiti kako poboljšati sam tretman. Pri tome sugeriraju klinometrijski pristup, za razliku od dijagnostičkoga, s obzirom na to da potonji ne zahvaća svu raznolikost pacijenata koji zadovoljavaju određenu dijagnostičku kategoriju;
- predlažu i stratifikaciju pacijenata, npr. onih koji jesu ili nisu odgovorili na prethodnu terapiju i sl. da bi se dobile što homogenije grupe;
- i predlažu dizajniranje studija ciljano na one koji ne daju rezultate na način „pojačavanja“ u odnosu na kontrolnu grupu, tj. uključenja u pojačanu, neku drugu ili u dodatnu psihoterapijsku tehniku.

Taj model istraživanja već je često primjenjivan u istraživanju učinaka farmakoterapije.

Sličan nacrt istraživanja proveden je u poznatoj STAR-D studiji koja je ispitala učinke dinamičke psihoterapije. Nažalost praćenje nije bilo dulje od dvanaest mjeseci. Autori zaključuju da su takva istraživanja nužna, bez obzira na njihovu skupoću, kako bismo mogli preporučiti neki psihoterapijski tretman znajući da možemo očekivati pozitivan ishod. Na kraju apeliraju na Europsku uniju da u sklopu financiranja istraživanja preuzme vodeću ulogu.

Posebno nam je zadovoljstvo predstaviti istraživanje objavljeno u veljači u časopisu *International Journal of Group psychotherapy: Characteristics of the Group Process in Long term Psychodynamic Group Psychotherapy for patients with Psychosis*, čiji su autori Restek-Petrović, B. i suradnici. Riječ je o časopisu američke udruge grupnih psihoterapeuta koji sustavno donosi raznolike teme iz područja grupne psihoterapije, od istraživanja do prikaza slučajeva i tematskih razmatranja i problematiziranja. Prikazano je istraživanje razvoja grupnog procesa putem ispitivanja parametara grupne klime tijekom dugotrajne psihodinamičke psihoterapije s 30 ambulantskih pacijenata sa psihozom raspoređenih u četiri grupe. U istraživanju je upotrijebljen



MacKenzie Group Climate Questionnaire, procjenski upitnik, kratka forma, koji su popunjavali voditelji nakon svake seanse tijekom dvogodišnjeg razdoblja. Ispitivani indikatori bili su mjere međusobnog angažmana i izbjegavanja konflikta. Autori su analizirali obrasce izmjene bliskosti, izbjegavanja i javljanja konflikta unutar grupa i dobili rezultate vrlo specifične za svaku

grupu. Zajedničko im je bilo to da nije moguće uočiti jasnu diferencijaciju povezanu s fazama razvoja grupnog procesa kao što je to slučaj kada je riječ o grupama neurotskih pacijenata. Grupa pacijenata sa psihozom po načinima nošenja s bliskošću i izbjegavanjem konflikata tijekom prve dvije godine ostaje u prvim fazama uobičajenoga grupnog razvojnog procesa.

LITERATURA

1. Pim Cuijpers. Are All Psychotherapies Equally Effective in the Treatment of Adult Depression? The Lack of Statistical Power of Comparative Outcome Studies, *Evid Based Ment Health*. 2016;19(2):39-42.
2. Leichsenring, F, Masuhr, O, Jaeger, U, Rabung, S, Dally, A, Dümpelmann, M, Fricke-Neef, C, Steinert, C, Streeck U. Psychoanalytic-Interactional Therapy versus Psychodynamic Therapy by Experts for Personality Disorders: A Randomized Controlled Efficacy-Effectiveness Study in Cluster B Personality Disorders, *Psychother Psychosom* 2016;85:71-80 (DOI:10.1159/000441731).
3. Chavooshi, B, Mohammadkhani, P, Dolatshahee, B. Efficacy of Intensive Short-Term Dynamic Psychotherapy for Medically Unexplained Pain: A Pilot Three-Armed Randomized Controlled Trial Comparison with Mindfulness-Based Stress Reduction, *Psychother Psychosom* 2016;85:123-125 (DOI:10.1159/000441698).
4. Steinert, C, Kruse, J, Leichsenring, F. Long-Term Outcome and Non-Response in Psychotherapy: Are We Short-Sighted? *Psychother Psychosom* 2016;85:235-237 (DOI:10.1159/000442262)
5. Restek-Petrović, B, Gregurek R, Petrović R, Osrešković-Krezler, N, Mihanović M, Ivezić, E. Characteristics of the Group Process in Long term Psychodynamic Group Psychotherapy for patients with Psychosis, *Int.J Group Psychoth*.2016;66:1,132-143.