

Výskum v psychoterapii

Východiská, kontext, história

Blok I.

21.10.2011

Matúš Bieščad

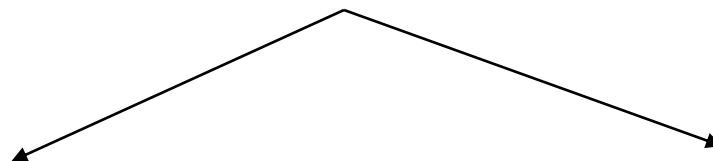
???

- Čím sa zaoberá výskum psychoterapie?
- Aký môže byť dôvod pre výskum v psychoterapii?
- Aký problém by Vás zaujal pre skúmanie v psychoterapii?

Výskum psychoterapie

- snaží sa rigoróznym spôsobom porozumieť tomu, čo sa deje v psychoterapii, čo prispieva k tomu, aby sa klient v terapii zmenil v smere plnšieho psychického zdravia (Timuľák, 2005)
- dva dôvody pre výskum psychoterapie:
 - 1. formovanie terapeutickkej praxe**
 - 2. snaha zdôvodniť psychoterapiu ako opodstatnenú liečebnú činnosť pri širokej palete psychologických a psychiatrických problémov v živote človeka**

Dve hlavné oblasti výskumu psychoterapie



výskum efektu (výsledku) psychoterapie	výskum procesu psychoterapie
OUTCOME RESEARCH	PROCESS RESEARCH
Je psychoterapia účinná, „funguje“?	Čo sa v psychoterapii deje, prečo „funguje“?

Historický kontext skúmania psychoterapie

Výskum efektu psychoterapie

- prvé výskumy efektu psychoterapie na prelome 20. a 30. rokoch 20. stor. – toto skúmanie je dosť vzdialené súčasným štandardom
- 40. roky – začínajú sa využívať experimentálne výskumné plány – nevedelo sa však v akých oblastiach očakávať terapeutickú zmenu, ako rôzne nástroje merania a perspektívy hodnotiteľa efektu ovplyvňujú nameranú účinnosť
- 50. roky – prvé systematické štúdie skúmajúce efektívnosť psychoterapie v rámci veľkých výskumných projektov

Historický kontext skúmania psychoterapie

- 1952 – H. Eysenck vo svojej prehľadovej štúdií spochybnil účinnosť psychoterapie
 - dve tretiny neurotických pacientov, ktorí absolvujú psychoterapiu sa zlepšia v priebehu dvoch rokov, rovnaký počet pacientov sa za rovnaké obdobie zlepši aj bez psychoterapie – psychoterapia nie je viac účinná ako spontánna remisia
- u obhajcov psychoterapie tým vyvolal veľkú snahu o dokázanie účinnosti psychoterapie
- 60. roky – prvé porovnávaná efektívnosti jednotlivých terapeutických postupov
- koniec 80. rokov – **Kolaboratívny výskumný plán liečby depresie Národného inštitútu mentálneho zdravia** – I. Elkinová et al. – súčasný štandard znáhodňovaných kontrolovaných skúšok

Historický kontext skúmania psychoterapie

Ďalšie medzníky:

- *dose-effect research* – výskumy dávka-výsledok – už od 60.rokov
- použitie terapeutického manuálu – 1979
- metaanalýza – zavedenie *miery efektu* – *effect size* – *Cohenovo d* - Smith, Glass, Miller – 1980
- výskum zameraný na pacienta – *patient focused research* – od konca 90. rokov
 - poskytovanie spätnej väzby terapeutom o pacientovom prograse v procese psychoterapie – Lambert et al., 2001

Historický kontext skúmania psychoterapie

Výskum procesu psychoterapie

- 40. roky – C. Rogers
- 50-60 roky – posudzovacie škály hodnotiace terapeutický proces
- tieto výskumy vychádzali hlavne z PCA prístupu – skúmali sa Rogersove facilitujúce podmienky terapeutického vzťahu, prežívanie klienta v rôznych fázach terapeutického procesu

Historický kontext skúmania psychoterapie

- skúmanie aj psychoanalytických a psychodynamických terapií - L. Luborsky – skúmanie terapeutickú aliancie a prenosu (CCRT)
- 80. roky – skúmanie terapeutických epizód – podrobné skúmanie malých častí terapeutického procesu, účelom je zachytiť proces vzniku terapeutickú zmeny – tu patrí aj výskum dôležitých momentov v procese psychoterapie – *significant events*
- testovanie teórií terapeutickú zmeny
- 80. roky – rozvoj tzv. proces-výsledok (*process-outcome*) štúdií – aký majú vzťah premenné objavujúce sa v procese psychoterapie k výsledku psychoterapie
- 90. roky – rozvoj kvalitatívnej metodológie – napr. konsenzuálny kvalitatívny výskum, grounded theory....

Inštitucionalizácia výskumu psychoterapie

časopisy:

- ***Archives of General Psychiatry***
- ***Journal of Consulting and Clinical Psychology***
- ***Journal of Counseling Psychology***
- ***Psychotherapy Research***

knihy:

- ***Handbook of Psychotherapy and Behavior Change***
- vychádza od roku 1971 - editori – *Allen Bergin a Sol Garfield*
- najnovšia 5. edícia – 2004 – editor *Michael J. Lambert* – *Bergin's and Garfield's handbook of psychotherapy and behavior change* (vydal New York: John Willey)

Inštitucionalizácia výskumu psychoterapie

inštitúcie:

- ***Society for Psychotherapy Research (SPR)***
www.psychotherapyresearch.org
- rôzne inštitúcie venujúce sa
 - a) špecifickým formám psychoterapie
 - *Európska asociácie pre behaviorálne a kognitívne psychoterapie, Svetová asociácie na osobu zameranú a experienciálnu psychoterapiu*
 - b) špecifickým psychickým problémom
 - *Národný inštitút zneužívania drog (NIDA) v USA*

Kreslený vtíp z článku **Research–informed psychotherapy** (Grawe, 1997):
Výskumníci psychoterapie na pohrebe psychoterapeutických škôl, ktoré
nahrádzajú novou, výskumom informovanou psychoterapiou.



Výskum efektu psychoterapie

OUTCOME RESEARCH

Pri skúmaní efektu psychoterapie Howard et al. (1996) rozlišujú dva druhy výskumov:

- **Výskumy typu EFFICACY – účinnosť**

Funguje psychoterapia v špeciálnych experimentálnych podmienkach?

(Can psychotherapy work?)

- **Výskumy typu EFFECTIVENESS - efektívnosť**

Funguje psychoterapia v praxi?

(Does psychotherapy work?)

Nástroje merania efektu psychoterapie:

- ***outcome measures***
- škály a dotazníky používané bežne v psychologickej a psychiatrickej praxi (BDI, STAI, MMPI, RSES)
- škály a metódy používané spravidla len vo výskume, kvôli ich časovej a technickej náročnosti
- nástroje špeciálne vyvinuté za účelom merania efektu psychoterapie (CORE-OM, OQ-45, ORS)

Množstvo nástrojov merania efektu psychoterapie:

- Froyd, Lambert, Froyd (1996) – zamerali sa na sledovanie používania jednotlivých nástrojov merania efektu psychoterapie
 - urobili prehľad 21 časopisov, v ktorých boli publikované štúdie týkajúce sa psychologickej liečby, prehľad sa týkal obdobia 1983 až 1988
 - v nich identifikovali spolu **334 štúdií** sledujúce efekt liečby, bolo v nich použitých spolu **1430 nástrojov merania**
 - na jednu štúdiu pripadlo v priemere **4,36** nástoja, modus bol **3** nástroje, rozsah nástrojov bol od **1 po 16**
 - z 1430 nástrojov merania bolo až 851 nástrojov (59,5%) bol použitých iba jeden krát, z nich 278 bolo neštandardizovaných s neuvedenou validitou a reliabilitou
 - 10 najčastejšie použitých nástrojov merania bolo:

Najčastejšie používané nástroje merania efektu psychoterapie vo výskumných štúdiách (Froyd et al., 1996):

<i>nástroj merania</i>	<i>početnosť</i>
<i>Beckov dotazník depresivity (BDI)</i>	42
<i>State-Trait Anxiety Inventory (STAI)</i>	32
<i>hmotnosť</i>	28
<i>Hamiltonova posudzovacia škála depresie (HRSD)</i>	18
<i>SCL -90 a SCL-90-R</i>	14
<i>Locke Wallace Marital Adjustment Scale</i>	13
<i>tlak krvi</i>	12
<i>srdcový tep</i>	11
<i>MMPI</i>	10

Organizačná a konceptuálna schéma nástrojov merajúcich efekt psychoterapie (Ogles, Lambert, Masters, 1996)

OBSAH	SOCIALNA ÚROVEŇ	ZDROJ	TECHNOLOGIA	ČASOVA ORIENTÁCIA
kognitívna stránka	intrapersonálna	sám klient	globálna	stabilná číra
1	1	1	1	1
2	2	2	2	2
?	?	?	?	?
afektívna stránka	interpersonálna	terapeut	špecifická	aktuálny stav
1	1	1	1	1
2	2	2	2	2
?	?	?	?	?
správanie	úroveň sociálnej roly	expertný pozorovateľ	pozorovanie	
1	1	1	1	
2	2	2	2	
?	?	?	?	
		dôležitý druhý	stav	
		1	1	
		2	2	
		?	?	
		inštitúcia		
		1		
		2		
		?		

Prehľad nástrojov merania efektu psychoterapie

- Timulák (2005) kategorizuje nástroje merania efektu psychoterapie podľa **zdroja pohľadu na zmenu:**
 - A) klient / pacient
 - B) expertný posudzovateľ
 - C) terapeut
 - D) významný druhý
 - E) behaviorálne a fyziologické merania, iné objektívne dáta

A) KLIENT / PACIENT

1, Osobnostné dotazníky

– napr. **MMPI**, Freiburgský osobnostný dotazník (**FPI**)

2, Symptómové dotazníky

– napr. **SCL-90**, **BDI**, **STAI**

3, Dotazníky hodnotiace konštrukty súvisiace s duševným zdravým

- ide napr. o sebaúctu, kvalitu života, well-being, napr. Rosenbergova škála sebahodnotenia (**RSES**)

4, Dotazníky zisťujúce kvalitu sociálneho fungovania a interpersonálnych vzťahov

- napr. Inventory of Interpersonal Problems (**IIP**), Dyadic Adjustment Scale (**DAS**)

5, Sebaposudzovacie metódy hodnotiace idiosynkratické problémy pacienta

- tzv. individualizované nástroje merania, „šité“ pacientovi na mieru

- najznámejšia - **Target Complaints** (Battle et al., 1966) – Kľúčové starosti

- u nás známa Kratochvílova (1998) verzia pod názvom **Škála**

individuálnych príznakov – 10 voľných políčok, do ktorých klient napíše svoje neurotické príznaky a potom ich ohodnotí na škále od 0 – 5

A) KLIENT / PACIENT

***6, Dotazníkové sebaopisovacie metódy
vyvinuté špeciálne pre meranie efektu
psychoterapie***

- najznámejšie CORE-OM a OQ-45

CORE-OM

Clinical Outcomes in Routine Evaluation - Outcome Measure

Kód pracoviska <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/>	K vyplneniu obdobia	Vek <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/>
Kód klienta <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/>	S Skríning	Muž <input type="checkbox"/>
Kód terapeuta <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/>	O Odporúčame	Žena <input type="checkbox"/>
Dátum <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/>	V Vyšetrenie	Obdobie <input type="checkbox"/>
D D M M R R R R	A Prvé sedenie	Epizóda <input type="checkbox"/>
	Z Pred začatím terapie	
	P V priebehu terapie	
	Z Posledné sedenie	
	X Katamnéza 1	
	Y Katamnéza 2	

**C O R E
O U T C O M E M E A S U R E**

DOLEŽITÉ - PREČITAJTE SI PROSIM NASLEDUJUCE INSTRUKCIE

Tento dotazník obsahuje 34 tvrdení o tom, ako ste sa mali POČAS UPLYNULÉHO TÝŽDŇA. Prečítajte si každé tvrdenie a porozmýšľajte, ako často ste sa uplynulý týždeň takto cítili. Potom označte štvorček, ktorý tomu najviac zodpovedá. Použite tmavé pero (nie ceruzku) a zreteľne štvorček označte.

Počas uplynulého týždňa:	Vôbec nie	Iba zriedka- vo	Niekedy	Často	Väčšou alebo stále	Nevypl- ňovať
1. Cítil(a) som sa strašne sám(a) a osamotený(á).	0 <input type="checkbox"/>	1 <input type="checkbox"/>	2 <input type="checkbox"/>	3 <input type="checkbox"/>	4 <input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/> F
2. Cítil(a) som napätie, úzkosť alebo nervozitu.	0 <input type="checkbox"/>	1 <input type="checkbox"/>	2 <input type="checkbox"/>	3 <input type="checkbox"/>	4 <input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/> P
3. Cítil(a) som, že sa mám v prípade potreby na koho obrátiť.	4 <input type="checkbox"/>	3 <input type="checkbox"/>	2 <input type="checkbox"/>	1 <input type="checkbox"/>	0 <input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/> F
4. Bol(a) som so sebou pomerne spokojný(á).	4 <input type="checkbox"/>	3 <input type="checkbox"/>	2 <input type="checkbox"/>	1 <input type="checkbox"/>	0 <input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/> W
5. Cítil(a) som totálny nedostatok energie a nadšenia.	0 <input type="checkbox"/>	1 <input type="checkbox"/>	2 <input type="checkbox"/>	3 <input type="checkbox"/>	4 <input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/> P
6. Použil(a) som voči druhým fyzické násilie.	0 <input type="checkbox"/>	1 <input type="checkbox"/>	2 <input type="checkbox"/>	3 <input type="checkbox"/>	4 <input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/> R
7. Cítil(a) som sa schopný(á) zvládť veci, ktoré sa nedarili.	4 <input type="checkbox"/>	3 <input type="checkbox"/>	2 <input type="checkbox"/>	1 <input type="checkbox"/>	0 <input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/> F
8. Trápili ma bolesti alebo iné telesné problémy.	0 <input type="checkbox"/>	1 <input type="checkbox"/>	2 <input type="checkbox"/>	3 <input type="checkbox"/>	4 <input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/> P
9. Rozmýšľal(a) som o tom, že si ublížim.	0 <input type="checkbox"/>	1 <input type="checkbox"/>	2 <input type="checkbox"/>	3 <input type="checkbox"/>	4 <input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/> R
10. Bolo pre mňa príliš náročné rozprávať sa s druhými ľuďmi.	0 <input type="checkbox"/>	1 <input type="checkbox"/>	2 <input type="checkbox"/>	3 <input type="checkbox"/>	4 <input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/> F
11. Napätie a úzkosť mi bránili robiť dôležité veci.	0 <input type="checkbox"/>	1 <input type="checkbox"/>	2 <input type="checkbox"/>	3 <input type="checkbox"/>	4 <input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/> P
12. Bol(a) som spokojný(á) s tým, čo som urobil(a).	4 <input type="checkbox"/>	3 <input type="checkbox"/>	2 <input type="checkbox"/>	1 <input type="checkbox"/>	0 <input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/> F
13. Vyrušovali ma neprijemné myšlienky a pocity.	0 <input type="checkbox"/>	1 <input type="checkbox"/>	2 <input type="checkbox"/>	3 <input type="checkbox"/>	4 <input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/> P
14. Bolo mi do plaču.	0 <input type="checkbox"/>	1 <input type="checkbox"/>	2 <input type="checkbox"/>	3 <input type="checkbox"/>	4 <input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/> W

Obráťte list, prosím

Počas uplynulého týždňa:	Vôbec nie	Iba zriedka- vo	Niekedy	Často	Väčšou alebo stále	Nevypl- ňovať
15. Prežíval(a) som paniku alebo hrôzu.	0 <input type="checkbox"/>	1 <input type="checkbox"/>	2 <input type="checkbox"/>	3 <input type="checkbox"/>	4 <input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/> P
16. Plánoval(a) som skončiť so životom.	0 <input type="checkbox"/>	1 <input type="checkbox"/>	2 <input type="checkbox"/>	3 <input type="checkbox"/>	4 <input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/> R
17. Cítil(a) som sa zaplavený(á) svojimi problémami.	0 <input type="checkbox"/>	1 <input type="checkbox"/>	2 <input type="checkbox"/>	3 <input type="checkbox"/>	4 <input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/> W
18. Mal(a) som problémy so zaspávaním alebo som sa budil(a) zo spánku.	0 <input type="checkbox"/>	1 <input type="checkbox"/>	2 <input type="checkbox"/>	3 <input type="checkbox"/>	4 <input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/> P
19. Cítil(a) som voči niekomu vrúcnosť a náklonnosť.	4 <input type="checkbox"/>	3 <input type="checkbox"/>	2 <input type="checkbox"/>	1 <input type="checkbox"/>	0 <input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/> F
20. Nebol(a) som schopný(á) odsunúť svoje problémy bokom.	0 <input type="checkbox"/>	1 <input type="checkbox"/>	2 <input type="checkbox"/>	3 <input type="checkbox"/>	4 <input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/> P
21. Bol(a) som schopný(á) urobiť väčšiu z toho, čo som potreboval(a).	4 <input type="checkbox"/>	3 <input type="checkbox"/>	2 <input type="checkbox"/>	1 <input type="checkbox"/>	0 <input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/> F
22. Ohrozoval(a) som alebo zastrásoval(a) iného človeka.	0 <input type="checkbox"/>	1 <input type="checkbox"/>	2 <input type="checkbox"/>	3 <input type="checkbox"/>	4 <input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/> R
23. Cítil(a) som sa zužalo alebo beznadéjne.	0 <input type="checkbox"/>	1 <input type="checkbox"/>	2 <input type="checkbox"/>	3 <input type="checkbox"/>	4 <input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/> P
24. Myslel(a) som si, že by bolo lepšie, keby som bol(a) mŕtvý(á).	0 <input type="checkbox"/>	1 <input type="checkbox"/>	2 <input type="checkbox"/>	3 <input type="checkbox"/>	4 <input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/> R
25. Mal(a) som pocit, že ma druhí kritizujú.	0 <input type="checkbox"/>	1 <input type="checkbox"/>	2 <input type="checkbox"/>	3 <input type="checkbox"/>	4 <input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/> F
26. Myslel(a) som si, že nemám žiadnych priateľov.	0 <input type="checkbox"/>	1 <input type="checkbox"/>	2 <input type="checkbox"/>	3 <input type="checkbox"/>	4 <input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/> F
27. Cítil(a) som sa nešťastný(á).	0 <input type="checkbox"/>	1 <input type="checkbox"/>	2 <input type="checkbox"/>	3 <input type="checkbox"/>	4 <input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/> P
28. Rozrušovali ma neželané predstavy alebo sponienky.	0 <input type="checkbox"/>	1 <input type="checkbox"/>	2 <input type="checkbox"/>	3 <input type="checkbox"/>	4 <input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/> P
29. Bol(a) som podráždený(á), keď som bol(a) s druhými ľuďmi.	0 <input type="checkbox"/>	1 <input type="checkbox"/>	2 <input type="checkbox"/>	3 <input type="checkbox"/>	4 <input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/> F
30. Obviňoval(a) som sa za svoje problémy a ťažkosti.	0 <input type="checkbox"/>	1 <input type="checkbox"/>	2 <input type="checkbox"/>	3 <input type="checkbox"/>	4 <input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/> P
31. Ohľadom svojej budúcnosti som sa cítil(a) optimistický(á).	4 <input type="checkbox"/>	3 <input type="checkbox"/>	2 <input type="checkbox"/>	1 <input type="checkbox"/>	0 <input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/> W
32. Podarilo sa mi dosiahnuť to, čo som chcel(a).	4 <input type="checkbox"/>	3 <input type="checkbox"/>	2 <input type="checkbox"/>	1 <input type="checkbox"/>	0 <input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/> F
33. Cítil(a) som sa poníženy(á) alebo zahanbený(á) druhými ľuďmi.	0 <input type="checkbox"/>	1 <input type="checkbox"/>	2 <input type="checkbox"/>	3 <input type="checkbox"/>	4 <input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/> F
34. Fyzicky som si ublížil(a) alebo som nebezpečne nskoval(a) so svojim zdravím.	0 <input type="checkbox"/>	1 <input type="checkbox"/>	2 <input type="checkbox"/>	3 <input type="checkbox"/>	4 <input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/> R

ĎAKUJEME VÁM, ŽE STE VYPLNILI TENTO DOTAZNÍK

Celkové skóre	<input type="text"/>	<input type="text"/>	<input type="text"/>	<input type="text"/>	→	<input type="text"/>	→	<input type="text"/>
Priemerné skóre	<input type="text"/>	<input type="text"/>	<input type="text"/>	<input type="text"/>		<input type="text"/>		<input type="text"/>
Celkové skóre z každej dimenzie delené počtom položiek prislúchajúcej dimenzie	(W)	(P)	(F)	(R)		Všetky položky		Všetky minus R

CORE-OM

Clinical Outcomes in Routine Evaluation - Outcome Measure

- **Klinické výsledky v rutinnom hodnotení – nástroj merania** (Evans et al., 2000)
- **core** – angl. jadro, kľúčový aspekt
- 34 položiek, združených do 3 základných a jednej prídavnej oblasti:
 - **subjektívny well-being – W – 4 položky**
 - 4. *Bol som so sebou pomerne spokojný.*
 - 17. *Cítil som sa zaplavený svojimi problémami.*
 - **problémy/symptómy – P – 12 položiek**
 - 2. *Cítil som napätie, úzkosť alebo nervozitu.*
 - 23. *Cítil som sa zúfalo alebo beznádejne.*
 - **fungovanie (interpersonálne a sociálne) – F – 12 položiek**
 - 3. *Cítil som, že sa mám v prípade potreby na koho obrátiť.*
 - 21. *Bol som schopný urobiť väčšinu z toho, čo som potreboval.*
 - **rizikové správanie – R – 6 položiek**
 - 9. *Rozmýšľal som o tom, že si ublížim.*
 - 22. *Ohrozoval som alebo zastrašoval iného človeka*
- prvé tri oblasti vychádzajú z empiricky overeného fázového modelu psychoterapie (Howard et al., 1993)

Outcome Questionnaire (OQ™-45.2)

Meno: _____ Identifikačné číslo: _____

Vek: _____ Pohlavie: M Ž Stretnutie: _____ Dátum: _____

Inštrukcia: Vráťte sa späť k poslednému týždňu, vrátane dnešného dňa a pomôžte nám porozumieť, ako ste sa cítili. Pozrite si prečítajte každú položku a označte štvorček v príslušnej kategórii, ktorá najlepšie opisuje vašu súčasnú situáciu. V tomto dotazníku sa pod pojmom "práca" myslí zamestnanie, škola, práca v domácnosti, dobrovoľnícka práca a podobne. Do vytieňovanej plochy prosím nič nevpisujte.

OQ-45

Outcome Questionnaire (Lambert et al., 2004)

	nikdy	zriedka	niekedy	často	takmer vždy	Tu prosím nepíšte		
						SD	IR	SR
1. Dobre vychádzam s druhými.	<input type="checkbox"/> 4	<input type="checkbox"/> 3	<input type="checkbox"/> 2	<input type="checkbox"/> 1	<input type="checkbox"/> 0			
2. Rýchlo sa unavím.	<input type="checkbox"/> 0	<input type="checkbox"/> 1	<input type="checkbox"/> 2	<input type="checkbox"/> 3	<input type="checkbox"/> 4			
3. Nič ma nezaujíma.	<input type="checkbox"/> 0	<input type="checkbox"/> 1	<input type="checkbox"/> 2	<input type="checkbox"/> 3	<input type="checkbox"/> 4			
4. V práci/škole sa cítim vystresovaný(á).	<input type="checkbox"/> 0	<input type="checkbox"/> 1	<input type="checkbox"/> 2	<input type="checkbox"/> 3	<input type="checkbox"/> 4			
5. Obviňujem sa kvôli niektorým veciam.	<input type="checkbox"/> 0	<input type="checkbox"/> 1	<input type="checkbox"/> 2	<input type="checkbox"/> 3	<input type="checkbox"/> 4			
6. Cítim sa podráždený(á).	<input type="checkbox"/> 0	<input type="checkbox"/> 1	<input type="checkbox"/> 2	<input type="checkbox"/> 3	<input type="checkbox"/> 4			
7. Vo svojom manželstve/blízkom vzťahu sa cítim nešťastný(á).	<input type="checkbox"/> 0	<input type="checkbox"/> 1	<input type="checkbox"/> 2	<input type="checkbox"/> 3	<input type="checkbox"/> 4			
8. Napadajú mi myšlienky, že ukončím svoj život.	<input type="checkbox"/> 0	<input type="checkbox"/> 1	<input type="checkbox"/> 2	<input type="checkbox"/> 3	<input type="checkbox"/> 4			
9. Cítim sa slabý(á).	<input type="checkbox"/> 0	<input type="checkbox"/> 1	<input type="checkbox"/> 2	<input type="checkbox"/> 3	<input type="checkbox"/> 4			
10. Som ustráchaný(á).	<input type="checkbox"/> 0	<input type="checkbox"/> 1	<input type="checkbox"/> 2	<input type="checkbox"/> 3	<input type="checkbox"/> 4			
11. Po nadmernom pití potrebujem na druhý deň ráno pohárik, aby som sa postavil(a) na nohy. (Ak nepijete, označte „nikdy“).	<input type="checkbox"/> 0	<input type="checkbox"/> 1	<input type="checkbox"/> 2	<input type="checkbox"/> 3	<input type="checkbox"/> 4			
12. Svoju prácu/školu považujem za uspokojujúcu.	<input type="checkbox"/> 4	<input type="checkbox"/> 3	<input type="checkbox"/> 2	<input type="checkbox"/> 1	<input type="checkbox"/> 0			
13. Som šťastný človek.	<input type="checkbox"/> 4	<input type="checkbox"/> 3	<input type="checkbox"/> 2	<input type="checkbox"/> 1	<input type="checkbox"/> 0			
14. Príliš veľa pracujem/studujem.	<input type="checkbox"/> 0	<input type="checkbox"/> 1	<input type="checkbox"/> 2	<input type="checkbox"/> 3	<input type="checkbox"/> 4			
15. Cítim sa bezcenný(á).	<input type="checkbox"/> 0	<input type="checkbox"/> 1	<input type="checkbox"/> 2	<input type="checkbox"/> 3	<input type="checkbox"/> 4			
16. Znepokojujem sa kvôli problémom v rodine.	<input type="checkbox"/> 0	<input type="checkbox"/> 1	<input type="checkbox"/> 2	<input type="checkbox"/> 3	<input type="checkbox"/> 4			
17. Mój sexuálny život ma neuspokojuje.	<input type="checkbox"/> 0	<input type="checkbox"/> 1	<input type="checkbox"/> 2	<input type="checkbox"/> 3	<input type="checkbox"/> 4			
18. Cítim sa osamelý(á).	<input type="checkbox"/> 0	<input type="checkbox"/> 1	<input type="checkbox"/> 2	<input type="checkbox"/> 3	<input type="checkbox"/> 4			
19. Často sa hádam.	<input type="checkbox"/> 0	<input type="checkbox"/> 1	<input type="checkbox"/> 2	<input type="checkbox"/> 3	<input type="checkbox"/> 4			
20. Cítim sa milovaný(á) a chcený(á).	<input type="checkbox"/> 4	<input type="checkbox"/> 3	<input type="checkbox"/> 2	<input type="checkbox"/> 1	<input type="checkbox"/> 0			
21. Vychutnávam si svoj voľný čas.	<input type="checkbox"/> 4	<input type="checkbox"/> 3	<input type="checkbox"/> 2	<input type="checkbox"/> 1	<input type="checkbox"/> 0			
22. Ťažko sa sústreďím.	<input type="checkbox"/> 0	<input type="checkbox"/> 1	<input type="checkbox"/> 2	<input type="checkbox"/> 3	<input type="checkbox"/> 4			
23. Cítim beznádej pri pomyslení na budúcnosť.	<input type="checkbox"/> 0	<input type="checkbox"/> 1	<input type="checkbox"/> 2	<input type="checkbox"/> 3	<input type="checkbox"/> 4			
24. Mám rád(a) sám(u) seba.	<input type="checkbox"/> 4	<input type="checkbox"/> 3	<input type="checkbox"/> 2	<input type="checkbox"/> 1	<input type="checkbox"/> 0			
25. Napadajú mi znepokojujúce myšlienky, ktorých sa neviem zbaviť.	<input type="checkbox"/> 0	<input type="checkbox"/> 1	<input type="checkbox"/> 2	<input type="checkbox"/> 3	<input type="checkbox"/> 4			
26. Rozčuľujú ma ľudia, ktorí kritizujú moje pitie (alebo užívanie drog). (Ak sa vás to netýka, označte „nikdy“).	<input type="checkbox"/> 0	<input type="checkbox"/> 1	<input type="checkbox"/> 2	<input type="checkbox"/> 3	<input type="checkbox"/> 4			
27. Je mi zle od žalúdka.	<input type="checkbox"/> 0	<input type="checkbox"/> 1	<input type="checkbox"/> 2	<input type="checkbox"/> 3	<input type="checkbox"/> 4			
28. Nepracujem/neštudujem tak dobre, ako som zvykol(a).	<input type="checkbox"/> 0	<input type="checkbox"/> 1	<input type="checkbox"/> 2	<input type="checkbox"/> 3	<input type="checkbox"/> 4			
29. Srdece mi búcha príliš silno.	<input type="checkbox"/> 0	<input type="checkbox"/> 1	<input type="checkbox"/> 2	<input type="checkbox"/> 3	<input type="checkbox"/> 4			
30. Mám problém vychádzať s priateľmi a blízkymi známymi.	<input type="checkbox"/> 0	<input type="checkbox"/> 1	<input type="checkbox"/> 2	<input type="checkbox"/> 3	<input type="checkbox"/> 4			
31. Som spokojný(á) so svojím životom.	<input type="checkbox"/> 4	<input type="checkbox"/> 3	<input type="checkbox"/> 2	<input type="checkbox"/> 1	<input type="checkbox"/> 0			
32. Kvôli svojmu pitiu alebo užívaniu drog mám problémy v škole/práci. (Ak sa vás to netýka, označte „nikdy“).	<input type="checkbox"/> 0	<input type="checkbox"/> 1	<input type="checkbox"/> 2	<input type="checkbox"/> 3	<input type="checkbox"/> 4			
33. Mám pocit, že sa stane niečo zlé.	<input type="checkbox"/> 0	<input type="checkbox"/> 1	<input type="checkbox"/> 2	<input type="checkbox"/> 3	<input type="checkbox"/> 4			
34. Mám bolesti svalov.	<input type="checkbox"/> 0	<input type="checkbox"/> 1	<input type="checkbox"/> 2	<input type="checkbox"/> 3	<input type="checkbox"/> 4			
35. Bojím sa otvorených priestranstiev, šoférovania, cestovania autobusom a podobne.	<input type="checkbox"/> 0	<input type="checkbox"/> 1	<input type="checkbox"/> 2	<input type="checkbox"/> 3	<input type="checkbox"/> 4			
36. Som nervózný(a).	<input type="checkbox"/> 0	<input type="checkbox"/> 1	<input type="checkbox"/> 2	<input type="checkbox"/> 3	<input type="checkbox"/> 4			
37. Moje blízke vzťahy prežívam ako naplnené.	<input type="checkbox"/> 4	<input type="checkbox"/> 3	<input type="checkbox"/> 2	<input type="checkbox"/> 1	<input type="checkbox"/> 0			
38. Mám pocit, že sa mi v práci/škole nedarí.	<input type="checkbox"/> 0	<input type="checkbox"/> 1	<input type="checkbox"/> 2	<input type="checkbox"/> 3	<input type="checkbox"/> 4			
39. V práci/škole mám príliš veľa nezhôd.	<input type="checkbox"/> 0	<input type="checkbox"/> 1	<input type="checkbox"/> 2	<input type="checkbox"/> 3	<input type="checkbox"/> 4			
40. Cítim, že s mojou hlavou (mysľou) nie je nič v poriadku.	<input type="checkbox"/> 0	<input type="checkbox"/> 1	<input type="checkbox"/> 2	<input type="checkbox"/> 3	<input type="checkbox"/> 4			
41. Mám problém so zaspávaním alebo spánkom.	<input type="checkbox"/> 0	<input type="checkbox"/> 1	<input type="checkbox"/> 2	<input type="checkbox"/> 3	<input type="checkbox"/> 4			
42. Cítim sa smutný(á), sklесlý(á).	<input type="checkbox"/> 0	<input type="checkbox"/> 1	<input type="checkbox"/> 2	<input type="checkbox"/> 3	<input type="checkbox"/> 4			
43. Som spokojný(á) so svojimi vzťahmi s druhými.	<input type="checkbox"/> 4	<input type="checkbox"/> 3	<input type="checkbox"/> 2	<input type="checkbox"/> 1	<input type="checkbox"/> 0			
44. V práci/škole som natoľko nahneváný(á), že môžem spraviť niečo, čo by som mohol(a) ľutovať.	<input type="checkbox"/> 0	<input type="checkbox"/> 1	<input type="checkbox"/> 2	<input type="checkbox"/> 3	<input type="checkbox"/> 4			
45. Bolí ma hlava.	<input type="checkbox"/> 0	<input type="checkbox"/> 1	<input type="checkbox"/> 2	<input type="checkbox"/> 3	<input type="checkbox"/> 4			

Tu prosím nepíšte

SD IR SR

Celok = _____

OQ-45

Outcome Questionnaire - 45

- **Dotazník výsledku – 45** (Lambert et al., 2004)
- vychádza z Lambertovej (1983) konceptualizácie aspektov, na ktoré sa má zamerať monitorovanie klientovej zmeny:
 - **symptómový distress – SD – 25 položiek**
 - 6. *Cítim sa podráždený.*
 - 42. *Cítim sa smutný, skleslý.*
 - **interpersonálne vzťahy – IR – 11 položiek**
 - 1. *Dobre vychádzam s druhými.*
 - 16. *Znepokojujem sa kvôli problémom v rodine.*
 - **uskutočňovanie sociálnej roly – SR – 9 položiek**
 - 4. *V práci/škole sa cítim vystresovaný.*
 - 39. *V práci/škole mám príliš veľa nezhôd*
- používaný vo „výskumoch zameraných na pacienta“ (*patient-focused research*)

A) KLIENT / PACIENT

7, Kvalitatívne metódy zisťovania zmien vplyvom terapie

- majú často charakter štruktúrovaného rozhovoru, ich výhodou je, že dokážu detekovať aj negatívne aspekty psychoterapie
- napr. **Client Change Interview (Elliott, 2002)**

8, Dotazníky zisťujúce spokojnosť klientov s terapiou

- napr. *Dotazník spokojnosti klienta (Client Satisfaction Questionnaire – CSQ) – 8 položiek*

B) EXPERT

- škály pre externých posudzovateľov
- napr. **Hamiltonova posudzovacie škála depresie** (Hamilton Rating Scale for Depression – **HRSD**)
- rôzne štruktúrované a semištruktúrované interview
- napr. **Štruktúrované klinické interview** (Structured Clinical Interview for DSM-IV – **SCID**)

C) TERAPEUT

- vždy treba brať do úvahy, že terapeut je zainteresovaný do výsledkov terapie (časté nadhodnotenie výsledku)
- použiť vždy aj iný zdroj
- napr. terapeut ohodnotí klientove problémy zo škály Kľúčové starosti

D) HODNOTENIE SIGNIFIKANTNÝMI DRUHÝMI

- často manželský partner
- špecificky sa táto perspektíva používa pri terapii detí, kde ich stav hodnotia rodičia
- napr. **Zoznam správania dieťaťa** (Child Behavior Checklist (**CBCL**)) má verzie pre rodiča, učiteľa, priame pozorovanie a sebauposúdenie dieťaťom
- Ohio Youth Problems, Functioning, and Satisfaction Scales (**Ohio Scales**)

E) BEHAVIORÁLNE A FYZIOLOGICKÉ NÁSTROJE MERANIA A ĎALŠIE OBJEKTÍVNE DÁTA

- body mass index (BMI), TK, tep, počet panických atakov, počet drinkov za týždeň

Závery pre výskum a prax

Lambert a Hillová (1994) vo svojom prehľade vyvodzujú niektoré závery o používaní nástrojov merania:

- 1, Terapeutom a posudzovateľom (expertom) získané dáta, v ktorých sú posudzovatelia upovedomení o klientovom zaradení do terapie, produkujú väčšie miery efektu ako seba-posudzovacie dáta (klienti), dáta získané od signifikantných iných, dáta z inštitúcií (napr. pracovných, vzdelávacích) a fyziologické dáta.
- 2, Hrubé hodnotenia zmeny (globálna technológia, napr. hodnotenie, či došlo k nejakému zlepšeniu) produkujú väčšie ohodnotenia zmeny ako meranie špecifických dimenzií alebo symptómov.

Závery pre výskum a prax

- 3, Merania zmeny, ktoré sú zamerané na špecifické ciele terapie (napr. aj symptómy) produkujú väčšie miery efektu, ako od terapie vzdialenejšie meranie (napr. bežne používané osobnostné dotazníky).
- 4, Merania životnej prispôsobivosti, ktoré zachytávajú sociálne fungovanie v prirodzenom prostredí vykazujú menšie miery efektu ako analógové a laboratórne založené merania.
- 5, Merania urobené ihneď po terapii ukazujú väčšie miery efektu ako merania zozbierané neskôr (katamnesticke merania).
- 6, Fyziologické merania (napr. tlkot srdca pri úzkost' vyvolávajúcich podnetoch) zvyčajne vykazujú malé miery efektu v porovnaní s iným meraniami, a to aj vtedy, ak sa im v terapii venuje zvýšená pozornosť.

Výskumné plány skúmania efektu psychoterapie I.

Znáhodňované klinické
kontrolované skúšky
(Randomized Controlled Trials - RCT)

Znáhodňované kontrolované klinické skúšky

- **Randomized Controlled (Clinical) Trials – RCT**
- sú to experimentálne výskumné plány (**experiment** – výskumný plán zameraný na *kauzálnu analýzu javov*)
- **Základné charakteristiky RCT:**
 - A, znáhodňovanie*
 - B, kontrola*
- ***cieľom RCT je zmenu závislej premennej (stav klienta) pripísať nezávislej premennej (psychoterapii)***

A) ZNÁHODŇOVANIE

- náhodné priradenie výskumných subjektov do jednotlivých experimentálnych podmienok
- má zabezpečiť, aby prípadné premenné týkajúce sa klientov, ktoré by mohli interferovať s efektívnosťou psychoterapie boli približne rovnocenne rozdelené v porovnávacích skupinách
- cieľom je teda zrovnocnenie pôsobenia interferujúcich ***nežiaducich premenných***

B) EXPERIMENTÁLNA KONTROLA

- je obsiahnutá už v znáhodňovaní
- využitie *kontrolnej skupiny (alebo porovnávacej)*
- nezávislé premenné, ktoré sú kontrolované využitím kontrolnej skupiny:
 - *maturácia* – pacientov stav sa často môže zlepšiť aj spontánne
 - *faktory súvisiace s použitím nástrojov merania* – opakované merania, senzitivizácia nástrojov merania
 - *reaktivita skúmanej osoby* – pacient vie, že je vo výskume, a že sa skúma efekt psychoterapie
 - *vonkajšie udalosti, ktoré prispievajú k zlepšeniu alebo zhoršeniu pacientových problémov* – strata zamestnania, nájdenie zamestnania, vyriešenie nejakého problému v rodine...

B) EXPERIMENTÁLNA KONTROLA

- kontrolná skupina zabezpečuje to, že nežiaduce premenné sú pomerne rovnomerne rozložené aj v experimentálnej aj v kontrolnej skupine, ich vplyv na stav klienta je teda zrovnocenený
- rozdiel medzi experimentálnou a kontrolnou skupinou je potom pripísaný aktívnej zložke (psychoterapii), pôsobiacej na klientov v experimentálnej skupine

NIEKTORÉ DÔLEŽITÉ ASPEKTY RCT

1. Kontrolná skupina
2. Skúmaný výber
3. Nástroje merania
4. Prevedenie psychoterapie

1, KONTROLNÁ SKUPINA

- farmaceutický výskum – liekové placebo
 - dvojité zaslepenie (ani pacient, ani lekár nevie, či príma resp. podáva liek alebo neúčinné placebo)
- psychologické placebo???
 - niečo, čo by sa nedalo odlíšiť od psychoterapie a bolo by to úplne neúčinné
 - čo je v psychoterapii úplne neúčinné?
 - nie je možné dvojité zaslepenie – terapeut vždy vie, že ide o placebo

1, KONTROLNÁ SKUPINA

- iné kontrolné skupiny – *skupina bez liečby, skupina čakajúcich na liečbu*
 - klienti v týchto skupinách môžu využiť inú formu pomoci – alternatívnu liečbu k psychoterapii, svojpomoc
- **etický problém – odopieranie liečby**
- častá kontrolná skupina s podmienkou *liečby „ako zvyčajne“*
- použitie inej formy psychoterapie alebo farmakoterapie – *porovnávacie skupiny*
 - musí sa však jednať o tzv. *bona fide* psychoterapie

2, SKÚMANÝ VÝBER

- charakteristiky výberu sú dôležité z hľadiska:
 - vnútornej validity – rovnocenné zastúpenie premenných intervenujúcich s terapiou – napr. komorbídna diagnóza, demografické ukazovatele...
 - štatistickej validity – dostatočná veľkosť výberu, aby bola dosiahnutá dostatočná štatistická sila – štatistické odhalenie aj malých rozdielov (v každej skupine potrebných minimálne 60 pacientov)
- *homogénne skupiny pacientov* - pacienti vyberaní na základe prísnych kritérií (väčšinou s presne vymedzenou diagnózou, bez komorbidity, s určitou úrovňou psychického narušenia)
 - zníženie externej validity – v praxi vyhľadáva psychoterapiu oveľa heterogénnejšia skupina pacientov

3, NÁSTROJE MERANIA

- pre zvýšenie konštruktivej validity – kombinácia viacerých nástrojov merania – viacero perspektív hodnotenia

4, PREVEDENIE PSYCHOTERAPE

- používanie *terapeutických manuálov* – majú zabezpečiť minimalizáciu variability terapeutických postupov – každý pacient má dostať tú istú terapiu
- nahrávky terapeutických stretnutí hodnotia nezávislí posudzovatelia – nakoľko sa terapeut pridrižiava manuálu (*adherence*), nakoľko je terapeutická práca kvalitná (*kompetence*)

Problémy RCT:

- RCT patria k zlatému štandardu overovania efektu psychoterapie
- umožňujú vyvodzovať záver o špecifickej účinnosti psychoterapie bez pôsobenia iných premenných
- aplikovanie výsledkov RCT do praxe však prináša veľa problémov

Problémy RCT:

1, zlyhanie experimentálnej kontroly

- nie je možné kontrolovať všetky intervenujúce premenné – často až post hoc analýzy odhalia rôzne moderujúce premenné

2, slabá externá validita

- problém pri zovšeobecňovaní výsledkov na reálnu populáciu pacientov a terapeutov
- pacienti do výskumného výberu starostlivo vyberaný – viacnásobná selekcia – celý rad kritérií exklúzie
- terapeuti – v praxi sú flexibilný, terapiu prispôsobujú konkrétnemu pacientovi

3, malá zameranosť na to, ako dochádza k zmene

- nezisťuje sa, ako dochádza k zmene
- v takýchto výskumoch sa často sledujú aj procesové premenné, ktoré je možné neskôr analyzovať

Príklady RCT:

- **Kolaboratívny výskumný program liečby depresie** (TDCRP NIMH; Elkin et al., 1989)
- spolu 250 pacientov bolo náhodne rozdelených do štyroch podmienok, osobitne v troch spolupracujúcich zariadeniach:
 - KBT - Beckova kognitívna psychoterapia
 - IPT – Interpersonálna terapia (Klerman, Weissmanová et al.)
 - IMI+CM – liečba imipramínom + klinické vedenie (*clinical management*)
 - PLA+CM – liekové placebo + klinické vedenie
- 4 hlavné nástroje merania: BDI, HRSD, SCL-90, GAS
- dĺžka liečby – 16 týždňov, do 20 stretnutí
- merania v 4, 8, 12 týždni; 6, 12, 18 mesiacov po liečbe

TDCRP NIMH

- analýzy osobitne pre tri skupiny pacientov
 - všetci, ktorí začali liečbu (*intend to treat*) (n=239)
 - pacienti, ktorí absolvovali aspoň 3,5 týždňa liečby (4 sedenia) (n=204)
 - pacienti, ktorí ukončili celú liečbu (*completers*) (aspoň 12 sedení)(n=155)
- ďalšia analýza pre pacientov s vyššou a nižšou intenzitou symptómov

Výsledky TDCRP NIMH

- celkové výsledky na všetkých štyroch hlavných nástrojoch merania boli vo všetkých štyroch skupinách **vyrovnané**
- tri aktívne liečby (KBT, IPT, IMI-CM) neprinesli medzi sebou štatisticky významné rozdiely
- KBT sa významne nelíšila od PLA-CM na žiadnom nástroji merania pri žiadnej analýze
- IPT a IMI-CM boli v niektorých analýzach účinnejšia ako PLA-CM
- IMI-CM a IPT boli účinnejšie pre pacientov s ťažšou depresiou, v skupine pacientov s ľahšou depresiou boli všetky štyri skupiny (vrátane PLA-CM) vyrovnané

Shefieldská štúdia

(Shapiro, Barkham, Rees et al., 1994)

- príklad výskumného plánu využívajúceho **variácie porovnávaných terapií**
- štyri skupiny
 - kognitívna terapia – 8 stretnutí
 - psychodynamická-interpersonálna terapia – 8 stretnutí
 - kognitívna terapia – 16 stretnutí
 - psychodynamická-interpersonálna terapia – 16 stretnutí
- medzi KT a IP boli rozdiely iba na niektorých nástrojoch merania
- nebol výrazný rozdiel ani medzi 8 a 16 trvajúcej terapii
- 16 stretnutí bolo efektívnejších pre pacientov s ťažšou depresiou

Znáhodňovaná kontrolovaná skúška v podmienkach primárnej starostlivosti (King, Sibbald, Ward et al., 2000)

- pragmatická kontrolovaná klinická skúška – prebiehala v podmienkach reálnej praxe
 - *nedirektívne poradenstvo*
 - *KBT*
 - *liečba obvodných lekárov – poskytovali liečbu ako zvyčajne – rozhovor o pacientových problémoch a predpísanie psychofarmák*
- *depresívni a depresívne-úzkostní pacienti*
- *pacienti rozdelení do troch skúšok:*
 - 1, pacienti náhodne rozdelení do všetkých troch typov liečby – poradenstvo, KBT a lekári*
 - 2, pacient náhodne rozdelení do dvoch psychoterapií (poradenstvo a KBT)*
 - 3, v tretej skupine si pacienti sami mohli vybrať typ liečby – podľa krátkeho popisu*

Znáhodňovaná kontrolovaná skúška v podmienkach primárnej starostlivosti

(King, Sibbald, Ward et al., 2000)

- základné nástroje merania – BDI, BSI (Brief symptom inventory), SAS (Social adjustment scale) a EuroQOL
- terapia musela skončiť do 12 stretnutia, s priemerom 6 stretnutí
- merania – pred začiatkom terapie, po 4 mesiaci, po 12 mesiacoch
- medzi KBT a poradenstvom nebol žiaden rozdiel v žiadnych skúškach
- po 4 mesiacoch boli KBT a poradenstvo lepšie ako lekári na nástroji BDI, po 12 mesiacoch tento náskok zmizol
- autori hodnotili aj spokojnosť s terapiou – v skúške založenej na preferencii pacientov boli s terapiou spokojnejší pacienti v nedirektívnom poradenstve
- analýza nákladov na tri druhy liečby – priame aj nepriame náklady boli vo všetkých typoch liečby ekvivalentné

Úloha...

- Manualizované KBT prístupy pre jednotlivé psychické ťažkosti (napr. depresia, OCD, panická porucha, GAD, PTSD atď.) obsahujú celý rad metód pôsobiacich na jednotlivé komponenty prežívania a správania (myšlienky, emócie, fyziologické prejavy, pozorovateľné správanie).
- Sú skutočne všetky tieto terapeutické metódy nevyhnutné?
- Ktoré z týchto metód sú naozaj účinné?

- ***Zostavte výskumný plán, ktorým by ste mohli zodpovedať na otázku, ktoré z jednotlivých metód KBT terapie sú účinnými prvkami poskytovanej psychoterapie a ktoré naopak k výsledku neprispievajú vôbec.***

KOMPONENTOVÉ ŠTÚDIE

- **sú to variácie vo výskumných plánoch RCT, kde sa sleduje špecifická účinnosť jednotlivých kombinovaný techník alebo metód** (zisťuje sa optimálna forma zložiek terapeutického postupu – nie len skúmanie efektu, ale aj skúmanie jednotlivých zložiek)
- **dismantled design** – sleduje sa efekt pri pridaní jednotlivých metód, techník
- **additive design** – sleduje sa efekt pridania jednotlivých metód, techník

Výskumné plány skúmania efektu psychoterapie II.

Alternatívy k RCT

Alternatívy k RCT:

1. prípadové štúdie
 - a) experimentálne
 - b) kvantitatívne deskriptívne
 - c) intenzívne
2. skúšky založené na preferencii pacientov
3. naturalistické štúdie
4. štúdie zisťujúce spokojnosť pacientov/klientov so psychoterapiou
5. kvalitatívne skúmanie efektu psychoterapie

1a: Prípadové štúdie - experimentálne

- zamerané na zachytenie kauzálneho vplyvu terapie
- majú dlhú tradíciu najmä v behaviorálnej terapii
- použitie hlavne pri vývoji nového terapeutického postupu, alebo aplikovanie známeho terapeutického postupu pri problémoch, pre ktorých sa ešte nepoužíval

Odporúčania pre prípadové experimentálne výskumné plány (Kazdin, 1994):

- 1. hodnotenie pacienta po istú dobu pred experimentálnym zásahom** – aby sa zachytila stabilita problémov
- 2. kontinuálne hodnotenie pacientovho stavu** – podrobné systematické hodnotenie stavu pacienta v priebehu experimentálneho zásahu
- 3. hodnotenie stability efektu** – sledovanie udržania zmien aj po experimentálnom zásahu

Výskumné dizajny pri experimentálnych prípadových štúdiách:

- najtypickejší **ABAB** dizajn

A – pôsobenie experimentálnej podmienky

B – nepôsobenie exper. podmienky

O- meranie

X- experimentálny zásah – liečba

O O O O O O O X O X O X O O O O O O O O O X O X O X O O O O O O O O O

O O O O O O O X O X O X O O O O O O O O O X O X O X O O O O O O O O O

A

B

A

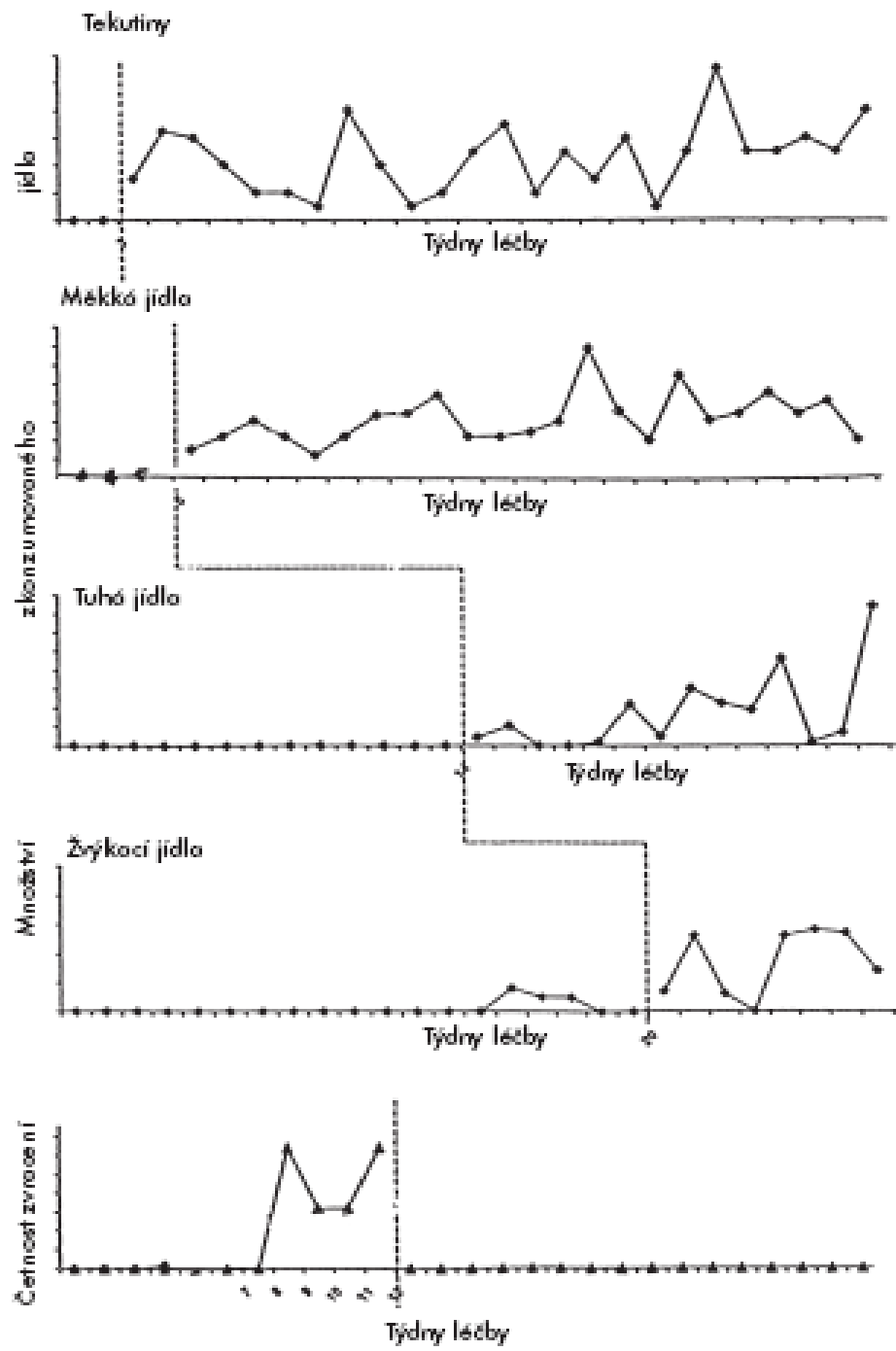
B

Multiple-baseline dizajn

- *plán s viacerými základnými stavmi; plán s viacnásobným začiatkom*
 - realizuje sa buď:
 - a) sledovaním viacerých pacientov,
 - b) sledovaním viacerých problémov u jedného pacienta,
 - c) alebo sa sleduje jeden problém u jedného pacienta, ale v rozličných podmienkach
1. pacient - O O O O O **X O X O X** O O O O O O O O O O O O O O O O
2. pacient - O O O O O O O O O O O O O O **X O X O X** O O O O O O O O
- u 1. pacienta začneme s terapiou, ak u neho nastane zlepšenie, začneme s terapiou u 2. pacienta, stále však sledujeme stav oboch pacientov

Príklad:

- Nock (2002)– prípadová štúdia typu multiple-baseline – efektívnosť behaviorálnej liečby fóbie z jedla u štvorročného chlapca
- typ multiple-baseline – jeden jednotliviec, u neho viacero problémov, na ktoré sa zameriava liečba postupne
- cieľové jedlá boli rozložené do 4 skupín (tekutiny, mäkké jedlá, tvrdé jedlá, žuvacia potrava)
- intervencia sa postupne zameriavala na prijímanie jednej skupiny jedla:
 - 3 týždeň – tekutiny
 - 5 týždeň – mäkká strava,
 - 14 týždeň – tvrdá strava,
 - 20 týždeň – žuvacie jedlá



1b: Prípadové štúdie

- kvantitatívne deskriptívne

- líšia sa od experimentálnych tým, že sledujú priebeh terapie zväčša v prirodzených podmienkach a neobsahujú prílišnú variáciu v terapeutickom pôsobení

1c: Prípadové štúdie - intenzívne

- zavedenie prvkov kvalitatívneho skúmania, skúmanie je doplnené o klientov osobný pohľad na psychoterapiu – aké mal problémy, čo pred, počas a po liečbe robil pre zlepšenie svojich problémov
- použitie hĺbkového semi-štruktúrovaného interview, ktoré prináša bohatšie dáta o prínose psychoterapie v klientovom živote
- *R. Elliott (2002) **hermeneutický výskumný plán účinnosti jednotlivého prípadu** (hermeneutic single-case efficacy design)*

- zhodnotenie účinnosti efektívnosti konkrétneho skúmaného prípadu, aj zdokumentovanie ***kauzálnych vzťahov*** prebiehajúceho procesu a výsledku terapie – priama a nepriama evidencia toho, že neexistuje iné zmysluplné vysvetlenie klientovej zmeny ako psychoterapia
- pre zovšeobecniteľnosť využitie princípu tzv. ***precedensov*** – preukázaná evidencia efektu psychoterapie u jednotlivého prípadu by sa mala zamerať na definovanie podmienok, kedy by aj každý podobný prípad mohol byť považovaný za úspešný

2: Skúšky založené na preferencii pacientov

- tieto štúdie sú bližšie terapeutickému praxi – každý pacient robí viac alebo menej informovaný výber terapeuta
- z takýchto skúšok však nemôžeme usudzovať na *kauzalitu* – neprebíha *znáhodňovanie* – jednotlivé skupiny pacientov nie sú zrovnocenené (skupiny pacientov, ktoré si vybrali rôzne liečby sa môžu líšiť už pred začiatkom terapie)

Príklad:

- King, Sibbald, Ward et al. (2000) – pragmatická RCT štúdia v podmienkach bežnej praxe - v jednej skúške si pacienti mohli na základe stručného predstavenie samostatne vybrať typ liečby (zo 137 pacientov si 2 vybrali obvodného lekára, 81 pacientov KBT a 54 pacientov nedirektívne poradenstvo)

3: Naturalistické štúdie

- prirodzené výskumy, ktoré zisťujú efekt konkrétnej terapie v bežnej praxi
- terapia sa sleduje tak, ako je bežne poskytovaná v praxi
- chýba znáhodňovanie a experimentálna kontrola
- podľa Howard et al. (1996) - ide o výskumy typu **effectiveness**, na rozdiel od výskumu typu **efficacy** (kde patria RCT výskumy)

Barkham a Mellor-Clark (2003):

- rozlišujú vo výskume psychoterapie dve paradigmy:

1) *evidence-based practice*

– **prax založená na dôkazoch**

– tu zaraďujú výskum účinnosti (efficacy) – RCT

2) *practice-based evidence*

– **dôkazy založené na praxi**

– patrí tú výskum efektivity (effectiveness) a tzv. *practice research* – sleduje sa efektívnosť jednotlivých psychoterapeutických zariadení

- autori zdôrazňujú potrebu obidvoch paradigiem, ktoré vedú k vývoju poznatkov o psychoterapii

Príklad:

- Kächele, Kordy et al. (2001) – sledovanie efektivity psychodynamickej liečby mentálnej anorexie a mentálnej bulímie v 43 špecializovaných nemocniciach a oddeleniach v Nemecku
- 1171 pacientov (97% ženy)
- efektívnosť:
 - anorexia - po liečbe 11%, v katamnéze 33%
 - bulímia – po liečbe 31%, v katamnéze 22%

- Stiles, Barkham et al. (2006) efektivita KBT, psychodynamickej terapie a na človeka zameraného prístupu v podmienkach bežnej praxe v zariadeniach systému národného zdravia (*NHS Trust*) v UK
- všetky prístupy boli vysoko účinné (ES = 1,36); vzájomne sa od seba významne nelíšili

4: Spokojnosť zisťujúce výskumné štúdie

- ide o výskumy, ktoré spätne hodnotia u pacientov/klientov využívajúcich psychoterapeutické služby spokojnosť s týmito službami
- zisťuje sa, ako pacient/klient hodnotí efekt liečby, ale aj dostupnosť, spokojnosť s jednotlivými aspektmi liečby, finančnú náročnosť a pod.
- často je to využívané manažmentom psychoterapeutických zariadení ako spätná väzba, ktorú môžu využiť pri zlepšovaní chodu svojho zariadenia

Príklad:

- Seligman (1995) – uviedol výsledky výskumu časopisu *Consumer Reports*, ktorý sa zameriava na sledovanie spokojnosti spotrebiteľov s rôznymi službami
- časopis má 180 000 čitateľov, ktorý hodnotia rôzne služby, 7 000 respondentov reagovalo na otázky týkajúce sa psychologických/psychiatrických problémov, z nich 2900 (t.j. 41%) navštívilo odborníka v oblasti duševného zdravia

- 87% klientov, ktorí sa pred vyhľadáním pomoci cítili veľmi zle, uviedli významné zlepšenie
- dlhodobá terapia bola efektívnejšia ako krátkodobá
- nebol rozdiel v efektivite samostatnej psychoterapie a psychoterapie kombinovanej s farmakoterapiou
- psychológovia, psychiatri a sociálni pracovníci boli rovnako efektívni a efektívnejší ako manželskí poradcovia
- rodinní lekári boli z krátkodobého hľadiska rovnako efektívni ako odborníci na duševné zdravie, z dlhodobého hľadiska boli efektívnejší odborníci na duševné zdravie
- klienti, ktorí si sami aktívne vybrali terapeuta boli úspešnejší, než pasívni prijímatelia psychoterapie
- jednotlivé modality terapie boli rovnako efektívne

5: Kvalitatívne skúmanie efektu psychoterapie

- kvalitatívny výskum nie je typický pre skúmanie efektu psychoterapie
- kvalitatívny výskum skúmania efektu psychoterapie ovplyvnila najmä empirická fenomenológia a biografické skúmanie
- využíva sa prevažne hĺbkové interview – umožní sa klientovi, aby voľne rozprával o všetkých oblastiach, ktoré vníma ako relevantné z hľadiska jeho zážitku v psychoterapii

Príklad:

- Kühnleinová (1999) - interview so 49 neurotickými pacientmi, ktorí boli hospitalizovaní a absolvovali KBT terapiu
- autorka identifikovala 4 typy pacientov, čo do ich chápania problémov, terapie a jej efektu
 - a) *preťažený typ*
 - b) *deviačný typ*
 - c) *deficitný typ*
 - d) *typ vývinového narušenia*

Záver:

- účinnosť psychoterapie môže byť skúmaná v experimentálnych podmienkach, prostredníctvom RCT alebo jej experimentálnych alternatív
- účinnosť psychoterapie môže byť rovnako skúmaná aj v praxi
- tieto prístupy sa vzájomne dopĺňajú a spoločne ponúkajú komplexný pohľad na výsledky psychoterapie
- ďalší pohľad na účinnosť psychoterapie ponúkajú metaanalýzy