

TjašaKOS

**Poročilo iz 39. kongresa Evropske zveze
za kognitivno vedenjsko terapijo****Nove perspektive****39th Annual EACBT Congress in Dubrovnik****New Perspectives**

Nobenega dvoma ni, da psihoterapija postaja v našem prostoru vse bolj prisotna. Po eni strani kaže na to naraščajoče število prispevkov v laični javnosti, po drugi strani pa smo priča živahni dejavnosti na strokovnem področju. Tako se je letos v našem prostoru zgodilo več dogodkov svetovnega formata, kot je bila spomladi na Bledu Mednarodna konferenca integrativne psihoterapije in Svetovni kongres družinske terapije poleti v Portorožu.

Jeseni pa je Dubrovnik, ta jadranski biser, gostil svetovno elito na področju vedenjsko kognitivne terapije. Hrvaško društvo za vedenjsko in kognitivno terapijo je namreč letos organiziralo 39. evropski kongres vedenjsko kognitivne terapije (EABCT Annual Congress) z naslovom Nove perspektive (New Perspectives). Slovenski in hrvaški psihoterapevtski prostor se na področju psihoterapije močno prepletata in vzajemno oplajata, še posebno na področju vedenjsko kognitivne terapije (v nadaljevanju VKT), saj prof. Nada Anič in prof. Ivanka Živčić-Bećirević v okviru Slovenskega društva za vedenjsko kognitivno terapijo uspešno izobražujeta že 13. generacijo VKT terapevtov. Tako smo imeli nekako občutek, da se ta elitni znanstveni dogodek dogaja tako rekoč pri nas doma.

Letošnji Evropski kongres vedenjsko kognitivne terapije je v srednjeveški Dubrovnik privabil preko 800 udeležencev iz vsega sveta. Sodelovalo je 50 držav, najštevilčnejši so bili seveda Evropejci, pritegnil pa je tudi VKT strokovnjake iz Amerike, Avstralije, Japonske, Južnoafriške republike in drugih neevropskih držav, ki so dali dogodku pečat svetovnega formata. Ob izvrstnem strokovnem programu pa so organizatorji poskrbeli za popestritev z bogatim družabnim programom, ki se je ves čas nevsiljivo prepletal z očarljivim pridihom dalmatinske tradicije in gostoljubnosti.

V okviru znanstvenega programa so organizatorji povabili 16 svetovno znanih strokovnjakov, ki so v enournih predavanjih predstavili svoje področje – naj med njimi izpostavim le imena, kot so David M. Clark, Paul Salkovskis, Philip Kendall in Arthur Freeman. Strokovni program je vključeval še 38 tematskih simpozijev, 24 predstavitev individualnih del s 113 individualnimi prispevki in 170 predstavitev plakatov, kjer so svoje delo in trenutno stanje VKT znanosti predstavljali VKT strokovnjaki iz vsega sveta. Nekoliko bolj aplikativno usmerjene so bile delavnice, kjer so strokovnjaki poleg teoretične predstavitve posameznih tem vključili tudi predstavitev konkretnih aplikativnih pristopov in tehnik. Takšnim delavnicam je bil posvečen en cel dan – na dan pred kongresom jih je bilo udeležencem kongresa na razpolago 15, med samim kongresom pa se jih je odvilo še 24. Vsi dogodki – tako predavanja, kot predstavitve prispevkov in delavnice so bili zasnovani interaktivno – vključevali so čas, namenjen vprašanjem, komentarjem in izmenjavi mnenj. K širjenju strokovnih obzorij udeležencev pa je doprinesel tudi bogat nabor izbrane

strokovne literature iz področja VKT, ki so jo razstavljali založniki.

Vsebinsko je kongres skušal pokriti čim večji del razvejanega področja VKT. Teme pa so se osredotočale na najnovejše konceptualizacije psihopatologije v odraslosti, mladostništvu in otroštvu, na razne perspektivne tehnike obravnave in na evalvacijo le teh, pa tudi na področja izven psihopatologije, v prvi vrsti na behavioralno medicino (v povezavi s fizičnimi zdravstvenimi problemi), pa tudi na edukacijo in starševstvo.

Znanstvenemu programu je v svojem strokovnem in rutiniranem otvoritvenem govoru dal elan David M. Clark. V njem je označil trenutni položaj in perspektivo VKT v Angliji, pa tudi širše v Evropskem in globalnem prostoru. Predstavitve so vključevale raziskovalno (pretežno kvantitativno) preverjanje številnih uveljavljenih teoretičnih konceptov in njihovih praktičnih terapevtskih implikacij, pa tudi aplikacijo in oblikovanje VKT programov za razne specifične ciljne skupine (npr. za otroke z motnjo pozornosti in koncentracije ter hiperaktivnostjo, bolnice z rakom dojke, svojce bolnikov z obsesivno kompulzivno motnjo - če jih omenim le nekaj). Veliko prispevkov je poročalo tudi o aplikaciji specifičnih tehnik pri specifični simptomatiki – npr. raznih oblikah imaginacije pri obravnavanju posttravmatske stresne motnje ali čuječnosti pri obravnavi in prevenciji depresije. Kljub temu, da je bil poudarek na klinično relevantni simptomatiki, predvsem na obravnavanju depresije, anksioznih motenj, obsesivno kompulzivnih motenj in posttravmatskih stresnih motenj, pa so se mnogi prispevki navezovali tudi na neklinične aplikacije. Nova znanstvena dognanja so postavila izziv marsikateri ustaljeni konceptiji - Freeman je v svojem izredno dobro obiskanem predavanju npr. postavil pod vprašaj smotrnost nediagnosticiranja osebnostnih motenj pri otrocih in mladostnikih, kot to priporočajo sodobni psihodiagnostični sistemi; v okviru simpozija o uporabi VKT pri starostnikih je več raziskovalcev s predstavitvami svojega dela pokazalo, da je tudi pri s starostjo povezanih težavah, celo pri demenci, možno in smiselno delovati z VKT pristopom, kar sicer običajno velja za zelo vprašljivo. To sta zgoj dve izmed številnih novih vidikov in izzivov odpirajočih spoznanj. Poleg aplikacije in eksploracije ortodoksnih VKT principov in tehnik v različnih kontekstih pa je bilo marsikje opaziti tudi poizkuse integracije uspešnih tehnik in principov iz drugih paradigem in modalitet v VKT paradigmo – npr. sistemske, na klienta usmerjene in celo Imago terapije. Premik k tretji generaciji VKT modelov pa je bil zlasti opazen v veliki prisotnosti prispevkov, ki so se osredotočali na aplikacijo principov čuječnosti.

Seveda je tako bogat program nemogoče objektivno povzeti – zato tukaj samo nekaj nanizanih utrinkov, če pa se ob tem komu vzbudijo skomine, je več o samem programu mogoče prebrati na www.eabct2009.org.

Bližina Hrvaške, prepletenost slovenskega in hrvaškega psihoterapevtskega prostora – verjetno pa tudi magični Dubrovnik – vse to je doprineslo k temu, da smo se Slovenci v velikem številu udeležili tega prvorazrednega strokovnega dogodka. Tako so mnogi naši strokovnjaki vodili simpozije. Špela Hvalec in Rok Podkrajšek sta v okviru simpozija o anksioznosti predstavila svoj program za skupinsko terapijo pri anksioznih motnjah. Slovenske dosežke na področju VKT pa smo predstavili tudi z več plakati in sicer so svoje delo strokovni javnosti pokazali Peter Janušević, Barbara Starovasnik in Dragica Resman v sodelovanju z Chrisom Evansom, Maja Smrdu in Blaž Koritnik, pa še Simona Primožič in Urša Čizman. Vsi omenjeni prispevki so se navezovali na klinične kontekste, v katerih je VKT pri nas najbolj prisotna.

Razgibano strokovno dogajanje je dopolnjeval skrbno pripravljen družabni program, s katerim so organizatorji uspeli inicirati mnoga nova znanstva in vzbuditi izmenjavo idej v bolj neformalnem kontekstu. Razkošni ambient hotelskega kompleksa Babin Kuk je za to ponujal številne

priložnosti. Že prigrizek ob otvoritvi v blagem mediteranskem ozračju na prostrani terasi je v soju bakel in ob nevsiljivih zvenih dalmatinske klape odtajal začetno zadržanost in vnesel v ozračje pridih dalmatinske odprtosti in živosti. Brez dvoma je k temu pripomogla tudi izvrstna kulinarika, s katero so nas gostitelji razvajali vse dni kongresa. Prav poseben družabni dogodek je bilo vselej lahko kosilo. Zbiranje dekorativno aranžirane hrane je kar vabilo k interakciji in vzpostavljanju stikov, majhne stoječe mizice pa so omogočale intimnost, prostor za diskusijo, izmenjavo vtisov in poglobljanje novih znanstev. Tudi čarobni Dubrovnik s svojo slikovito okolico je pripomogel k temu, da so mnogi udeleženci strokovna znanstva nadgradili in poglobili še s skupnimi potepanji in raziskovanji lokalnih znamenitosti. Romantična vožnja z ladjico na gala večerjo v bližnji zaliv je bila prav posebno doživetje in ideje, vzbujene z morjem novih strokovnih vtisov, okusno hrano in izvrstnim vinom bodo gotovo še dolgo tlele in podžigale nove projekte in strokovno kreativnost udeležencev.

Tako smo polni vtisov in prenovljenih moči po prisrčni zaključni slovesnosti, ki so jo s svojim prikupnim tradicionalnim dalmatinskim plesom ljubko zaključili lokalni otroci, še kar posedali na mehko oblazinjenih udobnih sedežih na prostrani hotelski terasi. Zdelo se je, da nam je vsem kar nekako žal, da so ti polni in plodni dnevi tako hitro minili in da se je potrebno posloviti – od starih in novih znancev in od gostoljubnega Dubrovnika. Vsekakor pa smo s sabo odnesli polno naročje duhovne hrane, kup idej in vzpodbud za nadaljnji profesionalni razvoj in za razvoj VKT v našem prostoru. Ob otvoritvenem govoru je prof. Živčić-Bećirević duhovito povezala VKT paradigmo v nagovoru, ko je rekla, da si organizatorji želijo, da bi bil ta kongres za udeležence kognitivno atraktiven, emocionalno interaktiven in vedenjsko aktivirajoč. Ob koncu lahko rečem, da jim je to v celoti uspelo. In res je – pred organizatorji konference, ki bo naslednje leto v Milanu, stoji težka naloga – saj bo tak dogodek superlativov, kot je bila letošnja EABCT konferenca v Dubrovniku le težko doseči.
