

УДК 616.89–085:615.851(002.6)

7-ой МЕЖДУНАРОДНЫЙ КОНГРЕСС КОГНИТИВНОЙ ТЕРАПИИ

Я. А. Кочетков

ФГУ «Московский НИИ психиатрии» Минздравсоцразвития России

2–5 июня в Стамбуле проходил 7-ой Международный конгресс когнитивной психотерапии. Данное событие собрало более 1 000 участников из 52 стран мира. Россия была представлена двумя делегатами.

Первый день конгресса, 2 июня, состоял из обучающих семинаров и тренингов, которые проводились ведущими специалистами в различных направлениях современной когнитивно-поведенческой психотерапии.

В частности однодневный семинар P.Salkovskis (Великобритания) был посвящен лечению обсессивно-компульсивного расстройства, его современной когнитивной концепции, особенностям взаимодействия с пациентами и специфическим когнитивным и поведенческим техникам.

3 июня конгресс открылся лекцией председателя M.Sungur (Турция) об общих чертах когнитивной терапии и суфизма. В этот день ключевыми лекциями были лекции J.Kabat-Zinn (США) и J.Beck (США).

J.Kabat-Zinn, основатель направления психотерапии, сфокусированной на осознанности (mindfulness-therapy), в своей лекции остановился на значении повышения осознанности в различных видах психотерапии и общей медицины, об истории возникновения понятия осознанность из медитативных практик.

J.Beck, один из ведущих специалистов и дочь основателя когнитивной терапии А.Века, прочитала лекцию об особенностях когнитивной терапии при лечении личностных расстройств. Особый акцент в данном подходе делается на понимании и исправлении убеждений пациента, проявляющихся во взаимодействии с терапевтом.

A.Wells (Великобритания) сделал обзор нового направления КБТ – метакогнитивной терапии. Данный вид терапии делает акцент на исправлении метакогниций – мыслительных операций, оценивающих мышление (например «Если у меня есть такие мысли, наверное, я ненормальный») у пациентов с депрессивными и тревожными расстройствами

4 июня конгресс открывался несколькими ключевыми выступлениями, одним из которых была лекция D.Turkington (Великобритания) о применении когнитивно-поведенческой (КБТ) терапии при шизофрении. Профессор D.Turkington привел данные исследований, показывающих, что применение когнитивной терапии улучшает качество ремиссии и способствует редукции психотической симптоматики. Особой темой КБТ у пациентов с шизофренией

является усиление комплаенса с психиатром, проводящим медикаментозное лечение.

В ходе нескольких семинаров в течение конгресса профессор D.Turkington, S.Tai (Великобритания) и другие специалисты рассматривали конкретные техники работы с психотической симптоматикой.

В этот же день профессор A.Arntz (Нидерланды) прочитал лекцию о терапии, сфокусированной на схемах (Schema-therapy), направлении когнитивной терапии, показавшем высокую эффективность в случае расстройств личности. Этот вид терапии подчеркивает важность изменения так называемых глубинных схем – групп убеждений, сформировавшихся у пациентов с расстройствами личности в результате средовых воздействий. Кроме того, в этот день проходили семинары по применению когнитивной терапии при расстройствах пищевого поведения, при лечении ожирения, а также ипохондрических расстройств.

В последний день конгресса одним из ключевых выступлений стала лекция R.Leahy (США) о применении понятия «эмоциональные схемы» в современной когнитивной терапии. В последовавшей за лекцией презентации клинического случая профессор R.Leahy на примере видео-интервью с пациентом продемонстрировал особенности своего подхода. Основной фокус работы в этом подходе направлен на понимание убеждений относительно собственных эмоций и способов их выражения.

Одним из самых ярких событий конгресса стала лекция T.Borkovec (США) «Убеждения, свободная воля и Я». Профессор T.Borkovec, ведущий специалист в когнитивной терапии генерализованного тревожного расстройства, в своей лекции сделал акцент на стратегии уменьшения значимости собственного Я для снижения тревожности.

Круглый стол «Когнитивная терапия 21-го века» был посвящён путям развития когнитивной терапии. В частности, рассматривались варианты когнитивной терапии, использующие современные технологии, например, психотерапия с использованием Интернета. Также было уделено внимание интеграции когнитивной терапии с другими моделями, например, теорией привязанности.

В целом конгресс прошёл на высоком уровне и был насыщен как лекционным, так и обучающим материалом. Следующий, 8-ой международный конгресс когнитивной терапии состоится в Гонконге, 24–27 июня 2014 года (<http://www.iccp2014.com>).

Кочетков Яков Анатольевич – старший научный сотрудник ФГУ «Московский НИИ психиатрии» Минздравсоцразвития России; e-mail: kochet77@gmail.com