

Praktikum 2- radionica 2

GRUPA D

# Procjena u KBTu

Beck, J.S. (2021). Cognitive Behavior Therapy: Basics and Beyond. The Guilford Press. (Poglavlje 5)

Sara Antonini, mag.psych., mag.soc., mag.educ.soc.

12.mj 2023.,  
Zagreb

učinkovita KBT procjena



točna formulacija i konceptualizacija klijenta



planiranje tretmana







Procjena nije rezervirana samo za prvu seansu, nego kontinuirano nastavljamo procjenu kako bi

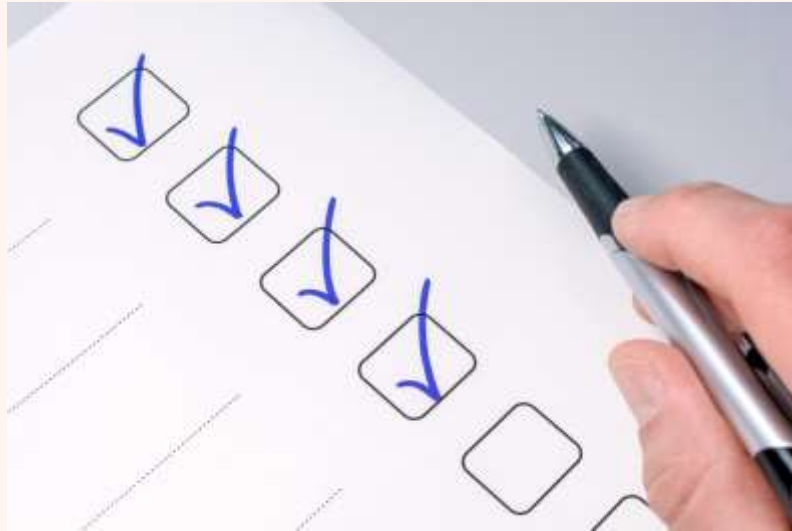
- nadopunili našu konceptualizaciju,
- prilagodili tretman i
- osigurali da klijent napreduje

## POGREŠNA DIJAGNOZA

- kada dobijemo nepotpune informacije
- kada nam klijenti namjerno prešućuju informacije (npr. klijenti s problemima ovisnosti ili s egosintonim poremećajima prehrane)
- ili kada pogrešno pripišemo određene simptome (npr. socijalnu izolaciju pripišemo depresiji, a radi se o ili je prisutna i socijalna fobija)



## ZADACI PROCJENE



- prikupiti informacije kako bismo mogli postaviti dijagnozu, napraviti konceptualizaciju i plan terapije
- odrediti da li smo odgovarajući terapeut s obzirom na potrebe klijenta u vidu tretmana, dužine trajanja i slično
- utvrditi da li su potrebne dodatne metode u smislu lijekova i slično
- započeti terapijski odnos s klijentom i članovima obitelji (ako je potrebno)
- educirati klijenta o KBT-u
- napraviti plan samostalnog rada (DZ)





Prije procjene dobro je klijenta pitati da nam pošalje sve nalaze koje ima od ranije te da popuni upitnike i prijavni obrazac.

Također, dobro je da prije susreta s nama odrade liječnici pregled i potrebne pretrage. Na primjer hipotireoza se može zamijeniti sa depresijom itd.



Pomaže nam i ako nekoga povede na prvi susret kako bi dobili više informacija o klijentu i kako bi ta osoba naučila biti podrška klijentu



# Struktura susreta procjene



- pozdravljate se s klijentom
- odlučujete s klijentom da li pratnja treba biti prisutna na susretu
- određujete dnevni red te očekivanja od susreta
- provodite KBT intervju
- postavljate općenite ciljeve
- povežite svoju privremenu dijagnozu i općeniti plan liječenja te educirajte klijenta o KBT-u
- zajedno napravite plan samostalnog rada
- postavite očekivanja od psihoterapije
- sažmite susret i zatražite povratnu informaciju od klijenta

Na ovom prvom susretu ili na prvoj terapijskoj seansi dajte klijentu informirani pristanak u kojem navodite rizike i dobrobiti liječenja, granice povjerljivosti i tajnosti i privatnosti razgovora i vaših zapisa

- Početak susreta




- prije ulaska klijenta pregledati dokumentaciju i popunjene upitnike
- kasnije se s klijentom dogovorite na kojem dijelu želi da bude osoba koja je s njim u pratnji



## 2. Provođenje procjene

Provesti BKT intervju

Morate znati o mnogim aspektima  
klijentove sadašnjosti i prošlosti  
i potrebno je procijeniti u kojoj mjeri je  
klijent suicidalan ili sklon ubiti nekog  
drugog



### BIHEVIORALNO-KOGNITIVNI INTERVJU

u svrhu prikupljanja podataka o problemu  
STUPNJEVI

1. KRATAK OPIS PROBLEMA
2. RAZVOJ PROBLEMA
  - a) precipitanti
  - b) vremenski tijek
  - c) predisponirajući faktori
3. SAŽIMANJE
4. DETALJAN OPIS PROBLEM PONAŠANJA
  - ponašajni
  - kognitivni
  - afektivni
  - fiziološki

Što?  
Kada?  
Gdje?  
Koliko često?  
S kim?  
Koliko uznemiruje?
5. KONTEKST I MODULIRAJUĆE VARIJABLE
  - situacione
  - ponašajne
  - kognitivne
  - afektivne
  - interpersonalne
  - fiziološke
6. PODRŽAVAJUĆE OKOLNOSTI
  - situacione
  - ponašajne
  - kognitivne
  - afektivne
  - interpersonalne
  - fiziološke
7. IZBJEGAVANJA
8. SUOČAVANJA
9. PSIHIJATRIJSKA I MEDICINSKA DOKUMENTACIJA
10. RANIJI TRETMANI
11. VJEROVANJA, MISLI I PRETPOSTAVKE O PROBLEMU
12. RASPOLOŽENJA
13. PSIHOSOCIJALNE SITUACIJE
  - obitelj
  - seksualne relacije
  - stanovanje
  - zaposlenje
  - socijalna i financijska situacija
  - socijalne relacije
  - hobiji
  - interesi
  - sposobnosti i prednosti klijenta

## 2. Provođenje procjene

- **Potruga za dodatnim informacijama**

Pred kraj procjene, korisno je klijentima postaviti dva pitanja: "Postoji li još nešto što je važno da znam?" i „Ima li nešto što mi oklijevate reći? Ne morate mi reći što je to. Samo želim znati ima li još toga za reći, možda u budućnosti.”

### 3. Dijagnostički dojam, postavljanje ciljeva i opći plan liječenja

- Dijagnostički dojam

Kada niste sigurni u dijagnozu/e klijenata, objasnite da će vam trebati vremena da pregledate svoje bilješke, njihove odgovore u upitnicima i prethodne nalaze.



- Postavljanje ciljeva i plan tretmana



Postavljanje ciljeva često potiče nadu kao i opisivanje plana liječenja koji ima smisla za klijente.

## 4. Plan samostalnog rada (za tjedan između seansi)



Stvaranje jednostavnog plana samostanog rada s klijentima tijekom evaluacije navikava ih na ideju da je za njih važno nastaviti s radom tijekom tjedna.

Primjer:

Stavite ovaj plan plan samostalnog rada pokraj aparata za kavu i čitajte ga svako jutro i ponovno kasnije tijekom dana.

Napomene o terapiji:

- Kad se počnem osjećati depresivnije, podsjetite se da plan terapije ima smisla.. Uz pomoć terapeuta, svaki tjedan ću raditi prema ciljevima, korak po korak. Naučit ću kako procijeniti svoje mišljenje. Način na koji ću postati bolji je tako što ću svaki dan unositi male promjene u svoje razmišljanje i ponašanje.
- Izvedite unuke na sladoled.
- Odajte sebi priznanje za sve što ste učinili od gore navedenog



## 5. očekivanja od tretmana

Važno je klijentima dati razumna očekivanja u vezi psihoterapije. Time se može smanjiti mogućnost odustajanja i dovesti do boljih ishoda liječenja

- koliko dugo će tretman trajati  
(najčešće od 2 do 4 mjeseca, no oni s kroničnim i ozbiljnim smetnjama, mogu zahtijevati dulji tretmana)
- broj seansi tjedno  
(najčešće jednom tjedno, ali ako su njihovi simptomi ozbiljni ili je njihovo funkcioniranje značajno oštećeno, u početku će susreti biti češći, a kasnije će se prorjeđivati)



## 6. Sažimanje i povratna informacija



### Aktivnosti između seanse procjene i prve terapijske seanse

- početi smišljati probnu kognitivnu konceptualizaciju i početni plan liječenja



