

---

# NOVEJŠA SPOZNANJA IN KOGNITIVNO VEDENJSKI PRISTOPI PRI OBRAVNAVI RAZLIČNIH SKUPIN KLIENTOV V TERAPEVTSKI PRAKSI

---

Uredili: Starovasnik Žagavec Barbara, Zadravec Tina in Janjušević Peter

Naslov: **NOVEJŠA SPOZNANJA IN KOGNITIVNO VEDENJSKI PRISTOPI  
PRI OBRAVNAVI RAZLIČNIH SKUPIN KLIENTOV V TERAPEVTSKI PRAKSI**

Uredili: **Starovasnik Žagavec Barbara, Zadavec Tina, Janjušević Peter**

Avtorske pravice: **Društvo za VKT Slovenije**

Izdajatelj in založnik: **Društvo za VKT Slovenije**

Za izdajatelja: **Barbara Starovasnik Žagavec**

Lektor: **Danila Bartol**

Tisk:

Naklada: **200 izvodov**

Maloprodajna cena: **40,00 €**

Leto izida: **2017**

CIP - Kataložni zapis o publikaciji  
Narodna in univerzitetna knjižnica, Ljubljana

159.955:615.851(082)

NOVEJŠA spoznanja in kognitivno vedenjski pristopi pri obravnavi različnih skupin klientov v terapevtski praksi / uredili Starovasnik Žagavec Barbara, Zadavec Tina in Janjušević Peter. - Ljubljana : Društvo za vedenjsko in kognitivno terapijo Slovenije, 2017

ISBN 978-961-91433-4-6

1. Starovasnik Žagavec, Barbara

286839296

*Pred vami je tretji del prispevkov iz kognitivno-vedenjske terapije, tokrat v dveh delih. Novejša spoznanja predstavljajo različne smeri teoretičnega razumevanja in sodobne prakse, s pomočjo katerih se je metoda kognitivno-vedenjske terapije še močneje zasidrila med empirično potrjene terapevtske pristope. Različni prispevki iz ožjih kliničnih praks s klienti pa naj bodo v pomoč vsem, ki se pri svojem delu srečujejo s takšnimi ali drugačnimi ovirami – bodisi na strani klientov bodisi na strani boleznih ali psihičnih motenj. Vsem avtorjem prispevkov se uredniki resnično toplo zahvaljujemo, med drugim tudi za potrpežljivost pri izdaji tega dela, za katerega lahko mirno rečemo, da zavzema vse prvine pravega strokovnega učbenika.*

*Društvo za VKT Slovenije v letu 2017 praznuje svojo 20-letnico delovanja, zato naj bo ta strokovna monografija prva izmed bližajočih se popotnic okrogli obletnici.*

*Barbara Starovasnik Žagavec,  
predsednica DVKT Slovenije*

*V desetletjih pred ustanovitvijo Društva za vedenjsko in kognitivno terapijo leta 1997 je peščica zaslužnih strokovnjakov v naš prostor že prenašala pomembna spoznanja sprva vedenjske, kasneje pa tudi kognitivne terapije. V lanskem letu je Društvo praznovalo svojo polnoletnost in spodobi se, da to obletnico počastimo tudi z izidom izbora prispevkov. Predvsem zaradi vztrajanja na kvalitetnem, pred nekaj leti tudi v okviru Evropske zveze za KVT (EABCT) akreditiranem programu usposabljanja, je bilo v različne stopnje pristopenjskega usposabljanja iz KVT doslej vključenih stotine psihologov in zdravnikov. Zanimanje za usposabljanje nikoli ne ponikne in dvanajst let po izidu prvega zbornika (Prispevki iz vedenjsko-kognitivne terapije), devet let po izidu drugega zbornika (Izbrane teme iz vedenjsko-kognitivne terapije), je končno izšel še tretji del prispevkov. Tako kot prva dva, bo tudi ta predstavljal osnovno študijsko literaturo novim generacijam bodočih kognitivno-vedenjskih terapevtov. V izbor so vključeni tako prispevki izkušenih praktikov, učiteljev in raziskovalcev, kot tudi prispevki mlajših kolegic in kolegov, od katerih so nekateri še v usposabljanju iz KVT, vendar so na svojih področjih že izjemno uveljavljeni. To je bilo tudi splošno vodilo pri ustvarjanju omenjenega dela. Želeli smo, da strokovnjakinje in strokovnjaki obdelajo področje, s katerim se ukvarjajo v svoji vsakdanji praksi in na ta način teoretične tematike prikažejo na čim bolj jasen, sistematičen način. Menim, da je vsakemu in vsem skupaj ta naloga uspela in v veliko zadovoljstvo mi je, da bo z izidom teh prispevkov zakladnica literature za bodoče, pa tudi že izkušene terapevte veliko bogatejša.*

*V času izida tretjega dela prispevkov iz kognitivno-vedenjske terapije status te terapevtske šole ostaja v svetovnem merilu zavidljiv. Predvsem ciljna usmerjenost, ki ljudem v stiski pomaga iskati rešitve problemov in jih uči veščin za soočanje z zahtevami vsakdanjega življenja, daje kognitivno-vedenjski terapiji posebno mesto v mreži psihosocialne pomoči. Empirični status kognitivno-vedenjskih terapij, ki temelji na tisočerihi kliničnih preverjanjih, kontroliranih študijah in obsežnih meta-analitičnih raziskavah je še naprej nesporno vodilen. Ob tem pa tudi druge terapevtske šole vse bolj priznavajo neizogibnost in nujnost rigoriznega raziskovanja elementov in učinkovitosti posameznih pristopov. Glede na to, da v psihoterapijo prihajajo ljudje v najbolj ranljivih (ali ranjenih) obdobjih svojega življenja, je to edini etično sprejemljiv pristop.*

*Pričujoča monografija je v več pogledih drugačna od prvih dveh. Glede na izbor avtorjev gre za rezultat še širšega mednarodnega sodelovanja, saj so svoja dela prispevali avtorji iz Slovenije, Hrvaške, Združenega kraljestva in ZDA. Poleg že tradicionalnih vsakoletnih seminarjev in delavnic priznanih tujih predavateljev v organizaciji DVKT, to nedvomno priča o povezanosti Društva za VKT Slovenije z mednarodnim prostorom. Druga razlika je v tem, da v knjigi avtorji obravnavajo nekatera manj razširjena, a zelo pomembna področja uporabe KVT s pacienti, ki imajo primarne težave na področju somatskega zdravja (multipla skleroza, rak, poškodbe možganov, delo s kirurškimi pacienti...). Ob njih so vključena mnoga področja uporabe KVT, ki so morda manj znana, na primer spolna disforija, motnje hranjenja pri odraslih, posttravmatska stresna motnja, sindrom kronične utrujenosti, nespečnost... Avtorji in avtorice obravnavajo tudi terapijo drugih, klinično zahtevnejših prezentacij, kot so somatizacije, psihotična stanja, generalizirana anksiozna motnja, osebnotne motnje in zaskrbljenost v zvezi z zdravjem, če naštejemo le nekaj obravnavanih področij. V drugem delu pa monografija obravnava novejšje pristope v KVT, ki jih nekateri uvrščajo v t.i. tretji val kognitivno-vedenjskih terapij. Med njimi so shema terapija, dialektično-vedenjska terapija ter terapija sprejemanja in predanosti, ki predstavljajo pomembno integracije empirično preverjenih elementov drugih terapevtskih usmeritev s KVT.*

*Glede na izjemno širino in poglobljenost obravnavanih tematik in pristopov bo strokovno delo lahko v pomoč tako izkušnim terapevtom, kot tudi tistim kolegicam in kolegom, ki so v usposabljanje iz KVT še vključeni. Moj poklon in iskreno priznanje gre vsem avtoricam in avtorjem za njihov dragoceni čas in znanje ter obema sourednicama za ves čas in levji delež opravljenega dela. Sodelovanje z vsemi je bilo v veselje in čeprav so časovni roki, ki si jih zastavimo ob začetku tovrstnih projektov morda preveč optimistični, je izid te publikacije lahko resničen razlog za ponos in optimizem. Prepričan sem, da bodo prav vsi bralci ob prebiranju prispevkov našli veliko nasvetov in smernic za svoje vsakdanje klinično delo, kar je tudi bil končni cilj uredniške ekipe.*

*Peter Janjušević,  
univ.dipl.psih., spec.klin.psih.,  
VKT terapevt, supervizor*

## NOVEJŠA SPOZNAVJA IN PRISTOPI

<b>Značilnosti in uporaba na čuječnosti osnovanih programov kognitivno-vedenjske terapije</b> (Zupančič Katja) .....	9
<b>Kognitivna remediacija</b> (Ulčar Ana) .....	17
<b>Funkcionalna analitična psihoterapija</b> (Zadravec Tina) .....	26
<b>Na sočutje usmerjena terapija</b> (Jerman Ana) .....	34
<b>Na moči usmerjena kognitivno-vedenjska terapija (Strengths based CBT)</b> (Bočić Bundalo Maja) .....	45
<b>Shema terapija</b> (Kokelj Vida) .....	53
<b>Dialektična vedenjska terapija</b> (Smrdu Maja) .....	63
<b>Terapija sprejemanja in predanosti (ACT-acceptance and commitment therapy)</b> (Tacol Drago) .....	79

## PODROČJA UPORABE KVT V KLINIČNI PRAKSI

<b>Kognitivno-vedenjska družinska terapija</b> (Dattilio M Frank; prevod: Radež Jerica) .....	99
<b>Kognitivno-vedenjska terapija in motnje osebnosti</b> (Shawe-Taylor Meta in Radež Jerica) .....	118
<b>Kognitivno-vedenjski pristop pri obravnavi spolne disforije</b> (Jokić Begić Nataša; prevod Zupančič Katja) .....	132
<b>Kognitivno-vedenjski modeli razumevanja in obravnave generalizirane anksiozne motnje</b> (Anić Nada; prevod: Pastirk Samo) .....	146
<b>Kognitivno-vedenjska terapija pri osebah z anksioznostjo v zvezi z zdravjem</b> (Živčić Bečirević Ivanka; prevod: Ulčar Ana) .....	157
<b>Kognitivno-vedenjska terapija somatizacij</b> (Adamčič Pavlović Doris in Pavlović Lana) .....	168
<b>Kognitivno-vedenjska terapija pri zdravljenju posttravmatske stresne motnje</b> (Antičević Vesna; prevod: Zupančič Katja) .....	177

<b>Novejši pristopi kognitivno-vedenjskih psihoterapij pri obravnavi motenj psihotičnega spektra</b> (Zadavec Tina) .....	<b>189</b>
<b>Kognitivno-vedenjska terapija pri osebah z obsesivno kompulzivno motnjo</b> (Meško Pokorn Aleksandra) .....	<b>201</b>
<b>Kognitivno-vedenjska terapija odvisnosti</b> (Podkrajšek Rok) .....	<b>215</b>
<b>Novejši pristopi pri obravnavi motenj hranjenja pri odraslih</b> (Amon Vanja) .....	<b>230</b>
<b>Kognitivno-vedenjska obravnava sindroma kronične utrujenosti</b> (Hvalec Špela) .....	<b>241</b>
<b>Kognitivno-vedenjska terapija pri kronični bolečini</b> (Macdonald Helen; prevod: Mohar Katarina) .....	<b>253</b>
<b>Kognitivno-vedenjska terapija pri osebah z multiplo sklerozo</b> (Ožura Ana) .....	<b>265</b>
<b>Kognitivno-vedenjska terapija pri kirurško zdravljenih bolnikih</b> (Rančigaj Gajšek Manja, Mlinarič Andreja, Logar Zakrajšek Bernarda) .....	<b>279</b>
<b>Kognitivno-vedenjska terapija pri bolnikih z rakom</b> (Škufca Smrdel Andreja Cirila) .....	<b>292</b>
<b>Kognitivno-vedenjska terapija za zdravljenje nespečnosti</b> (Štukovnik Vita) .....	<b>301</b>
<b>Kognitivno-vedenjska terapija pri pacientih s pridobljeno poškodbo možganov</b> (Starovasnik Žagavec Barbara) .....	<b>315</b>