

TRUMPALAIKĖS EKLEKTINĖS POTRAUMINIO STRESO PSICHOTERAPIJOS VEIKSMINGUMAS: VILNIAUS BEPP STUDIJOS ŽVALGOMOJO TYRIMO REZULTATAI

Evaldas Kazlauskas, Eglė Mažulytė, Paulina Želvienė, Miglė Dovydaitienė, Paulius Skruibis
Vilniaus universiteto Filosofijos fakultetas

Raktažodžiai: potrauminis stresas, psichoterapija, veiksmingumas.

Santrauka

Straipsnyje pristatomi trumpalaikės eklektinės potrauminio streso psichoterapijos (BEPP) metodo, sukurto Nyderlanduose, Vilniaus BEPP veiksmingumo studijos pradinio tyrimo rezultatai. BEPP yra specializuota potrauminio streso sutrikimo trumpalaikė 16 sesijų psichoterapija, kurioje sujungiamos įvairių psichoterapijos krypčių technikos. Tyrimo tikslas buvo įvertinti BEPP veiksmingumą ir potrauminio streso simptomų bei kitų psichologinių sunkumų dinamiką. Tyrime dalyvavo 10 tiriamųjų, kurie buvo patyrę trauminius stresorius ir turėjo reikšmingai ryškius potrauminio streso sutrikimo požymius. Nustatyta, kad taikant BEPP terapiją reikšmingi sumažėjo potrauminio streso sutrikimo požymiai. Teigiami BEPP efektai neapsiribojo potrauminio sutrikimo simptomų sumažėjimu, tačiau taip pat sumažėjo klientų problemų ir destruktivių tendencijų, padidėjo subjektyvi gerovė bei pagerėjo funkcionavimas. Tyrimo rezultatai patvirtina BEPP metodo perspektyvumą Lietuvos populiacijoje.

Įvadas

Potrauminio streso sutrikimas (PTSS) – tai tokia reakcija į trauminių stresorių, kuri sutrikdo individo adaptaciją. PTSS pasireiškia po latentinio periodo, kuris gali svyruoti nuo kelių savaičių iki kelių mėnesių [1]. PTSS pagrindiniu etiologiniu veiksniumi laikomas trauminis stresorius. PTSS pasireiškimas nepriklauso nuo asmenybės ir gali būti bet kuriam asmeniui. Trauminių stresorių, arba įvykių, susijusių su grėsme žmogaus sveikatai ir gyvybei, paplitimas yra didelis. Epidemiologiniai duomenys, atlikti Europoje, atskleidžia, kad 63,6 proc. asmenų Europoje yra patyrę bent vieną potencialiai traumuojantį įvykį [2]. Lietuvoje atlikti

tyrimų duomenimis, trauminių stresorių paplitimas jaunu asmenų amžiaus grupėse yra 58,1 – 80,2 proc. [3,4]. Europoje per pastaruosius 12 mėn. PTSS paplitimas buvo 1,1 proc. Lietuvoje tikslių populiacijos epidemiologinių duomenų nėra, tačiau atsižvelgiant į tai, kad trauminių stresorių patirtis Lietuvoje yra panaši į kitų Europos šalių, galima daryti prielaidą, kad apie 1 proc. populiacijos (arba apie 30 tūkst. asmenų) per pastaruosius vienerius metus gali turėti potrauminio streso sutrikimą [5].

Lietuvoje vykdytos studijos duomenimis, potrauminio streso sutrikimas sveikatos priežiūroje įstaigose 2011 m. buvo diagnozuotas 4,4 vyrų ir 14,2 moterų 100 tūkst. gyventojų [6]. Nuo 2006 m. iki 2011 m. potrauminio streso sutrikimo diagnozės skaičius daug nesikeitė ir buvo nuo 17,3 iki 23,3 atvejų 100 tūkst. gyventojų. Remiantis šia studija, kurioje buvo analizuoti SVEIDRA duomenys, Lietuvoje potrauminio streso sutrikimas sveikatos priežiūros sistemoje diagnozuojamas apie 0,02 proc. bendros populiacijos arba apie 550 potrauminio streso atvejų kiekvienais metais, t.y. apie 50 kartų rečiau lyginant su PTSS paplitimo rodikliais Europoje, kurie nustatomi moksliniais tyrimais [2]. Kadangi tyrimų Lietuvoje duomenys rodo, kad potencialiai traumuojančių įvykių paplitimas yra panašus palyginti su kitomis Europos šalimis [5], galima teigti, kad Lietuvos sveikatos sistemoje potrauminio streso sutrikimas yra nepakankamai diagnozuojamas. Taip gali būti dėl to, kad potrauminio streso sutrikimo diagnozė yra gana nauja (įtraukta į TLK-10 1992 metais). Taip pat gali būti, kad potrauminio streso sutrikimą turintiems asmenims diagnozuojami kiti sutrikimai arba asmenys vengia kreiptis į psichikos sveikatos specialistus. Taip pat viena iš priežasčių galėtų būti Lietuvoje teikiamos specializuotos intervencijos trūkumas asmenims, turintiems potrauminio streso sutrikimo simptomų. Netinkamai suteikta arba nesuteikta pagalba asmeniui, turinčiam potrauminio streso sutrikimą, turi neigiamą psichosocialinių padarinių [5]. PTSS simptomai gali reikšmingai sutrikdyti kasdienį asmens funkcionavimą tiek

socialinėje, tiek darbinėje veikloje. Pavyzdžiui, JAV atlikto tyrimo duomenys rodo, kad PTSS diagnozė bedarbystės riziką padidina tris kartus [7].

Šiuo metu pasaulyje sukurta daug specializuotų potrauminio streso sutrikimo intervencijos metodų [8,5]. Tyrimai rodo, kad asmenims, turintiems potrauminio streso sutrikimą, veiksmingai gali padėti psichosocialinės intervencijos [5, 8-9]. Vienas iš psichosocialinės pagalbos metodų, nukreiptų į PTSS simptomatiką, yra trumpalaikė eklektinė potrauminio streso psichoterapija (*Brief Eclectic Psychotherapy for PTSD* - BEPP). BEPP yra integracinis PTSS psichosocialinės pagalbos metodas, kuriame sujungiamos įvairių psichoterapijos kryptų technikos. BEPP metodą sukūrė Nyderlandų profesorius Berthold Gersons [10]. BEPP yra specializuota potrauminio streso psichoterapija. BEPP veiksmingumas buvo įrodytas keliose randomizuotose kontroliuojamose studijose [10-12].

Darbo tikslas – išsiaiškinti BEPP metodo veiksmingumą asmenims, patyrusiems trauminių stresorių ir dėl to patiriantiems reikšmingų potrauminio streso sutrikimui būdingų simptomų bei išanalizuoti PTSS simptomų dinamiką BEPP taikymo metu Lietuvos populiacijoje.

Tyrimo metodai

Tiriamieji. Trumpalaikės eklektinės potrauminio streso psichoterapijos (BEPP) 16 sesijų metodas buvo taikomas dešimčiai tiriamųjų, devynioms moterims ir vienam vyrui. Tiriamųjų amžius svyravo nuo 20 iki 74 metų ($M = 36,09$; $SD = 16,59$). Visi tiriamieji buvo lietuviai, turintys vidurinę arba aukštąją išsilavinimą. Tiriamųjų įtraukimo į studiją kriterijai: 1) asmuo yra patyręs aiškų ir šiuo metu jau pasibaigusį trauminį stresorių; 2) asmuo turi kliniškai reikšmingai ryškius PTSS simptomus; 3) asmuo yra pilnametis; 4) asmuo sutinka su tyrimo sąlygomis. Tiriamieji buvo patyrę įvairių trauminių stresorių: smurtą vaikystėje, seksualinę prievartą, eismo įvykius, pavojingas ligas ir kt. Laikas, praėjęs po trauminio stresoriaus, dėl kurio asmenims buvo taikyta BEPP intervencija, buvo nuo 2 m. iki 33 m., vidutiniškai 7 m. 4 mėn. Mažiau kaip 1 m. po trauminio stresoriaus – 1 tiriamasis, nuo 1 iki 5 m. – 6 tiriamieji, daugiau kaip 10 m. – 2 tiriamieji. Visų tiriamųjų potrauminio streso reakcijos prieš pradėdant intervenciją buvo kliniškai reikšmingos. Trys tiriamieji (30 proc.) BEPP psichoterapijos metu vartojo psichotropinius medikamentus.

Įvertinimo instrumentai. Trauminių stresorių patyrimas buvo įvertinamas naudojant Trumpą traumos klausimyną (BTQ) [13]. Šį instrumentą sudaro dešimt teiginių, įvertinančių potencialiai traumuojančių įvykių patyrimą: pavojinga eismo avarija, gyvybei pavojinga liga, užpuolimas, seksualinis smurtas, kita situacija, kurioje asmuo buvo

rimtai sužeistas arba bijojo būti sužeistas ar mirti, smurtinė artimo draugo ar giminaičio mirtis ir buvimas liudininku situacijos, kurioje kas nors buvo rimtai sužeistas ar mirė arba kurioje asmuo nerimavo, kad kas nors gali būti rimtai sužeistas ar mirti. Tiriamieji buvo prašomi pažymėti, kuriuos iš išvardintų potencialiai trauminių įvykių jie yra patyrę, ar toje situacijoje manė, jog jų gyvybei gresia pavojus arba jie gali būti rimtai sužeisti, ir ar jie buvo rimtai sužeisti.

Potrauminio streso simptomų intensyvumas buvo įvertinamas įvykio poveikio skalės revizuota versija (IES-R) [14]. Metodika plačiai naudojama potrauminio streso įvertinimui pasaulyje. IES-R sudaro 22 teiginiai, kurie yra suskirstyti į tris potrauminio streso sutrikimo požymių subskales (vengimo, invazijos ir padidėjusio dirglumo), taip pat apskaičiuojamas ir bendrasis potrauminio streso reakcijų intensyvumo įvertis.

Tiriamųjų psichologinių sunkumų dinamikos įvertinimui buvo naudota CORE-OM metodika, kuri įgalina įvertinti asmens subjektyvią gerovę, dažniausiai patiriamas problemas ar sunkumus (nerimo, depresijos, fizinius), funkcionavimą (bendrąjį, socialinių ir artimų santykių sferose) bei rizikos faktorius (t.y. į save ar kitus nukreiptas destruktines tendencijas). CORE-OM sudaro 34 teiginiai. Visų atsakymų vidurkis gali būti naudojamas kaip bendras kliento patiriamų sunkumų įvertis [15].

BEPP intervencija. Trumpalaikės eklektinės potrauminio streso psichoterapijos metodas (BEPP) - tai trumpa potrauminio streso psichoterapija, susidedanti iš šešiolikos 45-60 min. sesijų, kurios vyksta vieną kartą per savaitę [10,16]. BEPP sudaro penki pagrindiniai etapai: 1) psichoedukacija, 2) ekspozicinės technikos, kurios metu vaizduotės pagalba taikomas sąlytis su trauma, 3) rašymo užduotys ir darbas su traumos užuominomis, 4) įprasminimas ir integracija, 5) atsisveikinimo ritualas. Sesijų metu, remiantis BEPP metodo vadovu, nuosekliai vyksta BEPP pagrindiniai elementai, tačiau tos pačios sesijos metu gali sutapti atskiri BEPP etapai. BEPP tikslas – sumažinti klientų patiriamus PTSS simptomus, padėti jiems integruoti trauminį įvykį į savo gyvenimą ir atgauti dėl trauminio stresoriaus patyrimo prarastą kontrolę [16]. BEPP taikė trys patyrę psichologai, įgiję kvalifikaciją taikyti BEPP metodą prof. B. Gersons mokymuose ir turintys daugiau kaip 8 m. patirtį teikiant psichologinę pagalbą. BEPP psichoterapijos trukmė 4-5 mėn. Siekiant užtikrinti intervencijos validumą, BEPP taikymo metu vyko nuolatinės specialistų supervizijos, taip pat tyrimo metu konsultacijas dėl metodo taikymo teikė B. Gersons.

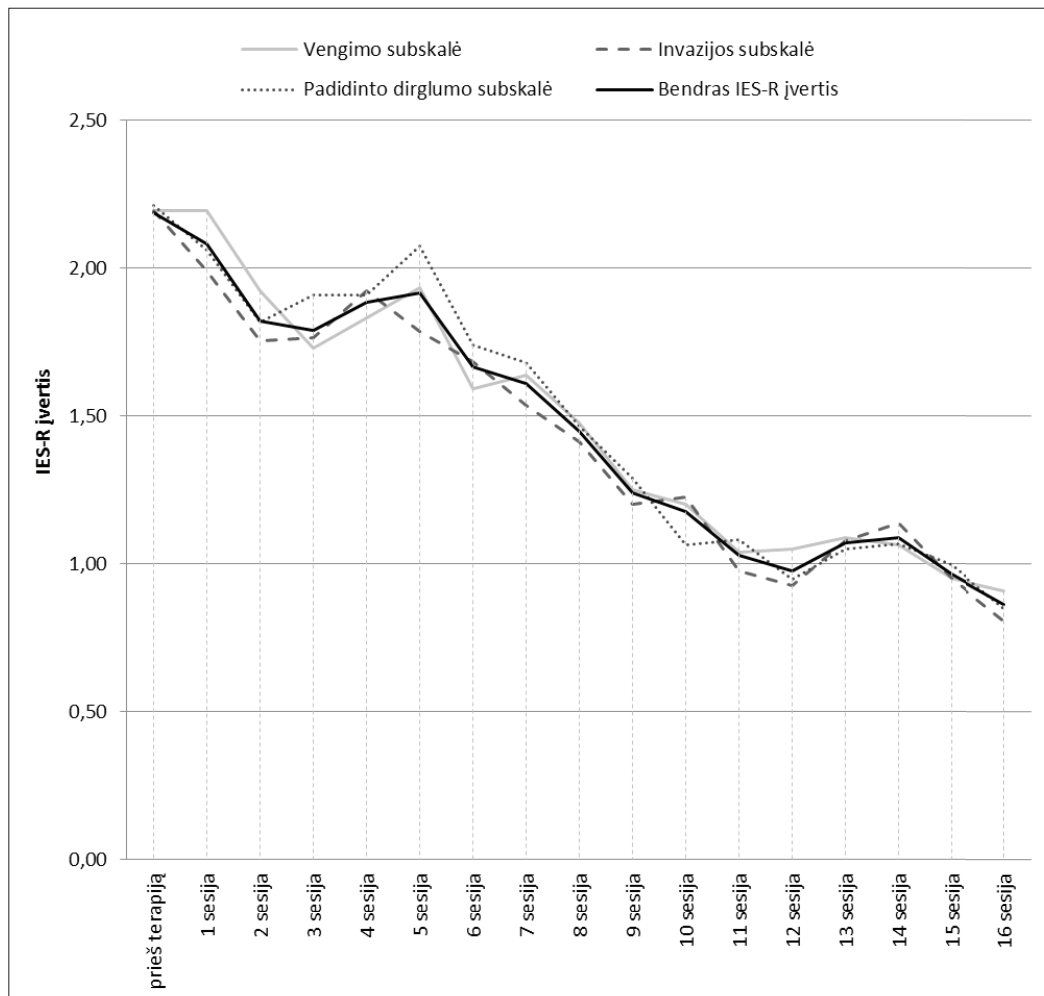
Tyrimo eiga. Tyrimo dalyviai dėl pagalbos kreipėsi savanoriškai, atsiliepdami į tyrimo grupės išplatintus pranešimus apie galimybę gauti psichologinę pagalbą asme-

nims, patyrusiems sukrečiančių įvykių. Prieš taikant BEPP intervenciją vyko psichodiagnostiniai susitikimai su tiriamaisiais, kurių metu psichologai, apmokyti vykdyti trauminės patirties ir potrauminio streso vertinimus, atliko išsamų asmens psichologinį įvertinimą. Nustačius, kad asmeniui yra kliniškai ryškių potrauminio streso požymių, susijusių su patirtu traumu stesoriu ir tiriamasis atitinka kitus įtraukimo į studiją kriterijus, tiriamiesiems pasiūlyta dalyvauti BEPP psichoterapijoje. Tiriamųjų būsenos psichologinis vertinimas ir intervencijų taikymas buvo atskirtas: intervencijas taikę psichologai nevykdė tiriamųjų būsenos vertinimų. Pradinius vertinimus ir intervencijos veiksmingumo vertinimus bei matavimus vykdė psichologai, apmokyti įvertinti trauminę patirtį ir potrauminio streso požymius. Gavus tiriamojo sutikimą, atsitiktiniu būdu buvo paskirtas vienas iš trijų psichologų. Baigus BEPP intervenciją

tiriamiesiems per vieną savaitę buvo atliktas pakartotinis psichologinis įvertinimas. Tyrimui vykdyti buvo suteiktas Vilniaus universiteto Psichologinių tyrimų etikos komiteto leidimas.

Rezultatai

PTSS simptomai mažėjo BEPP psichoterapijos metu (1 pav.). Statistinei BEPP veiksmingumo analizei buvo pasirinkti trys pjūviai: klientų savijauta prieš BEPP psichoterapiją, psichoterapijos viduryje ir pasibaigus visoms 16 BEPP sesijų (1 lentelė). BEPP psichoterapijos metu įvyko reikšmingi PTSS ir kitų asmens savijautos rodiklių statistiškai reikšmingi pokyčiai. Blokuotųjų duomenų dispersinė analizė ANOVA (ir neparаметrinis *Friedman* testas jei duomenų pasiskirstymas nebuvo pagal normalųjį skirstinį) atskleidė statistiškai reikšmingus tiriamųjų PTSS simpto-



1 pav. Potrauminio streso sutrikimo simptomų pokyčiai BEPP psichoterapijos metu (n = 10)

1 lentelė. IES-R, CORE-OM metodikų bendrųjų įverčių ir atskirų subskalių vertinimo rezultatai BEPP psichoterapijos eigoje (n = 10)

Metodikos		Pradžios vertinimas		Vidurio vertinimas		Pabaigos vertinimas		F	P
		M	SD	M	SD	M	SD		
IES-R	Bendrasis įvertis	2,16	0,40	1,45	0,55	0,86	0,61	31,24	< 0,001
	Vengimo subskalė	2,24	0,58	1,48	0,41	0,91	0,61	14,77	< 0,001
	Invazijos subskalė	2,17	0,64	1,42	0,67	0,81	0,66	16,20 [†]	< 0,001
	Padidinto dirglumo subskalė	2,05	0,72	1,47	0,98	0,85	0,76	13,25	< 0,001
CORE-OM	Bendrasis įvertis	1,66	0,54	1,19	0,43	0,88	0,39	14,18*	0,002
	Bendrasis įvertis neįtraukiant rizikos	1,95	0,61	1,43	0,52	1,07	0,47	12,49*	0,003
	Subjektyvios gerovės subskalė	1,85	0,83	1,30	0,56	1,08	0,49	8,97 [†]	0,011
	Problemų subskalė	2,07	0,53	1,55	0,65	1,07	0,58	12,47 [†]	0,002
	Funkcionavimo subskalė	1,86	0,79	1,34	0,45	1,07	0,44	8,81	0,002
	Rizikos subskalė	0,32	0,41	0,08	0,14	0,02	0,05	8,67 [†]	0,013

Pastaba: M – vidurkis, SD – standartinis nuokrypis, F – blokuotųjų duomenų dispersinės analizės ANOVA kriterijus, * atlikta Greenhouse-Geisser korekcija arba † neparametrisinis Friedman testas

mų, subjektyvios gerovės, funkcionavimo lygio, problemų išreikštumo, destruktinių tendencijų ir subjektyvių sunkumų pokyčius BEPP eigoje.

Post hoc testų skaičiavimai, atlikus *Bonferroni* korekciją, parodė, jog potrauminio streso sutrikimo simptomai (IES-R bendras įvertis) pradinio vertinimo metu buvo statistiškai reikšmingai didesni nei BEPP psichoterapijos taikymo viduryje ($p < 0,05$). Taip pat IES-R bendrojo įverčio rezultatai BEPP viduryje yra statistiškai reikšmingai didesni nei pasibaigus visoms 16 BEPP sesijų ($p < 0,05$). Taigi reikšmingas klientų PTSS simptomų pokytis buvo pastebimas praėjus pusei BEPP psichoterapijos ir PTSS simptomai reikšmingai sumažėjo BEPP psichoterapijos eigoje. Psichologinės savijautos rodiklių (CORE-OM) reikšmingi pokyčiai išryškėjo BEPP psichoterapijos pabaigoje. *Post hoc* testų skaičiavimai, atlikus *Bonferroni* korekciją, parodė, jog CORE-OM bendrojo įverčio rezultatai gauti pradinio vertinimo metu buvo statistiškai reikšmingai didesni nei BEPP pabaigoje ($p < 0,05$), tačiau reikšmingai nesiskyrė nuo gautų BEPP viduryje ($p > 0,05$).

Prieš pradėdant BEPP psichoterapijos taikymą, tiriamųjų subjektyvios gerovės, problemų, funkcionavimo lygio ir destruktinių tendencijų rodikliai, palyginus juos su CORE-OM metodikos adaptavimo Lietuvoje metu gautais klinikinę imtį atskiriančiais lūžio taškais [15], atitiko klinikinio lygmens įverčius. Pabaigus BEPP taikymą, visi šie rodikliai atitiko neklinikinės imties normas. Taigi, šie tiriamųjų psichologinės savijautos rodikliai reikšmingai pagerėjo ne tik statistiškai, bet ir kliniškai.

Rezultatų aptarimas

Tyrimas patvirtina kitų studijų rezultatus, kuriuose nustatoma, kad specializuota trumpalaikė psichoterapijos

pagalba yra veiksmingas potrauminio streso sutrikimo psichoterapijos metodas [5, 9]. Tyrimo rezultatai parodė, kad taikant BEPP psichoterapiją įvyko reikšmingas klientų potrauminio streso simptomų sumažėjimas jau po 8 sesijų, o po 16 BEPP sesijų šie pokyčiai buvo dar reikšmingesni. BEPP metodas turi įtakos ne tik potrauminio streso simptomų pokyčiams, bet ir asmens funkcionavimui ir gerovei. BEPP taikymo metu nustatyti reikšmingi problemų, destruktinių tendencijų, funkcionavimo ir subjektyvios gerovės pokyčiai patvirtina, kad specializuota potrauminio streso BEPP psichoterapija turi platesnę teigiamą poveikį asmeniui ne vien tik PTSS simptomams. BEPP psichoterapijos veiksmingumas šiame tyrime buvo panašus į kitų studijų, kuriose įvertinamas BEPP veiksmingumas [10-12] ir šis tyrimas parodo, kad BEPP metodas yra perspektyvus potrauminio streso intervencijos metodas Lietuvos populiacijoje.

Nežiūrint nustatytų rezultatų, kurie parodė, kad BEPP metodo veiksmingumas yra didelis ir yra susijęs su asmenų, turinčių potrauminio streso sutrikimo simptomų, teigiamais pokyčiais, straipsnyje pristatytus BEPP metodo veiksmingumo tyrimo rezultatus reikia vertinti atsargiai ir būtina atsižvelgti į šio tyrimo ribotumus. Visų pirma tyrime dalyvavo nedidelė tyrimo dalyvių imtis. Nors psichoterapijos tyrimuose dažnai būna nedidelės imtys, ateityje būtina įvertinti BEPP metodo veiksmingumą didesnėse imtyse. Vienas iš svaresnių šios studijos ribotumų, kad nebuvo palyginamosios grupės ir nebuvo randomizuoto paskirstymo į intervencijos ir palyginamąją grupes. Nustatyti teigiami pokyčiai gali būti susiję ne tik su specifiniais BEPP metodo psichoterapiniais veiksniais, bet ir nespecifiniais psichoterapiniais veiksniais, kurie galėjo turėti įtakos simptomų pokyčiams. Galima būtų interpretuoti, kad daliai tiriamųjų

jų galėjo būti savaiminių teigiamų pokyčių, nesusijusių su BEPP intervencija, tačiau verta pažymėti, jog laikas, praėjęs po trauminio stresoriaus patyrimo, buvo vidutiniškai daugiau kaip septyneri metai. Tiriamųjų potrauminio streso sutrikimo reakcijos buvo lėtinės ir ilgalaikės, todėl negalime teigti, kad daugeliui jų per keturis BEPP taikymo mėnesius būtų įvykusi savaiminė remisija. Ateityje reiktų platesnių tyrimų, kuriuose būtų įtraukiama palyginamoji grupė, nes tai įgalintų daryti platesnius apibendrinimus apie BEPP metodo veiksmingumą.

Išvados

1. Taikant trumpalaikę eklektinę potrauminio streso psichoterapiją (BEPP) asmenims, turintiems kliniškai ryškių potrauminio streso požymių, buvo nustatytas pozityvus ir reikšmingas potrauminio streso sutrikimo simptomų pokytis. Pasibaigus BEPP psichoterapijai PTSS požymiai nebuvo kliniškai ryškūs.

2. Taikant trumpalaikę eklektinę potrauminio streso psichoterapiją (BEPP) nustatytas reikšmingas teigiamas problemų, funkcionavimo, subjektyvios gerovės, destrukcijos pokytis. BEPP psichoterapijos taikymo pabaigoje asmenų problemos nebebuvo klinikinio lygmens, reikšmingai pagerėjo asmenų funkcionavimas ir padidėjo subjektyvi gerovė.

Tyrimą finansavo Lietuvos mokslo taryba (sutarties Nr. MIP-011/2012).

This research was funded by a grant (No. MIP-011/2012) from the Research Council of Lithuania.

Literatūra

- Tarptautinė ligų klasifikacija. TLK-10 psichikos ir elgesio sutrikimai: klinika ir diagnostika. Kaunas, Medicina, 1997.
- Darves-Bornoz JM, Alonso J, de Girolamo G, Graaf RD, Haro JM, Kovess-Masfety V, Lepine JP, Nachbaur G, Negre-Pages L, Vilagut G, Gasquet I. Main traumatic events in Europe: PTSD in the European study of the epidemiology of mental disorders survey. *Journal of traumatic stress*. 2008;21:455-462.
- Kazlauskas E., Šimėnaitė I., Gailienė D. Subjektyvaus trauminio patyrimo, potrauminio augimo ir potrauminio streso sutrikimo sąsajos. *Psichologija. Mokslo darbai*, 2007; 35:7-18.
- Domanskaitė-Gota V, Elklit A, Christiansen DM. Victimization and PTSD in a Lithuanian national youth probability sample. *Nordic psychology*. 2009;61:66–81.
- Kazlauskas E. Veiksmingi psichologinės pagalbos būdai psichotraumatologijoje. *Psichologija. Mokslo darbai*, 2013;47:102-115.
- Visuomenės psichikos sveikatos rizikos veiksnių studija ir prevencinių priemonių planavimo kryptį nustatymas. Vilnius, Sorre, 2013.
- Smith MW, Schnurr PP, Rosenheck RA. Employment outcomes and PTSD symptom severity. *Mental health services research*. 2005;7:89-101.
- Foa EB, Keane TM, Friedman MJ. *Effective treatments for PTSD: Practice guidelines from the International Society for Traumatic Stress Studies* (2nd edition). New York, Guilford Press, 2009.
- Frueh BC, Ford JD, Elhai JD, Grubaugh AL. Evidence-based practice in adult mental health. *Handbook of evidence based practice in clinical psychology*, Volume II: Adult disorders (Ed. by P. Sturmey, M. Hersen. Hoboken). New Jersey: John Wiley and sons. 2012; 3–14.
- Gersons BPR, Carlier IVE, Lamberts RD, van der Kolk B. A randomized clinical trial of brief eclectic psychotherapy in police officers with posttraumatic stress disorder. *Journal of Traumatic Stress*. 2000;13(2):333-347.
- Lindauer RJ, Gersons BP, van Meijel EP, Blom K, Carlier IV, Vrijlandt I, Olff M. Effects of brief eclectic psychotherapy in patients with posttraumatic stress disorder: Randomized clinical trial. *Journal of traumatic stress*. 2005;18:205-212.
- Nijdam MJ, Gersons BPR, Reitsma JB, de Jongh A, Olff M. Brief eclectic psychotherapy versus eye movement desensitization and reprocessing therapy in the treatment of posttraumatic stress disorder: randomized controlled trial. *British Journal of Psychiatry*. 2012; 200:1-8.
- Schnurr P, Vielhauer M, Weathers F, Fendler M. *The Brief Trauma Questionnaire*. White River Junction, VT: National Center for PTSD. 1999.
- Kazlauskas E., Gailienė D., Domanskaitė-Gota V., Trofimova J. Įvykio poveikio skalės - revizuotos (IES-R) lietuviškos versijos psichometrinės savybės. *Psichologija. Mokslo darbai*, 2006; 33:22-30.
- Viliūnienė R, Evans C, Hilbig J, Pakalniškienė V, Danilevičiūtė V, Laurinaitis E, Navickas A. Translating the Clinical Outcomes in Routine Evaluation Outcome Measure (CORE-OM) into Lithuanian. *Nordic Journal of Psychiatry*. 2012; 67(5):305-311.
- Gersons BPR, Meewisse ML, Nijdam MJ, Olff M. Protocol: Brief Eclectic Psychotherapy for posttraumatic stress disorder (BEPP). Academic Medical Centre, University of Amsterdam, 2011.

EFFECTIVENESS OF BRIEF ECLECTIC PSYCHOTHERAPY FOR POSTTRAUMATIC STRESS: PILOT RESULTS FROM VILNIUS BEPP STUDY

E. Kazlauskas, E. Mažulytė, P. Želvienė, M. Dovydaitienė, P. Skruibis

Key words: posttraumatic stress, psychotherapy, effectiveness. Summary

Preliminary results of Vilnius study on the effectiveness of a Brief Eclectic Psychotherapy for Posttraumatic Stress Disorder (BEPP) are presented in this article. BEPP is a 16 session trauma-focused psychotherapy, that was developed in Netherlands, integrating various methods from different theoretical perspectives.

The aim of this study was to evaluate the effectiveness of BEPP and to measure the dynamics of posttraumatic stress symptoms and other psychological problems during the treatment. Ten adults (aged 36.1 on average) with clinically significant symptoms of posttraumatic stress disorder participated in this study. Time after the traumatic event was 7 years and 4 months on average. We found a significant reduction of posttraumatic stress disorder symptoms after the BEPP treatment. Positive effects of BEPP intervention were not only the changes in posttraumatic stress reactions, but also included the increase of subjective well-being, better functioning, and the decline of problems and destructive tendencies.

Study results indicated the effectiveness of BEPP treatment for posttraumatic stress disorder in Lithuanian sample. Further studies are needed to evaluate the efficacy of BEPP treatment in Lithuanian population. Limitations related to the participant sampling and the lack of a comparison group are discussed.

Correspondence to: evaldas.kazlauskas@fsf.vu.lt

Gauta 2013-09-23

KVIEČIAME PRENUMERUOTI ŽURNALĄ „SVEIKATOS MOKSLAI“ 2014 METAMS

Žurnalas „Sveikatos mokslai“ leidžiamas dvidešimt ketvirtus metus, spausdina mokslinius straipsnius lietuvių, anglų ir rusų kalbomis. 2014 metais žurnalas pirmenybę teiks straipsniams anglų kalba.

Recenzuojamas žurnalas „Sveikatos mokslai“ yra šiose duomenų bazėse: Index Copernicus, EBSCO host (Academic Search Complete), Gale (Academic OneFile), ProQuest (Ulrich's, Summon), Australia (ERA) 2012 Journal List (ERA ID 34962), turi tarptautinę mokslininkų redakcinę kolegiją ir ISSN numerius spausdintiniam ir online variantams. Žurnale publikuoti straipsniai įskaitomi mokslo darbuotojams – profesoriams, docentams, lektoriams, asistentams, vyriausiesiems ir vyresniems mokslo darbuotojams, mokslo darbuotojams, jaunesniems mokslo darbuotojams.

Žurnalas kioskuose neparduodamas.

**Žurnalą „Sveikatos mokslai“, kuris leidžiamas kartą per du mėnesius, galima užsiprenumeruoti vi-
suose Lietuvos pašto skyriuose, taip pat internetu: www.post.lt**

**Prenumeratos kaina nesikeičia jau daugelį metų: metams - 120 Lt, šešiams mėnesiams – 60 Lt, ke-
turiems mėnesiams - 40 Lt, dviem mėnesiams - 20 Lt.**

Prenumeratos kodas: 5348.

REDAKCIJA