

## Překlad článku

Anna Karásková, 2. článek

Goldberg, S. B., Babins-Wagner, R., Rousmaniere, T., Berzins, S., Hoyt, W. T., Whipple, J. L., ... & Wampold, B. E. (2016). Creating a climate for therapist improvement: A case study of an agency focused on outcomes and deliberate practice. *Psychotherapy*, 53(3), 367.

### Vytváření klimatu pro zlepšení práce psychoterapeuta: případová studie ambulance zaměřující se na výsledky a postup psychoterapie

Efektivita psychoterapie je již dlouhou dobu uznávána. Je ověřovaná jak randomizovanými kontrolovanými studiemi, tak výzkumem v přirozeném prostředí terapie. Například člověk s průměrně vysokou mírou distresu, který podstoupí psychoterapii, na tom bude lépe než 80 % osob, které mají stejnou míru distresu a psychoterapii nepodstoupí. Je důležité, aby péče o duševní zdraví byla zkoumána z hlediska efektivity podobně, jako je tomu v medicíně obecně. Baltaden a Davidoff (2007) zlepšení kvality popisují jako společnou a neustávající snahu všech zainteresovaných osob podniknout změny, které povedou k lepšímu zdraví lidí, zlepšení zdravotního systému a lepšímu profesnímu vzdělávání.

Pro zlepšování je používána například metoda auditu a zpětné vazby (porovnání výsledku léčby s výsledky kolegů z oboru), která je výzkumně spojená se zlepšením praxe a výsledků lékaře. Aplikovat tuto metodu v oblasti duševního zdraví ale není zcela možné, protože neexistují určené standardizované postupy unikátně spojené s dobrými výsledky léčby. V psychoterapii za efektivitou může stát mnoho různým postupů. Je zde ale možné použít podobnou metodu, a to sice "sledování výsledků postupu" terapie (ROM, *routine outcome monitoring*), což spočívá ve sledování vývoje stavu pacienta v průběhu docházení na psychoterapii a porovnávání s vývojem jiných pacientů v psychoterapii. Následně na tomto základě se s terapeutem probírají možné postupy a další vývoj práce. Tato technika je přisuzována Howardovi a jeho kolegům a v současnosti je dale vyvíjena, existují různé formy. Ukazuje se, že v terapii napomáhá zejména snižovat počet pacientů, kteří se v psychoterapii nezlepšují tak, jak by se to očekávalo. Není ale jisté, zda ROM zvyšuje efektivitu psychoterapie jako takové. Psychoterapeuti se nemusí díky zpětné vazbě automaticky rozvíjet, a to sice kvůli nepředvídatelnosti výsledku jednotlivých terapií a také vzhledem z omezené využitelnosti minulé zkušenosti v sezeních.

Autoři se zamýšlí nad tím, jak podmínky pro zlepšení práce terapeutů podpořit. Možnost, kterou ve studii využili, je změna na organizační úrovni pracoviště, kdy se vytváří klima vhodné pro zlepšení nejen individuální práci psychoterapeuta, ale napříč celou organizací. V jejich studii zkoumají zlepšení terapeutů na pracovišti, které se jako celek zaměřilo na zlepšení jejich práce. V terapii se provádělo průběžné měření stavu klienta, s psychoterapeuty o vývoji rozmlouvali a pomáhali plánovat a připravovat se na další postup. Studie obsahuje data ze sedmi let této praxe na pracovišti. Měřili vývoj efektivity jak na úrovni organizace, tak na individuální úrovni psychoterapeutů. Měli tři hlavní výzkumné otázky:

1. Zlepšuje se obecně stav pacientů navštěvujících pracoviště?
2. Zlepšují se psychoterapeuti ve své práci v průběhu času?
3. Najímá organizace lepší psychoterapeuty v průběhu času?

Výzkumná data pocházejí ze neziskového pracoviště zaměřeného na duševní zdraví ve velkém kanadském městě. Byla sbírána po dobu 7 let (léta 2008-2015) a pocházejí z individuální psychoterapie. Výzumný vzorek čítá 5 128 pacientů, kteří se zúčastnili alespoň tří sezení, a 153 psychoterapeutů. Stav pacientů se měřil před každým sezením dotazníkem *Outcomes Questionnaire-45* (zaměřuje se na míru distresu, mezilidské vztahy a výkon v sociální roli). Na pracovišti se vlivem tohoto postupu vyměnilo asi 40 % zaměstnanců, protože ne všichni byli ochotní metodu akceptovat. Asi polovina psychoterapeutů byla ještě ve výcviku, ti měli hodinu individuální supervize týdně a dvě hodiny skupinové. Pro všechny terapeuty byla jednou měsíčně pořádána videokonference, kde získávali zpětnou vazbu ohledně svých případů. Psychoterapeuti měli za úkol prezentovat grafický vývoj svých pacientů a byli vyzváni k tomu, ať přicházejí s těmi nejvíce komplikovanými případy. V průběhu těchto setkání personál dohromady plánoval postup pro zlepšení práce. Diskuse se zaměřovala na vytváření dobrého terapeutického vztahu, především na vytvoření cílů v psychoterapii a hledání prostředků, jak jich dosáhnout. Kultura změny se v organizaci postupně rozvíjela a psychoterapeuti začali ze zpětné vazby více čerpat a hlásit zlepšení.

Podle výsledků studie se u pacientů projevilo významné pokles klinických symptomů. Také se projevilo male, ale konzistentní obecné zlepšení výsledků pracoviště v průběhu času asi o 0,035 standardizovaných jednotek za rok. Zlepšení psychoterapeutů se taky ukázalo jako významné v podobné míře, bylo podobně velké nezávisle na profesní zkušenosti. Neukázalo se, že by psychoterapeuti zaměstnaní později byli lepší než ti pracující pro organizaci dříve.

Tato studie prokázala, že soustředěná snaha o zlepšování práce psychoterapeutů může být efektivní. Ukazuje, že je možné měnit praxi k lepšímu. Autoři zmiňují, že psychoterapeutům ale ke zlepšení nestačí jen zpětná vazba o tom, jak si jejich pacienti vedou. Potřebují cílenou supervizi jejich obtížných případů. Psychoterapeuti při ní mohli o svých případech diskutovat s kolegy i s externím konzultantem a dostávali konkrétní doporučení. Tato opatření vycházela ze struktury celé organizace, kde vznikla snaha vytvořit klima vhodné pro změnu. Ke zlepšení tedy doporučují psychoterapeutům pravidelné konzultace jejich obtížných případů s odborníky.

Jako nedostatky studie uvádějí to, že nekaždý se s technikou ROM může ztotožnit, v jejich organizaci se kvůli jejímu zavedení vyměnilo 40 procent personálu. Nedoporučují také měřit efektivitu práce psychoterapeuta na základě jeho jednoho případu, jelikož o úspěšnosti zde vypovídá spíše povaha pacienta než práce psychoterapeuta.

V dalším výzkumu doporučují zaměřit se na to, jak přesně zpětná vazba může pomáhat psychoterapeutům ke zlepšení (například jaký to má vliv na terapeutický vztah), což by mohl ověřit kvalitativní výzkum. Také doporučují dále zkoumat i charakteristiky psychoterapeutů, které ovlivňují jejich přijetí zpětné vazby, a vliv psychologického vzdělávání na jejich vývoj v práci. Může to pomoci lépe identifikovat, jak mohou psychologická pracoviště vytvářet prostředí pro změnu. Doporučují replikaci studie na jiném pracovišti. Upozorňují na omezení spojená s případovou studií, například na omezenou možnost generalizovat výsledky na jiná pracoviště. Nevýhodou je i absence kontrolní skupiny ve výzkumu, kde by mohli srovnat výsledky více skupin terapeutů s různou mírou a podobou zpětné vazby.