

# Преимущества для клиентов и терапевтов

## Преимущества для клиентов и терапевтов

Рансдиагностические вмешательства, такие как Унифицированный протокол UP (или АСТ), дают несколько существенных преимуществ клиницистам и клиентам:

**Во-первых**, как отмечалось ранее, частота коморбидности расстройств довольно высока, а классические КПТ протоколы не приспособлены для лечения сопутствующих состояний.

**Во-вторых**, ориентация на эмоциональные процессы, которые поддерживают симптомы расстройства могут одновременно решать проблему коморбидности. Кроме того, в классическом КПТ терапевты должны знать огромное количество протоколов для лечения. UP устраняет эту проблему, поскольку терапевтам необходимо изучать лишь одно вмешательство, чтобы обеспечить основанный на доказательствах подход для помощи пациентам.

На сегодняшний день Унифицированный протокол используется для психологического сопровождения людей с паническим расстройством, социальным тревожным расстройством, обсессивно-компульсивным расстройством, генерализованным тревожным расстройством, ПТСР, депрессией, биполярным аффективным расстройством, бессонницей, расстройствами пищевого поведения.

### Для пациентов

В качестве ведущего трансдиагностического лечения для эмоциональных расстройств, UP имеет возможность одновременно

нацеливать симптомы множественных диагнозов, что является очевидным преимуществом перед лицом высоких показателей коморбидности и клинических представлений, которые не соответствуют чисто диагностической категории DSM-5 (например, другое указанное тревожное расстройство). Например, если пациент, страдающий паническим расстройством и ОКР, может привести к обсуждению того, на чем следует ориентироваться, а затем последовательно решать каждую проблему. UP устраняет такие разговоры, потому что, ориентируясь на основные функции, которые поддерживают множественные нарушения, это вмешательство может одновременно уменьшать симптомы в сопутствующих условиях. Это означает более эффективное облегчение симптомов для пациентов! Как и другие когнитивно-поведенческие (CBT) вмешательства, UP нацелен на достижение цели, относительно короткий и ориентированный на актуальность.

### **Для терапевтов**

Любой терапевт, который пытается идти в ногу с последними исследованиями в области психического здоровья, знает, что это может быть подавляющей задачей. Даже учитывая только CBT, для каждого беспорядка в DSM существует несколько методов лечения (и соответствующих руководств), и может быть трудно понять, какой протокол лучше всего. Помимо выявления лучшего лечения каждого заболевания, терапевт затем должен учиться (либо покупая / читая книгу, либо получая какую-то форму обучения), другой подход к каждому заболеванию.

UP облегчает жизнь терапевтам, предоставляя одно вмешательство, применимое к широкому спектру нарушений. На сегодняшний день UP используется для успешного лечения панического расстройства, социального тревожного расстройства, ОКР, генерализованного тревожного расстройства, ПТСР, синдрома беспокойства NOS, основного депрессивного расстройства, стойкого депрессивного расстройства, биполярной депрессии, пограничного расстройства личности, несаицидального самоконтроля, травмы, первичной бессонницы и расстройств пищевого поведения. Опять же, клиницисты должны только изучить

один протокол, чтобы иметь возможность оказывать поддерживаемое исследованиями лечение своим пациентам с различными симптомами. Это может сэкономить огромное количество времени и финансовых затрат, связанных с изучением многочисленных протоколов с одним беспорядком.