



Ежемесячный научно-практический журнал

# СИХОТЕРАПИЯ

## *Читайте в номере:*

*К.м.н. Кучинов А.И.*

К вопросу о критериях оценки эффективности психотерапии

*Ермошин А.Ф.*

Методика сопровождения знания в тело

*Пискунова Г.Е.*

Откройся мне, мама!

*Альфред Притц*

Глобальная психотерапия

*Лытов Д.А., к.ф.-м.н. Лытова М.Ф.*

Тест МТ: многофакторная диагностика юнговских типов

*Павличенко А.В.*

Некоторые аспекты психопатологии  
полиморфных навязчивостей при шизофрении  
в связи с психотерапией

*Врач-психиатр Федоров Я.О.*

Патоморфоз шизофрении в 7090 годы XX века

Телефоны  
для справок:  
(095) 275-45-67  
(095) 155-47-74

Адрес для писем  
и бандеролей:  
125315,  
Москва, а/я 9.

E-mail:  
litera2000@mail.ru  
psychoterapia@oppl.ru

11  
2004

## К вопросу о критериях оценки эффективности психотерапии

КУЧИНОВ А.И.

к.м.н., доцент, зав. учебной частью кафедры нелекарственных методов лечения и клинической физиологии Московской медицинской академии им. И.М. Сеченова

*Оценка эффективности психотерапии настолько же трудно осуществима, насколько и необходима. Имеющиеся в данном направлении публикации зачастую, с одной стороны, грешат методологической и терминологической путаницей, с другой стороны, оказываются непригодными для использования приведенных в них данных в силу несопоставимости используемых в этих работах критериев. В настоящей работе предложено структурировать факторы, эффекты и критерии эффективности психотерапии на критерии-условия, которые необходимо соблюдать при проведении сравнительных исследований, на неспецифические терапевтические факторы и эффекты внетерапевтического воздействия, которые влияют на результативность психотерапии, и на критерии, которые необходимо учитывать при выборе инструмента анализа эффективности терапии.*

*Ключевые слова: психотерапия, оценка эффективности, сравнительные исследования, результативность психотерапии*

Оценка эффективности психотерапии на протяжении десятилетий остается трудноразрешимой задачей в отношении всех существующих психотерапевтических систем. Данная ситуация сохраняется вследствие недостаточности самой методологии научных исследований в области психотерапии, с одной стороны, и несоответствия в значительной мере понятийного аппарата с естественнонаучными принципами эмпирического исследования, с другой [7].

Вплоть до середины прошлого столетия оценка эффективности психотерапии строилась преимущественно на субъективных данных — суждениях психотерапевтов о результатах лечения их собственных пациентов. Нет сомнений в предвзятости такой оценки, но именно эти данные стали отправной точкой для проведения сравнительных исследований.

На проблемы, возникающие при оценке эффективности психотерапии, указывают практически все авторы, которые когда-либо ставили перед собой задачу, связанную с исследованием результативности психотерапевтического вмешательства. Так, Карвасарский Б.Д. [4, 5] и Бурно М.Е. [1] называют проблему оценки эффективности психотерапии "чрезвычайно сложной", а необходимость учета всех важных критериев при оценке эффективности психотерапии (в том числе и множества самых разнообразных переменных) и проведение сравнительных исследований адекватными этим критериям методами "создают почти непреодолимые трудности при решении этой проблемы" [5, с. 164].

Среди множества объективно существующих проблем, возникающих при оценке эффективности психотерапии, можно выделить следующие.

1. Роль личности психотерапевта в лечебном процессе — фактор, который, несомненно, играет огромную роль при любом психотерапевтическом вмешательстве. Так, Зачепицкий Р.А. [3], а следом за ним и Бурно М.Е. [1] постулируют утвердившееся в западной психотерапии положение, что психотерапевт лечит в основном своей личностью, а не приемами. "Оценивать эффективность данного психотерапевтического приема (в отличие, например, от эффективности медикамента) возможно лишь с учетом личности врача" (Бурно М.Е., 1989, с. 55). "Психотерапия во всех случаях предполагает особую роль личности само-

го психотерапевта. В зависимости от специфики последней один и тот же метод может быть весьма эффективным или абсолютно бесполезным" [8].

2. Конкретная психотерапевтическая система и ее теоретическая и методологическая базы, в свою очередь, вытекающие из принятой теоретической концепции, также являются большим препятствием для сравнительных исследований. Так, для оценки эффективности (реконструктивной) психотерапии принято, в соответствии с этапами психотерапевтического процесса, оценивать следующие критерии:

- на первом этапе — степень понимания больным взаимосвязи между имеющейся симптоматикой и невротическим конфликтом;
- на втором этапе — степень перестройки ценностных отношений и восстановления нарушенных отношений личности (поведения, взаимоотношений с людьми, изменение целей, жизненных планов);
- на третьем этапе — степень нормализации социального функционирования в различных сферах деятельности.

Совершенно очевидно, что данные критерии делают невозможным сопоставление эффективности личностно-ориентированной психотерапии с другими психотерапевтическими приемами, а тем более с другими терапевтическими, в том числе медикаментозными, методами.

3. Различные психотерапевтические цели, в зависимости как от применяемого психотерапевтического метода, так и от характера расстройств, в соответствии с которыми формируются терапевтические задачи, также ограничивают возможность сравнительных исследований. Так, Гузиков Б.М. (1982 г.) предлагает применять для оценки эффективности психотерапии при алкоголизме следующие критерии:

- степень преодоления пациентом анозогнозии;
  - степень объективности оценки больным своих личностных особенностей;
  - способность к восстановлению самоуважения;
  - степень социально-психологической реадaptации.
- уровень восстановления нарушенных семейных, производственных и иных отношений пациента;
- длительность ремиссии.

Воловик В.М. [2] предлагает проводить оценку действия психотерапевтического вмешательства у больных с

малопрогрессирующими формами шизофрении по следующим направлениям:

- динамика субъективной оценки болезни и отношения к лечению;
- степень осознания наличия трудностей и конфликтов в иных значимых сферах отношений личности;
- недостаток индивидуального опыта;
- наличие вторично усвоенных форм поведения, дезадаптирующих больного.

K. N. De-Witt, N. B. Kaltzeider, D. S. Weiss, M. J. Horowitz [9] полагают, что при оценке эффективности психотерапии следует ориентироваться на конфликт, вызвавший заболевание, и т. п.

4. Наконец, каждый исследователь, который поставил перед собой задачу объективизировать результативность и эффективность своего психотерапевтического воздействия, предлагает использовать для этих целей свои же критерии, которые именно он считает наиболее адекватно отражающими специфику данного психотерапевтического вмешательства, что исключает возможность дальнейших сравнительных исследований. Так, М. Е. Бурно предлагает оценивать эффективность терапии творческим самовыражением по следующим критериям:

- 1) убежденность и пациента, и его близких в том, что именно это лечение существенно помогло;
- 2) изменение "социальной кривой" жизни пациента;
- 3) сформировавшееся в процессе лечения желание помочь другим пациентам.

Помимо перечисленных выше, к факторам, затрудняющим оценку эффективности психотерапии, можно отнести неспецифические терапевтические влияния, такие, как плацебо-эффект, эффект надежды, так называемый эффект hello-good-bye (пациент до психотерапии склонен чувствовать и описывать свое состояние как тяжелое потому, что он ищет помощи, а прощаясь с внимательным психотерапевтом, склонен и без объективного улучшения считать, что его состояние улучшилось) и эффекты внетерапевтического воздействия, а именно, общие или личные события, действующие на состояние пациентов (политические или экономические изменения, перемены на работе, в семье), спонтанные ремиссии и пр.

Не меньшие сложности возникают и при проведении сравнительных исследований эффективности различных видов психотерапии между собой. Первое сравнительное исследование различных психотерапевтических методов было проведено в 1953 г. Р. Хайне и касалось сопоставления эффективности психоаналитической адлеровской и роджерсской психотерапии.

Однако и это и все последующие проведенные сравнительные исследования имели ряд недостатков в силу объективно существующих проблем. Карвасарский Б. Д. [5], анализируя литературу, посвященную групповым методам психотерапии, приходит к заключению, что в большинстве случаев результаты, полученные разными исследователями, не сопоставимы между собой. Причину этого он видит как в различии теоретических подходов авторов к пониманию ими целей, задач и механизмов терапевтического процесса, так и в недостаточно четком определении критериев эффективности. Хорошей иллюстрацией к данному утверждению может быть результат метаанализа работ по исследованию различных видов психотерапии, проведенного К. Граве и сотр. и опубликованного в 1994 г. В своей фундаментальной работе К. Граве [10] тщательно проанализировал буквально все эмпирические исследования эффек-

тов и эффективности психотерапии, опубликованные до начала 1984 г. Из тысяч проанализированных сравнительных исследований в число работ с приемлемым научным уровнем вошло только 897 источников.

Другой стороной данной проблемы является давно назревшая необходимость в выработке методологии и адекватных критериев, которые позволят проводить оценку эффективности психотерапии, несмотря на перечисленные выше трудности. На этом настаивают многие исследователи. В нашей стране требование разработки критериев и методов оценки эффективности психотерапии становится все более актуальным в связи с развитием методов, организационных форм психотерапии, увеличением числа специалистов-психотерапевтов в системе здравоохранения.

Проведя анализ литературы, посвященной данной проблеме, мне видится целесообразным структурировать все факторы и критерии, входящие в методологию оценки эффективности психотерапии, и выделить, во-первых, критерии, имеющие отношение к условиям проведения сравнительных исследований, во-вторых, факторы, влияющие на эффективность психотерапии, и, в-третьих, критерии, имеющие отношение непосредственно к оценке эффективности психотерапевтического вмешательства.

Наиболее полно необходимые критерии условий проведения сравнительных исследований (предпосылки, требуемые для объективной оценки эффективности психотерапии) приведены Карвасарским Б. Д. [4, 5]. Среди них можно выделить такие, как:

- 1) четкое определение метода, которым осуществляется психотерапия;
  - 2) статистически значимое число пациентов, леченных данным методом;
  - 3) проведение изучения эффективности на гомогенном материале;
  - 4) применение метода случайной выборки для формирования групп пациентов, создаваемых для оценки эффективности психотерапии;
  - 5) учет целей и задач, обусловленных как клинической спецификой самого заболевания, так и психотерапевтическими механизмами применяемого метода;
  - 6) проведение оценки эффективности психотерапии не тем лицом, которое осуществляет лечение;
  - 7) репрезентативное число повторно исследованных больных в катамнезе (не менее 90% от общего их числа);
  - 8) оценка в катамнезе должна исходить не только от врача, желательно независимого оценщика (объективные данные), но и от самого больного (субъективные показатели).
- Факторы, влияющие на эффективность психотерапии, можно условно разделить на две группы:

- 1) неспецифические терапевтические факторы: сюда относятся влияния фактора личности психотерапевта, плацебо-эффект, эффект надежды, эффект hello-good-bye;
- 2) эффекты внетерапевтического воздействия: спонтанные ремиссии, общие или личные события, действующие на состояние пациентов, личностные, характерологические, половозрастные и другие характеристики самих пациентов и людей, которые их окружают, и пр.

К критериям, которые имеют отношение непосредственно к оценке эффективности психотерапевтического вмешательства и которые по возможности должны учитываться при проведении сравнительных исследований, можно отнести следующие:

- 1) анализ изменений, происходящих в человеке, должен охватывать различные аспекты:

• клинический — критерий симптоматического улучшения,

• индивидуально-психологический — критерий психологического улучшения,

• социально-психологический — коррекция неадаптивных реакций, изменения в отношениях и установках, улучшение социального функционирования и пр.;

2) критерии эффективности психотерапии по приведенным выше направлениям должны быть достаточно полно и широко отражены в исследованиях. Так, критерий симптоматического улучшения должен по возможности наиболее полно охватывать динамику соматической и психопатологической симптоматики, критерий психологического улучшения должен по возможности отражать как общепсихологические (уровень тревоги, депрессии и т.п.), так и личностные (личностно-реконструктивные) изменения, социально-психологический критерий может дифференцированно оценивать различные аспекты социальной жизни пациента (микросоциальные, профессиональные, социально-экономические и другие аспекты);

3) оценка изменений в состоянии больных по критериям симптоматического, психологического и социально-психологического улучшения должна проводиться по методикам, специально разработанным с учетом данного заболевания, его природы и механизмов;

4) критерии эффективности психотерапии должны оцениваться разными источниками и включать как результаты объективного наблюдения врача, так и субъективную оценку с позиций самого пациента, а также его близких (родственников);

5) критерии эффективности психотерапии должны учитывать временные параметры и оценивать результаты непосредственно в процессе проведения психотерапевтического сеанса, результаты в процессе проведения всего курса лечения и отдаленные результаты (катамнестические исследования);

6) наконец, критерий объективности — результаты динамики изменений, происходящих в человеке, должны быть наглядными, иметь количественную оценку и должны быть сопоставимы с другими аналогичными результатами исследований. Для этих целей разработано множество тестов, оценочных и клинических шкал, стандарти-

зованных методов оценки и самооценки состояния, формализованных дневников, программно-аппаратных средств оценки психологического, психофизиологического и физиологического состояния и т.п.

Данное структурирование факторов, эффектов и критериев, на мой взгляд, будет полезным для построения методологических подходов к вопросу оценки эффективности психотерапевтического вмешательства, чтобы устранить имеющуюся в ряде работ путаницу между теми критериями, которые исследователь сам вправе выбрать в качестве инструмента анализа, теми эффектами, которые влияют на результативность психотерапии помимо его воли, но, которые, тем не менее, он должен учитывать в своем исследовании, и теми условиями, которые необходимо соблюдать для чистоты эксперимента.

#### Список литературы

1. Бурно М.Е. Терапия творческим самовыражением. — М.: Медицина, 1989.
2. Воловик В.М. Общие принципы и методы групповой психотерапии больных шизофренией // Групповая психотерапия при неврозах и психозах. — Л.: НИПИ им. В.М. Бехтерева, 1975. — С. 26—37.
3. Зачепицкий Р.А. О факторах, определяющих успешность психотерапии: обзор современной американской литературы // Журнал невропатологии и психиатрии — 1979. — №5. — С. 639—647.
4. Карвасарский Б.Д. Психотерапия. — М. "Медицина", 1985.
5. Карвасарский Б.Д. Психотерапия: Учебник. — СПб.: Питер, 2002.
6. Сердюк А.И. Методика объективизации эффективности психотерапии соматических больных, 1994.
7. Соколова Е.Т. Психотерапия: теория и практика. — М.: Академия, 2002.
8. Решетников М.М. К вопросу психофизиологической реабилитации // Рос. мед. вести. — 1996. — №1. — С. 55—58.
9. De-Witt K.N., Kaltzeider N.B., Weiss D.S., Horowitz M.J. Judging change in psychotherapy. Reliability of clinical formulations // Arch. Gen. Psychiat. — 1983. — Vol. 40, №10. — P. 1121—1128.
10. Grawe K., Donati R., Bernauer F. Psychotherapie im Wandel. Von der Konfession zur Profession. — Hogrefe — Göttingen — Bern — Toronto — Seattle, 1994.
11. Eysenck H. J., Martin J. Theoretical Foundations of Behaviour Therapy. — N. Y.: Plenum Press, 1987.
12. Prioleau L., Murdoch M., Brody N. An analysis of psychotherapy versus placebo // Behavior and Brain Science. — Vol. 6. — P. 275—285.

#### TO A QUESTION ON CRITERIA OF AN ESTIMATION OF EFFICIENCY OF PSYCHOTHERAPY

Koutchinov A.I. Moscow Medicine Academy named by I.M. Setchenov

*The estimation of efficiency psychotherapy is so difficult as far as is necessary. The publications, available in the given direction, frequently sin, on the one hand, by methodological and terminological mess, on the other hand, it appear unsuitable for use of the data, given in them, by virtue of incomparability of criteria, used in these works. In the present work it is offered to structure the factors, effects and criterion of efficiency psychotherapy on criteria-conditions, which are necessary for observing at realization of comparative researches, on not specific therapy factors and effects of outtherapy influence, which influence productivity psychotherapy, and on criteria, which are necessary for taking into account at a choice of the tool of the analysis of efficiency of therapy.*

**Key words:** psychotherapy, estimation of efficiency, comparative researches, productivity of psychotherapy