



Поїхали! Метакогнітивний тренінг (МСТ) для пацієнтів, які страждають на шизофренію



Посібник з реалізації — часті питання

Реалізація

Що таке «групи МСТ»?



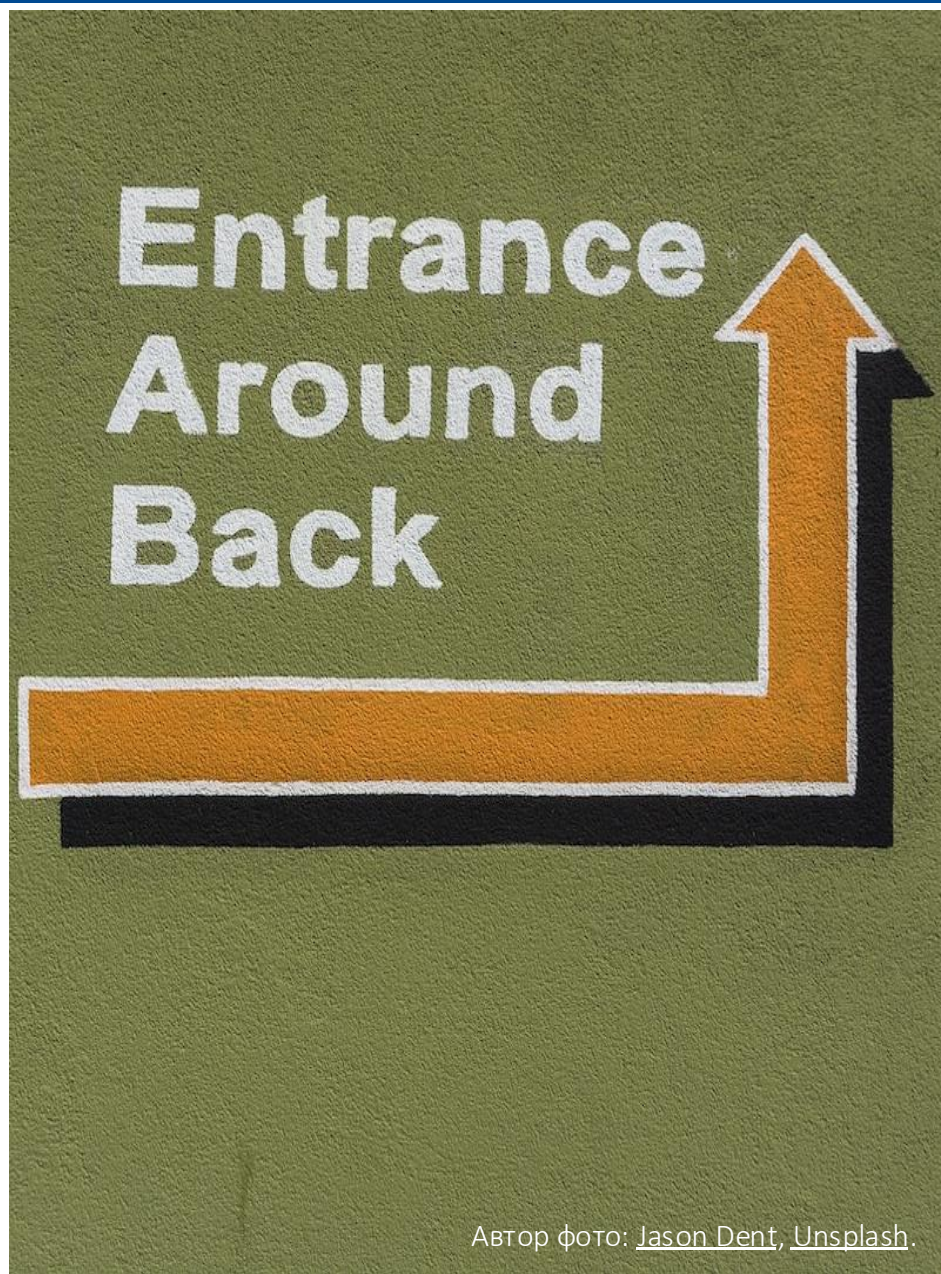
Реалізація



Що таке групи МСТ?

Груповий МСТ ґрунтується на засадах поведінкової терапії, однак використовує так званий «опосередкований підхід»: спочатку ми не обговорюємо безпосередньо психотичні симптоми.

Замість прямого аналізу психотичних симптомів учасникам у доступній формі показують типові когнітивні викривлення, які можуть призводити до хибних суджень і навіть до маячення. Крім того, ми розглядаємо емоційні проблеми та стигматизаційні переживання. МСТ є основною терапією в різних державах, зокрема в Німеччині.



Контрольний список реалізації

Який матеріал мені потрібен для реалізації і як його отримати?



Контрольний список реалізації



Який матеріал мені потрібен для реалізації і як його отримати?

Усі матеріали доступні для безкоштовного завантаження на нашому вебсайті: www.uk.de/mkt

- Версії А і В 10-ти модулів (презентації у форматі PDF)
- У розділі «Відкритий вихідний код» ви також знайдете доступні для редагування слайди презентації у форматі Powerpoint
- Посібник з вказівками щодо реалізації (zareєструйтесь безкоштовно на нашому вебсайті (синя кнопка: Посібник з МСТ))
- Ми також пропонуємо онлайн-тренінг щодо реалізації: www.uk.de/e-mkt (12 навчальних одиниць)



Контрольний список реалізації



Який матеріал мені потрібен для реалізації і як його отримати?

Допоміжний матеріал для тренерів: на нашому вебсайті доступний додатковий розділ з завантаженнями:

- Групові правила у вигляді плакату для місця проведення МСТ
- Вирішення складних терапевтичних ситуацій з практичними порадами
- Домашні завдання з МСТ (для всіх модулів, де модулі 2 і 7 та 4 і 6 об'єднані)
- Червона та жовта картки

Ми вважаємо, що всі матеріали важливі. Проте ви можете почати проводити групи, навіть якщо якісь елементи (наприклад, немає червоної чи жовтої картки, плакатів чи відео) відсутні.



Контрольний список реалізації



Який матеріал мені потрібен для реалізації і як його отримати?

- Також на нашому вебсайті є додатковий розділ з завантаженнями з *інформацією для зацікавлених пацієнтів*:
 1. Буклет щодо МСТ
 2. Короткий зміст модулів МСТ

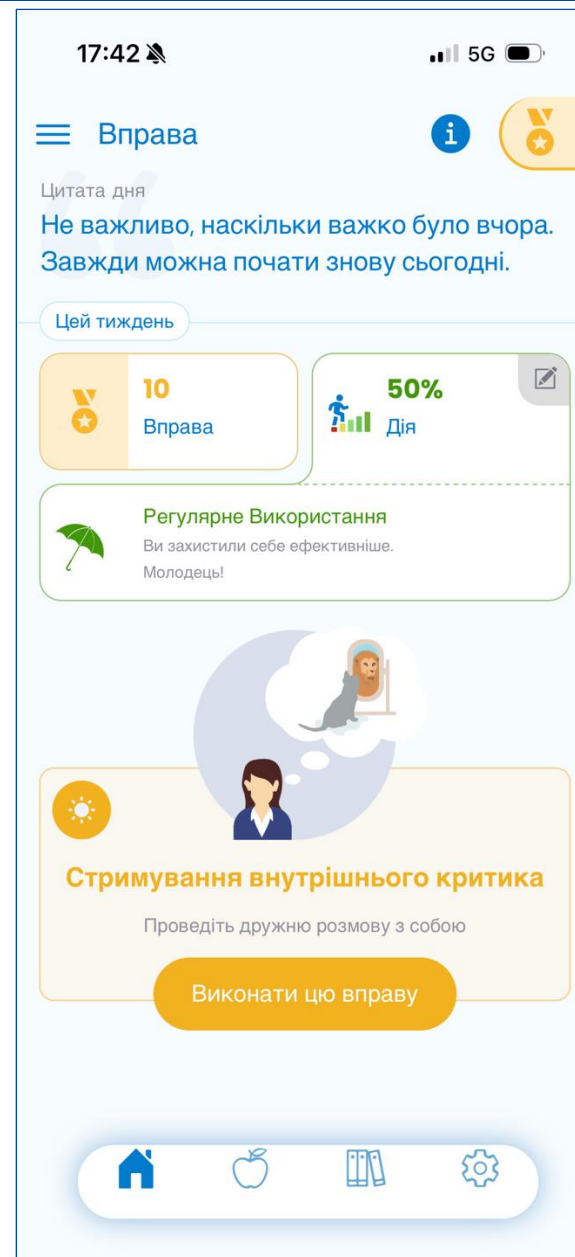


Контрольний список реалізації



Який матеріал мені потрібен для реалізації і як його отримати?

- Щоб допомогти учасникам перенести отримані навички в повсякденне життя, рекомендуйте їм скористатися нашим додатком самодопомоги COGITO
- Він доступний для безкоштовного завантаження для Android і IOS
- Подобиці: https://uke.de/cogito_ua



Контрольний список реалізації

Яке технічне обладнання мені потрібно? Як створити комфортний простір для проведення терапії?

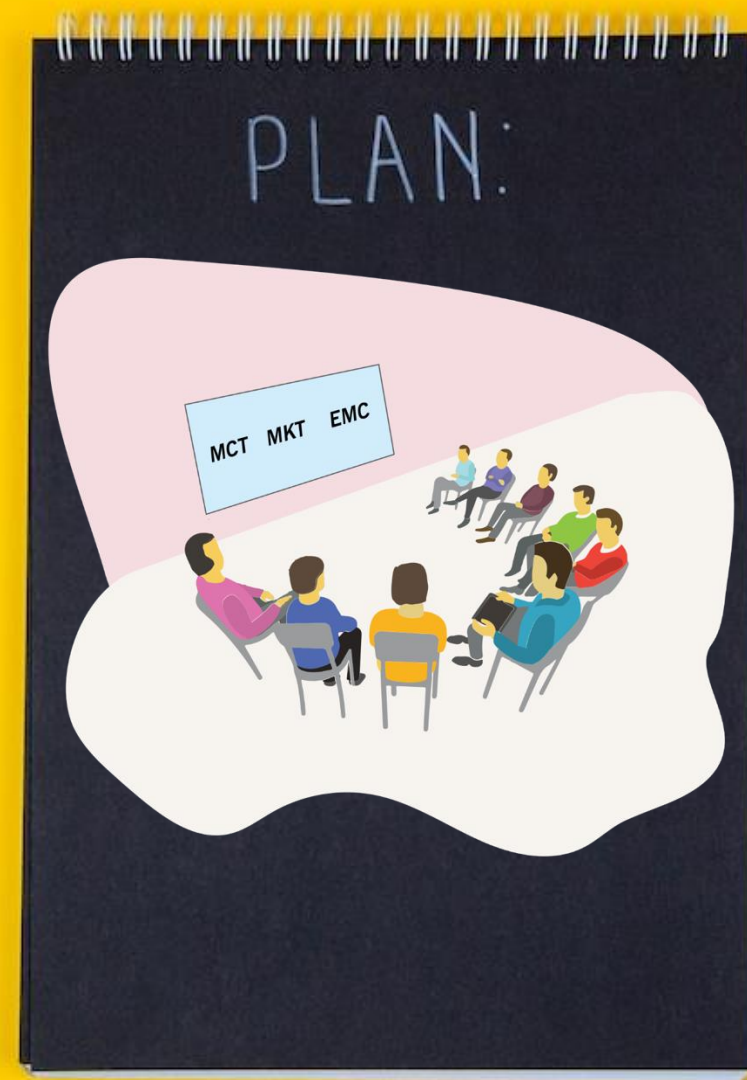


Контрольний список реалізації



Яке технічне обладнання мені потрібно? Як створити комфортний простір для проведення терапії?

- Ноутбук (з Acrobat Reader і, наприклад, VLC-відеопрогравач) і проектор
- Приміщення: Простір для розміщення до 10 учасників і проєкційна поверхня; бажано з можливістю затемнення від сонячного світла.
- Учасники сидять півколом або у формі літери «П» (якщо використовуються столи), звернені до екрану
- Тренери сидять, по можливості, в центрі півкола з ноутбуком перед собою (або з пультом дистанційного керування).
- Тривалість: 45–60 хвилин



Контрольний список реалізації

Хто проводить тренінг?



Контрольний список реалізації



Хто проводить тренінг?

- В ідеалі **2** тренери (психолог, працівник психіатричної клініки, психіатр, медсестра психіатричного профілю, ерготерапевт, соціальний педагог)
- За їх відсутності: Студенти психології (магістри)
- Бажано мати досвід роботи з пацієнтами, які страждають на психоз, та модерації групових занять



Контрольний список реалізації

Які пацієнти мають право на участь
у тренінгу?



Контрольний список реалізації



Які пацієнти мають право на участь у тренінгу?

- Тренінг призначено для пацієнтів із розладами шизофренічного спектра
- Також участь можуть брати пацієнти з іншими діагнозами, які зараз або в минулому переживали психотичні симптоми (особливо маячення, думки про переслідування, галюцинації та розлади особистості)
- У пацієнтів має бути достатньо стабільний стан, щоб вони могли зосередитися на тому, що відбувається під час сеансу
- Пацієнти, які легко відволікаються, іноді можуть втомитися від тренінгу, але їм все одно варто спробувати (альтернатива: МСТ для гострих станів (uke.de/mkt-akut))
- Пацієнти, які демонструють асоціальну, відсторонену або ворожу поведінку, повинні брати участь лише після зникнення симптомів



Контрольний список реалізації

Як я можу підготуватися до відповідних
сесій МСТ?



Контрольний список реалізації



Як я можу підготуватися до відповідних сесій МСТ?

- Перед кожним сеансом вибирайте відповідні слайди/вправи (усіх слайдів буде забагато для одного сеансу) і переглядайте вказівки в посібнику. Дотримуйтесь «тріади МСТ» і завжди вибирайте слайди у зв'язці **Вступ – Вправи – Висновки з навчання**
- Розподіліть частини модуля з іншим тренером
- Подумайте, як адаптувати слайди, перефразовуючи їх, щоб вони відповідали когнітивному рівню учасників — знайдіть свій «мову» (реагуючи на можливі труднощі з концентрацією учасників)
- Що більше у вас досвіду, то більше свободи дій у вас є зі слайдами (але не варто повністю від них відходити).
- Роздрукуйте подальші нотатки
- Роздайте новим учасникам жовті та червоні картки



Контрольний список реалізації

З якого модуля МСТ почати? Коли нові пацієнти можуть приєднатися до поточної групи?



Контрольний список реалізації



З якого модуля МСТ почати? Коли нові пацієнти можуть приєднатися до поточної групи?

- Модуль 1 цикл А, потім всі модулі циклу по черзі
- Потім цикл В, а потім знову цикл А тощо
- Усі сеанси є окремими, і пацієнти можуть приєднатися в будь-який час, не очікуючи на модуль 1А.
- Спочатку попросіть досвідчених учасників МСТ (якщо це можливо) пояснити новим учасникам визначення терміну «метапізнання» та цілі тренінгу



Оцінка реалізації



Як мені зафіксувати відгуки про МСТ?

- Оцінка МСТ належить до проєкту клінічних партнерств, які фінансує Німецьке товариство міжнародного співробітництва (GIZ).
- Відгуки учасників МСТ дуже цінні, оскільки допомагають нам постійно вдосконалювати тренінг. Тому в кінці кожного модуля ми вставили посилання та QR-код, який веде до короткої онлайн-форми зворотного зв'язку.
- Просіть учасників заповнювати цей аркуш за допомогою смартфона після **кожного модуля**.



Оцінювання

- Просимо вас виділити трохи часу, щоб оцінити тренінг!
- Ваша думка важлива для постійної оптимізації контенту.
- Опитування анонімне.

→ Щоб пройти опитування, відскануйте QR-код або перейдіть за посиланням. ДЯКУЄМО!

https://geurope.eu.qualtrics.com/jfe/form/SV_chKzGKiiWI1iG9M



Приклад слайда оцінки з модуля 1

Контрольний список реалізації

Як мені повернути кошти за участь в МСТ
від медичної страхової компанії?



Контрольний список реалізації



Як мені повернути кошти за участь в МСТ від медичної страхової компанії?

- Це залежить від контексту проведення та кваліфікації спеціаліста:

1. Психотерапевт приватної практики:

- в системі оплати враховується спосіб лікування (наприклад, групова КПТ), а не назва конкретної програми чи підходу (як-от МСТ).
- у форматі індивідуальної терапії (МСТ+): Заява на оплату через страхову компанію (тільки у разі довгострокового лікування, для короткострокового лікування не потрібна заява). У плані терапії зазначте МСТ+ як інтервенцію (мета терапії: зміна когнітивних викривлень). Якщо групова терапія також врахована, можна зазначити МСТ як групову терапію.



Контрольний список реалізації



Як мені повернути кошти за участь в МСТ від медичної страхової компанії?

- Це залежить від контексту проведення та кваліфікації спеціаліста:

2. Амбулаторне лікування в психіатричному інституті:

- розрахунок відбувається за єдиною ставкою через квартальний талон, а не за окрему інтервенцію

3. Ерготерапевти, які мають власну практику:

- Розрахунок за послугу ерготерапії за рецептом (використання матеріалів у процесі ерготерапії)



Контрольний список реалізації

- Читайте посібник... або: пройдіть семінар чи повноцінний онлайн-тренінг з МСТ (www.uke.de/e-mkt)
- Завантаження матеріалів для групового тренінгу МСТ
- Відповідне приміщення облаштовано
- Матеріально-технічне забезпечення отримано
- Колегу у ролі другого тренера залучено
- Час проведення МСТ внесено в план (в умовах стаціонару)
- Додатково: Замовити друк карток на жовтому та червоному картоні та за потреби ламінувати жовту картку. Плакат з правилами групи роздруковано
- Пацієнтів відібрано та проінформовано про МСТ (буклет)

... Поїхали! Успішного проведення МСТ!

Автор фото: [Miguel Bruna](#) , [Unsplash](#).

