ГОДИШНА КОНФЕРЕНЦИЯ

ОБСЕСИВНО-КОМПУЛСИВНО РАЗСТРОЙСТВО

16 и 17 ноември 2024

Адрес: София, хотел Хемус, зала Преслав

КОЖА

ПРОГРАМА

Събота, 16.11

10.00 – 10.45	Регистрация
10:45 - 10:55	Откриване на конференцията
11.00 – 11.55	Какво представлява ОКР и представяне на случай | д-р Владимир Маринов
12:00 - 12.55	Как да се справяме с натрапливите мисли с помощта на метафори | Делян Савов
13.00 - 14.00	**Обедна почивка**
14.00 - 14.55	Как работим с млади хора и техните семейства използвайки когнитивно-поведенческа терапия | Кристина Иванова
15.00 - 16.00	Тикове, Синдром на Турет и ОКР при деца и юноши – Как да ги разпознаем и какво да предприемем?| Диана Гергова
16.00 – 16.30	**Кафе пауза**
16.30 - 17.25	Семейно приспособяване при ОКР: значение, предизвикателства и интервенции | Гергана Георгиева, Диляна Бучкова и Росица Генова
17.30 – 18.30	Споделяне на лични истории на хора с ОКР

Неделя, 17.11

10.30 – 11.25	Нуждата да знаем със сигурност | Надежда Маркова
11.30 – 12.25	Мотивационно интервюиране при ОКР | д-р Кирил Бозгунов
12.30 - 13.30	**Обедна почивка**
13.30 - 14.25	Хординг – какво представлява и какви са възможните терапии | д-р Волен Иванов
14.30 – 15.25	Когато наш близък отказва да потърси помощ | Анна Жукивская
15.30 – 16.00	**Кафе пауза**
16.30 - 17.25	Перинатално Обсесивно-компулсивно разстройство | д-р Бояна Иванович
17.30 – 18.25	Въпроси и отговори с презентиращите

ПРЕЗЕНТАЦИИ И ЛЕКТОРИ

КАКВО ПРЕДСТАВЛЯВА ОКР И ПРЕДСТАВЯНЕ НА СЛУЧАЙ | Ден 1, 11:00ч

В тази презентация ще хвърлим исторически поглед върху ОКР, ще прегледаме основните диагностични критерии по Международната класификация на болестите (10-а ревизия) и Диагностичния и статистически наръчник за психични разстройства (DSM-5-TR), ще поговорим за разпространение, етиология и коморбидност. Ще обърнем внимание и на подходите за справяне и терапия при ОКР. За да онагледим по-добре как изглежда това в реалната терапевтична практика, презентацията включва и представяне на случай.



Д-р Владимир Маринов

Владимир Маринов е доктор по психология. През последните пет години работи като психотерапевт в частна практика. В периода 2016-2020г. участва в редица програми и специализации в Испания, сред които в държавния университет Комплутенсе (Мадрид), Психолози без граници" във Валенсия, както и в частния университет Деусто (Билбао), където пише своя дисертационен докторски труд. В практиката си използва предимно когнитивно-поведенческа психотерапия. Основният професионален интерес на Владимир е работата с тревожни, депресивни и обсесивно-компулсивни разстройства. В периода 2022-2024 г. придобива опит в работата с деца и юноши като част от екипа на ГПСИП "Детско психично здраве".

КАК ДА СЕ СПРАВЯМЕ С НАТРАПЛИВИТЕ МИСЛИ С ПОМОЩТА НА МЕТАФОРИ | Ден 1, 12:00ч

Какво представляват натрапливите мисли и как фукционират те? Как могат определени метафори да ни помогнат по-добре да разберем какво се случва с нас, когато натрапливите мисли нахлуят и завладеят съзнанието ни? ЗАЩО е важно и КАК да разграничаваме съдържанието на мислите от процеса на мислене? Ще разгледаме практични насоки за справяне с натрапливите мисли чрез използването на метафори.



Делян Славов

Делян Савов е клиничен социален работник и се занимава с психологическо консултиране предимно в сферата на ОКР и тревожните разстройства. Член е на Международната Фондация за ОКР (IOCDF). Делян е учил и работил в България и САЩ. Завършил е бакалавърската си степен в Софийски Университет, а магистратурата си в Роуд Айланд Колидж, САЩ. Освен в сферата на ОКР и тревожните разстройства, той има опит и в работата с хора със зависимости. В момента Делян работи по проект за адаптирането на онлайн терапевтична интервенция за ОКР в България.

РАБОТА С МЛАДИ ХОРА И ТЕХНИТЕ СЕМЕЙСТВА ПРЕЗ КПТ | Ден 1, 14:00 ч

В своята презентация Кристина Иванова ще се съсредоточи върху това как можем да използваме когнитивно-поведенческа терапия с деца и техните родители. Ще поговорим за изследванията върху използването на когнитивно-поведенческа терапия за ОКР при деца и юноши и ще обърнем внимание на първоначалната среща и разбирането на проблема, както и неговото влияние върху ежедневието. Ако имате нужда от полезни насоки за това как родителите могат да подпомогнат терапевтичния процес, искате да разберете как изглежда плана за намеса и кои са някои от бариерите, които могат да се изпречат по пътя, тази презентация е за вас.



Кристина Иванова

Кристина е завършила психология в Университета на Ексетър. Тя има следдипломни квалификации по когнитивно-поведенческа терапия (КПТ) и клинична супервизия. Кристина е акредитиран когнитивно-поведенчески психотерапевт и академичен ръководител. Тя има опит с индивидуална и групова работа с деца и младежи както в училищна среда, така и онлайн. Кристина живее и работи в Великобритания.

ТИКОВЕ, СИНДРОМ НА ТУРЕТ И ОКР ПРИ ДЕЦА И ЮНОШИ – КАК ДА ГИ РАЗПОЗНАЕМ И КАКВО ДА ПРЕДПРИЕМЕМ? | Ден 1, 15:00 ч

Синдромът на Турет и тиковите разстройства са невроразвитийни нарушения с обичайно начало в детска възраст. Характерни симптоми са неволевите движения и звуци, които обикновено се обострят под стрес. Около 80% от хората със Синдром на Турет имат и друга поставена диагноза, като в половината от тези случаи се касае за обсесивно-компулсивно разстройство. В презентацията ще обсъдим характеристиките на Синдрома на Турет и тиковите разстройства, особеностите при проява в комбинация с ОКР или разстройство с дефицит на вниманието и хиперактивност (ADHD), както и терапевтичните подходи и родителски стратегии за подкрепа на засегнатите деца и юноши.



Диана Гергова

Диана Гергова е клиничен невропсихолог със специализация в диагностиката и терапията на деца и юноши с невроразвитийни нарушения. Завършва психология в университета Montpellier-Paul Valéry и специализира детска невропсихология към университета Grenoble-Alpes - Франция. Обучава се в когнитивно-поведенческа терапия. Започва клиничната си практика в звеното за ранна диагностика към отделението по детска неврология на университетска болница Grenoble-Alpes. Участва в проект за дългосрочно проследяване на недоносени деца към асоциация „Naître et Devenir“. В периода 2020-2022 г. осигурява оценката и подкрепата на ранното детско развитие към СДЯ „Слънце“. От 2021 г. участва в адаптацията и стандартизацията на различни психометрични методики като част от екипа на Giunti Psychometrics Bulgaria. Развива самостоятелна невропсихологична практика „Cogni Thera“в гр. София.

СЕМЕЙНО ПРИСПОСОБЯВАНЕ ПРИ ОКР: ЗНАЧЕНИЕ, ПРЕДИЗВИКАТЕЛСТВА И ИНТЕРВЕНЦИИ | Ден 1, 16:30 ч

В контекста на обсесивно-компулсивното разстройство (ОКР) семейното приспособяване представлява модел на поведение, при който близките на засегнатия адаптират своето поведение в определени ситуации, за да намалят тревожността му. Въпреки че на пръв поглед това може да изглежда като добър начин за справяне със симптомите, всъщност приспособяването често води до поддържане и дори задълбочаване на разстройството. В презентацията ще разгледаме ключовите аспекти на семейното приспособяване и неговото негативно влияние върху лечението на ОКР. Ще представим метод за оценка, който включва използването на въпросници за по-прецизно анализиране и проследяване на процеса. Ще обсъдим важността на изграждането на семеен договор и как терапевтичните интервенции с помощта на семейството могат да подкрепят здравословното възстановяване.



Гергана Георгиева

Гергана е психолог и е завършила Нов Български университет. Специалира в работата с деца с когнитивни и емоционално-поведенчески нарушения като използва арт-терапевтични, психодраматични и когнитивно-поведенчески подходи в работата си. Интересите ѝ са в сферите на детското развитие, ОКР, зависимостите и личностното развитие при възрастни. В момента Гергана продължава обучението си по Клинична психология в НБУ, както и по когнитивно-поведенческа терапия към Beck Institute.



Диляна Бучкова

Диляна е дипломиран психолог. Завършила е Нов български университет и се обучава в когнитивно-поведенческа терапия, акредитирана от БАКПП. Специализира в работата с клиенти в областта на зависимостите, използвайки мотивационно интервюиране и схема терапията. Интересите ѝ са в областите на ОКР, справяне със стреса и тревожните състояния, управление на емоциите, семейно консултиране и подобряване на взаимоотношенията, личностно израстване.



Росица Генова

Росица е психолог с бакалавърска степен от Нов български университет (НБУ), и в момента следва магистратура по клинична психология. Тя се обучава в когнитивно-поведенческа терапия към Beck Institute. Със специални интереси в областта на обсесивно-компулсивно разстройство, тревожни разстройства и зависимости, тя се ангажира с изучаването и разбирането на сложността на психичните заболявания. В стремежа си да помага на хората максимално ефективно да се справят с предизвикателствата, свързани с психичното здраве, Росица се старае да бъде запозната с най-новите терапии и подходи за подкрепа на пациентите.

НУЖДАТА ДА ЗНАЕМ СЪС СИГУРНОСТ | Ден 2, 10:30 ч

Тази презентация заимства името си от книгата "Нуждата да знаем със сигурност. Как да се справим с натрапливите мисли и несигурността", а неин водещ е човекът, но когото дължим превода на български - Надежда Маркова. Пасажи от книгата ще ни въведат в темите, които не идват със стопроцентова гаранция, като здраве, морал, сигурност и взаимоотношения. През тези теми заедно ще потърсим отговор на някои въпроси, като “Могат ли проверките и търсенето на уверение да бъдат продуктивни начини за справяне с несигурността?” и “Кога попадаме в капана на повтарящите се проверки, търсене на информация и потвърждение от околните с цел да стигнем до непостижимата сигурност?”. Ще представим подхода на терапевтично отстъпване и неговите четири стъпки, които могат да ни избавят от този капан. В презентацията ще бъдат включени интерактивни упражнения, както и представяне на историята на клиент с ОКР, който е използвал книгата по пътя на възстановяването си.



Надежда Маркова

Надежда е клиничен психолог с десет години опит в консултирането и психотерапия на деца и възрастни. Завършва клинична и консултативна психология в Софийски университет и е консултант по когнитивно-поведенческа терапия (КПТ) към БАКПП. В работата си използва както КПТ, така и мотивационно интервюиране. Професионалните ѝ интереси са в областта на тревожните разстройства, емоционалната регулация и справянето със стреса.

МОТИВАЦИОННО ИНТЕРВЮИРАНЕ ПРИ ОКР | Ден 2, 11:30 ч

Как изглежда прилагането на мотивационно интервюиране (МИ) и може ли да бъде от полза при работа с клиенти с обсесивно-компулсивно разстройство? Въпреки желанието си да се освободят от страховете си, страдащите от ОКР често са силно амбивалентни спрямо терапевтичните препоръки, което може да доведе до трудности и неуспех в терапията. МИ е клиент-центриран подход, който зачита автономността на човек и се отнася с уважение към неговите избори. Това дава възможност на клиентите в защитена и сигурна среда да изследват своите приоритети и сами да изберат посоката, в която да инвестират своите усилия. Добавянето на МИ към стандартните когнитивно-поведенчески техники за ОКР може да доведе до по-ниски нива на отпадане от терапевтичния процес и увеличаване на успеваемостта на терапията. Тази презентацията включва както въведение в МИ, така и споделяне на практически опит при прилагането му при клиенти с ОКР.



Д-р Кирил Бозгунов

Кирил Бозгунов е доктор по клинична психология, когнитивно-поведенчески терапевт, член на Международната мрежа на обучителите по мотивационно интервюиране (MINT) и преподавател в Нов Български Университет. В частната си практика, вече повече от 15 години, Кирил работи с клиенти с тревожни разстройства, ОКР и зависимости. Автор е на книгата „Взаимовръзки на психопатията“ и на над 30 научни статии в български и международни списания в сферата на психологията и зависимостите. В работата си комбинира мотивационно интервюиране и когнитивно-поведенческа психотерапия.

ХОРДИНГ – КАКВО ПРЕДСТАВЛЯВА И КАКВИ СА ВЪЗМОЖНИТЕ ТЕРАПИИ | Ден 2, 13:30 ч

До преди 10 години синдромът на натрупване или Хординг се считаше като едно от проявленията на ОКР. През 2015 г. Американската психиатрична асоциация решава, че има достатъчно данни за това Хординг да представлява отделно психиатрично заболяване, което, макар и да има общи черти с ОКР, се различава в много отношения. От тогава до днес изследванията по отношение на по-доброто разбиране на това поведение и лечението на хора с такъв проблем напредват значително. Презентацията ще Ви запознае с това какво представлява Хординг и как се различава от други състояния, при които също има поведение на трупане на вещи и безпорядък. Ще научите какви са възможните терапевтични подходи и също така какво можете да направите, ако Ваш близък страда от този проблем.



Д-р Волен Иванов

Волен е лицензиран психолог и доцент в Karolinska Institutet в Стокхолм, Швеция. Той се занимава с изследователска работа в сферата на обсесивно-компулсивно и свързаните с него разстройства. Волен участва в разработването, прилагането и оценяването на психотерапевтични интервенции при заболяванията от ОКР спектъра. Той има голям опит в създаването и имплементирането на дигитални програми, базирани на когнитивно-поведенческата терапия за лечението на различни психични разстройства. От групата на свързаните с ОКР разстройства Волен има подчертан интерес към изучаването и лечението на Хординг.

КОГАТО НАШ БЛИЗЪК ОТКАЗВА ДА ПОТЪРСИ ПОМОЩ | Ден 2, 14:30 ч

Как се отразява отказът на наш близък да потърси помощ върху взаимоотношенията в семейството и какво можем да направим за постигане на положителна промяна? Как членовете на семейството да се погрижат за себе си и до къде стига тяхната отговорност? Това са част от въпросите, на които психотерапевтът Анна Жукивская ще се спре в презентацията си, заедно с наблюдения около успешни и неуспешни опити да се мотивира близък човек да потърси дълго отлагана помощ. Всяко семейство е една система и всеки член на семейството играе роля за поддържане на стабилността и функционирането на цялата система. Неадресирани проблеми с психичното здраве на един, могат да доведат до предизвикателства в способността на всеки друг човек в семейството да функционира оптимално. С течение на времето отказът да се потърси помощ подкопава потенциала на семейството да се адаптира здравословно, което води до застрашаване на благосъстоянието на всички членове.



Анна Жукивская

Анна е сертифициран фамилен терапевт и повече от 15 години работи както с индивидуални клиенти, така и с двойки и семейства в своята частна практика. Тя е и мениджър на програмата за психологическа подкрепа на ЛГБТИ клиенти и техните семейства към фондация "Сингъл Степ". От 2019 г. прилага системният подход в корпоративна среда. Анна е член на Британското общество на психолозите, на Българска Асоциация по фамилна терапия и от скоро е обучител към Институт по системна психотерапия в София.

ПЕРИНАТАЛНО ОБСЕСИВНО-КОМПУЛСИВНО РАЗСТРОЙСТВО | Ден 2, 16:00 ч

Перинаталното обсесивно-компулсивно разстройство е ОКР, възникнало по време на бременността или до 1 година след раждането. Почти всеки от нас е чувал за следродилна депресия, но малко хора знаят, че бременността и следродилният период са рискови за развитието или влошаването и на други психически проблеми, един от най-честите от които е ОКР. Ролята на млад родител е изключително често съпътствана от появата на натрапливи мисли по отношение на здравето и сигурността на беззащитните бебета. Макар и силно смущаващи, натрапливите мисли не винаги водят до развиването на ОКР. Ще разгледаме кои са най-често срещаните натрапливи мисли и ритуали в този период с цел да подобрим разпознаването на този проблем. Ще дискутираме и другите най-разпространени постнатални психични проблеми – депресия, тревожност и психоза, както и техните прилики и разлики с перинаталното ОКР. Презентацията ще включва и споделяне на лична история.



Д-р Бояна Иванович

Бояна Иванович е доктор по Консултативна психология. Завършила е психология в Глазгоуския университет и след това специализация по клиент-центрирана и когнитивно-поведенческа терапии във Великобритания. Работи с клиенти от всякаква възраст (деца, юноши и възрастни), с широк спектър от психологически проблеми. Специализира в сферата на психичната травма и в диагностицирането на разстройства на развитието (Аутизъм и Синдром на дефицит на вниманието и хиперактивност). Бояна има преподавателски опит както във Великобритания, така и в България. Има интерес към изследователската дейност и в момента работи по проект за адаптирането на онлайн терапевтична интервенция за ОКР в България.



София, 2024 г.
ocd@koja-bg.org