

Psichikos sveikata ir psichopatologija: asmenybiniai ir neuropsichologiniai veiksniai bei psichologinės pagalbos ir psichoterapijos efektyvumo tyrimai

Asmens funkcionavimas kontinuumu nuo geros psichikos sveikatos iki sutrikimų gali būti sąlygotas įvairiausių veiksnių (neurologinių, kognityvinių, asmenybinių ir kt.), kurie lemia psichopatologijos formavimąsi, raišką ir pagalbos priėmimą. Klasikinių psichologijos teorijų praturtinimas tarpdisciplininė prieiga (pav., medicininiais tyrimais) ir naujausių technologijų (pvz. virtuali realybė) pasitelkimas gali padėti geriau suprasti tiek psichopatologijos formavimosi mechanizmus, tiek psichologinės ir psichoterapinės pagalbos poveikį asmens funkcionavimui, neuroplastiškumui, emocijų reguliacijai, psichikos sveikatos sutrikimų gydymui. Tačiau empirinių psichologinės pagalbos ir psichoterapijos proceso ir veiksmingumo tyrimų yra nedaug, ypač kai teikiama specializuota pagalba ar stengiamasi atsižvelgti į unikalius klientų poreikius. Naujai kuriamų pagalbos būdų ir formų atsiradimui konkreitiems sutrikimams gydyti ar tam tikriems asmens funkcionavimo aspektams pagerinti būtini tiek kiekybiniai, tiek kokybiniai tyrimai siekiant gauti mokslu grįstus įrodymus. Nagrinėjant pagalbos efektyvumo temą, išryškėja pačių pagalbos teikėjų pasiruošimo, profesionalumo ir psichologinės gerovės tema. Mokslinėje literatūroje vis daugiau dėmesio skiriama specialistų rengimo bei su darbu susijusių apsauginių ir rizikos veiksnių tyrinėjimams, siekiant efektyvesnės pagalbos klientams.

Mental Health and Psychopathology: Neuropsychological Factors, Personality and Research on the Effectiveness of Psychological Support and Psychotherapy

Person's functioning along a continuum from good mental health to the onset of difficulties and disorders can be influenced by a wide range of factors (neurological, cognitive, personality, etc.), that contribute to the formation and manifestation of psychopathology, as well as the acceptance of the medical or psychological help. Enriching classical psychological theories (psychodynamic, existential, cognitive, etc.) with an interdisciplinary approach (e.g. medical research) and the use of recent technologies (e.g. virtual reality) can help better understand both the mechanisms underlying the development of psychopathology, and the impact of psychological and psychotherapeutic interventions on personal functioning, neuroplasticity, emotion regulation, and treatment. However, empirical research on the process and efficacy of psychological support and psychotherapy is limited, especially in the context of specialized treatment. The emergence of new treatments and forms of help for specific disorders or to improve certain aspects of a person's functioning requires both quantitative and qualitative research to generate evidence-based results. The topic of effectiveness of psychological help highlights the preparedness, professionalism and psychological well-being of specialists. The research literature increasingly focuses on the training of professionals and the study of protective and risk factors associated with work to help clients more effectively.