

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, kurie lemia psichopatologijos formavimąsi, raišką ir pagalbos priėmimą. Klasikinių psichologijos teorijų praturtinimas tarpdisciplinine 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, ypač specializuotos, ir psichoterapijos proceso ir veiksmingumo tyrimų vis dar trūksta. Naujai kuriamų pagalbos būdų ir formų atsiradimui konkreitiems sutrikimams gydyti ar asmens funkcionavimo aspektams pagerinti būtini tiek kiekybiniai, tiek kokybiniai tyrimai. Pagalbos efektyvumo tyrimuose, ryškėja pačių pagalbos teikėjų pasiruošimo, profesionalumo ir psichologinės gerovės svarba. Siekiant efektyvesnės pagalbos klientams, tyrimuose vis daugiau dėmesio skiriama specialistų rengimo bei su darbu susijusiems apsauginiams ir rizikos veiksniams.

Mental health and psychopathology: neuropsychological factors, personality and research on the effectiveness of psychological support and psychotherapy

An individual's functioning on a continuum from good mental health to disorders can be influenced by various factors that contribute to the formation, expression, and reception of psychopathology. Enriching classical psychology theories with an interdisciplinary approach (e.g., medical research) and the use of the latest technologies (e.g., virtual reality) can help better understand both the mechanisms of psychopathology formation and the effects of psychological and psychotherapeutic support on an individual's functioning, neuroplasticity, emotion regulation, and the treatment of mental health disorders. However, there is still a lack of empirical research on psychological support, especially specialized support, and the process and effectiveness of psychotherapy. The development of new forms and methods of support for treating specific disorders or improving aspects of an individual's functioning requires both quantitative and qualitative research. In effectiveness studies of support, the importance of the providers' readiness, professionalism, and psychological well-being is becoming more apparent. To achieve more effective support for clients, research is increasingly focusing on the preparation of specialists and the protective and risk factors related to their work.