



**III Poznańska Konferencja ACT i CBS
III Poznań ACT&CBS Conference**

REFERAT 1, wtorek 10:45-12:15

Autorzy: dr Roberto Cattivelli, Anna Guerrini, Giorgia Varallo, Francesco Vailati Riboni, Chiara Spatola, Gianluca Castelnovo.

Catholic University of the Sacred Heart, Milan I.R.C.C.S. Istituto Auxologico Italiano

Title: Focused Acceptance and Commitment Therapy informed by Functional Analytic Psychotherapy for Anxiety. Modular, single subjects design to promote radical change.

Tytuł: Skoncentrowana terapia akceptacji i zaangażowania inspirowana psychoterapią opartą na analizie funkcjonalnej. Modułowe podejście jednostkowe w promowaniu radykalnej zmiany.

Abstract

Over the last decades the field of psychological treatment had seen the rise of Process-Based CBT, through the valuable contribution of third generation behavioral therapies like Acceptance and Commitment Therapy (ACT) and Functional Analytic Psychotherapy (FAP). While ACT proposes a massive conceptual framework, FAP introduces a streamlined explanatory corpus which could hardly gather the sophisticated nature of several therapeutic processes. Starting from theoretical considerations, a third way stands out: the molar, teleological multiscale model by Baum and Rachlin. The implementation of Baum and Rachlin's model in the clinical area relates the different generations of therapies, keeping the specific fundamentals of the "third wave" unchanged. A modular molar intervention integrating a Focused ACT treatment with FAP conceptualization and data collection and analysis. Different from traditional FAP framework, but according with recent elaboration, we conceptualize CRBs and OSs as whole, extended activities and not only discrete responses bringing functional analysis in a molar dimension. Promising findings are addressed.

Components: conceptual analysis, original data, case presentation.

Main topic areas: clinical interventions and interests, functional contextual approaches in related disciplines.

Topic Sub-Category: FAP, FACT, SAD.

Target audience: Beginner, Intermediate, Advanced.



**III Poznańska Konferencja ACT i CBS
III Poznań ACT&CBS Conference**

REFERAT 2, wtorek 10:45-12:15

Autor: dr Joanna Dudek, SWPS University of Social Sciences and Humanities

Title: Living better with lipoedema – contextual behavioral approach.

Tytuł: Jak żyć lepiej z obrzękiem tłuszczowym- podejście kontekstualnej nauki o zachowaniu.

Abstract

Lipoedema (lipedema) is a relatively common, however little-known, chronic disease that affects mainly women. It is characterized by a progressive, uncontrollable fat tissue accumulation in the extremities with associated edema and pain. This presentation will be focused on quality of life in women with lipoedema and its determinants from the perspective of contextual behavioral science, with regard to the role of psychological flexibility and social connection. We conducted an online study with 328 participants from all over the world. The following aspects of functioning related to the quality of life and satisfaction with life with a chronic disease were taken into consideration: BMI, perceived lipoedema symptom severity, mobility, appearance related distress, depression, anxiety, as well as individual factors, such as psychological flexibility and social connection. Multiple hierarchical regression analyses showed that in surveyed women, higher psychological flexibility was related to higher quality of life in psychological domain, lower depression, anxiety, lower appearance related distress, higher mobility and lower lipoedema symptom severity. Higher level of social connection predicted higher satisfaction with life, overall quality of life, quality of life in social and psychological domains, lower depression severity, and lower appearance related distress. Both higher psychological flexibility and higher social connection were related to higher level of physical activity. These results suggest that interventions targeting psychological flexibility and social connection may be beneficial in women with lipedema. We will discuss further implications of these findings with respect to quality of life in this population.

Educational Objectives:

Learner will be able to describe the role of psychological flexibility and social connection in women with lipedema; describe important elements of the intervention focused on quality of life improvement; choose suitable exercises for this particular group of women.

Components: conceptual analysis, original data.

Main topic areas: clinical Interventions and Interests, behavioral medicine.

Topic Sub-Category: chronic disease.

Target audience: Beginner, Intermediate, Advanced.



**III Poznańska Konferencja ACT i CBS
III Poznań ACT&CBS Conference**

REFERAT 3, wtorek 10:45-12:15

Autorzy: dr Roberto Cattivelli, Giorgia Varallo, Anna Guerrini, Nicola Maffini, Francesco Vailati Riboni, Alessandro Musetti, Chiara Spatola, Emanuele Giusti, Gianluca Castelnuovo.

Catholic University of the Sacred Heart, Milan I.R.C.C.S. Istituto Auxologico Italiano

Title: ACTonFOOD: address Obesity and Overweight through a Extended Contextual Behavioral Approach.

Tytuł: ACTonFOOD: odniesienie się do nadwagi i otyłości poprzez rozszerzone, kontekstualne podejście do zachowania.

Abstract

Obesity and overweight are growing steadily and becoming a global epidemic. Recent researches report a 64% of the adult population as overweight. The social and economical impact is increasing and the most of the rehabilitation programs, while effective in the short term, do not produce long lasting results.

From an extended behavioral perspective, integrating contextual, behavioral science and multi-scale approach with technologies, healthy habits are difficult to be established, according with a problematic balance between local, impulsive, ephemeral choice and global, long term gains. To foster long term, value-based decisions, smart, individualized tech friendly feedbacks represents a new opportunity to set flexible and individualizable goals for individuals. The aim of this work is to combine Acceptance and Commitment Therapy, Molar Activities Analysis, and Wearable Technology, to develop efficient and sustainable interventions, which continues after ending of structured rehabilitation programs, providing adequate contingencies of reinforcement in the natural environment, integrating systematic measurements, continuous feedbacks and individualized, values-based objectives. Related goal-setting show a shift from results linked with weight loss towards action connected with a healthy lifestyle.

We offer a comprehensive overview, from conceptual to empirical viewpoint presenting novel, promising data in the obese population.

Components: conceptual analysis, original data.

Main topic areas: clinical interventions and interests, functional contextual approaches in related disciplines.

Topic Sub-Category: Health, Obesity, ACT Groups.

Target audience: Beginner, Intermediate, Advanced.



**III Poznańska Konferencja ACT i CBS
III Poznań ACT&CBS Conference**

REFERAT 4, środa 14:10-15:40

Autor: mgr Monika Wertman, dr Mateusz Zatorski

Uniwersytet SWPS Wydział Zamiejscowy w Poznaniu

Title: Awareness and mindfulness in reference to the adherence to the medical recommendations of patient with type 1 diabetes.

Tytuł: Refleksyjność i uważność a stosowanie się do zaleceń lekarskich chorych na cukrzycę typu 1.

Abstract

The aim of this research project is to study the problem of the influence of psychological variables on the effect of adherence to medical recommendations in patients with type 1 diabetes. The independent variables in the study are mindfulness and awareness defined as dispositions. The study investigated 146 people, with 129 of them being analyzed. The research was performed using three psychometric tools: the Mindful Attention Awareness Scale, the Langer Mindfulness Scale and a Battery of tests designed to measure treatment adherence: the Adherence to Treatment Questionnaire (AT-Q) and The Information-Motivation-Behavioural Skills Questionnaire (IMB-Q). The participants were also requested to answer a series of questions, developed by the author, relating to: forms of insulin therapy, HbA1c glycated hemoglobin test results (%), having a self-control log book and frequency of follow-up visits over the last 12 months. The findings confirmed most of the formulated hypotheses. The analyses demonstrated a strong effect of the co-occurrence of mindfulness, engagement (a dimension from the Langer Mindfulness Scale) and having a self-control log book on the increase in the patients' adherence to medical recommendations. In addition, the analyses showed that the HbA1c (%) parameter, indicating good glycemic control, accompanied higher mindfulness. The results of this study may provide a basis for the introduction of solutions which might improve adherence to medical recommendations among type 1 diabetes patients.

Abstrakt

Projekt badań poświęcony jest problemowi wpływu zmiennych psychologicznych na efekt przestrzegania zaleceń lekarskich w grupie pacjentów chorujących na cukrzycę typu 1. Zmiennymi wyjaśniającymi w badaniach są uważność i refleksyjność definiowane jako dyspozycje. W badaniu udział wzięło 146 osób z czego analizom podlegało 129 osób. Pomiaru dokonano z zastosowaniem trzech narzędzi psychometrycznych: Skali Świadomej Obecności (Mindful Attention Awareness Scale), Kwestionariusza Refleksyjności (Langer Mindfulness Scale), Baterii Testów Przestrzegania Zaleceń Lekarskich (IMB-Q i AT-Q). Uczestnicy badania odpowiedzieli także na serię pytań tworzących narzędzie własne, które dotyczyły: formy stosowanej insulinoterapii, wyniku hemoglobiny glikowanej HbA1c (%), prowadzenia dzienniczka samokontroli oraz częstości odbytych wizyt kontrolnych w ciągu ostatniego roku. Uzyskane wyniki potwierdzają większość z postawionych hipotez. Analizy wykazały silny efekt współwystępowania uważności, zaangażowania (wymiar refleksyjności) oraz prowadzenia dzienniczka samokontroli na zwiększenie przestrzegania zaleceń lekarskich wśród osób badanych. Dodatkowo z analizy wynika, że parametr HbA1c (%) wskazujący, na dobre unormowanie glikemii towarzyszy wyższej uważności. Wyniki niniejszego badania mogą stanowić podstawę do wprowadzenia rozwiązań sprzyjających zwiększeniu przestrzegania zaleceń lekarskich wśród osób chorujących na cukrzycę typu 1.



III Poznańska Konferencja ACT i CBS
III Poznań ACT&CBS Conference

Cele edukacyjne:

Przedstawienie problematyki wpływu zmiennych psychologicznych (uwaga i refleksyjność definiowane jako dyspozycje) na efekt przestrzegania zaleceń lekarskich w grupie pacjentów chorujących na cukrzycę typu 1.

Składniki: analiza koncepcyjna, przegląd literatury, oryginalne dane.

Główne obszary tematyczne: interwencje i zainteresowania kliniczne, zapobieganie i interwencje oparte na społeczności, interwencje poprawiające wydajność, inne.

Podkategoria tematów: Cukrzyca typu 1, Uwaga, Refleksyjność, Przestrzeganie Zaleceń Lekarskich.

Docelowi odbiorcy: Początkujący, Średniozaawansowany, Zaawansowany.



**III Poznańska Konferencja ACT i CBS
III Poznań ACT&CBS Conference**

REFERAT 5, środa 14:10-15:40

Autor: dr Stanisław Radoń, Uniwersytet Papieski Jana Pawła II w Krakowie

Title: The evolution of brain research (neuro-psycho-mathematics of mindfulness).

Tytuł: Ewolucja badań nad mózgiem (neuro-psycho-matematyka uważności).

Abstract

Over the past three decades, there has been a growing interest in the brain research. Firstly, the investigators are used EEG and noninvasive diffusion imaging for mapping brain regional activity (individual brain area specializes for a particular function).

The refinement of noninvasive diffusion imaging and computational tractography has begun to reveal large-scale anatomical connections comprising large-scale structural networks (from connectivity to modular networks). These strategies have demonstrated that a particular region may be engaged in multiple cognitive or behavioral contexts, like cognitive control, learning, memory, attention, reward processing and language.

Functional magnetic resonance imaging (fMRI) connected with EEG provides neural time series data that can be rendered as sets of network nodes and edges whose represents the network's topology (human brain as connectome).

Last network analysis show that mindfulness are associated with some convergent changes in the topological properties of brain functional networks (reorganization of the hubs/non-hubs network topology of the primary sensory areas, attentional networks and the default mode networks; re-orientation of long-distance orientated edges from traverse to longitudinal; shift in orientation of functional connections towards more longitudinal; increased local clustering co-occurred with synchronisation of the long-range connections), but not by global (small-worldness, clustering, maximum modularity, global efficiency, global wiring cost), which are unchanged and comparably to resting states, minimal consciousness states and coma states. These findings suggest that the anatomical pattern of integration (nodes) are as important as the global level of integration (edges) in optimization global information propagation.

Abstrakt

W ciągu ostatnich trzydziestu lat wzrosło zainteresowanie badaniami mózgu. Najpierw badacze używając EEG i nieinwazyjne techniki neuroobrazowania dokonywali procesów mapowania aktywności regionalnej mózgu (identyfikacja obszarów mózgu specjalizujących się w specyficznych funkcjach). Doskonalenie nieinwazyjnych technik neuroobrazowania i traktografii komputerowej pozwoliło badaczom na mapowanie powiązań neuronalnych, które obejmowały wielkoskalowe sieci strukturalne (sieć modułów). Strategie te wykazały, że jeden region mózgu może być zaangażowany w wiele procesów kognitywnych lub behawioralnych, takich jak kontrola poznawcza, uczenie się, pamięć, uwaga, przetwarzanie nagrody i język. Wykorzystanie funkcjonalnego rezonansu magnetycznego (fMRI) w połączeniu z EEG umożliwiło umożliwiają identyfikację różnego rodzaju połączeń funkcjonalnych (węzły sieci i krawędzie), które reprezentują topologię sieci (mózg jako konektom).

Przeprowadzone w paradygmacie sieci i grafów wyniki badań ujawniają, że uważność wiąże się z niektórymi zbieżnymi zmianami w topologicznych właściwościach sieci mózgowej (reorganizacja topologiczna hubów i nie-hubów w głównych obszarach sensorycznych, sieciach uwagowych i sieci trybu domyślnego; reorientacja dalekozasięgowych krawędzi z poprzecznych na podłużne;



III Poznańska Konferencja ACT i CBS III Poznań ACT&CBS Conference

przesunięcie orientacji połączeń funkcjonalnych w stronę bardziej dalekozasięgowych; zwiększenie poziomu lokalnych skupień powiązane z synchronizacją połączeń dalekiego zasięgu). Nie zmienia się jednak globalna topologia (struktura małych światów, poziom skupień, maksymalna modułowość, globalna wydajność, całkowite zapotrzebowanie na energię) i jest porównywalna do tej ujawniającej się podczas stanów relaksacji, minimalnej świadomości i stanów śpiączki. Te odkrycia sugerują, że istotną rolę w zakresie optymalizacji globalnej propagacji informacji odgrywają zarówno anatomiczne wzorce integracji (węzły), jak i globalny poziom integracji (krawędzie).

Cele edukacyjne:

Poznanie najnowszych metod badania mózgu oraz ich możliwość praktycznego zastosowania.

Składniki: analiza koncepcyjna, przegląd literatury, oryginalne dane.

Główne obszary tematyczne: interwencje i zainteresowania kliniczne, podstawy teoretyczne i filozoficzne, funkcjonalna kontekstowa neuronauka i farmakologia, funkcjonalne podejścia kontekstowe w pokrewnych dyscyplinach.

Podkategoria tematów: uważność.

Docelowi odbiorcy: Średniozaawansowany, Zaawansowany.



**III Poznańska Konferencja ACT i CBS
III Poznań ACT&CBS Conference**

REFERAT 6, środa 14:10-15:40

Autor: dr Stanisław Radoń, Uniwersytet Papieski Jana Pawła II w Krakowie

Title: Quantitative electroencephalogram (qEEG) as a cheap and objective tool for controlling effectiveness of clinical interventions i.e. mindfulness.

Tytuł: Ilościowy elektroencefalogram (qEEG) jako tanie i obiektywne narzędzie służące do kontroli skuteczności interwencji klinicznych na przykładzie uważności.

Abstract

In last decades the sharply increased rates of neurologic and psychosomatic disorders among the humans. This highlights the need for an identification of neurophysiological problems and controlling of effectiveness of clinical interventions. Some researches show that Quantitative electroencephalogram (qEEG) can be used as cheap and suitable tool that allows identification of neurophysiological problems (coma state, vegetative state, state of minimal consciousness, depression, PTSD, OCD, Alzheimer disease, etc.) and controlling effectiveness of clinical interventions. Using qEEG screening can minimize risk of potential negative effects and maximizes results of clinical interventions (expertise level, creativity, task performance, etc.). At the end of the article some illustrative results on the usage of qEEG in clinical and nonclinical settings (controlling effectiveness of mindfulness interventions) are presented and discussed.

Abstrakt

W ostatnich dekadach nastąpił gwałtowny wzrost zaburzeń neurologicznych i psychosomatycznych. Sugeruje to potrzebę stworzenia narzędzi służących trafnej identyfikacji zaburzeń oraz kontroli skuteczności interwencji klinicznych. Niektóre badania pokazują, że takim narzędziem może być ilościowy elektroencefalogram (qEEG), który można wykorzystać jako tanie i odpowiednie narzędzie. Pozwala on bowiem nie tylko na identyfikację problemów neurofizjologicznych (stan śpiączki, stan wegetatywny, stan świadomości minimalnej, depresję, PTSD, OCD, choroba Alzheimera, itp.), ale również na kontrolowanie skuteczności interwencji klinicznych. Korzystanie z iEEG może zminimalizować ryzyko wystąpienia potencjalnych negatywnych skutków i zmaksymalizować efekty interwencji klinicznych (poziom kompetencji, kreatywność, wydajność zadań itp.). Na końcu artykułu przedstawiono niektóre przykładowe wyniki zastosowań qEEG w warunkach klinicznych i nieklinicznych (kontrolowanie skuteczności interwencji opartych na uważności) oraz omówiono ich efektywność.

Cele edukacyjne:

Poznanie najnowszych metod badania mózgu oraz ich możliwość praktycznego zastosowania.

Składniki: analiza koncepcyjna, przegląd literatury.

Główne obszary tematyczne: interwencje i zainteresowania kliniczne, podstawy teoretyczne i filozoficzne, funkcjonalna kontekstowa neuronauka i farmakologia, funkcjonalne podejścia kontekstowe w pokrewnych dyscyplinach.

Podkategoria tematów: depresja, uważność.

Docelowi odbiorcy: Średniozaawansowany, Zaawansowany.