

## **ΔΟΜΗΜΕΝΑ ΟΜΑΔΙΚΑ ΠΡΟΓΡΑΜΜΑΤΑ ΣΕ ΜΙΑ ΗΜΕΡΗΣΙΑ ΨΥΧΟΘΕΡΑΠΕΥΤΙΚΗ ΜΟΝΑΔΑ: ΠΡΟΕΛΕΥΣΗ, ΘΕΩΡΗΤΙΚΟ ΠΛΑΙΣΙΟ, ΣΥΛΛΟΓΙΣΤΙΚΗ ΚΑΙ ΛΕΙΤΟΥΡΓΙΑ**

B. Σπανού, Κ. Ευθυμίου

Ινστιτούτο Έρευνας και Θεραπείας της Συμπεριφοράς

Η επίδραση της κοινωνικής διάδρασης στη συμπεριφορά του ατόμου απασχόλησε αρχικά τους φιλοσόφους της αρχαίας Ελλάδας, ενώ οι πρώτες αναφορές στη διερεύνηση του θέματος εντοπίζονται το 1895 στο βιβλίο του Gustave Le Bon "The crowd: a study of the popular mind". Πατέρας της ομαδικής θεραπείας θεωρείται ο Joseph Pratt εξαιτίας των ομάδων που σύστησε το 1908 στη Βοστώνη, ωστόσο ο όρος "group psychotherapy" χρησιμοποιήθηκε για πρώτη φορά από τον Jacob Levy Moreno το 1932. Στα χρόνια που ακολούθησαν, μια σειρά σημαντικών θεωρητικών και κλινικών συμβάλλει στη διαμόρφωση των διαφορετικών μορφών ομαδικής ψυχοθεραπείας: Perls, Rogers, Lazarus, Yalom, Ellis, Beck και Meichenbaum.

Η ΟΓΣΘ βασίστηκε στις αρχές της ΓΣΘ ενσωματώνοντας στην πράξη τις θεωρίες της μάθησης (Pavlov, Skinner), της κοινωνιογνωστικής θεωρίας της μάθησης (Bandura) και του γνωστικού-συμπεριφορικού μοντέλου (Beck).

Οι Beck, Rush, Shaw & Emery το 1979 συνοψίζουν την συλλογιστική της πρότασής τους για ένα ομαδικό πρόγραμμα θεραπείας της κατάθλιψης λέγοντας: *«περισσότεροι ασθενείς μπορούν να θεραπευθούν μέσα σε ένα δεδομένο χρονικό διάστημα από εκπαιδευμένους επαγγελματίες θεραπευτές από ότι θα θεραπευόνταν σε ατομικό πλαίσιο»*. Παράλληλα υπάρχουν περιπτώσεις ψυχικών διαταραχών στις οποίες η ομαδική θεραπεία αποδεικνύεται η καταλληλότερη επιλογή (π.χ. Κοινωνική Φοβία). Τέλος, η δομημένη μορφή των πρωτοκόλλων εφαρμογής ομαδικών προγραμμάτων επιτρέπει την εμπειρική και ερευνητική τεκμηρίωση της αποτελεσματικότητας των προγραμμάτων αυτών στη θεραπεία μιας σειράς διαταραχών.

Τη λειτουργία μιας ΟΓΣΘ διέπουν συγκεκριμένες αρχές και κανόνες (εγχειρίδια εφαρμογής προγράμματος, σαφείς στόχοι και συγκεκριμένη δομή συνεδριών, χρήση αποτελεσματικών θεραπευτικών τεχνικών, δουλειά για το σπίτι, ανατροφοδότηση, ολοκλήρωση σε προκαθορισμένο αριθμό συναντήσεων κλπ.). Στην εισήγηση θα γίνει αναφορά στα παραπάνω μέσα από το παράδειγμα των Ομαδικών Θεραπευτικών Προγραμμάτων του Τμήματος Θεραπειών Ενηλίκων.