

## **Ο ΠΑΡΑΓΟΝΤΑΣ ΠΡΟΣΩΠΙΚΟΤΗΤΑ ΣΤΗΝ ΑΝΘΕΚΤΙΚΟΤΗΤΑ ΣΤΗ ΓΝΩΣΙΑΚΗ – ΣΥΜΠΕΡΙΦΟΡΙΣΤΙΚΗ ΘΕΡΑΠΕΙΑ**

Γ. Ευσταθίου

Ινστιτούτο Έρευνας και Θεραπείας της Συμπεριφοράς

Κατά τη γνωσιακή – συμπεριφορική θεραπεία των διαταραχών προσωπικότητας δίδεται μεγαλύτερη έμφαση στη τροποποίηση των βασικών πεποιθήσεων, πέραν την αναγνώρισης και της αμφισβήτησης των δυσλειτουργικών σκέψεων. Οι στόχοι και οι προσδοκίες του θεραπευόμενου και του θεραπευτή και οι μέθοδοι και οι τεχνικές που χρησιμοποιούνται διαφέρουν από τη ψυχοθεραπεία των διαταραχών συμπτωμάτων με αποτέλεσμα η θεραπευτική διαδικασία να καθίσταται δύσκολη σε πολλά επίπεδα.

Παρουσιάζονται θέματα που σχετίζονται με τη μη αυτόματη συμφωνία για τους στόχους και τη διαδικασία διαμόρφωσης του θεραπευτικού αιτήματος, τα φαινόμενα μεταβίβασης και αντιμεταβίβασης στη θεραπευτική σχέση καθώς και ζητήματα που σχετίζονται με τη μεγαλύτερη διάρκεια της θεραπείας αλλά και τον βραδύτερο ρυθμό των αλλαγών. Αναλύονται παράγοντες που οδηγούν σε αντίσταση και τρόποι άρσης των λόγων μη συμμόρφωσης. Τέλος, συζητούνται θέματα που σχετίζονται με την επαγγελματική επάρκεια και την δουλειά με τον εαυτό του θεραπευτή, την «τέχνη» της ψυχοθεραπείας, αλλά και τα επίπεδα της θεραπευτικής αλλαγής που θεωρούνται αποδεκτά ως στόχος στη θεραπεία των διαταραχών προσωπικότητας.