

ΕΙΣΑΓΩΓΗ ΣΤΗ ΓΝΩΣΙΑΚΗ ΣΥΜΠΕΡΙΦΟΡΙΣΤΙΚΗ ΨΥΧΟΘΕΡΑΠΕΙΑ ΤΩΝ ΔΙΑΤΑΡΑΧΩΝ
ΠΡΟΣΩΠΙΚΟΤΗΤΑΣ

Μ. Λεμονούδη¹, Γ. Ευσταθίου²

Οι διαταραχές προσωπικότητας αναφέρονται σε μακροχρόνια πρότυπα, τα οποία εντοπίζονται ήδη στην εφηβεία. Σύμφωνα με τη γνωσιακή – συμπεριφοριστική θεραπεία, ο εντοπισμός και η τροποποίηση των πυρηνικών προβλημάτων του θεραπευόμενου, τα οποία θεωρούνται παράγωγα των πυρηνικών δομικών στοιχείων της προσωπικότητας των θεραπευόμενου, είναι ο βασικός άξονας. Τα πυρηνικά αυτά δομικά χαρακτηριστικά ονομάζονται σχήματα. Η θεραπεία των διαταραχών προσωπικότητας εστιάζεται στα σχήματα, και θεραπευτικός στόχος είναι η τροποποίηση των δυσλειτουργικών σχημάτων που ευθύνονται για τη διαταραχή, χωρίς να παραμελούνται τα συμπτώματα. Οι διαταραχές προσωπικότητας συγκαταλέγονται στις πιο δύσκολες κλινικές περιπτώσεις, και για αυτό το λόγο απαιτείται μία σειρά εξειδικευμένων συστηματικών παρεμβάσεων και τεχνικών προκειμένου να τροποποιηθούν οι δυσλειτουργικές σκέψεις, πεποιθήσεις και συμπεριφορές του ατόμου. Στόχος της παρουσίασης είναι να συζητηθούν όλα τα παραπάνω και να περιγραφούν περιληπτικά οι ιδιαιτερότητες της θεραπείας των διαταραχών προσωπικότητας που αφορούν τόσο τον ορισμό των θεραπευτικών στόχων, τη διαμόρφωση αιτήματος, τα όρια της παρέμβασης, τις ειδικές τεχνικές που χρησιμοποιούνται, όσο και τις δυσκολίες που εμφανίζονται στη θεραπευτική σχέση, στο θεραπευτικό σχεδιασμό, τη διάρκεια και την εξέλιξη της πορείας της θεραπείας.