

Σε αυτό το τεύχος...

Χαιρετισμός από την
Πρόεδρο..... **σελ 1**

Επερχόμενα σεμινάρια
από την ΕΕΕΣ... **σελ 1**

Γνωστική Ψυχοθερα-
πευτική Βιβλιοθήκη...**σελ 2**

Σύντομη παρουσίαση του
«Στήριξης» ...**σελ 2**

Εκπαιδευτικό
Πρόγραμμα ΕΕΕΣ ...**σελ 3**

Σχέση γιατρού – ασθενή:
γνωστική συμπεριφορική
προσέγγιση **σελ 4**

Ανακοινώσεις

Εγγραφές για το νέο
εκπαιδευτικό πρόγραμμα
2011- 2012 από
Σεπτέμβριο 2011

Νέα Έκδοση- κυκλοφόρησε

«Αντιμετωπίζοντας την
αντίσταση στη γνωστική
θεραπεία» (Overcoming
resistance in cognitive
therapy) του R. Leahy
University Studio Press
Μετάφραση: Ε. Χάιντς
Επιμέλεια: Χ. Χιονίδου

Νέα της EABCT

41st EABCT Congress
31 Αυγούστου-3
Σεπτεμβρίου 2011,
Reykjavic

Newsletter

Ελληνική Εταιρεία Έρευνας
της Συμπεριφοράς-
Παράρτημα Μακεδονίας

Από την Πρόεδρο..

Αγαπητοί συνάδελφοι και μέλη της ΕΕΕΣ- Παραρτήματος Μακεδονίας,

με μεγάλη μας χαρά, το πρώτο δελτίο ενημέρωσης και επικοινωνίας με τα μέλη μας είναι έτοιμο! Στόχος του δελτίου είναι να γνωστοποιεί όλες τις δράσεις της Εταιρίας (παρελθούσες και μελλοντικές), να δημοσιεύει επιστημονικές εργασίες (σε σύντομη μορφή), να ενημερώνει με σύντομα άρθρα των μελών μας για τις νέες εξελίξεις στο χώρο της Γνωστικής-Συμπεριφορικής Θεραπείας, να κοινοποιεί τις σκέψεις και τις απόψεις όλων μας.

Μας προσκαλώ όλους να συμμετάσχουμε στη στήριξη και τη διάδοσή του, με την ελπίδα και ευχή ότι το δελτίο επικοινωνίας μας θα είναι ένας χώρος συνάντησης, πνευματικής επικοινωνίας και συναδελφικής αλληλεγγύης.

Τέλος, θέλω να ευχαριστήσω προσωπικά τη συντακτική επιτροπή για τη θαυμάσια δουλειά που έκανε και είμαι σίγουρη ότι θα συνεχίσει να κάνει.

Καλή μας αρχή!

Έλενα Χάιντς,
Πρόεδρος ΕΕΕΣ- Παράρτημα Μακεδονίας

Επερχόμενα Σεμινάρια ΕΕΕΣ

«Βία κατά των γυναικών»

Σάββατο **14/5/2011**,
3.30 μ.μ. – 8.30 μ.μ.

Κυριακή **15/5/2011**,
10.00 π.μ. - 3.00 μ.μ.

Παπαθανασίου Μαρία

Ψυχολόγος, Διδάκτωρ
Παντείου Παν/μιου

«Διεκδικητικότητα- Δικαιώματα-Επικοινωνία προσωπικών επιθυμιών» και

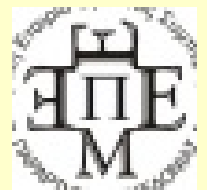
«Επικοινωνία προσωπικών
ορίων-Τεχνικές διαχείρισης
επικριτικότητας και κριτικής»

Σάββατο **4/6/2011**,
3.30 μ.μ. – 8.30 μ.μ.

Κυριακή **5/6/2011**,
10.00 π.μ. - 3.00 μ.μ.

Παπαθανασίου Μαρία

Ψυχολόγος, Διδάκτωρ
Παντείου Παν/μιου



Για περισσότερες
πληροφορίες ή
συμμετοχές,
επικοινωνήστε
στο τηλέφωνο
2310 274 610 ή
μέσω e-mail στο
eesm@hol.gr

Συντακτική ομάδα: Ν. Διαμαντίδου, Δ. Ζηλιασκοπούλου, Γ. Νασιοπούλου, Κ. Πασαλίδου, Α. Πελέκης, Π. Χατζηλάμπου, Ε. Χριστοπούλου

Γνωστική Ψυχοθεραπευτική Βιβλιοθήκη

Η Γνωστική Ψυχοθεραπευτική Βιβλιοθήκη αποτελεί μία σειρά μεταφράσεων και εκδόσεων που γίνεται με πρωτοβουλία του Παραρτήματος Μακεδονίας της Ελληνικής Εταιρείας Έρευνας της Συμπεριφοράς. Το μεταφραστικό έργο και την επιμέλεια των βιβλίων της σειράς την έχουν αναλάβει ψυχολόγοι – ψυχοθεραπευτές της γνωστικής συμπεριφορικής προσέγγισης, οι οποίοι είναι μέλη της Εταιρείας μας. Τα βιβλία που επιλέχθηκαν να μεταφραστούν προέρχονται από τη σύγχρονη διεθνή βιβλιογραφία και αποσκοπούν να καλύψουν ένα ευρύ φάσμα κλινικών θεμάτων. Κριτήριο της επιλογής τους αποτέλεσε η δυνατότητα που προσφέρουν στους ενδιαφερόμενους να έρθουν σε επαφή με τις θεωρίες και την πρακτική εφαρμογή της γνωστικής συμπεριφορικής θεραπείας σε διάφορους τομείς.

- Το πρώτο βιβλίο της σειράς εκδόθηκε το 2009, από τις εκδόσεις University Studio Press:

«Όταν το άγχος και οι ψυχαναγκασμοί περιορίζουν τη ζωή», του Nicolas Hoffman (*Wenn zwang das leben einengen*)

Μετάφραση: Μαρία Προβατίδου, Επιμέλεια: Έλενα Χάιντς

- Το Μάιο του 2011 εκδόθηκε και το δεύτερο βιβλίο της σειράς:

«Αντιμετωπίζοντας την αντίσταση στη γνωστική θεραπεία» του R. Leahy (*Overcoming resistance in cognitive therapy*)

Μετάφραση: Έλενα Χάιντς, Επιμέλεια: Χριστίνα Χιονίδου

Ψυχοθεραπευτικό Κέντρο «ΣΤΗΡΙΞΙΣ»

Το ψυχοθεραπευτικό κέντρο «Στήριξις» λειτουργεί από την Άνοιξη του 2005 με στόχο την παροχή βοήθειας σε άτομα, οικογένειες, ομάδες που χρειάζονται ψυχοθεραπευτική ή συμβουλευτική υποστήριξη.

Βρίσκεται σε στενή συνεργασία με την Ελληνική Εταιρεία Έρευνας Συμπεριφοράς – Παράρτημα Μακεδονίας παρέχοντας στους εκπαιδευόμενους των εκπαιδευτικών σεμιναρίων του Παραρτήματος το πλαίσιο όπου γίνεται η άσκησή τους.

Επίσης, συνεργάζεται με δομές και Υπηρεσίες του Δημοσίου και στους στόχους λειτουργίας του περιλαμβάνονται δράσεις κοινωνικού ενδιαφέροντος, όπως: ομάδες γονέων και εκπαιδευτικών, ομάδες αυτογνωσίας και επικοινωνίας, ομάδες προαγωγής ψυχικής υγείας, κ.λ.π..

Στα πλαίσια της συνεργασίας του με δημόσιες υπηρεσίες ψυχικής υγείας το Κέντρο «Στήριξις» προσφέρει ΔΩΡΕΑΝ συμβουλευτική και ψυχοθεραπευτική υποστήριξη σε όσους παραπέμπονται από δημόσιες δομές υγείας.

Πληροφορίες ή ραντεβού:

Κέντρο «Στήριξις», Ερμού 44, 7^{ος} όρ. Τηλ.: 2310 274 610

Οι συνεργαζόμενοι επόπτες στο κέντρο «Στήριξις» είναι ψυχολόγοι και ψυχίατροι με εμπειρία στην άσκηση της Γνωστικής Συμπεριφορικής Ψυχοθεραπείας.

Ενδεικτικά αναφέρονται οι:

Διαμαντίδου Ντίνα: ψυχολόγος-ψυχοθεραπεύτρια, MSc Κοινωνικής-Κλινικής Ψυχολογίας, Δρ Α.Π.Θ.

Μπατρακούλη Σίλια: ψυχολόγος-ψυχοθεραπεύτρια, MSc Ψυχολογίας Υγείας, Μετ.Δίπλωμα Γνωστικής-Συμπεριφορικής Θεραπείας

Νικηφορίδης Παναγιώτης: ψυχολόγος- ψυχοθεραπευτής, MSc Κοινωνικής- Κλινικής Ψυχολογίας

Χάιντς Έλενα: ψυχολόγος-ψυχοθεραπεύτρια, MSc Κλινικής Ψυχολογίας, Μετ.Δίπλωμα Γνωστικής-Συμπεριφορικής Θεραπείας, Δρ Α.Π.Θ.

Χιονίδου Χριστίνα: ψυχολόγος-ψυχοθεραπεύτρια, MSc Κλινικής Ψυχολογίας, Δρ Παν/μίου Αθηνών

Εκπαιδευτικό Πρόγραμμα

Σημαντική δραστηριότητα της Ε.Ε.Ε.Σ. αποτελεί το εκπαιδευτικό της πρόγραμμα. Στις δράσεις του τομέα αυτού συμπεριλαμβάνονται το τετραετές Πρόγραμμα Εκπαίδευσης στη Γνωστική Συμπεριφορική Ψυχοθεραπεία, τα Εξειδικευμένα Εργαστήρια (workshops), καθώς και οι Κύκλοι Ευαισθητοποίησης στις Γνωστικές Συμπεριφορικές Ψυχοθεραπείες.

Πιο αναλυτικά, το συνολικό Πρόγραμμα Εκπαίδευσης περιλαμβάνει θεωρητικά εκπαιδευτικά σεμινάρια, συζήτηση περιπτώσεων, μελέτη βιβλιογραφίας, σεμινάρια στις τεχνικές επικοινωνίας, ομάδες αυτογνωσίας, καθώς και πρακτική άσκηση, κατά την οποία οι σπουδαστές αναλαμβάνουν τη θεραπεία κλινικών περιπτώσεων υπό την εποπτεία ψυχολόγων και ψυχιάτρων με εμπειρία στην άσκηση της Γνωστικής Συμπεριφορικής Ψυχοθεραπείας. Παράλληλα, εκπονούν εργασίες μελέτης περιστατικών (case studies) και παρουσιάζουν βιβλιογραφικές εργασίες.

Τα Εξειδικευμένα Εργαστήρια (workshops) διοργανώνονται κάθε έτος, με στόχο την εκτενή προσέγγιση διαφόρων κλινικών αντικειμένων, μέσα από τη γνωστικο-συμπεριφορική ψυχοθεραπευτική κατεύθυνση. Απευθύνονται σε ειδικούς που απασχολούνται στο χώρο της ψυχικής υγείας, δίνοντάς τους τη δυνατότητα να εμπλουτίσουν τις γνώσεις τους και την κλινική τους εμπειρία μέσω βιωματικών μεθόδων.

Τέλος, οι Κύκλοι Ευαισθητοποίησης απευθύνονται σε εκείνους τους επαγγελματίες υγείας, φοιτητές ψυχολογίας και νοσηλευτές οι οποίοι ενδιαφέρονται να ενημερωθούν για τις Γνωστικές Συμπεριφορικές Ψυχοθεραπείες, αλλά αδυνατούν να παρακολουθήσουν το πλήρες πρόγραμμα εκπαίδευσης που προσφέρει το Παράρτημα Μακεδονίας της Ε.Ε.Ε.Σ.. Σχεδιάζονται με στόχο να εισάγουν τους συμμετέχοντες στον τρόπο σκέψης της άσκησης των γνωστικών συμπεριφορικών ψυχοθεραπειών και να τους φέρει σε επαφή με θεραπευτικά μοντέλα και θεραπευτικές παρεμβάσεις που εφαρμόζονται στο συγκεκριμένο πλαίσιο. Παρέχεται η δυνατότητα παρακολούθησης του κύκλου είτε κατά ενότητα, είτε καθολικά, ενώ για όσους επιθυμούν να συνεχίσουν το πλήρες πρόγραμμα εκπαίδευσης στη Γνωστική Θεραπεία της Συμπεριφοράς αναγνωρίζονται οι αντίστοιχες ενότητες.

Συνεργαζόμενοι εισηγητές στο εκπαιδευτικό πρόγραμμα της Ε.Ε.Ε.Σ., Παράρτημα Μακεδονίας (ενδεικτική αναφορά):

Βλάχου Χριστίνα:

Κλινική Ψυχολόγος-Νευροψυχολόγος,
Διδάκτωρ Πανεπιστημίου Georgia State

Καρανίκος Αθανάσιος:

ψυχολόγος- ψυχοθεραπευτής, MSc
Κοινωνικής- Κλινικής Ψυχολογίας, MSc
Συμβουλευτικής Ψυχολογίας

Παπαγεωργίου Βάγια: Δρ.

Παιδοψυχίατρος

Παπαδάκης Ευάγγελος:

ψυχολόγος- ψυχοθεραπευτής, MSc
Κοινωνικής- Κλινικής Ψυχολογίας

Προβατίδου Μαρία: ψυχολόγος- ψυχοθεραπεύτρια

Τσωνίδης Ανδρέας: ψυχολόγος,
MSc Κοινωνικής- Κλινικής Ψυχολογίας,
MSc Συμβουλευτικής Ψυχολογίας

Χαρίτου- Φατούρου Μίκα: Ομότ.
Καθηγήτρια Τμ. Ψυχολογίας ΑΠΘ

ΑΝΑΣΚΟΠΗΣΗ:

Δράσεις Εκπαιδευτικού Έτους 2010-2011

Οκτώβριος 2010 Έναρξη
Προγράμματος

Νοέμβριος 2010 Έναρξη Κύκλου
Εξειδικευμένων Εργαστηρίων:

- Αντίσταση στην αλλαγή (Ν. Διαμαντίδου)
- Ιδεοψυχαναγκαστική Διαταραχή (Μ. Προβατίδου)
- Προσδοκίες αυτό-αποτελεσματικότητας (Ν. Διαμαντίδου)
- Συζυγική Θεραπεία (Ε. Χάιντς)

Ιανουάριος 2011 Έκτακτο
Σεμινάριο για τη Θεραπεία
Σχημάτων:

- Ναρκισσιστική Διαταραχή (Ι. Μαλογιάννης)

Σχέση γιατρού – ασθενή: γνωστική συμπεριφορική προσέγγιση¹

Ντίνα Διαμαντίδου

Η σχέση γιατρού – ασθενή θεωρείται πλέον μία σημαντική παράμετρος στην έκβαση του θεραπευτικού αποτελέσματος. Καθώς η θεραπευτική διαδικασία είναι μία διαδικασία παρέμβασης σε ένα άτομο κι όχι σε ένα πρόβλημα, το αποτέλεσμα της επηρεάζεται κι από τον τρόπο που το άτομο θα ανταποκριθεί στην θεραπευτική πρόταση.

Έρευνες έχουν δείξει ότι αρκετά άτομα απευθύνονται στο γιατρό, όχι όταν άμεσα αντιληφθούν κάποιο σύμπτωμα, αλλά όταν αρχίζει να επηρεάζει τη ζωή τους: επιβαρύνει την καθημερινότητά τους, περιορίζεται η λειτουργικότητά τους, ανησυχούν για τις συνέπειες στη ζωή τους. Δηλαδή, η απόφαση του ατόμου για αναζήτηση ιατρικής βοήθειας επηρεάζεται από τη νοηματοδότησή του για το πρόβλημα. Η νοηματοδότηση για το συγκεκριμένο πρόβλημα προσδιορίζεται από τις γενικότερες γνωστικές πεποιθήσεις και στάσεις του για την υγεία και ασθένεια, κι αυτές επηρεάζουν τη στάση του προς το γιατρό και τον τρόπο που αντιλαμβάνεται τον εαυτό του στο ρόλο του ασθενούς. Αναλυτικότερα, ένα άτομο θα έχει την τάση να συνεργαστεί αποτελεσματικά με το γιατρό, όταν πιστεύει ή θεωρεί ότι τα προβλήματα υγείας αντιμετωπίζονται με συγκεκριμένους τρόπους, ότι ο ίδιος μπορεί να αντλεί βοήθεια, έχει μια εκτίμηση προσωπικής επάρκειας, αισθάνεται εμπιστοσύνη κι ασφάλεια. Ενώ ένας ασθενής που θεωρεί τα προβλήματα υγείας δυσεπίλυτα ή κακοτυχία, αμφιβάλλει για τη δυνατότητα αντιμετώπισης, κατηγορεί τον εαυτό του, αισθάνεται άγχος, φόβο ή/και θυμό, θα έχει την τάση να αποφύγει τη συνεργασία ή να δυσπιστεί για το αποτέλεσμα.

Προσεγγίζοντας το ρόλο του γιατρού, φαίνεται ότι δέχεται ένα αίτημα αντιμετώπισης, αλλά και τις δυνατότητες ή τους περιορισμούς του ασθενή του να αξιοποιήσει την προτεινόμενη παρέμβαση. Το θεραπευτικό αποτέλεσμα εξαρτάται κι από τη δυνατότητά του να επηρεάσει τις πιθανές δυσλειτουργικές συμπεριφορές. Ο τρόπος που ο γιατρός νοηματοδοτεί το ρόλο του, οι πεποιθήσεις του για το τι συνιστά αποτελεσματική παρέμβαση, θα προσδιορίσουν τον τρόπο που θα εμπλακεί στη σχέση και την επίδραση που θα ασκήσει στη στάση του ασθενή του. Η αλλαγή της στάσης προϋποθέτει την επανεκτίμηση της αρχικής νοηματοδότησης. Είναι εφικτή η επανεκτίμηση αυτή, όταν το άτομο εμπλακεί σε μία νέα περίπτωση αντιμετώπισης, αντλήσει νέες πληροφορίες κι εμπειρίες που θα τον προτρέψουν να επαναξιολογήσει τις συνέπειες από τη διατήρηση της συμπεριφοράς του, αναγνωρίζοντας τα οφέλη από την επιδιωκόμενη αλλαγή. Όταν η σχέση με τον γιατρό γίνει μία νέα περίπτωση που θα επιτρέψει στον ασθενή να αναπτύξει νέες προσδοκίες αντιμετώπισης, μπορεί να αναπτυχθεί μια αποτελεσματική συνεργασία.

Βιβλιογραφία

Catchel, R., Baum, A. & Krantz, D. (1992). *An introduction to health psychology*, Mc Graw Hill Int. editions.

Kent, G. & Blinkhorn, A. (1991). *The psychology of dental care*, Oxford, Butterworth-Heinemann.

White, C. (2001). *Cognitive behaviour therapy for chronic medical problems*, John Wiley & Sons.

Περίληψη προφορικής ανακοίνωσης στην ημερίδα «Επικοινωνία και οδοντιατρική φοβία, από τη θεωρία στην πράξη». Εταιρεία προληπτικής οδοντιατρικής Ελλάδας, Θεσσαλονίκη 2006.

Επερχόμενα Συνέδρια

13ο Πανελλήνιο Συνέδριο Ψυχολογικής έρευνας (ΕΛΨΕ): Φιλοσοφική Σχολή Πανεπιστημίου Αθηνών,

Πανεπιστημιούπολη, Ιλίσια, 25 - 29 Μαΐου 2011

12 European Congress of Psychology: Κωνσταντινούπολη, Τουρκία, 4-8 Ιουλίου 2011

25th European Health Psychology Conference “Engaging with Other Health Professionals: Challenges &

Perspectives”: Χερσόνησος – Κρήτη, 20-24 Σεπτεμβρίου 2011

5th International Congress on Brain & Behaviour & 18th Thessaloniki Conference: Θεσσαλονίκη, 3- 6 Νοεμβρίου 2011

Ελληνική Εταιρεία Έρευνας της Συμπεριφοράς-
Παράρτημα Μακεδονίας,

Ερμού 44, 7^{ος} όρ. Τηλ.: 2310 274 610

www.eeespm.gr, e-mail eeesm@hol.gr

Υπεύθυνη σύνταξης: Κ. Πασαλίδου, ψυχολόγος

Για επικοινωνία: passalidou2@hotmail.com