

## ΕΙΣΑΓΩΓΙΚΟ ΣΗΜΕΙΩΜΑ

---

Η ΔΕΥΤΕΡΗ έκδοση του βιβλίου *Γνωσιακή-Συμπεριφοριστική Θεραπεία Διαταραχών Προσωπικότητας* κυκλοφορεί δέκα χρόνια μετά την προηγούμενη. Είμαστε ιδιαίτερα χαρούμενοι που η συλλογικότητα της προσπάθειας διευρύνθηκε και ο αριθμός των συναδέλφων από το Ινστιτούτο Έρευνας και Θεραπείας της Συμπεριφοράς (ΙΕΘΣ) και την Εταιρεία Γνωσιακών Συμπεριφοριστικών Σπουδών (ΕΓΣΣ), οι οποίοι συνεργάστηκαν σε αυτή την έκδοση, αυξήθηκε από 24 σε 31 (όλοι απόφοιτοι του εκπαιδευτικού προγράμματος, εκτός από τρεις που είναι μόνο διδάσκοντες). Αλλαγή υπήρξε και στους συνεργάτες στην επιστημονική επιμέλεια του τόμου. Ο Γιώργος Κιοστεράκης και η Χριστίνα Μήτση έδωσαν τη θέση τους στην Έλλη Κουβαράκη και τη Μυρτώ Λεμονούδη, συμμετέχοντας πλέον ως συγγραφείς επιμέρους κεφαλαίων. Ωστόσο, στο διάστημα που μεσολάβησε είχαμε και μια μεγάλη απώλεια. Το 2017 απεβίωσε ο φίλος και συνεργάτης Κωνσταντίνος Ευθυμίου, με τον οποίο μοιραστήκαμε, μεταξύ πολλών άλλων, την επιστημονική επιμέλεια της αρχικής έκδοσης. Μας έλειψε πολύ κατά την προετοιμασία αυτού του τόμου.

Η νέα έκδοση είναι περίπου τριπλάσια σε μέγεθος. Στο διάστημα αυτών των δέκα ετών συγκεντρώσαμε πολύ καινούργιο υλικό, με κύρια έμφαση στην περιγραφή της θεραπευτικής διαδικασίας, της θεραπευτικής σχέσης, των γνωσιακών, συμπεριφορικών και βιωματικών τεχνικών, της γνωσιακής κατανόησης των διαταραχών, αλλά και των νέων εξελίξεων. Το βιβλίο αποτελείται από 13 θεωρητικά κεφάλαια, 10 πλήρεις μελέτες περίπτωσης και τρία ένθετα κείμενα. Τα αρχικά σχέδιά μας περιλάμβαναν ακόμη περισσότερα κεφάλαια και ήδη έχουμε καταλόγους με όσα θέλουμε να προσθέσουμε στην τρίτη έκδοση, αν και είμαστε σίγουροι ότι σε αυτά θα πρέπει να προσθέσουμε τα πολλά νέα πράγματα που θα εμφανιστούν στον χώρο της ΓΣΘ των διαταραχών προσωπικότητας τα επόμενα δέκα χρόνια.

Στο πρώτο κεφάλαιο περιγράφεται η θεωρία σχημάτων και τρόπων λειτουργίας κατά Beck, ο μηχανισμός της θεραπευτικής αλλαγής και τα στάδια της θεραπείας, ενώ το δεύτερο κεφάλαιο είναι ολόκληρο αφιερωμένο στη θεραπευτική σχέση και στις ιδιαιτερότητές της στις διαταραχές προσωπικότητας. Στο τρίτο κεφάλαιο περιγράφεται η κλινική εικόνα των διαταραχών και στο τέταρτο παρατίθενται τα γνωσιακά μοντέλα που έχουν προταθεί για την κατανόηση διαφόρων διαταραχών

προσωπικότητας. Στις διαταραχές αυτές συμπεριλαμβάνονται η παθητικοεπιθετική και η καταθλιπτική, οι οποίες συνεχίζουν να απασχολούν τη γνωσιακή-συμπεριφοριστική βιβλιογραφία, αλλά όχι η οριακή και η αντικοινωνική διαταραχή προσωπικότητας. Για τις δύο αυτές διαταραχές έχουν προταθεί ειδικά μοντέλα: η διαλεκτική συμπεριφορική θεραπεία που αναλύεται στο πέμπτο κεφάλαιο και η θεραπεία σχημάτων στο έκτο. Το έβδομο κεφάλαιο αναφέρεται στις εφαρμογές της ενσυνειδητότητας και άλλων προσεγγίσεων του τρίτου κύματος στη θεραπεία των διαταραχών προσωπικότητας.

Ακολουθεί το όγδοο κεφάλαιο, το οποίο είναι αφιερωμένο στην εξέλιξη των διαγνωστικών κατηγοριών στο DSM, και το ένατο, το οποίο πραγματεύεται τη συμπεριφορά και την προσωπικότητα σύμφωνα με τις θεωρίες μάθησης. Στη συνέχεια υπάρχουν τρία κεφάλαια που αφορούν σε θεραπευτικές τεχνικές. Στο δέκατο κεφάλαιο γίνεται αναλυτική περιγραφή των γνωσιακών και συμπεριφορικών τεχνικών που χρησιμοποιούνται συνήθως στη θεραπεία των διαταραχών προσωπικότητας, ενώ το ενδέκατο κεφάλαιο είναι αφιερωμένο στην τεχνική της επαναβίωσης και το δωδέκατο στην τεχνική των καρτελών. Τέλος, στο δέκατο τρίτο κεφάλαιο περιγράφονται οι διαθέσιμες φαρμακευτικές παρεμβάσεις για τις διαταραχές προσωπικότητας.

Ακολουθούν δέκα μελέτες περίπτωσης. Για πρώτη φορά περιλαμβάνεται μια πλήρης μελέτη περίπτωσης για τη σχιζοειδή διαταραχή (με τη σύντομη περιγραφή περίπτωσης που υπήρχε στην πρώτη έκδοση να παρατίθεται ως ένθετο κείμενο). Εντελώς νέα είναι και η μελέτη περίπτωσης για τη ναρκισσιστική διαταραχή. Τα ερμηνευτικά μοντέλα της θεραπείας σχημάτων για την ιστριονική και τη ναρκισσιστική διαταραχή προσωπικότητας παρουσιάζονται σε ένθετα κείμενα, στις αντίστοιχες μελέτες περίπτωσης.

Όλες οι μελέτες περίπτωσης που παρουσιάζονται στο βιβλίο αυτό αναφέρονται σε θεραπείες που πραγματοποιήθηκαν υπό εποπτεία από εκπαιδευόμενους ψυχολόγους και ψυχιάτρους στην ΕΓΣΣ και έλαβαν χώρα στο Τμήμα Θεραπειών Ενηλίκων (ΤΘΕ) του ΙΕΘΣ. Το ΤΘΕ είναι μια κοινοτική ψυχοθεραπευτική δομή στην οποία οι εκπαιδευόμενοι της ΕΓΣΣ προσφέρουν γνωσιακή-συμπεριφοριστική θεραπεία χαμηλού κόστους. Η επιλογή της ενασχόλησης με τις διαταραχές προσωπικότητας προέκυψε εν μέρει και από την αυξημένη εκπροσώπηση αυτής της διαγνωστικής κατηγορίας στις κλινικές ανάγκες των ατόμων που προσέρχονται για θεραπεία στο ΤΘΕ του ΙΕΘΣ.

Το ΙΕΘΣ είναι μια αστική μη κερδοσκοπική εταιρεία που ιδρύθηκε το 1992 από μέλη της Ελληνικής Εταιρείας Έρευνας της Συμπεριφοράς. Μεταξύ των αρχικών στόχων του ΙΕΘΣ ήταν η εκπαίδευση ειδικών ψυχικής υγείας στη γνωσιακή-συμπεριφοριστική θεραπεία σύμφωνα με τα πρότυπα της Ευρωπαϊκής Εταιρείας Γνωσιακών Συμπεριφοριστικών Θεραπειών (European Association of Behavioural and Cognitive Therapy – EABCT). Σήμερα, το εκπαιδευτικό έργο του ΙΕΘΣ συνεχίζεται από την Εταιρεία Γνωσιακών και Συμπεριφοριστικών Σπουδών και το ΙΕΘΣ λειτουργεί πλέον αποκλειστικά ως ερευνητικός φορέας παροχής θεραπευτικών υπηρεσιών.

Η επιλογή των περιπτώσεων που παρουσιάζονται έγινε με εκπαιδευτικά κριτήρια, ώστε να περιγραφούν περιστατικά με προεξάρχουσα ψυχοπαθολογία στο επίπεδο της προσωπικότητας, αλλά και κατά το δυνατόν με μία μόνο διάγνωση διαταραχής προσωπικότητας (για τις αδυναμίες του διαγνωστικού συστήματος βλ. Κεφάλαιο 1). Επίσης, επιλέχθηκαν θεραπείες με ικανοποιητικό αποτέλεσμα, χωρίς αυτό να σημαίνει ότι όλες οι απόπειρες αντιμετώπισης των διαταραχών προσωπικότητας στο πλαίσιο του γνωσιακού-συμπεριφοριστικού μοντέλου είναι επιτυχημένες. Έτσι, παρότι οι αναφορές δεν είναι με καμία έννοια αντιπροσωπευτικές, είναι σε όλες τις περιπτώσεις δίκαιες και ακριβείς, και καταδεικνύουν μια πολύ σημαντική παράμετρο του γνωσιακού-συμπεριφοριστικού μοντέλου: ακόμη και άπειροι θεραπευτές είναι σε θέση να αντιμετωπίσουν σύνθετα περιστατικά με την κατάλληλη εποπτεία, ακριβώς λόγω του σαφούς τρόπου που περιγράφονται οι αρχές και ο τρόπος εφαρμογής των σχετικών παρεμβάσεων. Η ερευνητική δεοντολογία τηρήθηκε σε όλα τα στάδια, και όλες οι πληροφορίες που θα μπορούσαν να οδηγήσουν στην ταυτότητα των θεραπευόμενων έχουν αλλαχθεί. Σε κάθε μελέτη περίπτωσης εμφανίζεται ως πρώτος συγγραφέας ο/η εκπαιδευόμενος θεραπευτής/τρια, και ως δεύτερος συγγραφέας ο/η επόπτης/τρια.

Οι αναγνώστες που επιθυμούν να έρθουν σε επαφή με περισσότερες μελέτες περίπτωσης μπορούν να ανατρέξουν στα ειδικά τεύχη του επιστημονικού περιοδικού *Γνωσιακή - Συμπεριφοριστική Έρευνα & Θεραπεία* που είναι αφιερωμένα στις διαταραχές προσωπικότητας. Έχει εκδοθεί ένα τεύχος αφιερωμένο την ιδεοψυχαναγκαστική διαταραχή προσωπικότητας (τεύχος 1, τόμος 6, Ιανουάριος-Ιούνιος 2020) και ένα στην αποφευκτική διαταραχή προσωπικότητας (τεύχος 1, τόμος 9, Ιανουάριος-Ιούνιος 2023), ενώ είναι υπό έκδοση τεύχος αφιερωμένο στην αποφευκτική διαταραχή προσωπικότητας. Σκοπός μας είναι να ακολουθήσουν και άλλα ειδικά τεύχη, τα οποία ο αναγνώστης μπορεί να βρει συγκεντρωμένα στη διεύθυνση [www.ibrt.gr/CBTPrd](http://www.ibrt.gr/CBTPrd), μαζί με άλλο υλικό σχετικό με τη ΓΣΘ των διαταραχών προσωπικότητας.

Κλείνοντας, θέλουμε να ευχαριστήσουμε θερμά τις εκδόσεις Gutenberg που εμπιστεύτηκαν το βιβλίο μας και ανέλαβαν την άρτια έκδοσή του. Επίσης, όλους και όλες τους/τις συναδέλφους που πήραν μέρος στη συλλογική αυτή προσπάθεια ως συγγραφείς, αλλά και όλους και όλες τους/τις εποπτευόμενους/ες που προσέφεραν πολύτιμη ανατροφοδότηση. Χωρίς τη δική τους συμβολή, αυτό το βιβλίο δεν θα υπήρχε.

*Γώργος Ευσταθίου, Ντιάνα Χαρίλα  
Έλλη Κουβαράκη, Μυρτώ Λεμονούδη*