Εταιρεία Γνωσιακών Συμπεριφοριστικών Σπουδών

Ο Ρόλος των Πρώιμων Δυσλειτουργικών Σχημάτων στην Εμφάνιση ή/και Διατήρηση της Κατάθλιψης

Γεωργία Κολτσίδα, Ψυχολόγος, εκπαιδευόμενη στη Γνωσιακή Συμπεριφορική Ψυχοθεραπεία ΕΓΣΣ

Επόπτρια: Δήμητρα Γραμματικάκη, Ψυχολόγος, MSc — ΕΓΣΣ

9ο Πανελλήνιο Συνέδριο Γνωσιακών Συμπεριφορικών Ψυχοθεραπειών · Θεσσαλονίκη · 6–8 Νοεμβρίου 2026

Η ύφεση των συμπτωμάτων δεν ισοδυναμεί πάντα με αλλαγή του πυρήνα

κλινική ύφεση



Πού τοποθετούνται τα ΠΔΣ σε αυτή τη διαδρομή;

Bishop et al., 2022 · Renner et al., 2012

Τα ΠΔΣ συνδέουν εμπειρία και πρόγνωση



5 κατηγορίες κατά Young

- Αποσύνδεση/Απόρριψη
- Ανεπαρκής Αυτονομία/Επίδοση
- Ανεπαρκή Όρια
- Προσανατολισμός στους Άλλους
- Υπερεπαγρύπνηση/Αναστολή

- Συμπτώματα
- Απόσυρση
- Χρονιότητα / υποτροπή

Young, 1999; Young et al., 2003 — όπως συντίθενται στην εργασία

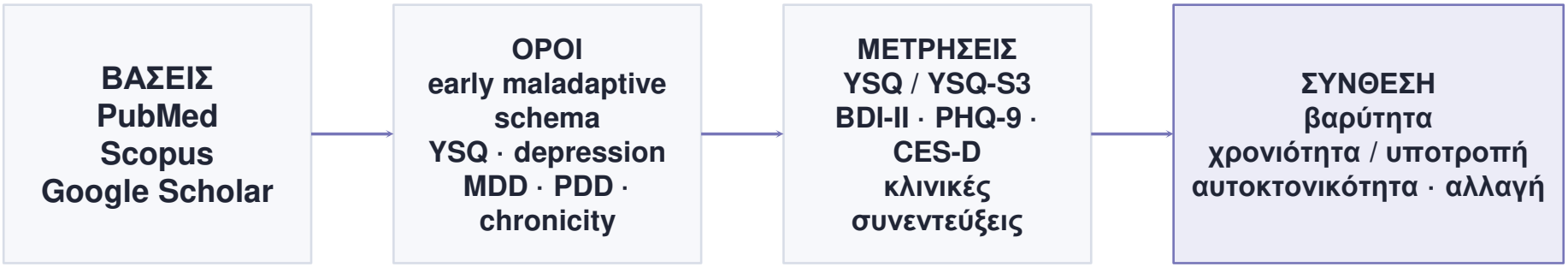
ΣΚΟΠΟΣ

Το ερώτημα: ποια σχήματα έχουν κλινικό βάρος στην κατάθλιψη;



ΜΕΘΟΔΟΣ

Από την αναζήτηση στη θεματική σύνθεση — χωρίς μετα-ανάλυση



Περιλαμβάνει κυρίως μελέτες της τελευταίας δεκαετίας και παλαιότερες θεμελιώδεις/διαχρονικές μελέτες

Περιγραφική βιβλιογραφική σύνθεση λόγω ετερογένειας δειγμάτων, εκδόσεων YSQ και αποτελεσμάτων..

ΑΠΟΤΕΛΕΣΜΑΤΑ

Η εικόνα είναι συνεπής ως προς τη συσχέτιση — όχι ως προς την αιτιότητα

συνεπές σήμα

Υψηλότερες βαθμολογίες στις μετρήσεις των ΠΔΣ

Συνδέονται επανειλημμένα με

Μεγαλύτερη βαρύτητα καταθλιπτικής συμπτωματολογίας

όριο συμπεράσματος

κυρίως διατομεακά σχέδια

+ αυτοαναφορά / mood-state effects
+ ετερογένεια μετρήσεων και δειγμάτων

Συσχέτιση > τεκμηριωμένη αιτιότητα

Bishop et al., 2022; Tariq et al., 2021; Renner et al., 2012

ΑΠΟΤΕΛΕΣΜΑΤΑ

Τρία ΠΔΣ επανέρχονται σταθερά στην κατάθλιψη



Αποτυχία → Ανεπαρκής Αυτονομία/Επίδοση

Απομόνωση + Ελαττωματικότητα → Αποσύνδεση/Απόρριψη

Bishop et al., 2022; Mavroeides et al., 2024; Chen et al., 2019

ΑΠΟΤΕΛΕΣΜΑΤΑ

Το κλινικό νόημα διαφέρει ανά σχήμα και τομέα

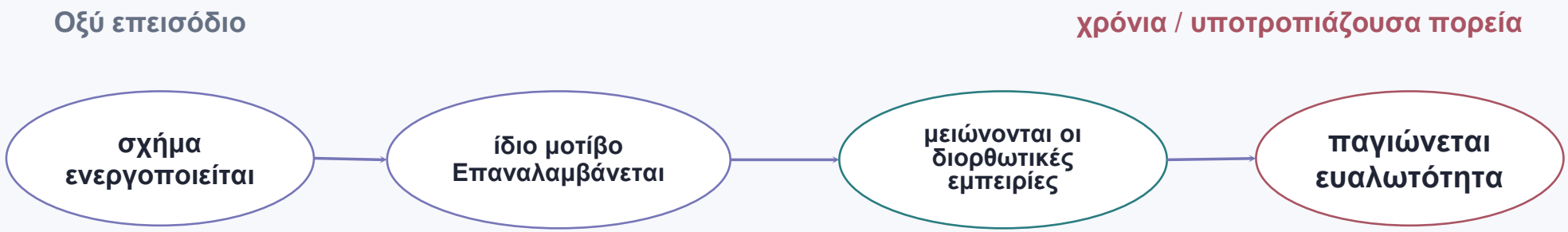
ΠΔΣ	Τομέας Young	Σύνδεση στη σύνθεση	Κλινικό νόημα
Αποτυχία	Ανεπαρκής Αυτονομία / Επίδοση	βαρύτητα · χρονιότητα	ανεπάρκεια / παραίτηση
Κοινωνική Απομόνωση	Αποσύνδεση / Απόρριψη	βαρύτητα · απόσυρση	«δεν ανήκω»
Ελαττωματικότητα / Ντροπή	Αποσύνδεση / Απόρριψη	βαρύτητα · χαμηλή αυτοαξία	ντροπή / αυτοκριτική
Εγκατάλειψη	Αποσύνδεση / Απόρριψη	δείκτες αυτοκτονικού κινδύνου*	απώλεια / αδιέξοδο

*Συσχέτιση σε επιμέρους μελέτες — όχι αυτόνομος δείκτης ή αιτιώδης παράγοντας κινδύνου.

Bishop et al., 2022; Ahmadpanah et al., 2017; Mavroeides et al., 2024

ΑΠΟΤΕΛΕΣΜΑΤΑ

Στη χρονιότητα, κρίσιμη είναι η επανενεργοποίηση



Η συμπτωματική ύφεση μπορεί να προηγείται της βαθύτερης αλλαγής των σχημάτων.

Renner et al., 2012; Chen et al., 2019; Baxendell et al., 2025

ΑΠΟΤΕΛΕΣΜΑΤΑ

Η διατήρηση μπορεί να ιδωθεί ως κύκλος αυτοεκπληρούμενης προφητείας



Young, 1999; Tariq et al., 2021; Baxendell et al., 2025

ΠΔΣ και αυτοκτονικός κίνδυνος: ειδικές συσχετίσεις

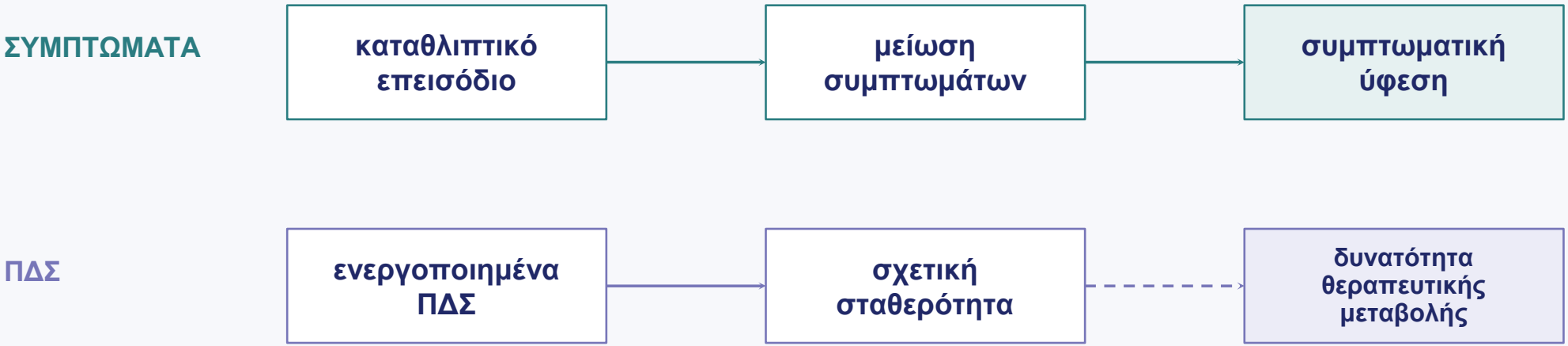


Κλινικά: τα ΠΔΣ δεν υποκαθιστούν τη δομημένη αξιολόγηση αυτοκτονικού κινδύνου.

Ahmadpanah et al., 2017; Ghosh & Halder, 2025

ΑΠΟΤΕΛΕΣΜΑΤΑ

Η ύφεση δεν σημαίνει αυτόματη υποχώρηση των ΠΔΣ



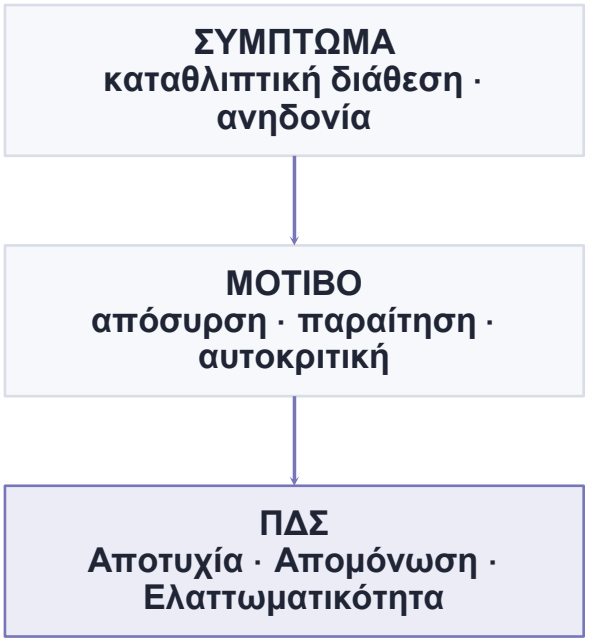
Σχετική σταθερότητα ≠ αμεταβλητότητα

Η κλινική βελτίωση και η μεταβολή των σχημάτων δεν χρειάζεται να εξελίσσονται παράλληλα.

Renner et al., 2012; Bishop et al., 2022

ΣΥΖΗΤΗΣΗ

Στη διατύπωση: από το σύμπτωμα στον μηχανισμό



κλινική ερώτηση

«Τι διατηρεί αυτό το επεισόδιο και τι μπορεί να παραμείνει μετά την ύφεση;»

Τα ΠΔΣ λειτουργούν ως υπόθεση εργασίας μέσα στη διατύπωση — όχι ως ετικέτα.

Young, 1999; Bishop et al., 2022

ΣΥΖΗΤΗΣΗ

Η θεραπευτική στόχευση μπορεί να οργανωθεί σε δύο βάθη/ επίπεδα

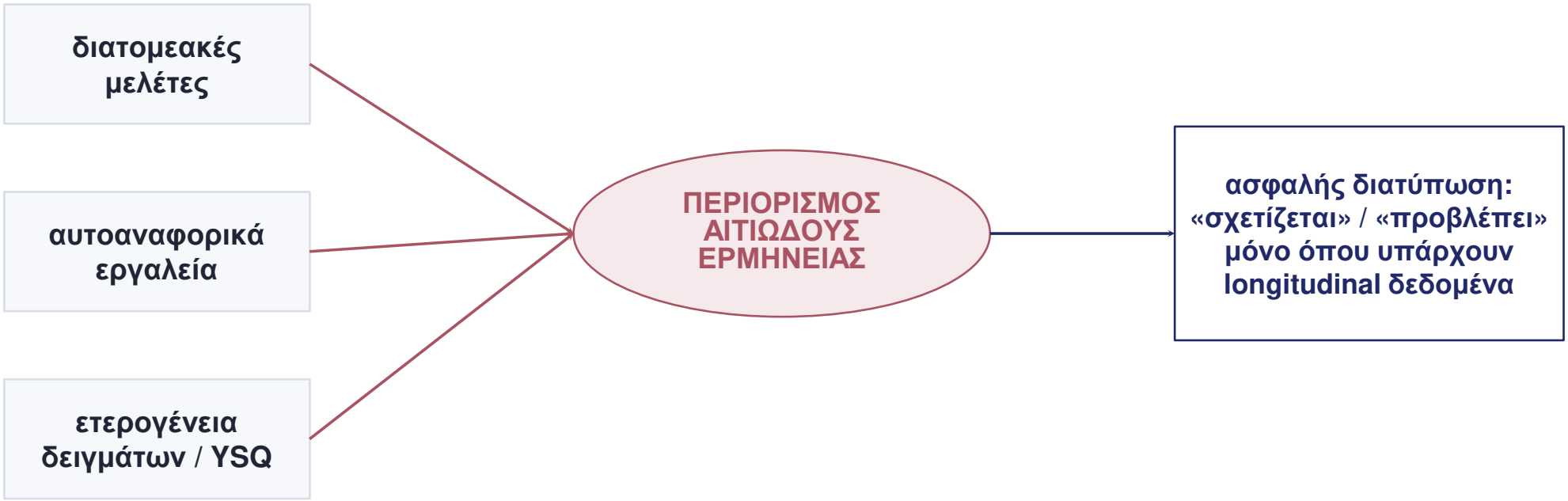
ΣΤΑΘΕΡΟΠΟΙΗΣΗ / ΣΥΜΠΤΩΜΑ
Συμπεριφορική ενεργοποίηση · γνωσιακή εργασία · λειτουργικότητα

ΒΑΘΥΤΕΡΑ ΜΟΤΙΒΑ
Αναγνώριση και τροποποίηση ΠΔΣ · διορθωτικές εμπειρίες · πρόληψη επανενεργοποίησης

ιδιαίτερο ενδιαφέρον σε χρόνια / υποτροπιάζοντα / σύνθετα προφίλ

Baxendell et al., 2025; Young, 1999

Τα δεδομένα στηρίζουν υποθέσεις μηχανισμού — όχι αιτιώδη συμπεράσματα



Bishop et al., 2022; Renner et al., 2012

ΣΥΖΉΤΗΣΗ

Η αλλαγή των ΠΔΣ αλλάζει και την πορεία;

ΚΕΝΤΡΙΚΗ ΥΠΟΘΕΣΗ

Μείωση ενεργοποίησης ΠΔΣ → μικρότερη ευαλωτότητα σε υποτροπή;

Τι χρειάζεται

- **Περισσότερα διαχρονικά ερευνητικά σχέδια**
- **επαναλαμβανόμενη μέτρηση διάθεσης + ΠΔΣ**
- **Αναλύσεις διαμεσολάβησης σε θεραπευτικές μελέτες**

Bishop et al., 2022; Baxendell et al., 2025

Τα ΠΔΣ ως μηχανιστικός φακός στην κατάθλιψη



Αποτυχία · Κοινωνική Απομόνωση · Ελαττωματικότητα/Ντροπή

Κλινική συνέπεια: αξιολόγηση όχι μόνο του «πόσο καταθλιπτικός», αλλά και του «ποιο μοτίβο επανενεργοποιείται».

Ενδεικτική βιβλιογραφία

Βασικές εμπειρικές πηγές

Bishop et al. (2022). Clin Psychol Psychother. doi:10.1002/cpp.2630

Renner et al. (2012). J Affect Disord. doi:10.1016/j.jad.2011.10.027

Tariq et al. (2021). Psychol Med. doi:10.1017/S0033291721001458

Ahmadpanah et al. (2017). Compr Psychiatry. doi:10.1016/j.comppsych.2017.05.008

Young, J. E. (1999). Cognitive therapy for personality disorders: A schema-focused approach.

Συμπληρωματικές / πρόσφατες

Baxendell et al. (2025). Cogn Ther Res. doi:10.1007/s10608-025-10574-5

Mavroeides et al. (2024). Current Psychology. doi:10.1007/s12144-023-04682-2

Ghosh & Halder (2025). doi:10.1177/13591045241305395

Το ερώτημα δεν είναι μόνο «υποχώρησαν τα συμπτώματα;»

αλλά και

«ποιο σχήμα εξακολουθεί να οργανώνει την εμπειρία;»

Σας ευχαριστώ

Γεωργία Κολτσίδα , Δήμητρα Γραμματικάκη

9ο Πανελλήνιο Συνέδριο ΓΣΘ