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

Γεωργία Κολτσίδα, Δήμητρα Γραμματικάκη
Ινστιτούτο Έρευνας και Θεραπείας της Συμπεριφοράς, Ελλάδα

Εισαγωγή: Η κατάθλιψη αποτελεί μία από τις συχνότερες και πιο επιβαρυντικές ψυχικές διαταραχές ενώ συχνά ακολουθεί υποτροπιάζουσα ή χρόνια πορεία. Η διεθνής βιβλιογραφία δείχνει ότι συγκεκριμένα ΠΔΣ και/ή κατηγορίες σχημάτων συνδέονται με βαρύτερα καταθλιπτικά συμπτώματα, αυξημένη χρονιότητα και δυσμενέστερη πρόγνωση. Σκοπός: Η μελέτη εξετάζει τη σχέση μεταξύ πρώιμων δυσλειτουργικών σχημάτων κατά Young και της χρόνιας καταθλιπτικής συμπτωματολογίας, εστιάζοντας σε ενήλικους και νεανικούς πληθυσμούς. Στόχος είναι η αποτύπωση του ρόλου των σχημάτων στην εμφάνιση, διατήρηση και ένταση της κατάθλιψης, καθώς και η διερεύνηση παραγόντων σταθερότητας ή μεταβολής τους. Μέθοδος: Πραγματοποιήθηκε βιβλιογραφική ανασκόπηση σε βάσεις δεδομένων όπως: Ακολουθήθηκε συστηματική ανασκόπηση με αναζήτηση σε διεθνείς βάσεις δεδομένων, όπως PubMed, Scopus και Google Scholar, και χρησιμοποιήθηκαν οι λέξεις κλειδιά: πρώιμα δυσλειτουργικά σχήματα, κατάθλιψη, χρονιότητα, Θεραπεία Σχημάτων, αυτοκτονικότητα, Young Schema Questionnaire. Τα κριτήρια ένταξης στη παρούσα εργασία ήταν να αποτελούν δημοσιευμένες κλινικές μελέτες χρονολογίας από το 2015-2025, να περιλαμβάνονται πληθυσμοί ηλικίας ≥18 ετών, καθώς επίσης, να χρησιμοποιούνται τα ακόλουθα εργαλεία αξιολόγησης: Young Schema Questionnaire, Beck Depression Inventory-II (BDI-II), Patient Health Questionnaire-9 (PHQ-9). Συλλέχθηκαν δεδομένα για συννοσηρότητα, αυτοκτονικό κίνδυνο και είδη θεραπείας. Αποτελέσματα: Τα ευρήματα δείχνουν ισχυρές συσχετίσεις μεταξύ συγκεκριμένων σχημάτων, κυρίως «Αποτυχίας», «Κοινωνικής Απομόνωσης» και «Ελαττωματικότητας/Ντροπής», και υψηλών βαθμολογιών κατάθλιψης, με μεγαλύτερη σταθερότητα στις χρόνιες μορφές. Ορισμένα σχήματα σχετίστηκαν με αυξημένο κίνδυνο αυτοκτονικότητας. Παρεμβάσεις όπως η Θεραπεία Σχημάτων και συνδυασμοί με CBT ή IPT φάνηκε να περιορίζουν τη λειτουργία των ΠΔΣ και βελτιώνουν τη πρόγνωση. Συμπεράσματα: Συνολικά, τα Πρώιμα Δυσλειτουργικά Σχήματα αναδεικνύονται ως κεντρικός παράγοντας που συνδέεται με την κατάθλιψη σε πολλαπλά επίπεδα, επηρεάζοντας τόσο την αρχική ευαλωτότητα όσο και τη χρονιότητα, την πορεία και την ανταπόκριση στη θεραπεία. Η έγκαιρη ανίχνευση αυτών και τροποποίηση μπορεί να ενισχύουν την αποτελεσματικότητα της παρέμβασης, περιορίζοντας τον κίνδυνο υποτροπών και επικίνδυνων συμπεριφορών.