Περιγραφή ατομικής περίπτωσης ενήλικου άνδρα με Πρώτο Ψυχωσικό Επεισόδιο και επικράτηση Αρνητικής Συμπτωματολογίας

Γρηγορία-Ισμήνη Μπαντούνα[1] Ιωάννης Χρυσόπουλος[1,2]

[1] Εταιρεία Γνωσιακών Συμπεριφοριστικών Σπουδών (ΕΓΣΣ)
[2] Ινστιτούτο Έρευνας & Θεραπείας της Συμπεριφοράς (ΙΕΘΣ)

Τα στοιχεία του περιστατικού έχουν ανωνυμοποιηθεί και τροποποιηθεί

Παρουσίαση Περιστατικού - Κώστας

Βασικά Στοιχεία

- *Φύλο: Άνδρας*
- *Ηλικία: 36 ετών*
- *Οικογενειακή κατάσταση: Άγαμος*
- *Διαμονή: Με την οικογένεια προέλευσης*
- *Εκπαίδευση: Απόφοιτος τριτοβάθμιας εκπαίδευσης*
- *Επάγγελμα: Άνεργος (>1 έτος). Προηγούμενη απασχόληση σύντομης διάρκειας σε διοικητική θέση στον ιδιωτικό τομέα.*

Αίτημα

- *Παραπομπή από τον θεράποντα ψυχίατρο*
- *«Να με βοηθήσετε με το κοινωνικό κομμάτι. Παλιά, έβγαινα, ήμουν πιο κοινωνικός. Τώρα είμαι διστακτικός.»*

Φαρμακοθεραπεία

- *Αμισουλπρίδη 100 mg*
- *Πλήρης προσήλωση στην φαρμακευτική αγωγή*
- *Σταθερή ψυχιατρική παρακολούθηση*

Κλινική Εικόνα (κατά την αρχική αξιολόγηση)

- *Ιστορικό ψυχωσικού επεισοδίου*
- ***Αρνητικά:** αβουλησία, ανηδονία, συναισθηματική άμβλυνση, κοινωνική απόσυρση, ψυχοκινητική επιβράδυνση*
- ***Θετικά:** υπολειμματική καχυποψία (φόβος ψηφιακής παραβίασης)*
- ***Γνωστικά:** διαταραχή προσοχής και συγκέντρωσης*
- ***Άγχος:** έντονο άγχος, μηρυκασμός και ανησυχία*
- ***Λειτουργικότητα:** Περιορισμένη. Εστιασμένη κυρίως εντός της οικίας (δουλειές καθαριότητας, ελάχιστες εξωτερικές υποχρεώσεις)*

Ιστορικό Νόσησης — Timeline

Επίπεδο λειτουργικότητας (ποιοτική απεικόνιση)

31 ετών:

1. Περιγράφεται έντονο στρες στην εργασία του, με σκοπό την ανέλιξη και στόχο καλύτερες οικονομικές απολαβές. Αυτό θα είχε ως συνέπεια την μετακόμιση σε δικό του οίκημα (ανεξαρτητοποίηση).
2. Αρχίζουν σκέψεις περί επιβούλευσης του και επίθεσης από συναδέλφους, που γίνονταν συντονισμένα και με μεγαλύτερη συχνότητα. Οι πεποιθήσεις αυτές στηρίζονταν σε εξωλεκτικά αποδεικτικά στοιχεία (τόνος φωνής, ύφος).
3. Παραίτηση μετά από ένα μήνα.
4. Έκτοτε, αναφέρεται καχυποψία στον ευρύτερο κοινωνικό κύκλο.

31 ετών:

1. Μετακομίζει στο εξωτερικό, έπειτα από επαγγελματική πρόταση στο αντικείμενο των σπουδών του.
2. Παραιτήθηκε έπειτα από 6 μήνες.
3. Την περίοδο αυτή εντείνεται η κοινωνική απόσυρση (διακοπή επικοινωνίας με γονείς και φίλους).

33 ετών:

1. Επιστροφή στην Ελλάδα.
2. Αναζήτηση και εύρεση εργασίας σε θέση εξυπηρέτησης πελατών στον ιδιωτικό τομέα.
3. Αύξηση του άγχους, μηρυκασμός και ανησυχία, μειωμένη συγκέντρωση, έκπτωση λειτουργικότητας.
4. Παραίτηση.

33 ετών:

1. Έπειτα από προτροπή των γονέων, επισκέπτεται ψυχίατρο. **Φ.Α.:** αμισουλπρίδη 400 mg, ζοπικλόνη, αλπραζολάμη. **Σύσταση για έναρξη ψ/θ.**
2. Έναρξη ψ/θ. , διάρκειας 8 μηνών. Διακοπή, λόγω αδυναμίας εκτέλεσης των κατευθύνσεων.

36 ετών (αρχική αξιολόγηση):

Παρατηρείται μειωμένη διάθεση, αβουλησία, ανηδονία, έκπτωση λειτουργικότητας, κοινωνική απόσυρση. Φ.Α.: αμισουλπρίδη 100 mg. Πλήρης προσήλωση στη φ.α.

Διάγνωση DSM-5

Κύρια διάγνωση

Μη Καθορισμένη Διαταραχή του Φάσματος της Σχιζοφρένειας και Άλλη Ψυχωσική Διαταραχή 298.9 (F29)

Συννοσηρότητα

Απουσία συννοσηρότητας

Λειτουργικότητα

Εργασία: άνεργος >1 έτος· διαδοχικές παραιτήσεις από σύντομες απασχολήσεις
Κοινωνικές σχέσεις: καμία επαφή εκτός οικογένειας (~3 έτη)
Αυτονομία: επιστροφή στην οικογένεια προέλευσης μετά από ανεξάρτητη διαβίωση
Καθημερινότητα: περιορισμένη σε οικιακές δουλειές
Ελεύθερος χρόνος: εγκατάλειψη αθλημάτων και ενδιαφερόντων

Ψυχομετρικές Κλίμακες

Κλίμακα	Intake
Recovery Assessment Scale-Domains and Stages (RAS-DS)	*66/152*
Social and Occupational Functioning Assessment Scale (SOFAS)	*50/100*
Health of the Nation Outcome Scales (HoNOS)	*17/48*



Χάρτης Ανάκαμψης (Recovery Map)

ΠΡΟΣΒΑΣΗ & ΕΝΕΡΓΟΠΟΙΗΣΗ

Ενδιαφέροντα/Τρόποι έντασης δραστηριότητας | Πιθανθέντες προσαρμοστικοί τρόποι λειτουργίας

ΦΙΛΟΔΟΞΙΕΣ

Στόχοι/Φιλοδοξίες | Βέλτιστο επίπεδο στόχου

ΠΡΟΚΛΗΣΕΙΣ

Τρέχουσες συμπεριφορές/Προκλήσεις | Πιθανθέντες συνδέσμους με τις προκλήσεις

ΔΡΑΣΗ & ΕΝΔΥΝΑΜΩΣΗ

Τρέχουσες στρατηγικές και παρεμβάσεις | Επαναθήσεις / Φιλοδοξίες / Ικανοποιήσεις / Προκλήσεις - Στόχοι

Beck AT, Grant P, Inverso T, Brown KP, & Pretzlaff B. (2021). Recovery-Oriented Cognitive Therapy for Serious Mental Health Conditions. NY: Guilford Press. Διαμόρφωση: Αντωνίου Α. & Χρυσόπουλος Ι. (2024) για Σχολείο Ανηκουστικών Δεξιοτήτων Ψυχικής Υγείας. CBT & CT-R. Αθήνα: ΕΙΣΣ

Φύλλο Εργασίας: Χάρτης Ανάκαμψης (Recovery Map)

Beck, Grant, Inverso et al. (2021)
Διαμόρφωση: Αντωνίου & Χρυσόπουλος (2024), ΕΙΣΣ

ΠΡΟΣΒΑΣΗ & ΕΝΕΡΓΟΠΟΙΗΣΗ

- Πως έμοιαζε ως η καλύτερη εκδοχή του εαυτού του:
  1. Είχε ενέργεια. Ο χρόνος δεν έφευγε ανεκμετάλλευτος.
  2. Έβαζε πολλές φορές παραπάνω ενέργεια από όση είχε, φτάνοντας και σε υπερβολές, όπως το να παίξει ποδόσφαιρο 3 ώρες.
  3. Ήταν παραπάνω κοινωνικός, αλλά επιφανειακός. Δεν δενόταν.

- Δραστηριότητες:
  1. περπάτημα,
  2. ποδόσφαιρο,
  3. τένις,
  4. τρέξιμο,
  5. έξοδοι,
  6. μουσική,
  7. ανάγνωση βιβλίου.

- Πεποιθήσεις, που ενεργοποιούνταν:
  1. Ο ανταγωνισμός, που τον ωθούσε στο να προσπαθεί να βελτιώνεται.
  2. Η συνεχής μάθηση, που κάλυπτε την περιέργεια του.
  3. Η κοινωνικότητα/σύνδεση.

- Πως έβλεπε τον εαυτό του:
  1. «Προσπαθώ στο μέγιστο και άλλες φορές πετυχαίνω, άλλες όχι»
  2. «Έκανα το βέλτιστο»
- Πως έβλεπε τους άλλους:
  1. «Εστίαζα κυρίως σε εμένα, γιατί η πρόοδος, που σημείωναν οι άλλοι (παιδιά, γάμοι) ήταν άγνωστη. Κοιτούσα τι θα κάνω, για να περάσω καλά»
- Το μέλλον:
  1. «Το μέλλον το έβλεπα όπως και τώρα. Είχα στόχους, όπως η επαγγελματική εξέλιξη, η δημιουργία σχέσης και οικογένειας και προσπαθούσα για αυτό»

Συναισθήματα: ευεξία, χαρά, πληρότητα, ενέργεια, όρεξη, ικανοποίηση.



Χάρτης Ανάκαμψης (Recovery Map)

ΠΡΟΣΒΑΣΗ & ΕΝΕΡΓΟΠΟΙΗΣΗ

Ενδιαφέροντα/Τρόποι ενυφέρς δραστηριότητας | Πιθανά θέματα προσαρμοστικού τρόπου λειτουργίας

ΦΙΛΟΔΟΞΙΕΣ

Στόχοι/Φιλοδοξίες | Νόημα επίτευξης στόχου

ΠΡΟΚΛΗΣΕΙΣ

Τρέχουσες συμπεριφορές/Προκλήσεις | Πιθανόθερμες συνδέσμενες με τις προκλήσεις

ΔΡΑΣΗ & ΕΝΔΥΝΑΜΩΣΗ

Τρέχουσες στρατηγικές και παρεμβάσεις | Πιστεύθηκες / Φιλοδοξίες / Ικανοποιήσεις / Προκλήσεις - Στόχοι

Beck A.T., Grant P., Inverso T., Brown M.F., & Pretzlaff A. (2021). Recovery-Oriented Cognitive Therapy for Serious Mental Health Conditions. NY: Guilford Press. Διαμόρφωση: Αντωνίου Α. & Χρυσόπουλος Ι. (2024) για Σχολείο Ανηφόρισης: εκβιβάζω ψυχικών προβλημάτων. CBT & CT-R. Αθήνα: ΕΓΣΣ

Φύλλο Εργασίας: Χάρτης Ανάκαμψης (Recovery Map)

Beck, Grant, Inverso et al. (2021)
Διαμόρφωση: Αντωνίου & Χρυσόπουλος (2024), ΕΓΣΣ

ΦΙΛΟΔΟΞΙΕΣ

Στόχοι/Φιλοδοξίες:

- Νέοι στόχοι. Οι στόχοι για αυτόν είναι εξέλιξη και επιτυχία. Δίνουν κινητοποίηση, ενδιαφέρον και εγρήγορση και έτσι θα πετύχει τα συναισθήματα της ευεξίας, χαράς και πληρότητας.
- Να εργαστεί ξανά στον τομέα του.
- Να νιώσει ξανά ενέργεια και ικανοποίηση από την καθημερινότητα του.
- **Να αυξήσει την κοινωνικότητα του και να υπάρξει σύνδεση.**
- Να αποκτήσει σχέση και οικογένεια.

Νόημα επίτευξης στόχου:

- Θα ένιωθε υπερηφάνεια και ελπίδα ότι μπορεί να γίνει η επανένταξη του στην κοινωνία.

Εννοιολόγηση Περίπτωσης — CT-R (Χάρτης Ανάκαμψης / Recovery Map)


Χάρτης Ανάκαμψης (Recovery Map)

ΠΡΟΣΒΑΣΗ & ΕΝΕΡΓΟΠΟΙΗΣΗ

Ενδιαφέροντα/Τρόποι ένωσης δραστηριότητας | Ποια θέλεις προσωρμοστικά τρόπου λειτουργίας

ΦΙΛΟΔΟΞΙΕΣ

Στόχοι/Φιλοδοξίες | Βέλτιστα επίπεδα στόχους

ΠΡΟΚΛΗΣΕΙΣ

Τρέχουσες συμπεριφορές/Προκλήσεις | Πεποιθήσεις συνδεόμενες με τις προκλήσεις

ΔΡΑΣΗ & ΕΝΔΥΝΑΜΩΣΗ

Τρέχουσες στρατηγικές και παρεμβάσεις | Πεποιθήσεις / Φιλοδοξίες / Νοηματοδοτήσεις / Προκλήσεις - Στόχοι

Beck AT, Grant P, Inverso T, Brown AP, & Perivoliotis D. (2021). Recovery-Oriented Cognitive Therapy for Serious Mental Health Conditions. NY: Guilford Press. Διαμόρφωση: Αντωνίου Α. & Χρυσόπουλος Ι. (2024) για Σχολείο Ανιχνευτών: σύμφωνα με τον τρόπο. CBT & CT-R. Αθήνα: ΕΙΣΣ

Φύλλο Εργασίας: Χάρτης Ανάκαμψης (Recovery Map)

Beck, Grant, Inverso et al. (2021)
Διαμόρφωση: Αντωνίου & Χρυσόπουλος (2024), ΕΙΣΣ

ΠΡΟΚΛΗΣΕΙΣ

Τρέχουσες συμπεριφορές/Προκλήσεις:

- Η ενέργεια, που δεν έχει.
- Απουσία κινήτρου.
- Η φαρμακευτική αγωγή.
- Η βολή του στο σπίτι.
- Η πραγματικότητα.
- Οι γονείς του.

Πεποιθήσεις συνδεόμενες με τις προκλήσεις:

- Πεποιθήσεις για τον εαυτό:
  1. ο φόβος της αλλαγής, που όμως ξεπερνιέται με το πρώτο βήμα,
  2. η μειωμένη αίσθηση αξίας του εαυτού του, γιατί δεν πετυχαίνει αυτό, που ήθελε.

Συναισθήματα: δυσαρέσκεια και απαισιοδοξία για το μέλλον.

ΔΡΑΣΗ & ΕΝΔΥΝΑΜΩΣΗ

Τρέχουσες στρατηγικές και παρεμβάσεις:

- Για τις παραπάνω προκλήσεις σκέφτεται:
  1. Πιο μικρά βήματα σε μια δράση.
  2. Για την φαρμακευτική αγωγή τώρα που έχει μειωθεί στο ελάχιστο, πιθανόν να αποτελεί μια δικαιολογία.
  3. Για την βολή του το μόνο, που θα μπορούσε να δοκιμάσει θα ήταν πιθανόν κάποια συνταγή μαγειρικής.
  4. Σε σχέση με την εργασιακή πραγματικότητα, το μόνο που θα μπορούσε να κάνει θα ήταν μια έκπτωση στις επιθυμίες του, όπως για παράδειγμα στα επαγγελματικά να ψάχνει και άσχετο τομέα απασχόλησης.

Πεποιθήσεις / Φιλοδοξίες / Νοηματοδοτήσεις / Προκλήσεις - Στόχοι:

1. «Αφού το κάνω θα αισθανθώ ότι πηγαίνω μπροστά.»
2. «Η πεποίθηση περί αναξιότητας θα ξεχαστεί.»

Θεραπευτικό Πλάνο

Ανάγκη	Στόχος	Τεχνική / Παρέμβαση
Επαγγελματικός τομέας: Εύρεση εργασίας.	Ικανότητα	Συστηματοποίηση δράσης
Ψυχικός τομέας: Βίωση ευχαρίστησης και ικανοποίησης.	Κινητοποίηση, Ενεργοποίηση	Ημερολόγιο θετικών δράσεων
Κοινωνικός τομέας: Αύξηση κοινωνικότητας.	Επανένταξη στο κοινωνικό σύνολο, αίσθημα «ανήκειν», σύνδεση	Αναζήτηση φιλοδοξιών, Εικόνα ανάκαμψης, Διάγραμμα φιλοδοξίας και βημάτων
Συντροφικός τομέας: Σύναψη σχέσης και δημιουργία οικογένειας.	Σύνδεση	Αναζήτηση φιλοδοξιών, Εικόνα ανάκαμψης, Διάγραμμα φιλοδοξίας και βημάτων

Πορεία Θεραπείας κατά CT-R

Μοντέλο: CT-R · Διάρκεια: 18 μήνες · Συνεδρίες: 48

1. Πρόσβαση

- Διερεύνηση της καλύτερης εκδοχής του εαυτού του στο παρελθόν.
- Ερωτήσεις γνήσιου ενδιαφέροντος για δραστηριότητες που την ενίσχυαν (αγαπημένα βιβλία, τραγούδια, δραστηριότητες).

2. Ενεργοποίηση

- Ημερήσιο ημερολόγιο δραστηριοτήτων → οπτικοποίηση της καθημερινότητας.
- Ανάδειξη της ανηδονίας, της αβουλησίας και της κοινωνικής απόσυρσης.
- Νέες δραστηριότητες με βάση παλιά ενδιαφέροντα, κλιμακωτά (εύκολα → δύσκολα).

3. Ανάπτυξη

- Αναγνώριση φιλοδοξίας: σύνδεση.
- Εμπλουτισμός με την Εικόνα Ανάκαμψης.
- Προσωπικό νόημα: εμπιστοσύνη, κατανόηση, νέες εμπειρίες, ασφάλεια, δημιουργία οικογένειας.

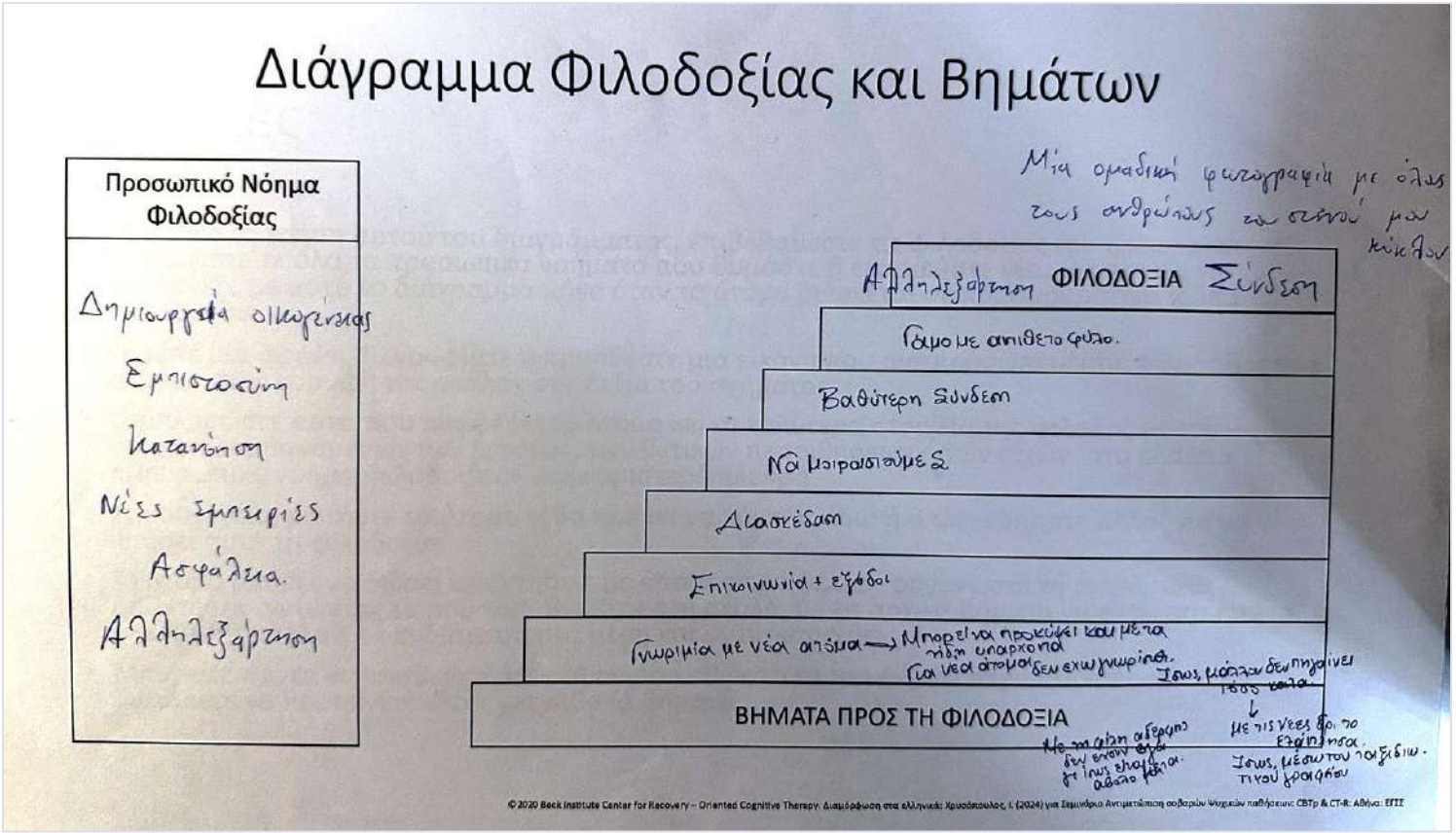
4. Υλοποίηση

- Διάγραμμα φιλοδοξίας και βημάτων.
- Συνεργατική στοχοθεσία.
- Σύνδεση κάθε βήματος και κάθε εμποδίου με το προσωπικό νόημα.

5. Ισχυροποίηση

- Εκμαίευση συμπερασμάτων από τις θετικές εμπειρίες για τον εαυτό, τους άλλους και το μέλλον.

Η ισχυροποίηση δεν είναι μόνο τελική φάση: εφαρμόζεται μετά από κάθε θετική εμπειρία, σε όλη τη διάρκεια της θεραπείας.


Διάγραμμα Φιλοδοξίας και Βημάτων
Προσωπικό Νόημα Φιλοδοξίας
Δημιουργία οικογένειας
Εμπιστοσύνη
Κατανόηση
Νέες εμπειρίες
Ασφάλεια.
Αλληλεξάρτηση
Μία ομαδική φωτογραφία με όλους τους ανθρώπους στο σπίτι μου κύκλου
Αλληλεξάρτηση ΦΙΛΟΔΟΞΙΑ Σύνδεση
Γάμο με απίθετο φύλο.
Βαθύτερη Σύνδεση
Να μοιραστούμε
Διασκέδαση
Επικοινωνία + εξόδοι
Γνωριμία με νέα άτομα → Μπορεί να προκύψει και μετά πάει υπάρχοντα
Για νέα άτομα δεν έχω γνωρίσει.
Ίσως, μόλις δεν πηγαίνει τόσο καλά.
ΒΗΜΑΤΑ ΠΡΟΣ ΤΗ ΦΙΛΟΔΟΞΙΑ
με τις νέες βδ. το εξαίρησα.
Ίσως, μέσω του ταξιδιού
© 2020 Beck Institute Center for Recovery – Oriented Cognitive Therapy. Διασύνδεση στα ελληνικά: Χρυσόπουλος, Ι. (2024) για Σεμινάριο Αντιμετώπιση σοβαρών Ψυχικών παθήσεων: CBTp & CT-R: Αθήνα: ΕΠΙΣ

Συγκεκριμένη τεχνική CT-R: Εικόνα Ανάκαμψης — πότε και πώς

ΠΟΤΕ

- **Στη φάση της Ανάπτυξης**, αφού έχει αναγνωριστεί η φιλοδοξία.
- **Όταν το άτομο είναι σε προσαρμοστικό τρόπο λειτουργίας**: έχει ενέργεια και ενδιαφέρον για το θέμα.
- Αν ο εμπλουτισμός **δεν** αυξάνει την ενέργεια, **επιστρέφουμε στην πρόσβαση** και δεν πιέζουμε.
- **Μετά, σε στιγμές δυσφορίας**: η εικόνα ανακαλείται για να ανακουφίσει και να οδηγήσει σε δράση με νόημα.

ΠΩΣ

1. Εμπλουτισμός	2. Αποτύπωση	3. Πρόσβαση	4. Νόημα → Δράση
• Τι, πού, με ποιον. • Νοερή εικόνα με όλες τις αισθήσεις. • *«Θέλω να σιγουρευτώ ότι το βλέπω όπως το βλέπεις…»*	• Ζωγραφιά, πόστερ, κολάζ, φωτογραφία, φόντο στο κινητό. • Συνεργατικά, με ενεργό τον θεραπευτή.	• *«Πού θα τη βάλεις; Κάθε πότε θα τη βλέπεις;»* • Ψυγείο, καθρέφτης, πορτοφόλι, κινητό.	• *«Τι θα σήμαινε για σένα;»* • Η ενέργεια της εικόνας γίνεται βήματα προς τη φιλοδοξία.

ΣΤΗΝ ΠΕΡΙΠΤΩΣΗ

- **Φιλοδοξία:** Σύνδεση.
- **Εικόνα:** *«Μια ομαδική φωτογραφία με όλους τους ανθρώπους του στενού μου κύκλου»*.
- **Αποτύπωση:** πρώτα στη φαντασία, έπειτα με ζωγραφική.
- **Πρόσβαση**: την κρέμασε στη βιβλιοθήκη του δωματίου του.
- **Χρήση:** κορυφή του Διαγράμματος Φιλοδοξίας και Βημάτων και κινητήρια δύναμη για τη δράση.

Πηγή: Beck et al. (2021). Διαμόρφωση: Χρυσόπουλος (2024), ΕΓΣΣ.

Έκβαση — Ποιοτική Αξιολόγηση

Συμπτωματολογία

- Υποχώρηση της ανηδονίας και της αβουλησίας.
- Σταθερά βελτιωμένη διάθεση.
- Αύξηση της ικανότητας προσοχής και συγκέντρωσης.
- Μείωση του άγχους.
- Υποχώρηση της καχυποψίας.

Λειτουργικότητα

- Έναρξη νέων δραστηριοτήτων (τρέξιμο, ανάγνωση βιβλίου).
- Ένταξη σε άθλημα.
- Συμμετοχή σε εκδρομές.
- Δοκιμή νέων δραστηριοτήτων αναψυχής (θέατρο, συναυλίες).

Επαγγελματικός τομέας:

- Εντατική κινητοποίηση για την εύρεση εργασίας (συστηματική αποστολή βιογραφικών, προγραμματισμός συνεντεύξεων).

Ψυχικός τομέας:

- Ανάπτυξη και εγκαθίδρυση εβδομαδιαίων δραστηριοτήτων, παραδείγματος χάριν τένις.
- Βίωση συναισθημάτων ευχαρίστησης (10/10) και ικανοποίησης (10/10), σε αυτοαναφορά 0–10.
- Ενεργοποίηση: συμμετοχή ακόμα και σε δραστηριότητες, όπου δεν προτιμούσε κατά το παρελθόν, όπως θεατρικές παραστάσεις και συναυλίες.

Κοινωνικός τομέας :

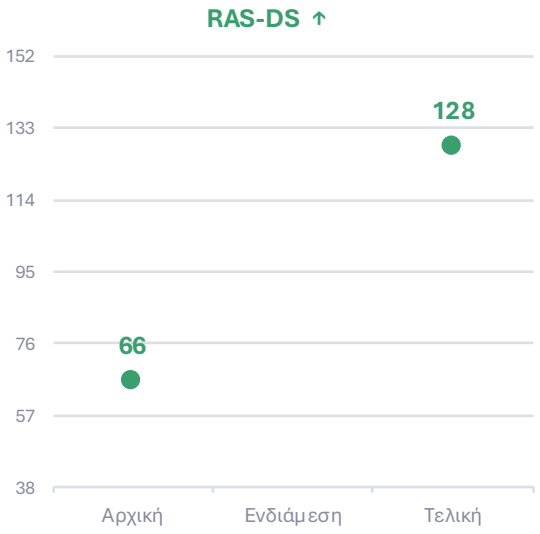
- Ανάπτυξη νέων φιλικών σχέσεων.
- Προσπάθεια επανασύνδεσης με παλιούς φίλους.
- Δημιουργία μιας σταθερής ρουτίνας εξόδων.
- Ένταξη ξανά στο κοινωνικό σύνολο.

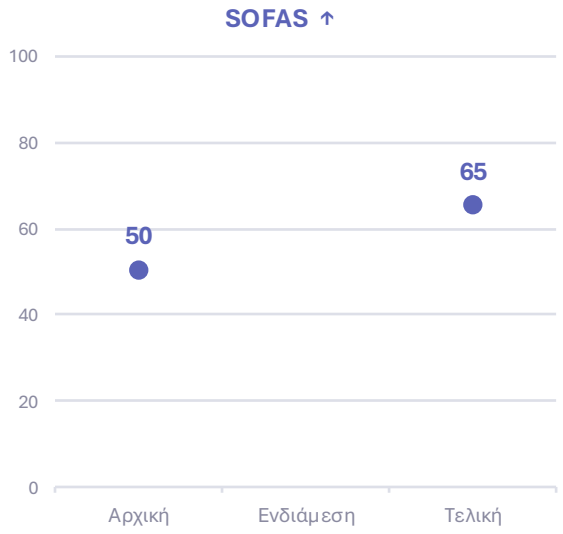
Συντροφικός τομέας:

- Ενασχόληση με το αντίθετο φύλο και εκδήλωση ενδιαφέροντος για τη σύναψη συντροφικής σχέσης.

Έκβαση — Ψυχομετρική Αξιολόγηση

Εργαλείο	Αρχική	Ενδιάμεση	Τελική
Recovery Assessment Scale-Domains and Stages (RAS-DS)	*66/152*	—	*128/152*
Social and Occupational Functioning Assessment Scale (SOFAS)	*50/100*	—	*65/100*
Health of the Nation Outcome Scales (HoNOS)	*17/48*	—	*09/48*







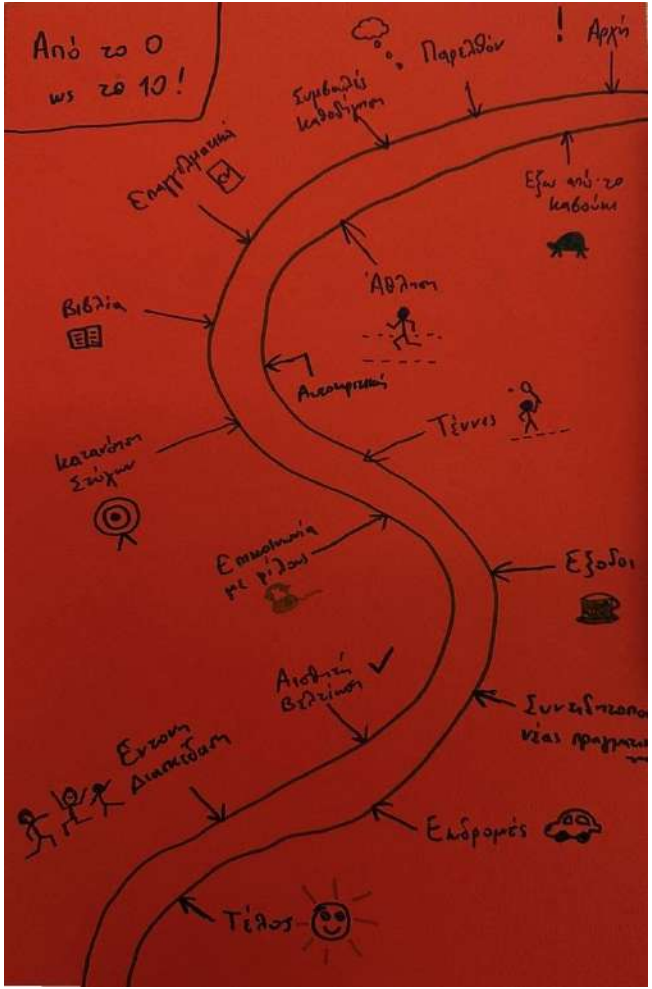
- **Στόχος της CT-R** είναι η ενεργοποίηση του προσαρμοστικού τρόπου λειτουργίας και, ταυτόχρονα, η απενεργοποίηση του δυσπροσαρμοστικού, μέσα από δομημένες δραστηριότητες με θετική και επιτυχή έκβαση (Τουρκοχωρίτη κ.ά., 2019· Γραμματικάκη & Χρυσόπουλος, 2022).

- **Η αρνητική συμπτωματολογία** (κοινωνική απόσυρση, αβουλησία, ανηδονία, συναισθηματική άμβλυνση) συνδεόταν με σοβαρή έκπτωση της λειτουργικότητας. Κύρια έκφρασή της ήταν η απώλεια της σύνδεσης με τους άλλους· γι' αυτό η **σύνδεση αναδείχθηκε ως κεντρική φιλοδοξία**.

- **Μηχανισμός:** οι πεποιθήσεις του («δεν πετυχαίνω αυτό που θέλω», μειωμένη αξία) είναι ηττοπαθείς πεποιθήσεις (defeatist beliefs), που μεσολαβούν ανάμεσα στα αρνητικά συμπτώματα και τη λειτουργικότητα (Grant & Beck, 2009· Beck et al., 2018). Οι θετικές εμπειρίες δράσης τις διέψευσαν στην πράξη.

- **Η Εικόνα Ανάκαμψης** συνέδεσε την επιθυμητή μελλοντική ζωή με συγκεκριμένα βήματα δράσης, και κάθε βήμα με το προσωπικό νόημα της φιλοδοξίας.

- **Συμφωνία με τη βιβλιογραφία:** στην τυχαιοποιημένη μελέτη των Grant et al. (2012), 60 ατόμων με σχιζοφρένεια, η CT-R βελτίωσε τη λειτουργικότητα και μείωσε την αβουλησία και την απάθεια. Οι Grant et al. (2017) βρήκαν διατήρηση στους 6 μήνες και ταχύτερη βελτίωση όταν η νόσος διαρκεί λιγότερο.
- **Περιορισμοί:** καμία ειδική μέτρηση των αρνητικών συμπτωμάτων.
- **Συμπέρασμα:** η πρόσβαση στη λειτουργικότητα πέρασε μέσα από το νόημα· η φιλοδοξία της σύνδεσης κινητοποίησε εκεί όπου η εστίαση στα συμπτώματα δεν θα μπορούσε.



«Από το 0 ως το 10!»

Σας ευχαριστώ για την προσοχή σας!

- American Psychiatric Association (2013). Diagnostic and statistical manual of mental disorders (5th ed.). American Psychiatric Publishing.
- Beck, A. T., Himelstein, R., Bredemeier, K., Silverstein, S. M., & Grant, P. (2018). What accounts for poor functioning in people with schizophrenia: A re-evaluation of the contributions of neurocognitive v. attitudinal and motivational factors. Psychological Medicine, 48(16), 2776–2785.
- Beck, A. T., Grant, P. M., Inverso, E., Brinen, A. P., & Perivoliotis, D. (2021). Recovery-oriented cognitive therapy for serious mental health conditions. Guilford Press.
- Goldman, H. H., Skodol, A. E., & Lave, T. R. (1992). Revising axis V for DSM-IV: A review of measures of social functioning. American Journal of Psychiatry, 149(9), 1148–1156.
- Grant, P. M., & Beck, A. T. (2009). Defeatist beliefs as a mediator of cognitive impairment, negative symptoms, and functioning in schizophrenia. Schizophrenia Bulletin, 35(4), 798–806.
- Grant, P. M., Huh, G. A., Perivoliotis, D., Stolar, N. M., & Beck, A. T. (2012). Randomized trial to evaluate the efficacy of cognitive therapy for low-functioning patients with schizophrenia. Archives of General Psychiatry, 69(2), 121–127.
- Grant, P. M., Bredemeier, K., & Beck, A. T. (2017). Six-month follow-up of recovery-oriented cognitive therapy for low-functioning individuals with schizophrenia. Psychiatric Services, 68(10), 997–1002.
- Hancock, N., Scanlan, J. N., Honey, A., Bundy, A. C., & O'Shea, K. (2015). Recovery Assessment Scale – Domains and Stages (RAS-DS): Its feasibility and outcome measurement capacity. Australian & New Zealand Journal of Psychiatry, 49(7), 624–633.
- Wing, J. K., Beevor, A. S., Curtis, R. H., Park, S. B. G., Hadden, S., & Burns, A. (1998). Health of the Nation Outcome Scales (HoNOS): Research and development. British Journal of Psychiatry, 172(1), 11–18.
- Αντωνίου, Α., & Χρυσόπουλος, Ι. (2024). Ο Χάρτης Ανάκαμψης ως θεραπευτικό πλάνο στις σοβαρές ψυχικές διαταραχές [Προφορική ανακοίνωση]. 8ο Πανελλήνιο Συνέδριο Γνωσιακών Ψυχοθεραπειών, Αθήνα.
- Γραμματικάκη, Δ., & Χρυσόπουλος, Ι. (2022). Γνωσιακή Θεραπεία προσανατολισμένη στην Ψυχική Ανάκαμψη (Recovery-Oriented Cognitive Therapy, CT-R): Ένα ευέλικτο μοντέλο θεραπευτικής ανάκαμψης [Προφορική ανακοίνωση]. 7ο Πανελλήνιο Συνέδριο Γνωσιακών Ψυχοθεραπειών.
- Ζαΐρη, Ν. Α., & Χρυσόπουλος, Ι. (2026). Αντιμετώπιση παραληρητικών ιδεών: CBTp & CT-R [Workshop]. 2ο Πανελλήνιο Συνέδριο Έγκαιρης Παρέμβασης στην Ψύχωση, Ερμούπολη, Σύρος.
- Τουρκοχωρίτη, Δ., Παπατσάκωνας, Γ., Ανδρικόπουλος, Π., Κολιοπούλου, Α. & Χρυσόπουλος, Ι. (2019). Γνωσιακή Θεραπεία προσανατολισμένη στην Ανάρρωση (Recovery-Oriented Cognitive Therapy) [Προφορική ανακοίνωση]. 6ο Πανελλήνιο Συνέδριο Γνωσιακών Ψυχοθεραπειών, Θεσσαλονίκη.
- Χρυσόπουλος, Ι. (2024). Σεμινάριο «Αντιμετώπιση σοβαρών ψυχικών παθήσεων: CBTp & CT-R». Αθήνα: ΕΓΣΣ.