**Ομαδική εφαρμογή της Γνωσιακής Θεραπείας Προσανατολισμένης στην Ψυχική Ανάκαμψη (Recovery-Oriented Cognitive Therapy, CT-R) σε άτομα που αντιμετωπίζουν σχιζοφρένεια: Μια πιλοτική παρέμβαση σε μονάδα έγκαιρης παρέμβασης στην ψύχωση**

**Αργύρης Τζιμπιμπάκης, Ιωάννης Χρυσόπουλος**

Μονάδα Έγκαιρης Παρέμβασης στην Ψύχωση «Ξένιος Ζευς», Εταιρία Γνωσιακών Συμπεριφοριστικών Σπουδών, Ινστιτούτο Έρευνας και Θεραπείας της Συμπεριφοράς

Η Γνωσιακή Θεραπεία Προσανατολισμένη στην Ψυχική Ανάκαμψη (Recovery-Oriented Cognitive Therapy, CT-R) σχεδιάστηκε για την αντιμετώπιση της αρνητικής συμπτωματολογίας στη σχιζοφρένεια και αποτελεί προέκταση της γνωσιακής-συμπεριφορικής θεραπείας για την ψύχωση. Κεντρικός θεραπευτικός στόχος είναι η μετάβαση από τον δυσλειτουργικό στον προσαρμοστικό τρόπο λειτουργίας μέσω πέντε διαδοχικών σταδίων: Πρόσβαση, Ενεργοποίηση, Ανάπτυξη, Υλοποίηση και Ισχυροποίηση. Στο ομαδικό πλαίσιο, η CT-R αξιοποιεί τους πόρους και το δυναμικό της ομάδας ως ενεργά συστατικά της θεραπευτικής αλλαγής για την επίτευξη της σύνδεσης, του αισθήματος ανήκειν και της διαμόρφωσης κοινού σκοπού, ως πυρηνικά στοιχεία τις θεραπείας. Η ομαδική CT-R συνάδει με τους κοινωνικούς προσδιοριστές της ψυχικής ανθεκτικότητας: η κοινωνική σύνδεση, η συμμετοχή σε ουσιαστικές δραστηριότητες και η αίσθηση ανήκειν αποτελούν τόσο θεραπευτικά μέσα όσο και στόχους της παρέμβασης. Το ομαδικό πλαίσιο λειτουργεί ενισχυτικά ως προς τη μείωση του αυτοστιγματισμού, καθώς η κοινή εμπειρία αποδυναμώνει ηττοπαθείς πεποιθήσεις, ενώ καλλιεργεί αίσθηση αξίας, αυτονομίας κι επιτυχούς σύνδεσης με άλλους. Στα προηγούμενα Πανελλήνια Συνέδρια Γνωσιακών Ψυχοθεραπειών παρουσιάστηκαν το θεωρητικό πλαίσιο και τα ερευνητικά δεδομένα της CT-R. Η παρούσα ανακοίνωση αποτελεί φυσική συνέχεια, εισάγοντας το ομαδικό πλαίσιο εφαρμογής ως επόμενο βήμα στην παρουσίαση της προσέγγισης. Ως παράδειγμα ορθής αξιοποίησης παρουσιάζεται πιλοτική παρέμβαση που πραγματοποιήθηκε στη Μονάδα Έγκαιρης Παρέμβασης στην Ψύχωση Ηρακλείου: κλειστή ομάδα τριών συμμετεχόντων που αντιμετωπίζουν σχιζοφρένεια, διάρκειας 20 δίωρων συνεδριών, οι οποίες παρασχέθηκαν εβδομαδιαία εντός έξι μηνών. Χρησιμοποιήθηκαν βιωματικές ασκήσεις, τεχνικές γνωσιακής αναδόμησης και παρεμβάσεις ενίσχυσης θετικών πεποιθήσεων για την ικανότητα, την αίσθηση ελέγχου και την ελπίδα. Η αξιολόγηση έγινε με τις κλίμακες DASS-42, WHOQOL-BREF και RAS-DS. Τα ευρήματα παράσχουν ενδείξεις αποτελεσματικότητας του ομαδικού πλαισίου: αυξημένη αλληλεπίδραση και αλληλοϋποστήριξη, μείωση του αισθήματος μοναξιάς, αμφισβήτηση πεποιθήσεων γύρω από τον αυτοστιγματισμό, γνωσιακή ευελιξία και στοιχεία αυτορρύθμισης, ελπίδας και βελτιωμένης αυτοεικόνας. Η παρέμβαση αναδεικνύει την ομαδική CT-R ως εφικτό, θεωρητικά τεκμηριωμένο και κλινικά χρήσιμο πλαίσιο παρέμβασης σε υπηρεσίες συμβατές με την παροχή CT-R.