

Η ΑΝΑΠΤΥΞΗ ΤΟΥ ΘΕΡΑΠΕΥΤΗ ΓΝΩΣΙΑΚΗΣ-ΣΥΜΠΕΡΙΦΟΡΙΣΤΙΚΗΣ ΘΕΡΑΠΕΙΑΣ

Δρ. Φιστέ Μ¹., Ανδρόνογλου Χ²., Νερούτσος Ε³., Αριστοτελίδης Π³.

1. ΨΝΑ Δρομοκαΐτειο, Πανεπιστήμιο Αιγαίου, Aegean College 2. Aegean College, Ιδιωτικό γραφείο 3. ΓΝΕ Θριάσιο, Ψυχιατρικός Τομέας

Στον μη εκπαιδευμένο θεραπευτή, η γνωστική συμπεριφορική θεραπεία εμφανίζεται μερικές φορές απατηλά απλή. Το γνωστικό μοντέλο, η θεμελιώδης άποψη ότι οι σκέψεις κάποιου επηρεάζουν τα συναισθήματα και τη συμπεριφορά ενός ατόμου, είναι αρκετά απλή. Οι έμπειροι θεραπευτές του γνωσιακού-συμπεριφοριστικού μοντέλου, ωστόσο, εκτελούν πολλές αποστολές ταυτόχρονα: μελετώντας την υπόθεση, χτίζοντας θεραπευτική σχέση, κοινωνικοποιώντας και εκπαιδύοντας τον ασθενή, εντοπίζοντας προβλήματα, συλλέγοντας δεδομένα, εξετάζοντας υποθέσεις και συνοψίζοντας. Ο αρχάριος θεραπευτής, αντίθετα, συνήθως χρειάζεται να είναι πιο δομημένος και επικεντρωμένος σε λιγότερους στόχους κάθε φορά.

Αν και ο απώτερος στόχος είναι να συνενωθούν όλα αυτά τα στοιχεία και να διεξαχθεί η θεραπεία με τον αποτελεσματικότερο και καλύτερο δυνατό τρόπο, οι αρχάριοι θεραπευτές πρέπει πρώτα να μάθουν την ικανότητα ανάπτυξης της θεραπευτικής σχέσης, την ικανότητα της μελέτης υπόθεσης και τις τεχνικές της γνωσιακής συμπεριφοριστικής θεραπείας με βήμα προς βήμα τακτική.

Στην παρούσα εργασία θα αναφερθούν τα στάδια ανάπτυξης του θεραπευτή γνωσιακής-συμπεριφοριστικής κατεύθυνσης καθώς και οι αρχές θεραπείας σύμφωνα με το μοντέλο. Κανόνες Ηθικής και Δεοντολογίας αποτελούν αναπόσπαστο κομμάτι αυτής της εργασίας.