

## ΒΑΣΙΚΕΣ ΑΡΧΕΣ ΤΗΣ ΘΕΡΑΠΕΙΑΣ ΖΕΥΓΟΥΣ ΣΤΗ Γ.Σ.Θ

*Καραθανάση Όλγα-Παναγιώτα*

*(1) Ινστιτούτο Έρευνας και Θεραπείας Συμπεριφοράς (Ι.Ε.Θ.Σ), Αθήνα*

**Εισαγωγή:** Η Γνωσιακή Θεραπεία Ζεύγους βρίσκεται ακόμα σε αρχικά στάδια ανάπτυξης σε σχέση με άλλες προσεγγίσεις που αφορούν στη θεραπεία ζεύγους και πηγάζει άμεσα από την εφαρμογή της θεραπείας της συμπεριφοράς στη συζυγική θεραπεία. **Σκοπός:** Να δομηθεί ένα πρωτόκολλο θεραπευτικής παρέμβασης βασισμένο στις τρεις κύριες γνωσιακές πλευρές στη Γνωσιακή Θεραπεία ζεύγους που έχουν να κάνουν με α. την τροποποίηση των μη ρεαλιστικών προσδοκιών στη σχέση, β. τη διόρθωση των λανθασμένων χειρισμών και γ. τη χρήση αυτοκαθοδηγούμενων διαδικασιών. **Μέθοδος:** Μέσω βιβλιογραφικής ανασκόπησης αναζητήθηκαν τα κοινά σημεία διαφόρων προσεγγίσεων που θα μπορούσαν να οδηγήσουν σε ένα ενιαίο Πρωτόκολλο θεραπευτικής παρέμβασης. **Αποτελέσματα:** Το ταίριασμα ανάμεσα στις στρατηγικές παρέμβασης των πιο διαδεδομένων θεραπειών ζεύγους και των αρχών που τις διέπουν, προσφέρει ένα ενοποιημένο πρωτόκολλο και ένα χρήσιμο πλαίσιο για να καθορίσει τα κοινά στοιχεία που έχουν οι θεραπείες μεταξύ τους. Η έλλειψη ενιαίων εγχειριδίων για όλες τις αγχώδεις διαταραχές δυσκολεύει τη μεταφορά της ερευνητικής γνώσης στην κλινική πρακτική. **Αποτελέσματα:** Τα διαφορετικά θεραπευτικά μοντέλα στη θεραπεία ζεύγους πρεσβεύουν ότι έχουν μεγαλύτερες διαφορές από αυτές που έχουν στην πραγματικότητα. Κοινές βασικές αρχές είναι απαραίτητες για την πιο ευέλικτη και στοχευμένη κλινική πρακτική. Τέλος πρέπει απαραίτητα να ληφθούν υπόψη οι κοινωνικές μεταβλητές και τα νέα μοντέλα συστημάτων που ολοένα εξελίσσονται.