

ΘΕΡΑΠΕΙΑ ΣΧΗΜΑΤΩΝ ΣΕ ΖΕΥΓΑΡΙΑ

Πρίφτης Φ., Φωτιαδου Α.

Κέντρο Ψυχικής Υγείας Γενικού Νοσοκομείου Ιωαννίνων «Γ.Χατζηκώστα»

Εισαγωγή: Η θεραπεία σχημάτων σε ζευγάρια είναι μια πολύ πρόσφατη προσέγγιση, μπορεί όμως πιθανώς να πετύχει, εκεί που οι γνωστές θεραπείες ζεύγους αποτυγχάνουν.

Σκοπός: Να παρουσιαστούν οι περιπτώσεις δυο ζευγαριών που είχαν αντιμετωπισθεί αρχικά με συστημική ψυχοθεραπεία και είχαν φτάσει σε αδιέξοδο.

Μέθοδος: Πρόκειται για δυο ζευγάρια τα μέλη των οποίων ήταν ηλικίας 35-40 ετών, προσήλθαν για θεραπεία στο κέντρο μας στις αρχές του 2014, αντιμετωπίστηκαν αρχικά με συστημική θεραπεία και στη συνέχεια, αφού αυτή δεν απέδωσε αποφασίστηκε να τεθούν σε θεραπεία σχημάτων. Αρχικά, έγινε εκτίμηση των σχημάτων και τρόπων λειτουργικότητας, και πώς αυτά δημιουργούσαν τις μεταξύ τους συγκρούσεις. Χρησιμοποιήθηκαν πάνω από 50 συνεδρίες κοινές και ατομικές, χρησιμοποιώντας τις τεχνικές της θεραπείας σχημάτων όπως έχουν περιγραφεί από τον J.E. Young και άλλους, με κύρια διαφορά ότι μεγάλο μέρος της θεραπείας αφιερώθηκε στην κατανόηση του τρόπου με τον οποίο τα σχήματα του κάθε μέλους δημιουργούσαν την μεταξύ τους σύγκρουση και την αλλαγή βαθμιαία αυτής της σύγκρουσης. Επίσης, πολύ σημαντικό ήταν να παράσχουν ο ένας στον άλλο περιορισμένη γονική υποκατάσταση, και να ικανοποιήσουν τις πυρηνικές συναισθηματικές ανάγκες ο ένας του άλλου. Αργότερα, όπως και στην ατομική θεραπεία σχημάτων, μεγάλο μέρος της θεραπείας αφιερώθηκε στην ανατροπή των συμπεριφορικών στερεοτύπων, αλλά και στο πώς να βάλουν στη ζωή τους και πάλι θετικές και ευχάριστες δραστηριότητες.

Αποτελέσματα: Και τα δύο ζευγάρια είδαν βελτίωση στη σχέση τους μετά το τέλος της θεραπείας, η οποία διατηρήθηκε ένα χρόνο μετά.

Συμπεράσματα: Η θεραπεία σχημάτων σε ζευγάρια πιθανόν να είναι μια υποσχόμενη θεραπεία σε περιπτώσεις, όπου οι άλλες θεραπείες αποτυγχάνουν. Από την άλλη πλευρά η κατανόηση και η αλλαγή των σχημάτων, μπορεί να βοηθήσει τα μέλη του ζευγαριού να κάνουν σωστότερες επιλογές συντρόφου στο μέλλον, σε περίπτωση που τελικά χωρίσουν.