

Σύγχρονες Ψυχοθεραπευτικές Παρεμβάσεις για το Σύνθετο Μετα-τραυματικό Στρες

Μαρκέλα Κοκολιού, ΒΑ, *Αμερικανικό Κολλέγιο Ελλάδος*

Ελένη Βούσουρα, PhD *Αμερικανικό Κολλέγιο Ελλάδος & Α' Ψυχιατρική Κλιν., Παν/μίου Αθηνών*

Εισαγωγή: Η πλειονότητα των ανθρώπων που έχουν υποστεί έκθεση σε τραύμα έχουν βιώσει πολλαπλά τραύματα ή/και μακροχρόνια έκθεση σε αυτά. Η έκθεση σε πολλαπλά τραύματα, κυρίως διαπροσωπικής υφής και ιδιαίτερα στην παιδική ηλικία, φαίνεται να οδηγεί σε μια συμπτωματολογία που είναι διαφορετική από την τυπική Διαταραχή Μετατραυματικού Στρες (ΔΜΤΣ). Το υποσύνδρομο αυτό χαρακτηρίζεται από σοβαρές δυσκολίες στην αυτορρύθμιση, τις διαπροσωπικές σχέσεις, και την αίσθηση εαυτού και, τα τελευταία χρόνια συναντάται στην βιβλιογραφία ως Σύνθετο Μετα-τραυματικού Στρες (Σ-ΔΜΤΣ).

Σκοπός: Μελέτες δείχνουν ότι οι ασθενείς με Σ-ΔΜΤΣ δεν ανταποκρίνονται ικανοποιητικά στις υπάρχουσες θεραπείες. Στη παρούσα εργασία επιχειρείται μια βιβλιογραφική ανασκόπηση στη διαγνωστική εικόνα του Σ-ΔΜΤΣ και τη διαγνωστική εγκυρότητα του συνδρόμου έναντι της τυπικής ΔΜΤΣ και της οριακής διαταραχής προσωπικότητας. Στη συνέχεια, θα αναφερθούν σύγχρονα ερευνητικά ευρήματα σχετικά με τις θεραπευτικές στρατηγικές που ακολουθούνται για την αντιμετώπιση του συνδρόμου, κυρίως σε σύγκριση με τις Γνωσιακές Συμπεριφορικές (ΓΣΘ) θεραπευτικές προσεγγίσεις που εφαρμόζονται για την θεραπεία του μετατραυματικού στρες.

Αποτελέσματα-Συμπεράσματα: Η ΓΣΘ είναι το gold-standard για την τυπική ΔΜΤΣ. Ωστόσο, πρόσφατες μελέτες αμφισβητούν την αποτελεσματικότητα της ΓΣΘ για τους ασθενείς με Σ-ΔΜΤΣ εξαιτίας (α) χαμηλής εφαρμοσιμότητας (feasibility) στις περιπτώσεις με συννοσηρότητα και (β) υψηλών ποσοστών διακοπής από την ψυχοθεραπεία (dropouts). Αντιθέτως, θεραπείες που με αρχικές ενδείξεις για την

αποτελεσματικότητα τους είναι το Skills Training in Affective and Interpersonal Regulation (STAIR; Cloitre, 2010), η Διαλεκτική Συμπεριφορική Θεραπεία, καθώς και κάποιες βιολογικές προσεγγίσεις (EMDR; EEG biofeedback).