

Τίτλος: Εφαρμόζοντας την Γνωσιακή-Συμπεριφορική Θεραπεία και την Διαλεκτική-Συμπεριφορική Θεραπεία σε θεραπευόμενους με Οριακή Διαταραχή Προσωπικότητας

Οργανωτής: Ινστιτούτο Έρευνας και Θεραπείας της Συμπεριφοράς και Ελληνική Εταιρεία Έρευνας της Συμπεριφοράς

Πρόεδρος/Συζητητής: Έλενα Χάιντς, Ψυχολόγος-Δρ. Κλινικής Ψυχολογίας

1. Η θεραπευτική προσέγγιση της οριακής διαταραχής προσωπικότητας Φραγκίσκος Γονιδάκης

Η οριακή διαταραχή προσωπικότητας επηρεάζει ένα μεγάλο αριθμό ατόμων ειδικά αν συνυπολογίσει κανείς και τις υπο-ουδικές περιπτώσεις. Λόγω δε της υψηλής συνοσηρότητας της οριακής διαταραχής προσωπικότητας με τις διαταραχές του συναισθήματος, τις διαταραχές πρόσληψης τροφής, τις αγχώδεις διαταραχές και τις ουσιωεξαρτήσεις η θεραπευτική προσπέλαση της διαταραχής είναι ιδιαίτερα δύσκολη καθώς χρειάζεται να εστιαστεί τόσο στον άξονα της προσωπικότητας όσο και άξονα της ψυχικής νόσου.

Τα σύγχρονα απεικονιστικά δεδομένα εστιάζονται στην δυσκολία της ρύθμισης της συναισθήματος ως πυρηνική δυσκολία των πάσχοντων κάτι που συμφωνεί με τις θεωρητικές τοποθετήσεις των ψυχοθεραπειών που έχουν ειδικευτεί στην θεραπεία της οριακής διαταραχής προσωπικότητας. Γενικά οι βασικότερες δυσκολίες στην θεραπευτική προσέγγιση της οριακής διαταραχής προσωπικότητας είναι οι παρακάτω:

α. Δεν υπάρχει αποτελεσματική φαρμακευτική αγωγή που να βοηθάει στην υποχώρηση της συμπτωματολογίας.

β. Λόγω της αυξημένης παρορμητικότητας που χαρακτηρίζει τους πάσχοντες από οριακή διαταραχή προσωπικότητας πολλές φορές παρατηρούμε το φαινόμενο της πεταλούδας δηλαδή ατελής παραμονή στη θεραπεία και πολλές αλλαγές θεραπειών σε σύντομο χρονικό διάστημα.

γ. Οι δύο βασικές γνωσιακές συμπεριφορικές θεραπείες που έχουν μετρημένη αποτελεσματικότητα στην οριακή διαταραχή προσωπικότητας δηλαδή η διαλεκτική συμπεριφορική θεραπεία και η θεραπεία σχημάτων χρειάζονται μακροχρόνια εκπαίδευση των θεραπειών και δημιουργία θεραπευτικών ομάδων για την αντιμετώπιση των σοβαρότερων από τις περιπτώσεις.

δ. Η οριακή διαταραχή προσωπικότητας φέρει έντονο στίγμα τόσο από την κοινωνία όσο και από την κοινότητα των ειδικών της ψυχικής υγείας με αποτέλεσμα οι πάσχοντες να χαρακτηρίζονται ως “χειριστικοί”, “ανθεκτικοί στην θεραπεία” με “χαμηλό κίνητρο”, ικανοί να “εξαντλήσουν μονάδες και θεραπευτές”

1. Οριακή Διαταραχή Προσωπικότητας: θεραπευτική σχέση, διατύπωση περίπτωσης, θεραπευτικός σχεδιασμός

Ε. Κουβαράκη, Ντ. Χαρίλα

Η οριακή διαταραχή προσωπικότητας χαρακτηρίζεται από μία αξιοσημείωτη αστάθεια που διαπνέει τις περισσότερες διαστάσεις της λειτουργικότητας του ατόμου, συμπεριλαμβανομένων των διαπροσωπικών σχέσεων, της εικόνας του εαυτού, του συναισθήματος, και της συμπεριφοράς. Η διαδικασία διαμόρφωσης και εδραίωσης της θεραπευτικής σχέσης είναι χρονοβόρα και απαιτητική, καθώς οι θεραπευόμενοι διακατέχονται από μία θεμελιώδη δυσπιστία προς τους άλλους, κυρίως όταν η σχέση αποκτάει εγγύτητα, με αποτέλεσμα να χρειάζεται αρκετός χρόνος για να ξεπεραστούν αυτά τα εμπόδια κατά την δημιουργία της θεραπευτικής συμμαχίας. Για τους θεραπευόμενους με οριακή διαταραχή προσωπικότητας, κρίνεται απαραίτητη μία πιο μακροχρόνια θεραπεία, όταν έχει συνήθως αναπτυχθεί ένας ισχυρός δεσμός μεταξύ θεραπευτή και θεραπευόμενου. Θα παρουσιαστεί η θεραπεία μίας γυναίκας με οριακή διαταραχή προσωπικότητας και θα δοθεί έμφαση στις προκλήσεις και τις δυσκολίες δόμησης της θεραπευτικής σχέσης σε όλα τα στάδια της θεραπείας. Θα συζητηθεί το πώς η αποτελεσματική διαπραγμάτευσή τους συνέβαλε στην ενδυνάμωση της θεραπευτικής σχέσης και στην βαθύτερη αυτογνωσία της θεραπευόμενης. Τέλος, θα περιγραφούν η διατύπωση περίπτωσης και η χρησιμότητά της ως εργαλείο σε όλη τη διάρκεια της θεραπείας, καθώς και τα κύρια σημεία του θεραπευτικού σχεδιασμού.

3. Αντιμετωπίζοντας την Οριακή Διαταχή Προσωπικότητας σύμφωνα με την Διαλεκτική Συμπεριφορική Θεραπεία Λιακοπούλου Ε.

Οι ασθενείς με Οριακή Διαταραχή Προσωπικότητας (ΟΔΠ) χαρακτηρίζονται από σοβαρή αστάθεια των συναισθημάτων, της εικόνας εαυτού, των διαπροσωπικών σχέσεων και ευδιάκριτη παρορμητικότητα, δυνητικά αυτοβλαπτική. Οι αυτοκτονικές συμπεριφορές φαντάζουν συχνά ως η μόνη διέξοδος από μια αβάστακτη ζωή, λόγω των συναισθηματικών και διαπροσωπικών προβλημάτων που αντιμετωπίζουν και αδυνατούν να λύσουν, καθώς συχνά οι θεραπευόμενες αυτές φοβούνται να εκφράσουν το θυμό τους και προσπαθούν να ελέγξουν σε υπερβολικό βαθμό τα συναισθήματά τους. Η Διαλεκτική Συμπεριφορική Θεραπεία προσπαθώντας να καταλάβει αυτές τις δυσκολίες μέσα από τις αναφορές των θεραπευόμενων για τα κίνητρα των πράξεών τους, εστιάζεται στην απορρυθμισμό του συναισθήματος της πάσχουσας που σύμφωνα με το βιοκοινωνικό μοντέλο της θεραπείας είναι αποτέλεσμα του συνδυασμού της βιολογικής ευπάθειας του ατόμου με την παράλληλη ανάπτυξη του σε ένα απαξιωτικό περιβάλλον.

Πρόκειται για μια συνδυαστική θεραπεία ατομικής παρέμβασης αλλά και ομάδας εκμάθησης δεξιοτήτων, που έχει πρωταρχικό στόχο τη μείωση και απαλοιφή της αυτοκτονικότητας και των αυτοκαταστροφικών συμπεριφορών και αυτό επιτυγχάνεται μέσω της εις βάθος διερεύνησης του αυτοκτονικού ιδεασμού. Η θεραπευτική σχέση γίνεται πολύ συχνά πεδίο δυσκολιών. Ο σκοπός του θεραπευτή είναι διττός: επιδιώκει αφενός να απαντήσει ενεργητικά στα ποικίλλα διαλεκτικά διλήμματα είτε του ίδιου είτε της πάσχουσας ώστε να κρατήσει την θεραπευόμενη ασφαλή και εν ζωή, και αφετέρου να την βοηθήσει να μάθει μέσω της ομάδας εκπαίδευσης δεξιοτήτων νέα και πιο επιδέξια συμπεριφορικά μοτίβα. Μέσα από την αναζήτηση της αλήθειας στην οπτική της θεραπευόμενης, μέσα από την προσπάθεια

άρσης της επικριτικότητας, αλλά και μέσα από την εναλλαγή της αποδοχής με την αλλαγή, ο θεραπευτής συμμετέχει στην εύρεση της διαλεκτικής ισορροπίας μέσω μιας περισσότερο συμπονετικής θεραπευτικής προσέγγισης. Όλες οι στρατηγικές που εφαρμόζονται είναι σχεδιασμένες με τρόπο που να εξυπηρετούν τις θεραπευτικές ανάγκες αλλά παράλληλα να τηρούνται και τα ατομικά όρια του θεραπευτή.

4. Αντιμετωπίζοντας την Οριακή Διαταραχή Προσωπικότητας με τη Θεραπεία Σχημάτων

Μιράντα Βλαβιανού

Στην ομιλία θα γίνει μια μικρή γενική εισαγωγή στο θεωρητικό υπόβαθρο και στις βασικές έννοιες της Θεραπείας Σχημάτων και μια ειδικότερη αναφορά στον τρόπο κατανόησης της διατύπωσης περίπτωσης και στον θεραπευτικό σχεδιασμό για ασθενείς με οριακή διαταραχή προσωπικότητας.

Εν συνεχεία θα παρουσιαστεί η περίπτωση μιας κοπέλας 22 ετών, η οποία προσήλθε για θεραπεία με κατάθλιψη και αυτοκτονικό ιδεασμό, έχοντας από την παιδική της ηλικία ένα πολύ δύσκολο και τραυματικό ιστορικό. Η θεραπεία διήρκεσε 3 χρόνια.

Θα παρουσιαστεί αναλυτικά η διατύπωση περίπτωσης και η θεραπευτική παρέμβαση, με έμφαση τόσο στον άξονα των τεχνικών, όσο και σε αυτόν της θεραπευτικής σχέσης με τις ποικίλες δυσκολίες που ανέκυψαν και με τη διαχείρισή τους.