

ΘΕΜΑΤΑ ΕΚΠΑΙΔΕΥΣΗΣ ΣΤΗ ΓΝΩΣΤΙΚΗ ΣΥΜΠΕΡΙΦΟΡΙΚΗ ΨΥΧΟΘΕΡΑΠΕΙΑ
Προεδρείο: Λευτέρης Κωνσταντινίδης, Χριστόφορος Νεστορής
Ελληνική Εταιρεία Γνωστικής Συμπεριφορικής Ψυχοθεραπείας

Ο ΡΟΛΟΣ ΤΩΝ ΕΡΩΤΗΣΕΩΝ ΣΤΗ ΓΝΩΣΤΙΚΗ ΣΥΜΠΕΡΙΦΟΡΙΚΗ ΘΕΡΑΠΕΙΑ
Βασίλης Μανουλάκας & Λευτέρης Κωνσταντινίδης

ΟΙ ΠΑΡΑΜΕΤΡΟΙ ΤΗΣ ΑΥΤΟ-ΕΚΠΑΙΔΕΥΣΗΣ ΚΑΙ ΤΟΥ ΑΝΑΣΤΟΧΑΣΜΟΥ ΣΤΗΝ
ΕΚΠΑΙΔΕΥΣΗ ΣΤΗ ΓΣΘ
Μάριος Παγκράτης & Χριστόφορος Νεστορής

Η ΑΞΙΟΛΟΓΗΣΗ ΤΗΣ ΕΠΑΡΚΕΙΑΣ ΤΟΥ ΕΚΠΑΙΔΕΥΟΜΕΝΟΥ ΣΤΗ ΓΝΩΣΤΙΚΗ
ΣΥΜΠΕΡΙΦΟΡΙΚΗ ΘΕΡΑΠΕΙΑ
Μαίρη Νταφούλη & Νικόλας Νικολαΐδης

Η ΕΠΟΠΤΕΙΑ ΣΤΗΝ ΕΚΠΑΙΔΕΥΣΗ ΣΤΗ ΓΣΘ
Χριστόφορος Νεστορής, Κωνσταντίνα Κακανιάρη, Όλγα Ανδριώτη & Γρηγόρης Σίμος

Ο ΡΟΛΟΣ ΤΩΝ ΕΡΩΤΗΣΕΩΝ ΣΤΗ ΓΝΩΣΤΙΚΗ ΣΥΜΠΕΡΙΦΟΡΙΚΗ ΘΕΡΑΠΕΙΑ
Β.Μανουλάκας & Λ.Κωνσταντινίδης
Ελληνική Εταιρεία Γνωστικής Συμπεριφορικής Ψυχοθεραπείας

Σε αυτή την παρουσίαση θα επιχειρήσουμε μία επικαιροποιημένη ανασκόπηση, μέσα από τη βιβλιογραφία, των μοντέλων που έχουν διαμορφωθεί σχετικά με τη χρήση και τη χρησιμότητά των ερωτήσεων στη θεραπεία, του πώς χρησιμοποιούνται και πώς συνδυάζονται, από ποια στοιχεία αποτελούνται, πώς διαχωρίζονται ανάλογα τον τύπο και τα επίπεδα λειτουργίας τους, ενώ θα αναφερθούμε σε συγκεκριμένες τεχνικές, όπως οι σωματικές ερωτήσεις και η διαδικασία της CLIMATE (Collaborative Interviewing in Mathematical Analogy Technique). Οι ερωτήσεις είναι από τα βασικότερα κομμάτια της Γνωστικής συμπεριφορικής θεραπείας, μιας και μέσα από τη χρήση τους δομούνται οι βασικότερες τεχνικές της. Διαχωρίζονται ανάλογα τον τύπο, το επίπεδο λειτουργίας τους, το πλαίσιο που τις χρησιμοποιούμε ή τους στόχους που θέλουμε να πετύχουμε. Η χρήση τους μπορεί να γίνει και σε τυποποιημένη μορφή μέσα από πλήθος ερωτηματολογίων και ημερολογίων. Χρησιμοποιούνται καθ' όλη τη διάρκεια της θεραπείας, από την πρώτη συνάντηση έως και την τελευταία, ενώ ο πελάτης μαθαίνει να τις χρησιμοποιεί ενδιάμεσα στις συναντήσεις, αλλά και μετά το τέλος της θεραπευτικής διαδικασίας. Τα τελευταία χρόνια η έρευνα έχει επικεντρωθεί στους τρόπους λειτουργίας των ερωτήσεων, στα επιμέρους στοιχεία που τις απαρτίζουν, καθώς και στις δεξιότητες που θα βοηθήσουν τους θεραπευτές να τις κατανοήσουν καλύτερα και να τις χρησιμοποιούν αποτελεσματικότερα στη θεραπεία. Προσπαθούμε να αναδείξουμε τη σημαντικότητα που έχει η κατάλληλη επιλογή και χρήση των ερωτήσεων κατά τη διάρκεια της θεραπευτικής παρέμβασης για την έκβασή της.

ΟΙ ΠΑΡΑΜΕΤΡΟΙ ΤΗΣ ΑΥΤΟ-ΕΚΠΑΙΔΕΥΣΗΣ ΚΑΙ ΤΟΥ ΑΝΑΣΤΟΧΑΣΜΟΥ ΣΤΗΝ ΕΚΠΑΙΔΕΥΣΗ ΣΤΗ ΓΣΘ

Μ. Παγκράτης¹ & Χρ. Νεστορή³

(1) Ιδιωτικό γραφείο, Κέρκυρα, (2) ΟΚΑΝΑ, Θεσσαλονίκη

Η χρήση των τεχνικών στη γνωστική συμπεριφορική ψυχοθεραπεία αποτελεί ένα σημαντικό εργαλείο για την επίτευξη των στόχων της θεραπείας. Κάθε τεχνική μάς επιτρέπει να συλλέξουμε νέα δεδομένα, να δημιουργήσουμε την εννοιολογική κατανόηση του περιστατικού, αλλά και να εδραιώσουμε τη σχέση με το θεραπευόμενο. Όπως αναφέρει ο Β. Leahy «*οι τεχνικές μπορεί να χρησιμοποιηθούν σαν ένα παράθυρο παρατήρησης, ώστε να δούμε τα πράγματα με διαφορετικό τρόπο*».

Τι συμβαίνει όμως όταν τις τεχνικές τις εφαρμόζει ο ίδιος ο θεραπευτής στον εαυτό του; Παρότι η εφαρμογή τους δεν αποτελεί απαραίτητο κομμάτι της εκπαίδευσης ενός γνωστικού συμπεριφορικού ψυχοθεραπευτή, η έρευνα δείχνει ότι μπορεί να υπάρξουν πολλαπλά οφέλη από την αυτό-εκπαίδευση και τον αναστοχασμό που προκύπτει δια μέσου της εφαρμογής των τεχνικών της θεραπείας από τον ίδιο το θεραπευτή στον εαυτό του. Οφέλη που αφορούν τόσο τη θεωρητική κατανόηση του ψυχοθεραπευτικού μοντέλου, όσο και την κλινική πράξη. Επιπρόσθετα, όπως προκύπτει από τη βιβλιογραφία, η αυτό-εκπαίδευση και ο αναστοχασμός δεν αφορούν μόνο τους εκπαιδευόμενους θεραπευτές αλλά και εκείνους με εμπειρία, αφού και οι τελευταίοι ευεργετούνται από τη χρήση των τεχνικών στον εαυτό τους.

Στην παρουσίαση, μεταξύ άλλων, γίνεται αναφορά στους λόγους για τους οποίους θα ήταν χρήσιμο να ενταχθούν οι πρακτικές που προαναφέρθηκαν στην καθημερινότητα των θεραπευτών, αποσαφηνίζονται οι έννοιες της αυτό-εκπαίδευσης και του αναστοχασμού και εντοπίζονται παράγοντες που μπορεί να αποτελέσουν εμπόδιο για την εφαρμογή τους.

Η ΑΞΙΟΛΟΓΗΣΗ ΤΗΣ ΕΠΑΡΚΕΙΑΣ ΤΟΥ ΕΚΠΑΙΔΕΥΟΜΕΝΟΥ ΣΤΗ ΓΝΩΣΤΙΚΗ ΣΥΜΠΕΡΙΦΟΡΙΚΗ ΘΕΡΑΠΕΙΑ

Μ. Νταφούλη¹, Ν. Νικολαΐδης^{1,2}

(1) Ελληνική Εταιρεία Γνωστικής Συμπεριφορικής Ψυχοθεραπείας, (2) Κέντρο Ψυχικής Υγείας Κεντρικού Τομέα, Θεσσαλονίκη

Παρότι η αξιολόγηση της επάρκειας του Γνωστικού-Συμπεριφορικού Θεραπευτή, αποτελεί ένα ζήτημα μείζονος ενδιαφέροντος και σημασίας, έχει διενεργηθεί περιορισμένη έρευνα γι' αυτό. Αρχικά, είναι σημαντικό να διερευνήσουμε πώς ορίζεται η λέξη «επάρκεια» και δευτερευόντως με ποιους τρόπους μπορούμε να τη μετρήσουμε. Είναι σημαντικό να σταχυολογήσουμε εργασίες του πώς ορίζουν την «επάρκεια» ενός θεραπευτή και συγκεκριμένα να παρουσιάσουμε μέσα από ερευνητικά δεδομένα, αν η «επάρκεια» συνιστά θετική θεραπευτική έκβαση και σε ποιες περιπτώσεις.

Γεγονός είναι ότι κάθε μια έρευνα προσεγγίζει με διαφορετικό τρόπο τον ορισμό της λέξης «επάρκεια» και αυτό αναδεικνύει την ανάγκη περαιτέρω έρευνας στο ζήτημα της αξιολόγησης, ώστε να υπάρξει σύγκλιση απόψεων για αυτό που μετρούμε (Sharpless &

Barber, 2009). Στην προσπάθεια αυτή να ερευνηθεί το θέμα, οι Bennett- Levy et al. (2009), δημιούργησαν ένα μοντέλο το Declarative-Procedural-Reflective (DPR), προκειμένου να ερευνηθεί ποιες τεχνικές είναι χρήσιμες στην εκπαίδευση/επίβλεψη των θεραπευτών. Ωστόσο, η έρευνα του Keen et al. (2008), καταλήγει σε κάτι διαφορετικό, αξιολογεί την «επάρκεια» μέσα από γραπτές εργασίες του θεραπευτή. Τα αποτελέσματα λοιπόν, είναι ποικίλα και αυτό δείχνει την ανάγκη περισσότερης έρευνας. Στα παραπάνω, προστέθηκε η ερευνητική μελέτη Branson, Shafran & Myles (2015), η οποία καταδεικνύει τη σημασία της επάρκειας του Γ.Σ. θεραπευτή στην έκβαση της θεραπείας. Ιδιαίτερα φάνηκε ότι η επαρκής εκπαίδευση του θεραπευτή επηρεάζει θετικά την θεραπεία αναφορικά με τα αγχώδη συμπτώματα των ασθενών. Συνοψίζοντας, έχουν σχεδιαστεί λοιπόν εργαλεία μέτρησης τα οποία χορηγούνται είτε κατά την επίβλεψη των θεραπευτών, είτε μέσα από την αυτοπαρατήρηση. Βέβαια, όλες οι έρευνες που άπτονται του θέματος χρήζουν παραπάνω διερεύνησης, καθώς μια σωστή θεραπευτική εκπαίδευση ίσως οδηγεί και σε ασφαλή θεραπευτικά αποτελέσματα. Παρόλα αυτά δεν υπάρχει κάποια μελέτη που να μετρά την επαρκή εκπαίδευση του εκπαιδευόμενου, παρά μόνο την θετική ή μη έκβαση της θεραπείας εν μέσω των θεραπευτικών συνεδριών.

Η ΕΠΟΠΤΕΙΑ ΣΤΗΝ ΕΚΠΑΙΔΕΥΣΗ ΣΤΗ ΓΣΘ

Χ. Νεστορής Κ. Κακανιάρη, Ό. Ανδριώτη & Γ. Σίμος

Ελληνική Εταιρεία Γνωστικής Συμπεριφορικής Ψυχοθεραπείας & Κέντρο Συμβουλευτικής και Στήριξης Φοιτητών, Πανεπιστήμιο Μακεδονίας

Η εποπτεία είναι η επίσημη παροχή μιας εντακτικής, βασισμένης στη συνεργατική σχέση εκπαίδευσης, που είναι δομημένη και εστιασμένη στην περίπτωση και όπου ένας έμπειρος και καταρτισμένος θεραπευτής υποστηρίζει και καθοδηγεί τη δουλειά του εποπτευόμενου. Σκοπός της είναι η ανάπτυξη των θεραπευτικών δεξιοτήτων του επιβλεπόμενου, ώστε αυτός να μπορεί να προσφέρει ασφαλή και αποτελεσματική θεραπεία. Η κλινική εποπτεία θεωρείται ως ένα από τα πιο σημαντικά συστατικά της εκπαίδευσης στην ψυχοθεραπεία και δεν εκπλήσσει το γεγονός ότι ανιππροσωπεύει ένα απαραίτητο κομμάτι της ψυχοθεραπευτικής εκπαίδευσης σε πολλές χώρες, σε ένα ευρύτατο φάσμα ψυχοθεραπειών.

Στην παρούσα παρουσίαση ανασκοπούμε το κυρίαρχο μοντέλο εποπτείας στη ΓΣΘ, που έχει δομή παρόμοια με τις συνεδρίες της ΓΣΘ, χρησιμοποιεί τις εκπαιδευτικές τεχνικές της και εσπάζει σε βασισμένες σε επιστημονικές μελέτες αρχές και μεθόδους. Θα αναφερθούμε στο τι είναι η εποπτεία, ποιοι οι στόχοι της, η δομή της, οι τεχνικές που χρησιμοποιούνται αλλά και τα θετικά οφέλη της για τους εποπτευόμενους. Θα αναλυθούν τα χαρακτηριστικά του «καλού» επόπτη και οι μέθοδοι για την εκπαίδευσή του αλλά και οι δυσκολίες της ενσωμάτωσης της εποπτείας στην εκπαίδευση των ειδικών. Τέλος, θα αναφερθούμε στο τι συνιστά την αποτελεσματική αλλά και την ανήθικη και ανιεπαγγελματική εποπτεία και στους τρόπους με τους οποίους μπορεί

αυτό να αντιμετωπιστεί, προκειμένου να μειωθούν οι βλαβερές επιπτώσεις στους επιβλεπόμενους.