

Τίτλος: Ψυχοθεραπευτικές παρεμβάσεις στην ουσιοεξάρτηση

Προεδρείο:

Τσακλακίδου Δ. - Μέλλος Ε.

Επιμέρους ομιλίες:

Α) "Η υποστήριξη της οικογένειας στην κινητοποίηση του εξαρτημένου"

Ομιλητής: Πομίνι Βαλέρια

Β) "Ο ρόλος της θεραπείας οικογένειας στο πεδίο των εξαρτητικών συμπεριφορών"

Ομιλητής: Μέλλος Ελευθέριος

Γ) "Η γνωσιακή ψυχοθεραπεία στην ουσιοεξάρτηση"

Ομιλητής: Δόμνα Τσακλακίδου

Α) "Η υποστήριξη της οικογένειας στην κινητοποίηση του εξαρτημένου"

Ομιλητής: Δρ Βαλέρια Πομίνι

Κλινική Ψυχολόγος – Ψυχοθεραπεύτρια

Α΄ Ψυχιατρική Κλινική ΕΚΠΑ

Περίληψη

Η πίεση που ασκεί η οικογένεια ώστε το ουσιοεξαρτημένο άτομο να αντιμετωπίσει το πρόβλημα του και να ζητήσει βοήθεια είναι σημαντικότερη και είναι μια από τις κύριες πηγές κινητοποίησής του. Στην Ελλάδα, ένα τρίτο περίπου των αιτημάτων βοήθειας στα προγράμματα απεξάρτησης προέρχεται από άμεσο συγγενή του εξαρτημένου, όμως, πολύ συχνά, αυτό το δυναμικό δεν αξιοποιείται επαρκώς. Τις τελευταίες δεκαετίες έχουν αναπτυχθεί ειδικά προγράμματα, που αξιοποιούν την βοήθεια των συγγενών ως προς την κινητοποίηση του εξαρτημένου ατόμου για αναζήτηση θεραπείας, με ενθαρρυντικά ποσοστά επιτυχίας ανάλογα με το πρόγραμμα. Η παρουσίαση θα εστιάσει στις διάφορες φάσεις συνεργασίας με την οικογένεια του εξαρτημένου, από την αποδοχή του αιτήματος βοήθειας που θέτουν οι συγγενείς μέχρι και την εμπλοκή του εξαρτημένου στην θεραπευτική συνεργασία, με αναφορά σε κλινικά παραδείγματα.

Β) "Ο ρόλος της θεραπείας οικογένειας στο πεδίο των εξαρτητικών συμπεριφορών"

Ομιλητής: Μέλλος Ελευθέριος

Ψυχίατρος, Ψυχοθεραπευτής

Πρόγραμμα «ΑΘΗΝΑ», Αιγινήτειο Νοσοκομείο - ΟΚΑΝΑ

Περίληψη

Αποτελεί κοινώς αποδεκτό τόπο ότι οι συμπεριφορές εξάρτησης, οποιουδήποτε τύπου, σχετίζονται με την ύπαρξη και αλληλεπίδραση παραγόντων βιολογικών,

ψυχολογικών και περιβαλλοντικών. Ανάμεσα σε αυτούς, ο ρόλος της οικογένειας είναι ιδιαίτερα σημαντικός κυρίως για την πορεία και την έκβαση της εξαρτητικής συμπεριφοράς. Η εξάρτηση επηρεάζει σοβαρά τη λειτουργικότητα της οικογένειας και συνδέεται με αυξημένη επίπτωση σωματικών και ψυχικών προβλημάτων καθώς και χαμηλή ποιότητα ζωής.

Η βιβλιογραφία επισημαίνει ότι ανεξάρτητα από τον τύπο της θεραπευτικής προσέγγισης που παρέχεται στο εξαρτημένο άτομο, η συμμετοχή της οικογένειας στη θεραπεία είναι καθοριστική τόσο στη συγκράτηση του ατόμου στη θεραπεία όσο και στη μείωση των υποτροπών. Η σύγχρονη αντίληψη για την οικογένεια δεν την αντιμετωπίζει ως θύμα ή ως νοσογόνο σύστημα, αλλά εστιάζει και αναπτύσσει κυρίως τις υγιείς δυνάμεις της και τη θεωρεί ως πλαίσιο βοήθειας για την απεξάρτηση.

Θα παρουσιασθούν και θα συζητηθούν τα νεότερα δεδομένα σχετικά με το ρόλο της οικογένειας στη θεραπευτική διαδικασία της απεξάρτησης, με αναφορά και στο πεδίο των συμπεριφορικών εξαρτήσεων.

Γ) "Η γνωσιακή ψυχοθεραπεία στην ουσιοεξάρτηση"

Ομιλητής: Δόμνα Τσακλακίδου MD, M.Sc.

Ψυχίατρος – Ψυχοθεραπεύτρια

Μονάδα Εξαρτήσεων

Β΄ Ψυχιατρική Κλινική ΕΚΠΑ, ΠΓΝ. «ΑΤΤΙΚΟΝ»

Περίληψη

Πλήθος μελετών μεγάλης κλίμακας και ποσοτικές ανασκοπήσεις υποστηρίζουν την αποτελεσματικότητα της γνωσιακής – συμπεριφορικής θεραπείας στις διαταραχές χρήσης οιοπνεύματος και ψυχοδραστικών ουσιών. Η γνωσιακή ψυχοθεραπεία καταγράφει ένα ευρύ φάσμα γνωσιακών και συμπεριφορικών παρεμβάσεων, συμπεριλαμβανομένων και εκείνων που στοχεύουν σε διαδικασίες μάθησης, σε αναγνώριση και αντιμετώπιση των εμποδίων που εμφανίζει το άτομο στο κίνητρό του για βελτίωση και αλλαγή, καθώς και σε άλλες κλασικές γνωσιακές επεμβάσεις στη συμπεριφορά του εξαρτημένου ατόμου. Οι γνωσιακές παρεμβάσεις μπορούν να συνδυαστούν μεταξύ τους ή με άλλου τύπου ψυχοθεραπεία ή φαρμακοθεραπεία για την επίτευξη ισχυρότερων θεραπευτικών αποτελεσμάτων. Στην πράξη, όλες οι θεραπευτικές προσπάθειες καταλήγουν σε ένα εξατομικευμένο θεραπευτικό πρόγραμμα με συνδυασμό ψυχολογικών παρεμβάσεων, συμβουλευτικής και άλλων δραστηριοτήτων, το οποίο αντιστοιχεί στις ανάγκες του

κάθε θεραπευόμενου. Ο απώτερος στόχος είναι, το άτομο να καταλήξει στην ολική απομάκρυνση από τον εθισμό, λαμβάνοντας υπόψη, καθ' όλη την διάρκεια της θεραπείας και σε όλα τα στάδια της αλλαγής, το ενδεχόμενο της υποτροπής.

Νεότερες θεραπευτικές στρατηγικές περιλαμβάνουν ποικίλες κλιμακούμενες, γνωσιακού τύπου, μεθόδους και αξιοποίηση των νέων ηλεκτρονικών μέσων, καθώς και στρατηγικές συνδυασμού θεραπευτικών παρεμβάσεων.

Ιδιαίτερη πρόκληση στην αντιμετώπιση της ουσιοεξάρτησης αποτελεί ο προσδιορισμός των αποτελεσματικότερων στρατηγικών συνδυαστικής θεραπείας και η ευρύτερη διάδοση της CBT στις υπηρεσίες θεραπείας της ουσιοεξάρτησης.