

Η τέχνη της θεραπευτικής σχέσης

Ιωάννης Ζέρβας

Α΄ Ψυχιατρική κλινική, Ιατρική Σχολή,
Εθνικό και Καποδιστριακό Πανεπιστήμιο, Αθήνα

Η γνωσιακή θεραπεία, πέρα από τις βραχείες βάσει πρωτοκόλλου μορφές της που εφαρμόζονται κυρίως στα εκπαιδευτικά και νοσοκομειακά προγράμματα, περιλαμβάνει μια γκάμα τρόπων θεραπείας που συγκλίνουν, μεν, ως προς τις θεωρητικές καταβολές, αλλά ποικίλλουν έντονα ως προς το είδος των ασθενών στους οποίους εφαρμόζονται, το πλαίσιο, την διάρκεια, την ισορροπία ανάμεσα σε παρέμβαση και υποστήριξη, το είδος της σχέσης, τις τεχνικές παρέμβασης αλλά και το timing ανάλογα με τα ζητήματα που ανακύπτουν αλλά και τον χαρακτήρα και τις ανάγκες του θεραπευόμενου (αλλά και του θεραπευτή), κλπ. Παρότι συνήθως συζητάμε περισσότερο το τεχνικό σκέλος των θεραπειών, ένα μεγάλο μέρος της δουλειάς μας με τους ασθενείς έχει να κάνει με γενικότερες και μερικές φορές μη ειδικές αλλά πολύτιμες αρχές ψυχοθεραπείας που είναι σκόπιμο να έχουμε υπόψη μας, ασχέτως θεωρητικής κατεύθυνσης. Αυτές τις αθεωρητικές αλλά χρήσιμες για κάθε ψυχοθεραπεία αρχές θα προσπαθήσουμε να προσεγγίσουμε σε αυτή την ομιλία.