

ΔΕΠΥ ΚΑΙ ΝΕΥΡΟΕΠΙΒΕΒΑΙΩΤΙΚΗ ΨΥΧΟΘΕΡΑΠΕΙΑ: ΣΥΓΧΡΟΝΕΣ ΠΡΟΚΛΗΣΕΙΣ ΚΑΙ ΚΛΙΝΙΚΕΣ ΚΑΤΕΥΘΥΝΣΕΙΣ

Κούρτη, Αναστασία¹, Παπούδη, Δέσποινα², Κωσταρέλλη¹, Βασιλική, Αντωνοπούλου, Αικατερίνη¹

¹Χαροκόπειο Πανεπιστήμιο, Αθήνα ² Πανεπιστήμιο Θεσσαλίας, Βόλος

Περίληψη

Εισαγωγή: Η αυξανόμενη ευαισθητοποίηση απέναντι στη νευροδιαφορετικότητα οδήγησε στην ανάπτυξη της νευροεπιβεβαιωτικής ψυχοθεραπείας, η οποία επιδιώκει να γεφυρώσει το χάσμα ανάμεσα στα παραδοσιακά θεραπευτικά μοντέλα και τις εμπειρίες των νευροδιαφορετικών ατόμων. Στο πλαίσιο αυτό η ΔΕΠΥ επαναπροσδιορίζεται αναγνωρίζοντας τόσο τις προκλήσεις όσο και τις δυνατότητες που τη συνοδεύουν.

Σκοπός: Σκοπός της παρούσας ανασκόπησης είναι η παρουσίαση των βασικών αρχών της νευροεπιβεβαιωτικής προσέγγισης στην ψυχοθεραπεία ενηλίκων με ΔΕΠΥ και η ανάδειξη των εφαρμογών της.

Ανασκόπηση βιβλιογραφίας: Τα βιβλιογραφικά δεδομένα δείχνουν ότι βασικά χαρακτηριστικά της ΔΕΠΥ, όπως η μεταβλητότητα της προσοχής ή η δυσκολία στη διαχείριση του χρόνου, συχνά παρερμηνεύονται ως έλλειψη κινήτρου ή προσπάθειας. Παράλληλα, η θεραπευτική διαδικασία μπορεί να επηρεαστεί αρνητικά από πιθανές προκαταλήψεις των επαγγελματιών ψυχικής υγείας, αλλά και από την αυτοαμφισβήτηση που βιώνουν οι ίδιοι/ες οι θεραπευόμενοι/ες. Η νευροεπιβεβαιωτική προσέγγιση προτείνει πλαίσια που εστιάζουν στις δυνατότητες του ατόμου, χρησιμοποιούν μη παθολογικοποιητική γλώσσα και ενισχύουν την αυθεντική έκφραση. Χαρακτηριστικό παράδειγμα αυτής της στροφής είναι η εισαγωγή του όρου Variable Attention Stimulus Trait (VAST) και του αντίστοιχου ελληνικού όρου «Προσοχή Μεταβαλλόμενη σε Ερεθίσματα», ο οποίος προτείνεται ως μια πιο συμπεριληπτική προσέγγιση της ΔΕΠΥ.

Συμπεράσματα: Η νευροεπιβεβαιωτική ψυχοθεραπεία για τη ΔΕΠΥ προτείνει μια μετανόηση από τα παραδοσιακά ελλειμματικά μοντέλα προς προσεγγίσεις που αναγνωρίζουν τόσο τις δυσκολίες όσο και τις δυνατότητες των ατόμων με ΔΕΠΥ. Παράλληλα, κρίνεται απαραίτητη η περαιτέρω διερεύνηση της αποτελεσματικότητας των νευροεπιβεβαιωτικών παρεμβάσεων και η ουσιαστική συμπερίληψη των ατόμων με ΔΕΠΥ στο πεδίο της ψυχικής υγείας, όχι μόνο ως ληπτών υπηρεσιών αλλά και ως επαγγελματιών και ισότιμων συνεργατών στη διαμόρφωση των θεραπευτικών πρακτικών.

Λέξεις-κλειδιά: ΔΕΠΥ, νευροδιαφορετικότητα, νευροεπιβεβαιωτική ψυχοθεραπεία, ψυχική υγεία.