

# Πρόλογος

*Βασίλης Κονταξάκης  
Αναπλ Καθηγητής Ψυχιατρικής  
Αντιπρόεδρος της Ελληνικής Ψυχιατρικής Εταιρίας  
Chair, Section of Preventive Psychiatry, World Psychiatric  
Association*

ΟΙ ΨΥΧΟΛΟΓΙΚΕΣ ΚΡΙΣΕΙΣ ΕΙΝΑΙ ΣΥΝΗΘΩΣ ΠΕΡΙΠΛΟΚΕΣ και πολυπαραγοντικές. Ως στάδια συμπεριφοράς νόσησης περιγράφονται τα στάδια της εμπειρίας του τραύματος, του συμπτώματος, της ανάληψης του ρόλου του ασθενούς, της επαφής με την φροντίδα ειδικού, της εξάρτησης από τη φροντίδα και τέλος, της αποκατάστασης και εγκατάλειψης του ρόλου του ασθενούς. Μεταξύ των στοιχείων του ρόλου του ασθενούς επίσης, περιλαμβάνονται χαρακτηριστικά όπως το να απαλλάσσεται από ορισμένες ευθύνες ή το να θεωρείται αναμενόμενη η επιθυμία να βοηθηθεί ώστε να γίνει καλά. Η πολιτισμική επίδραση, τόσο στην εκδήλωση όσο και στην περιγραφή των συμπτωμάτων, είναι σημαντική, ενώ η προσωπική στάση γύρω από την εξάρτηση και την κατάσταση αβοήθητου ασκούν ιδιαίτερη επιρροή στον τρόπο που το άτομο θα ζητήσει βοήθεια. Παρόμοια επιρροή ασκούν ψυχολογικοί παράγοντες, όπως ο τύπος της προσωπικότητας ή το προσωπικό νόημα που αποδίδεται στην εμπειρία του τραύματος και της νόσησης. Το κάθε άτομο αντιδρά με διαφορετικό τρόπο, ανάλογα με τον προσωπικό τρόπο σκέψης, αίσθησης και συμπεριφοράς. Κάποιοι μπορεί να βιώνουν το τραύμα ή τη νόσο ως μία κατακλυσμική απώλεια, άλλοι ως τιμωρία, ενώ άλλοι μπορεί να βλέπουν την κατάσταση αυτή σαν μία πρόκληση που μπορεί να ξεπεραστεί.

Κατά την παρέμβαση στην ψυχολογική κρίση, ανεξαρτήτως αιτιολογίας, ο ειδικός θα πρέπει να είναι σε θέση να προσδιορίσει το πρόβλημα, ενώ οι συνεδρίες παρέμβασης θα πρέπει να βασίζονται στην ενεργητική ακρόαση και την ενσυναίσθηση. Ο ειδικός θα πρέπει να είναι ικανός να αποδέχεται με έναν ανεπιφύλακτο και θετικό τρόπο όλους τους ανθώ-

πους σε κρίση. Θα πρέπει να σχεδιάζει την αντιμετώπιση χρησιμοποιώντας όλες τις πιθανές εναλλακτικές πηγές στήριξης, όπως τα περιβαλλοντικά υποστηρικτικά συστήματα ή τα θετικά και εποικοδομητικά πρότυπα σκέψης του ίδιου του ατόμου. Παρά το γεγονός ότι ενδεχομένως ο ειδικός να χρειαστεί να είναι αρκετά καθοδηγητικός, είναι σημαντικό ο σχεδιασμός να γίνεται σε συνεργασία με το άτομο που είναι σε κρίση. Εάν ο σχεδιασμός αυτός γίνει αποτελεσματικά, τότε η δέσμευση του ατόμου για την πραγματοποίηση θα εξελιχθεί ομαλά. Ταυτόχρονα, η εξασφάλιση της ασφάλειας του ατόμου σε κρίση, αλλά και των άλλων, είναι σημαντική.

Το παρόν βιβλίο, που επιμελήθηκε ο Ορέστης Γιωτάκος, περιγράφει όλα τα θεωρητικά σενάρια ανάπτυξης μιας ψυχολογικής κρίσης, ενώ ταυτόχρονα αναλύει όλες τις πιθανές καταστάσεις κρίσης, στις οποίες ο ειδικός θα κληθεί να αντιμετωπίσει. Βίαιη ή αυτοκτονική συμπεριφορά, πένθος ή γενικότερα απώλεια, καταστάσεις έντονης διέγερσης ή και ομηρίας, μετατραυματική συμπτωματολογία, κακοποιητική συμπεριφορά, εξουθένωση προσωπικού, αλλά και καταστάσεις που απαιτούν νομική παρέμβαση, αποτελούν μέρος της καθημερινής μας πρακτικής. Θεωρώ ότι το βιβλίο αυτό θα αποτελέσει ένα ιδιαίτερα χρήσιμο εγχειρίδιο για όλους τους εργαζόμενους στον ευρύτατο χώρο της ψυχικής υγείας.