

Περιεχόμενα

Οι συγγραφείς του τόμου	11
-------------------------------	----

Πρόλογος	13
<i>Β.Α. Παπαγεωργίου</i>	

Εισαγωγή	17
<i>Α. Καλαντζή-Αζίζι & Α. Σοφianoπούλου</i>	

Μέρος Πρώτο: Το γνωσιακό-συμπεριφοριστικό θεωρητικό πρότυπο για παιδιά και εφήβους

1. Το γνωσιακό-συμπεριφοριστικό μοντέλο: η εξέλιξή του και η συνεισφορά του ως προς την αντιμετώπιση δυσλειτουργιών σε παιδιά και εφήβους	23
<i>Α. Καλαντζή-Αζίζι</i>	
2. Η καταλληλότητα της ΓΣΘ σε παιδιά και εφήβους	57
<i>Μ. Ζαφειροπούλου</i>	

Μέρος Δεύτερο: Εφαρμογή της γνωσιακής-συμπεριφοριστικής θεραπείας

3. Η γνωσιακή-συμπεριφοριστική θεραπεία σε παιδιά και εφήβους: εφαρμογή ενός ολοκληρωμένου παρεμβατικού μοντέλου	97
<i>Μ. Ζαφειροπούλου & Α. Αγγελoσοπούλου</i>	

4.	Μέθοδοι και τεχνικές της γνωσιακής-συμπεριφοριστικής ψυχοθεραπείας για παιδιά και εφήβους	145
	<i>Κ. Αγγελή</i>	
5.	Ο ρόλος των γονέων και των εκπαιδευτικών στη γνωσιακή-συμπεριφοριστική θεραπεία παιδιών και εφήβων	189
	<i>Σ. Γεωργουτσάκου</i>	
6.	Προβλήματα προσχολικής ηλικίας: γνωσιακές-συμπεριφοριστικές παρεμβάσεις	227
	<i>Ι. Γιαννοπούλου, Κ. Σοφianoπούλου, Β. Γκιάκα</i>	
7.	Η διαταραχή ελλειμματικής προσοχής με/ή χωρίς υπερκινητικότητα	277
	<i>Α. Σοφianoπούλου</i>	
8.	Η γνωσιακή-συμπεριφοριστική θεραπεία στις αγχώδεις διαταραχές παιδιών	331
	<i>Α. Αγγελοσοπούλου</i>	
9.	Ιδεοψυχαναγκαστική διαταραχή	379
	<i>Μ.Ι. Αργυροπούλου</i>	
10.	Μετατραυματική διαταραχή στρες σε παιδιά και εφήβους	411
	<i>Χ. Βαρβέρη</i>	
11.	Η κατάθλιψη στα παιδιά και τους εφήβους	461
	<i>Ι. Μπίμπου-Νάκου & Σ. Φουντουλάκη</i>	
12.	Εθισμός στο διαδίκτυο: γνωσιακές-συμπεριφοριστικές Παρεμβάσεις	515
	<i>Π. Αβαγιανού, Φ. Κοντού & Μ. Ζαφειροπούλου</i>	
13.	Διαταραχές πρόσληψης τροφής στην εφηβική ηλικία	539
	<i>Ν. Χαρίλα</i>	
14.	Σχιζοφρένεια σε παιδιά και εφήβους	595
	<i>Σ. Ρακιτζή & Π. Γεωργιλιά</i>	

15. Αυτισμός: η εφαρμογή του γνωσιακού-συμπεριφοριστικού μοντέλου στη μείωση του άγχους	643
<i>Π. Σιαπέρας</i>	

16. Νοητική αναπηρία	687
<i>Ε. Σοφιανίδου</i>	

**Μέρος Τρίτο: Νέες τάσεις
στη γνωσιακή-συμπεριφοριστική θεραπεία παιδιών και εφήβων**

17. Η Θεραπεία Σχημάτων σε παιδιά και εφήβους	733
<i>Κ. Αγγελή</i>	

18. Θεραπεία Αποδοχής και Δέσμευσης με παιδιά και εφήβους	755
<i>Χ. Καμπίσιου</i>	

**Παράρτημα: Θέματα εξειδίκευσης
στη γνωσιακή-συμπεριφοριστική θεραπεία παιδιών και εφήβων**

19. Θέματα εξειδίκευσης στη γνωσιακή-συμπεριφοριστική θεραπεία παιδιών και εφήβων: η ευρωπαϊκή εμπειρία	777
<i>Χ. Καμπίσιου</i>	

20. Η εξειδίκευση στη γνωσιακή-συμπεριφοριστική θεραπεία παιδιών και εφήβων: η ελληνική εμπειρία	787
<i>Α. Σοφianoπούλου</i>	

Οι συγγραφείς του τόμου

Πηνελόπη Αλεξία Αβαγιανού, Ψυχολόγος, Διδάκτωρ Εξελικτικής Ψυχολογίας, penavagia@yahoo.gr

Κατερίνα Αγγελή, Ψυχολόγος, Δρ. Κλινικής Ψυχολογίας ΕΚΠΑ, Γνωσιακή-Συμπεριφοριστική Ψυχοθεραπεία & Θεραπεία Σχημάτων, agelikaterina@gmail.com

Αργυρούλα Αγγελοσοπούλου, PhD, Ψυχολόγος, Ειδικευθείσα στη Γνωσιακή-Συμπεριφοριστική Ψυχοθεραπεία, angelosoroulou@gmail.com

Μαρία Ιωάννα Αργυροπούλου, Κλινικός Ψυχολόγος, MSc, PhD, Εκπαιδευθείσα στη Γνωσιακή-Συμπεριφοριστική Θεραπεία, gmargirop@gmail.com

Χριστίνα Βαρβέρη, Ψυχολόγος, MSc Ψυχικής Υγείας, Γνωσιακή-Συμπεριφοριστική Ψυχοθεραπεία, christina3va@hotmail.com

Πολυξένη Γεωργιλά, MD, Ψυχίατρος, polyxenigeorgila@gmail.com

Σοφία Γεωργουτσάκου, Ψυχολόγος, Dr Phil Πανεπιστημίου Βιέννης, Ψυχοθεραπεύτρια, ipkgeorgoutsakou@gmail.com

Ιωάννα Γιαννοπούλου, M.Med.Sci., PhD, MRCPsych, Παιδοψυχίατρος, igioannag@gmail.com

Βενετσιάνα Γκίοκα, Ψυχολόγος, MSc Αντιμετώπισης του πόνου, Ψυχοθεραπεύτρια, venetsiagio@yahoo.gr

Μαρία Ζαφειροπούλου, Ομότιμη Καθηγήτρια Κλινικής Ψυχολογίας, zafirorouloumm@gmail.com

Αναστασία Καλαντζή-Αζίζι, Ομότιμη Καθηγήτρια Κλινικής Ψυχολογίας, Ψυχοθεραπεύτρια (ÖGVT και EABCT), kalantzi@psych.uoa.gr

Χριστίνα Καμπίσιου, Ψυχολόγος, Δρ. Κλινικής Ψυχολογίας Freie Universität Berlin, Ψυχοθεραπεύτρια (DGVT Berlin), kampsiou-wright@berlin.de

Φωτεινή Κοντού, Ψυχολόγος, Msc Προαγωγής και Αγωγής Υγείας, Ιατρική Σχολή Αθηνών, Ψυχοθεραπεύτρια, foteini_kontou@yahoo.gr

Ιωάννα Μπίμπου-Νάκου, Καθηγήτρια Κλινικής Ψυχολογίας ΑΠΘ, bibou@eled.auth.gr

Σταυρούλα Ρακιτζή, Dipl.-Psych. (Clinical Psychology), Κλινική Ψυχολόγος, Πιστοποιημένη στη Γνωσιακή-Συμπεριφοριστική Ψυχοθεραπεία, srakitz@gmail.com

Παναγιώτης Σιαπέρας, PhD, CPsychol, Ψυχολόγος - Εργοθεραπευτής, panagiotis.siaperas@gmail.com

Ελένη Σοφιανίδου, Ψυχολόγος, Διδάκτωρ Σχολικής Ψυχολογίας ΕΚΠΑ, esophianidou@yahoo.com

Αναστασία Σοφιανοπούλου, Κλινική Ψυχολόγος, MSc, Δρ. Κλινικής Ψυχολογίας ΕΚΠΑ, Πιστοποιημένη στη Γνωσιακή-Συμπεριφοριστική Ψυχοθεραπεία, anastasia@sofianopoulou.com

Κατερίνα Σοφιανοπούλου, Ψυχολόγος, MSc Διαχείρισης Στρες και Προαγωγής Υγείας, Ιατρική Σχολή Αθηνών, Γνωσιακή-Συμπεριφοριστική Θεραπεία, katerina@sofianopoulou.com

Στέλλα Φουντουλάκη, Ψυχολόγος, MSc Σχολικής και Εξελικτικής Ψυχολογίας, fountoulaki.stella@gmail.com

Ντιάνα Χαρίλα, Ψυχολόγος, Δρ. Κλινικής Ψυχολογίας ΕΚΠΑ, aharila@psych.uoa.gr

Πρόλογος

Τα προβλήματα ψυχικής υγείας στην παιδική και την εφηβική ηλικία είναι συχνά. Πρόσφατες έρευνες υποστηρίζουν ότι 20% των παιδιών και των εφήβων διεθνώς και υψηλό ποσοστό παιδιών προσχολικής ηλικίας υποφέρουν από σοβαρές ψυχικές διαταραχές, όπως νευροαναπτυξιακές, αγχώδεις, συναισθηματικές και διαταραχές διαγωγής. Πολλά από αυτά τα παιδιά δεν έχουν πρόσβαση σε υπηρεσίες ψυχικής υγείας, ενώ η αυξητική τάση και οι επιπτώσεις των προβλημάτων δεν έχουν αξιολογηθεί επαρκώς σε πολλές χώρες.

Τα περισσότερα από τα προβλήματα ψυχικής υγείας παραμένουν σταθερά καθώς τα παιδιά μεγαλώνουν, και μακροπρόθεσμα επιβαρύνουν σοβαρά την ποιότητα ζωής και τη λειτουργικότητα. Προβλήματα μέτριας σοβαρότητας διαταράσσουν σοβαρά τη μετάβαση στην ενήλικη ζωή, ενώ ποσοστό υψηλότερο του 50% των ενηλίκων με ψυχικές διαταραχές είχε εκδηλώσει κάποια διαταραχή στην παιδική ή στην εφηβική ηλικία. Σήμερα είναι γνωστό ότι στα άτομα με σοβαρές ψυχικές διαταραχές ο κίνδυνος εκδήλωσης χρόνιων σωματικών ασθενειών και πρώιμης θνησιμότητας είναι μεγάλος. Η υψηλή συχνότητα των ψυχικών διαταραχών στα νέα άτομα, η επιβάρυνση της υγείας, της εκπαίδευσης και της ποιότητας ζωής, η αναπτυξιακή πορεία και η συνέχεια της ψυχοπαθολογίας, καθώς και οι σοβαρές επιπτώσεις στην ενήλικη ζωή καθιστούν την πρόληψη και την έγκαιρη αντιμετώπιση προτεραιότητα κεντρικής σημασίας για τη δημόσια υγεία.

Παράλληλα με την αυξητική τάση των προβλημάτων ψυχικής υγείας των παιδιών και των εφήβων, εντυπωσιακή είναι τα τελευταία χρόνια και η εξέλιξη στον τομέα των θεραπευτικών παρεμβάσεων. Στην αρχή του 21ου αιώνα, ο Α. Kazdin εντόπισε 551 διαφορετικές ψυχοθεραπείες που εστιάζουν στην αντιμετώπιση των προβλημάτων αυτών, οι οποίες τελικά είναι ακόμη περισσότερες αν ληφθεί υπόψη ο τρόπος με τον οποίο εφαρμόζονται από διαφορετικούς θεραπευτές! Με δεδομένες την υψηλή συχνότητα, τη σοβαρότητα και τις επιπτώσεις των προβλημάτων ψυχικής υγείας των νέων

ατόμων μακροχρόνια, η ανάγκη για αποτελεσματικές θεραπείες που λαμβάνουν υπόψη τα χαρακτηριστικά του ατόμου, αλλά και του πλαισίου στο οποίο εφαρμόζονται, είναι μεγάλη.

Από την πληθώρα των ψυχοθεραπειών που εφαρμόζονται στην κλινική πράξη, η γνωσιακή-συμπεριφοριστική ψυχοθεραπεία, εστιαζόμενη αφενός στον τρόπο με τον οποίο η αντίληψη και η αξιολόγηση των γεγονότων επηρεάζουν τα συναισθήματα και τη συμπεριφορά, και αφετέρου στην τροποποίηση των δυσπροσαρμοστικών προτύπων σκέψης, αποτελεί πλέον θεραπεία εκλογής για την αντιμετώπιση πολλών ψυχικών διαταραχών. Η αποτελεσματικότητα της θεραπείας αυτής σε διαφορετικές διαταραχές της παιδικής και εφηβικής ηλικίας έχει διερευνηθεί συστηματικά και θεωρείται μια επιστημονικά τεκμηριωμένη μορφή ψυχοθεραπείας. Εφαρμόζεται ολοένα και περισσότερο σε κλινικά πλαίσια για την αντιμετώπιση της κατάθλιψης, των αγχωδών διαταραχών, της διαταραχής μετατραυματικού άγχους, των διαταραχών διαγωγής και διαφορετικών νευροαναπτυξιακών διαταραχών, όπως το υπερκινητικό σύνδρομο και η διαταραχή του αυτιστικού φάσματος.

Την εφαρμογή της μεθόδου αυτής στην αντιμετώπιση των προβλημάτων ψυχικής υγείας των νέων ατόμων περιγράφει το βιβλίο *Εισαγωγή στη Γνωσιακή-Συμπεριφοριστική Θεραπεία Παιδιών και Εφήβων: Θεωρία και Πράξη*, με την επιστημονική επιμέλεια των Α. Καλαντζή-Αζίζι και Α. Σοφianoπούλου, από τις εκδόσεις Πεδίο. Το βιβλίο, έργο συλλογικό, θεωρητικό και πρακτικό ταυτόχρονα, στηρίζεται στην επιστημονική γνώση και στην κλινική εμπειρία των συγγραφέων. Οργανώνεται σε τρία κύρια μέρη και καθοδηγεί με σαφήνεια και συστηματικό τρόπο τον αναγνώστη ώστε να κατανοήσει, να εμβαθύνει και να συνδυάσει το θεωρητικό υπόβαθρο και τις βασικές αρχές της γνωσιακής-συμπεριφοριστικής θεραπείας με την εφαρμογή στην κλινική πράξη. Από τις σημαντικές πληροφορίες για τη συνεισφορά και την καταλληλότητα του γνωσιακού-συμπεριφοριστικού μοντέλου στην αντιμετώπιση δυσλειτουργιών που εκδηλώνονται στην παιδική και την εφηβική ηλικία, τον ρόλο και τη συμμετοχή των γονέων και των εκπαιδευτικών στη διαδικασία αυτή, έως την παρουσίαση διαφορετικών ψυχικών και νευροαναπτυξιακών διαταραχών, σε συνδυασμό με την αναλυτική παρουσίαση συγκεκριμένων κλινικών περιπτώσεων και τις νέες τάσεις στον τομέα της ψυχοθεραπείας αυτής, όλα συνθέτουν ένα εξαιρετικό εγχειρίδιο γνωσιακής-συμπεριφοριστικής θεραπείας για παιδιά και εφήβους. Στο τέλος παρατίθενται σημαντικές πληροφορίες για θέματα εκπαίδευσης και εξειδίκευσης των επαγγελματιών ψυχικής υγείας.

Το βιβλίο *Εισαγωγή στη Γνωσιακή-Συμπεριφοριστική Θεραπεία Παιδιών και Εφήβων: Θεωρία και Πράξη* είναι πρωτοποριακό στον τομέα της θεραπευτικής αντιμετώπισης των προβλημάτων ψυχικής υγείας των παιδιών και των εφήβων στον τόπο μας, καθώς εμπλουτίζει ουσιαστικά την ελληνική βιβλιογραφία και αποτελεί πολύτιμο βοήθημα για τον κλινικό που προσπαθεί να κατανοήσει και να ανταποκριθεί αποτελεσματικά στις ανάγκες των νέων ατόμων και των οικογενειών τους. Παράλληλα, προσεγγίζει ουσιαστικά ερωτήματα που απασχολούν σήμερα την επιστήμη για την αποτελεσματικότητα των επιστημονικά τεκμηριωμένων θεραπειών σε σχέση με τα χαρακτηριστικά του πληθυσμού για τον οποίο σχεδιάστηκαν, αλλά και των κλινικών πλαισίων στα οποία εφαρμόζονται. Ευχαριστούμε θερμά τους επιμελητές της έκδοσης και τους συγγραφείς για την προσπάθεια, την κατάθεση της επιστημονικής γνώσης και της κλινικής τους εμπειρίας, που οδήγησαν στην έκδοση αυτού του βιβλίου.

Βάγια Α. Παπαγεωργίου
Παιδοψυχίατρος
Certified Advanced TEACCH Consultant

Εισαγωγή

Η ελληνική βιβλιογραφία γύρω από τη γνωσιακή-συμπεριφοριστική θεραπεία, που κυκλοφορεί με τη μορφή είτε πρωτότυπων δημοσιεύσεων Ελλήνων ειδικών είτε μεταφράσεων ξενόγλωσσων εγχειριδίων, παρουσιάζει μια αυξητική τάση τα τελευταία χρόνια. Εισαγωγικά εγχειρίδια κυκλοφόρησαν έως τώρα μόνο σχετικά με τη γνωσιακή-συμπεριφοριστική θεραπεία ενηλίκων, όπως η *Γνωσιακή Ψυχοθεραπεία: Θεωρία και πράξη* του Ι. Παπακώστα (1994), η *Εισαγωγή στη Γνωσιακή Θεραπεία* της J.S. Beck (2004) και πρόσφατα η *Εισαγωγή στη γνωσιακή-συμπεριφοριστική θεραπεία* των D. Westbrook, H. Kennerly και J. Kirk (2012).

Σχετικά με τη γνωσιακή-συμπεριφοριστική θεραπεία παιδιών και εφήβων υπάρχει ένα βιβλιογραφικό κενό, το οποίο συμπλήρωσαν εν μέρει τα δύο βιβλία του P. Stallard, το *Σκέφτομαι σωστά - Νιώθω καλά. Ένα εγχειρίδιο γνωσιακής-συμπεριφοριστικής θεραπείας για παιδιά και νέους* (2006) και το *Σκέφτομαι σωστά - Νιώθω καλά. Οδηγός του ειδικού* (2011). Αυτά τα δυο βιβλία, πολύτιμη πηγή πληροφοριών για τη γνωσιακή-συμπεριφοριστική θεραπεία παιδιών και εφήβων με πλούσιο υλικό για την πράξη, δεν θα μπορούσαν να αντικαταστήσουν ένα εισαγωγικό εγχειρίδιο. Η έλλειψη ενός αντίστοιχου κατάλληλου βιβλίου έγινε πιο εμφανής όταν έπρεπε να καλυφθούν διδακτικές ανάγκες.

Για να καλυφθεί το κενό ενός εισαγωγικού συγγράμματος στο συγκεκριμένο μάθημα «Γνωσιακές-συμπεριφοριστικές προσεγγίσεις στην ψυχοθεραπεία» (Πρόγραμμα Ψυχολογίας, ΕΚΠΑ, διδάσκουσα Α. Καλαντζή-Αζίζι), δημιουργήθηκε το 2011 μια ομάδα ειδικών ψυχικής υγείας παιδιών και εφήβων, στην πλειονότητά τους έμπειροι ψυχοθεραπευτές, η οποία συνεργάστηκε για τη συγγραφή ενός συλλογικού τόμου πανεπιστημιακών σημειώσεων με τίτλο *Γνωσιακές-συμπεριφοριστικές προσεγγίσεις στην ψυχοθεραπεία παιδιών και εφήβων*. Αυτές οι πανεπιστημιακές σημειώσεις αποτέλεσαν τη βάση για τη συγγραφή του παρόντος βιβλίου. Η ύλη εμπλουτίστηκε με νέες

θεματικές και τα κεφάλαια επικαιροποιήθηκαν. Οι περισσότεροι συγγραφείς-συνεργάτες των πανεπιστημιακών σημειώσεων παρέμειναν οι ίδιοι.

Οι συγγραφείς είναι γνωσιακοί-συμπεριφοριστικοί θεραπευτές με πολύχρονη κλινική εμπειρία στον παιδικό και εφηβικό πληθυσμό και καταξιωμένοι επιστήμονες. Το δυναμικό των συνεργατών-συγγραφέων είναι τέτοιο ώστε να διασφαλίζει τη βέλτιστη ποιότητα γνώσης.

Το βιβλίο χωρίζεται σε τρία μέρη. Το Πρώτο Μέρος, με τίτλο «Το γνωσιακό-συμπεριφοριστικό θεωρητικό πρότυπο για παιδιά και εφήβους», αποτελείται από δυο κεφάλαια. Στο πρώτο παρουσιάζονται οι εξελίξεις του προτύπου τόσο στο εξωτερικό όσο και στην Ελλάδα. Στο δεύτερο κεφάλαιο εξετάζεται η καταλληλότητα του προτύπου ως ψυχοθεραπευτική πρακτική για τα παιδιά και τους εφήβους.

Το Δεύτερο Μέρος, με τίτλο «Εφαρμογή της γνωσιακής-συμπεριφοριστικής θεραπείας», αποτελείται από έντεκα κεφάλαια. Το πρώτο κεφάλαιο πραγματεύεται καίρια θέματα εφαρμογής της γνωσιακής-συμπεριφοριστικής θεραπείας και καταδεικνύει ότι πρόκειται για ένα ολοκληρωμένο παρεμβατικό μοντέλο. Στο δεύτερο κεφάλαιο παρατίθενται τα ειδικά μέσα εφαρμογής στην πράξη της γνωσιακής-συμπεριφοριστικής θεραπείας, δηλαδή οι μέθοδοι και οι τεχνικές της. Το τρίτο κεφάλαιο είναι αφιερωμένο στη συνεργασία με γονείς και εκπαιδευτικούς, καθώς η συμμετοχή αυτών των «σημαντικών άλλων» σε όλα τα στάδια της θεραπείας παιδιών και εφήβων θεωρείται απαραίτητη στην πλειονότητα των παρεμβάσεων. Ακολουθεί ένα κεφάλαιο γύρω από τα αναπτυξιακά προβλήματα που εμφανίζονται στην προσχολική ηλικία. Τα υπόλοιπα κεφάλαια είναι αφιερωμένα σε οντότητες της αναπτυξιακής ψυχοπαθολογίας και συγκεκριμένα στη διαταραχή ελλειμματικής προσοχής με/ή χωρίς υπερκινητικότητα, τις αγχώδεις διαταραχές με δύο χαρακτηριστικές υποκατηγορίες –την ιδεοψυχαναγκαστική διαταραχή και τη μετατραυματική διαταραχή στρες–, την κατάθλιψη, τον εθισμό στο διαδίκτυο και τις διαταραχές πρόσληψης τροφής. Ακολουθούν τα κεφάλαια που αφορούν τη σχιζοφρένεια, τις διαταραχές του αυτιστικού φάσματος και τη νοητική αναπηρία. Κάθε κεφάλαιο ξεκινά με μια σύντομη παρουσίαση της διαταραχής, στη συνέχεια δίνεται έμφαση στο γνωσιακό-συμπεριφοριστικό μοντέλο (αιτιολογία, τρόποι παρέμβασης και αποτελεσματικότητα) και ακολουθεί η αντίστοιχη ανάλυση περίπτωσης, η οποία προέρχεται από την κλινική πράξη των συγγραφέων-συνεργατών.

Το Τρίτο Μέρος, «Νέες τάσεις στη γνωσιακή-συμπεριφοριστική θεραπεία παιδιών και εφήβων», είναι αφιερωμένο σε δυο παρεμβατικές προ-

τάσεις για τις οποίες υπάρχουν αισιόδοξες ερευνητικές ενδείξεις ότι είναι χρήσιμες στη γνωσιακή-συμπεριφοριστική θεραπεία παιδιών και εφήβων. Πρόκειται για τη Θεραπεία Σχημάτων και τη Θεραπεία Αποδοχής και Δέσμευσης.

Το βιβλίο ολοκληρώνεται με το Παράρτημα, το οποίο περιλαμβάνει δύο κεφάλαια με πληροφορίες για την εξειδίκευση στη γνωσιακή-συμπεριφοριστική θεραπεία παιδιών και εφήβων τόσο στο εξωτερικό όσο και στην Ελλάδα.

Έχοντας αναλάβει την επιστημονική επιμέλεια ενός εισαγωγικού εγχειριδίου, θα θέλαμε να καταθέσουμε τη δυσκολία που αντιμετωπίσαμε όταν χρειαζόταν να αποφασίσουμε τι έπρεπε να συμπεριληφθεί σε αυτό. Η επιλογή της ύλης υπήρξε για εμάς μια μεγάλη πρόκληση, που συνδέεται άμεσα και με τον τεράστιο όγκο της υπάρχουσας βιβλιογραφίας. Μας απασχόλησαν έντονα πολλά ερωτήματα, όπως ποιες πληροφορίες είναι απαραίτητες προκειμένου να γίνει κατανοητό ένα ψυχοθεραπευτικό μοντέλο, αλλά και με ποιον τρόπο ο αναγνώστης θα μπορέσει να κατανοήσει, χωρίς παρερμηνείες, τον τρόπο λειτουργίας του. Πιστεύουμε ότι ο γόνιμος διάλογος μεταξύ μας και με τους συγγραφείς-συνεργάτες διαμόρφωσε την ύλη με τον καλύτερο δυνατό τρόπο. Όλοι ανεξαιρέτως οι συντελεστές καταβάλλαμε κάθε δυνατή προσπάθεια ώστε πάρετε στα χέρια σας ένα βιβλίο το οποίο συγκεντρώνει τόσο τις θεωρητικές γνώσεις γύρω από τη φιλοσοφία και το επιστημονικό υπόβαθρο της γνωσιακής-συμπεριφοριστικής θεραπείας, ειδικότερα αυτής που απευθύνεται σε παιδιά και εφήβους, όσο και μια «ζωντανή εικόνα» του τρόπου λειτουργίας της μέσα από την ανάλυση περιπτώσεων.

Κλείνοντας, θα θέλαμε κατ' αρχάς να ευχαριστήσουμε τους συγγραφείς που με τα άρθρα κείμενά τους συνέβαλαν στη διαμόρφωση του παρόντος τόμου. Θα επιθυμούσαμε επίσης να εκφράσουμε τις ευχαριστίες μας στις εκδόσεις Πεδίο που αγκάλιασαν και στήριξαν το όλο εγχείρημα. Θερμά ευχαριστούμε την κυρία Χρύσα Ξενάκη για την άριστη συνεργασία μας και τη φροντίδα της στην επιμέλεια των κειμένων.

Ιανουάριος 2016

Α. Κаланτζή-Αζίζι & Α. Σοφιανοπούλου