

Η Ευρωπαϊκή Ψυχοθεραπεία εκδίδεται τώρα για 15ο χρόνο. Προέκυψε από έρευνες σε οργανισμούς ψυχοθεραπείας σχεδόν όλων των ευρωπαϊκών κρατών. Η συμβουλευτική επιτροπή είναι ένα από τα αποτελέσματα αυτής της συνεργασίας.

Στο πρώτο τεύχος το 2000, παρουσιάσαμε τις πιο πρόσφατες ψυχοθεραπευτικές εξελίξεις της εποχής εκείνης (Διαλεκτική Συμπεριφορική Θεραπεία DBT, Θεραπεία Αποδοχής και Δέσμευσης ACT, Λειτουργική Συμπεριφορική Θεραπεία FBT). Ακολούθησε η συνεπής και ριζοσπαστική ανάδειξη της Βραχείας Δυναμικής Ψυχοθεραπείας του Davanloo. Το 2003 ασχοληθήκαμε εκτενώς με την παρουσίαση της θεραπείας της Μετατραυματικής Διαταραχής Άγχους, όπως αναπτύχθηκε από τον Willi Butollo και τους συνεργάτες του κατά τη διάρκεια της εργασίας με τα θύματα πολέμου στην πρώτη Γιουγκοσλαβία. Μετά από αυτό, ακολούθησε η Υπαρξιακή Ανάλυση του Viktor Frankl, δημοσιευμένη από τον Alfried Längle, και η Θεραπεία Pesso PBSP, η οποία έχει αρχίσει να γίνεται ευρύτερα γνωστή στην Ευρώπη για μικρό χρονικό διάστημα. Επίσης, από τις αρχές της δεκαετίας του '90, μια τρίτη κύμα θεραπείας αναπτύχθηκε στην Ευρώπη: η Στρατηγική Βραχεία Θεραπεία (SBT), που δίνει έμφαση στην εργασία με τα συναισθήματα και την ανάπτυξη της προσωπικότητας. Από εδώ είναι μόνο ένα μικρό βήμα προς την Θεραπεία Εστιασμένη στα Συναισθήματα του Leslie Greenberg (2007) ως μια επιστημονική εξέλιξη της Θεραπείας Gestalt και της Ψυχοθεραπείας Κεντραρισμένης στον Πελάτη.

Μετά είχαμε την ευχαρίστηση να παρουσιάσουμε τον Jeremy Holmes ως καλεσμένο εκδότη. Ο ίδιος είναι κορυφαίος εκπρόσωπος της Ψυχανάλυσης και κατάφερε να εξασφαλίσει πολύτιμες συνεισφορές σχετικά με την παρούσα και τη μελλοντική κατάσταση της Ψυχανάλυσης από συγγραφείς που ενθαρρύνουν τη ζωντανή ανάπτυξη της. Στο άρθρο του με τίτλο "Προς μία ασφαλή θεωρητική και αποδεικτική βάση για την ψυχαναλυτική ψυχοθεραπεία", δίνει μια εισαγωγή και μια επισκόπηση αυτής της συλλογής ψυχαναλυτικών κειμένων, τα οποία δεν είναι γραμμένα μόνο για ψυχαναλυτές, αλλά για όλους τους ψυχοθεραπευτές που θέλουν να μάθουν περισσότερα για τη σύγχρονη Ψυχανάλυση, που επιθυμούν να κάνουν βήματα προς αυτήν, ίσως για να σπάσουν παλιά στερεότυπα, να γίνουν πιο ανοιχτοί στις ψυχοδυναμικές ιδέες ή να αναγνωρίσουν ομοιότητες πολύ μεγαλύτερες από ό,τι θεωρούνταν μέχρι τώρα. Ως εκδότες αυτής της περιοδικής έκδοσης, διαπιστώσαμε ότι δεν είναι μόνο η επικοινωνία μεταξύ των σχολών ψυχοθεραπείας απαραίτητη, αλλά και η επικοινωνία μεταξύ των εθνικών ομάδων ψυχοθεραπευτών στην Ευρώπη. Και αυτό ακριβώς είναι το ευρωπαϊκό μας έργο.

Το 2010-2011, ψυχοθεραπευτές από όλη την Ευρώπη ανέφεραν για την εκπαίδευση στην ψυχοθεραπεία στις χώρες τους:

Gerhard Lenz, Rafael Rabenstein, Vivian Görgen (Αυστρία)

Martine Bouvard (Γαλλία)

Serge Sulz και Stefan Hagspiel (Γερμανία)

Enriomy Avdi (Ελλάδα)

Bernardo Nardi και Emidio Arimatea (Ιταλία)

Susan van Hooren (Ολλανδία)

Andrzej Kokoszka (Πολωνία)

Celia Avila Fernández (Ισπανία)
Bo Erik Sigrell & Rolf Sandell (Σουηδία)
Jan McGregor Hepburn (Μεγάλη Βρετανία).

Το 2012-2013, η σωματική ψυχοθεραπεία έγινε θέμα συζήτησης. Χρησιμοποιήθηκε η Συγκεντρωτική Θεραπεία Κίνησης (CMT - KBT) για αυτόν τον σκοπό - μια αξιολογημένη σωματική ψυχοθεραπεία για ψυχοσωματικές και ψυχικές διαταραχές.

Το θέμα του 2014-2015 ήταν η Αυστρία - Το σπίτι της παγκόσμιας ψυχοθεραπείας - καθώς οι περισσότεροι από τους σπουδαίους ψυχοθεραπευτές του πρώιμου 20ού αιώνα ζούσαν στη Βιέννη ή ξεκίνησαν την καριέρα τους εκεί: Sigmund Freud, Melanie Klein, Michael Balint, Wilhelm Reich, Alfred Adler, Viktor Frankl, Paul Watzlawick και Fred Kanfer.

Το 2016-2017, το θέμα ήταν η ενσώματη ψυχοθεραπεία (επιμελημένο από τον Gernot Hauke) με απολύτως καινοτόμες συνεισφορές - με το βλέμμα στραμμένο στο μέλλον της ψυχοθεραπείας:

Wolfgang Tschacher, Mario Pfammatter: Η ενσώματη ψυχοθεραπεία - Ένα απαραίτητο συμπλήρωμα στον κανόνα των κοινών παραγόντων;

Marianne Eberhard-Kaechele: Το συναίσθημα είναι κίνηση: Βελτίωση της ρύθμισης των συναισθημάτων μέσω της παρέμβασης στην κίνηση

Rosemarie Samaritter και Helen Payne: Κινητικές αλληλεπιδράσεις στην ψυχοθεραπευτική αλληλεπίδραση και η ανάπτυξη της ενσώματης αλληλεπιδραστικότητας

Tania Pietrzak, Gernot Hauke, Christina Lohr: Παρέμβαση συνδεδεμένων ζευγαριών: Βελτίωση της ενσώματης ενσυναίσθησης και ρύθμισης συναισθημάτων σε ζευγάρια

Andrea Behrends, Sybille Müller, Isabel Dziobek: Ο χορός ενισχύει την ενσυναίσθηση: Το δυναμικό της διαδραστικής κίνησης και του χορού στην ψυχοθεραπεία

Susanne Bender: Η σημασία του ρυθμού της κίνησης στην ψυχοθεραπεία

Gernot Hauke, Christina Lohr, Tania Pietrzak: Κινητοποιώντας το μυαλό: Ενσώματη νόηση στην Γνωστική Συμπεριφορική Θεραπεία (CBT)

Lily Martin, Valerie Pohlmann, Sabine C. Koch, Thomas Fuchs: Επιστροφή στη ζωή: Οι επιδράσεις των ενσώματων θεραπειών σε ασθενείς με σχιζοφρένεια.

Και τώρα το 2023-2024, η πιο πρόσφατη εξελικτική ψυχοθεραπευτική ανάπτυξη - που δημοσιεύθηκε για πρώτη φορά το 2021 - δεν έχει ακόμη εισέλθει στη φάση αξιολόγησης βάσει αποδείξεων: Θεραπεία Υποστήριξης Νοηματοδότησης (MST). Ακριβώς αυτό είναι το θέμα του EP: νέοι σημαντικοί παλμοί, οι οποίοι φυσικά γίνονται βασισμένοι σε αποδείξεις μόνο λίγα χρόνια μετά την ανάπτυξη της προσέγγισης. Ωστόσο, η MST μπορεί να βασιστεί σε μια εκπληκτικά ευρεία εμπειρική βάση.

Μπορούμε να αντλήσουμε από πάνω από τριάντα χρόνια ερευνητικής παράδοσης στο διαγνωστικό σύστημα συμπεριφοράς, στη στρατηγική βραχεία θεραπεία και στη στρατηγική-συμπεριφορική θεραπεία. Γιατί η MST στην πραγματικότητα δεν είναι μια νέα θεραπευτική προσέγγιση. Παρόμοια με την προσέγγιση αυτοδιαχείρισης του Fred Kanfer, είναι μια παραλλαγή της γνωστικής συμπεριφορικής θεραπείας, που αποτελείται από τεκμηριωμένες παρεμβατικές στρατηγικές της συμπεριφορικής θεραπείας. Ωστόσο, η γνωστική πτυχή εστιάζει πολύ περισσότερο από τον Aaron T. Beck στις

μεταγνώσεις (σκέψεις για σκέψεις, συναισθήματα και ανάγκες), έτσι ώστε να μπορούμε να μιλάμε για μεταγνωστική συμπεριφορική θεραπεία. Επιπλέον, τα συναισθήματα έχουν βγει στο προσκήνιο. Πρόκειται για την ικανότητα ρύθμισης των συναισθημάτων - να μπορεί κάποιος να ελέγχει τα συναισθήματά του με τέτοιο τρόπο ώστε να οδηγούν σε σταθερές και ικανοποιητικές σχέσεις. Η τρίτη εστίαση είναι η προσανατολισμένη στις ανάγκες θεραπεία, βασισμένη στη θεωρία του δεσμού του John Bowlby. Οι ανασφαλείς δεσμοί στην παιδική ηλικία αποτελούν θεμελιώδη προδιάθεση για ψυχικές και ψυχοσωματικές ασθένειες. Γι' αυτό ο δεσμός μεταξύ ασθενούς και θεραπευτή είναι απαραίτητος για την επιτυχή ψυχοθεραπεία.

Το έναυσμα για την ανάπτυξη της MST προήλθε από τον Peter Fonagy και την ομάδα του με τη Θεραπεία Βασισμένη στη Νοηματοδότηση (MBT), της οποίας η προοπτική παρουσιάζεται από τον Daniel Barth στο πρώτο άρθρο. Στη συνέχεια, ακολουθούν δύο άρθρα από τους Lars Theben και Serge Sulz, στα οποία περιγράφουν το θεωρητικό υπόβαθρο, τη θεραπευτική σύλληψη και την πρακτική προσέγγιση. Ο ειδικός τύπος έκθεσης συναισθημάτων στην MST (Παρακολούθηση Συναισθημάτων), που υιοθετήθηκε από τον Albert Pessa, περιγράφεται με σαφήνεια και εντυπωσιακά από τους Serge Sulz και Maria Schreiner. Ακολουθούν αναφορές προηγούμενων ερευνών στο ερευνητικό εργαστήριο της MST από τους Lars Theben, Serge Sulz και τους συνεργάτες τους. Τέλος, υπάρχει ένα άρθρο της Annette Richter-Benedikt, στο οποίο περιγράφεται η χρήση της MST στους νέους. Όλα τα άρθρα έχουν αξιολογηθεί από ομότιμους.

Η MST ήταν μόνο ένα παράδειγμα καινοτόμου θεραπευτικής ανάπτυξης που θα ακολουθήσουν και άλλες.

Annette Richter-Benedikt & Maria Schreiner - Εκδότριες