

Εταιρεία Γνωσιακών
Συμπεριφοριστικών Σπουδών

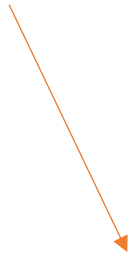
Παρουσίαση εργασίας με τίτλο:

**«Ερμηνεία των αντισταθμιστικών στρατηγικών στην Αποφευκτική Διαταραχή
Προσωπικότητας, με βάση τις αρχές καθορισμού της συμπεριφοράς στη Γνωσιακή
Συμπεριφοριστική Θεραπεία»**

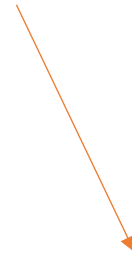
Μίνως Ντίνας, M.Sc.

Υπεύθυνη επόπτρια: Κατερίνα Καραμανή, M.Sc

«Γιατί συμπεριφερόμαστε με τον τρόπο που συμπεριφερόμαστε;» (Skinner, 1974)



Ανεξάρτητες Μεταβλητές



Εξαρτημένες Μεταβλητές

«Γιατί έχουμε την τάση να αποφεύγουμε;»

René Descartes

Νους

Σώμα

Ψυχολογία

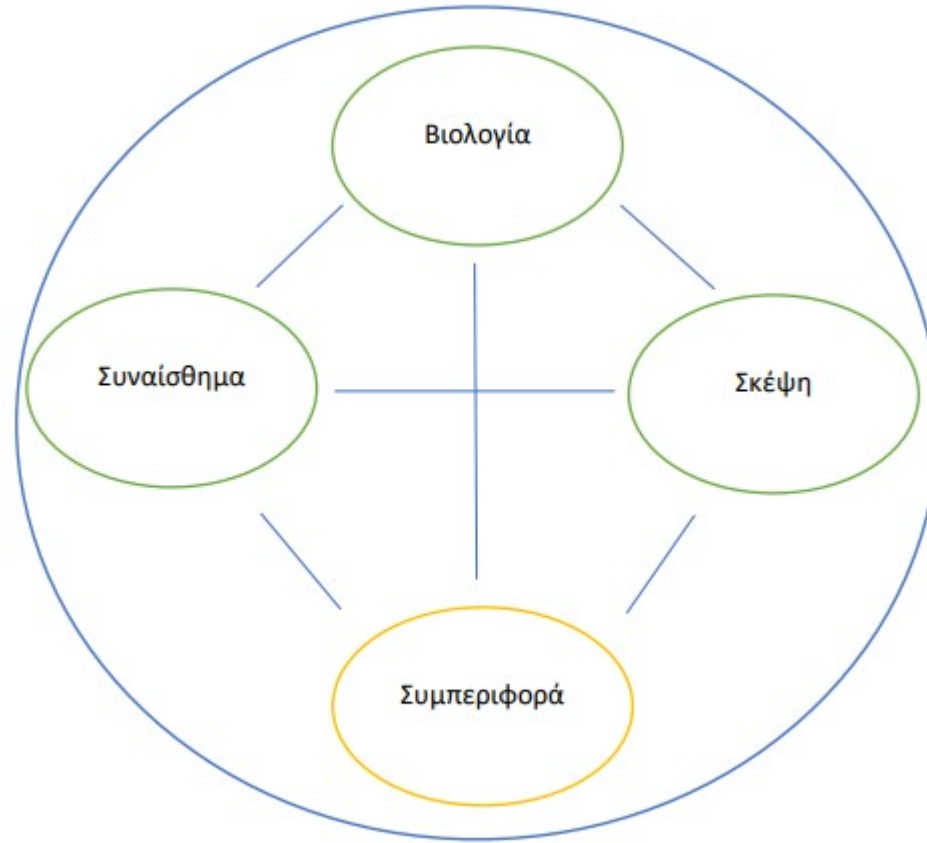
Γερμανική Νοοκρατία

Ρωσική Φυσιολογία
Αμερικανικός Συμπεριφορισμός

Ουσιαστικοποίηση και Επιλογή με βάση τις συνέπειες

- Η απόδοση μιας συμπεριφοράς σε καθολικές, σταθερές ιδιότητες της κατηγορίας στην οποία ανήκει η συμπεριφορά (Palmer & Donahoe, 1992)
- Μεταβλητότητα (Skinner, 1953)
- Η συμπεριφορά διαμορφώνεται από τις συνέπειες παρόμοιων μορφών δράσεων στο παρελθόν του ιστορικού του ατόμου (Μέλλον, 2013)

Συστήματα συμπεριφοράς στη ΓΣΘ



Κλινική εικόνα της Αποφευκτικής Διαταραχής της Προσωπικότητας

- Κοινωνική αναστολή
- Συναισθήματα ανεπάρκειας
- Υπερευαισθησία στην αρνητική αξιολόγηση
- Αποφυγή δραστηριοτήτων που περιλαμβάνουν διαπροσωπική επαφή
- Φόβος κριτικής, αποδοκιμασίας και απόρριψης
- Περιορισμός στενών σχέσεων
- Αρνητική εικόνα εαυτού
- Ρεπερτόρια αποφυγών

(Beck, Davis & Freeman, 2015)

Γνωσιακή εικόνα της Αποφευκτικής Διαταραχής της Προσωπικότητας

- Φόβος Απόρριψης
- Αυτοκριτική
- Πεποιθήσεις αναξιότητας σχετικά με τον εαυτό και τις κοινωνικές σχέσεις
- Διαστρεβλωμένη αξιολόγηση του περιγύρου
- Αμφισβήτηση θετικών γεγονότων
- Γνωσιακή, συμπεριφορική και συναισθηματική αποφυγή

(Ευσταθίου, Ευθυμίου & Χαρίλα, 2014)

Πεποιθήσεις και Αντισταθμιστικές Συμπεριφορές στην Αποφευκτική Διαταραχή της Προσωπικότητας

Βασικές Πεποιθήσεις

Αναξιότητας («Δεν αξίζω την αγάπη»)

Ανεπάρκειας («Είμαι ανεπαρκής»)

Γνωσιακής και συναισθηματικής ευαλωτότητας

Οι άλλοι θα με κρίνουν/ Οι άλλοι θα με απορρίψουν/ Οι άλλοι είναι ανώτεροι

Το μέλλον φαίνεται απαισιόδοξο

Συντελεστικές Πεποιθήσεις

Αν δείξω την παραμικρή ατέλεια, θα με απορρίψουν

Αν οι άλλοι με συμπαθούν, είτε κάνουν λάθος, είτε δεν έχουν δει τον πραγματικό μου εαυτό.

Μόλις με γνωρίσουν, θα με απορρίψουν

Πρέπει να αποφεύγω τα δυσάρεστα συναισθήματα

Αν εκφράσω διαφορετική άποψη, θα με απορρίψουν

Αντισταθμιστικές Συμπεριφορές/ Στρατηγικές Ασφαλείας

Αποφυγή (συναισθημάτων, σκέψεων, δραστηριοτήτων)

Συμμόρφωση

Φυγή όταν προκύπτει εγγύτητα στις σχέσεις

Χαμηλή ανοχή στη δυσφορία

Χαμηλή Διεκδικητικότητα

Συνήθη Διεργασιακά Λάθη και Οριζόντια Διερεύνηση Αποφευκτικής Διαταραχής της Προσωπικότητας

Συνθήκη
Διαπροσωπική σχέση

Αυτόματη Σκέψη
Θα με απορρίψουν/ Θα με κρίνουν/ Δεν αξίζω

Διεργασιακά Λάθη
Προσωποποίηση/ Διάβασμα σκέψης/ Καταστροφολοποίηση

Συναισθήματα
Άγχος/ Ντροπή

Συμπεριφορά
Δεν εκφράζω διαφωνία/ Αποφυγή

Η συνήθης ερμηνεία

- Πρώιμη παιδική ηλικία
 - Στυλ δεσμού
 - Γενετικοί παράγοντες (Lampe & Malhi, 2018)
-
- Θετική συσχέτιση τιμωρίας και αποφυγής (Berenson και συνεργάτες 2021)

René Descartes

Ακούσια Συμπεριφορά

Εκούσια Συμπεριφορά

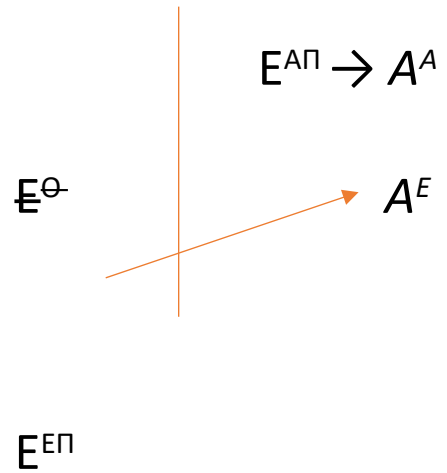
B. F. Skinner

Προκαλούμενη Συμπεριφορά
(Type S)

Συντελεστική Συμπεριφορά
(Type R)

Προκαλούμενη συμπεριφορά

$$E^{\Pi} \rightarrow A$$



~~Λευκός αρουραίος~~

Λευκός αρουραίος

Δυνατός θόρυβος $\rightarrow$ Αντίδραση φόβου

Αντίδραση φόβου

(Watson & Rayner, 1924)

Δυνατή μουσική → Αντίδραση φόβου



Αντίδραση φόβου

Psycho (Hitchcock, 1960)

Συντελεστική συμπεριφορά

Θετική Ενίσχυση	Αρνητική Ενίσχυση	Θετική Τιμωρία	Αρνητική Τιμωρία
$E^D : \Delta \rightarrow E^{E+}$	$E^{E-} : \Delta \rightarrow E^{E-}$	$E^D : \Delta \rightarrow E^{E-}$	$E^{E+} : \Delta \rightarrow E^{E+}$
 : Ράμφισμα $\rightarrow$ Τροφή	Σοκ : Υπερπήδηση Εμποδίου $\rightarrow$ Σοκ	 : Ράμφισμα $\rightarrow$ Σοκ	Τροφή : Φυγή $\rightarrow$ Τροφή

Εξάλειψη της (θετικής ή αρνητικής) Ενίσχυσης
$E^{\Delta} : \Delta \rightarrow$
Παρουσία Σοκ : Οποιαδήποτε κίνηση $\rightarrow$

(Skinner, 1938· Seligman, 1972)

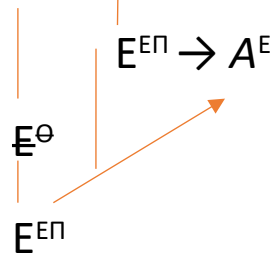
Η ερμηνεία της συμπεριφοράς αποφυγής

- Αποφυγή και Φυγή (Sidman, 1953· Dinsmoor, 1973)
- Η ερμηνεία με βάση τον θεμελιώδη συμπεριφορισμό και τις επιδράσεις της τιμωρίας

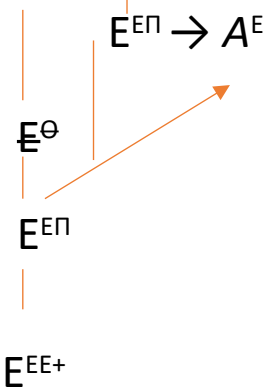
Οι τέσσερις επιδράσεις τιμωρίας

1. Η πρόκληση ασυμβίβαστων αντιδράσεων
2. Η δημιουργία εξαρτημένων αντανακλαστικών
3. Προειδοποιητικά σήματα
4. Σήματα ασφάλειας

$E^D : \Delta \rightarrow E^{EE-}$



$E^{EE-} : \Delta \rightarrow E^{EE-}$



Συνθήκη διαφωνίας: Έκφραση διαφωνίας $\rightarrow$ Απόρριψη/Κριτική

Απόρριψη/Κριτική $\rightarrow$ Ντροπή, Άγχος (Συμπαθητική Διέγερση)

Ερεθίσματα από την έκφραση διαφωνίας

Ερεθίσματα από την έκφραση διαφωνίας : Συμμόρφωση $\rightarrow$ ~~Ερεθίσματα από την έκφραση διαφωνίας~~

~~Ερεθίσματα από την έκφραση διαφωνίας~~ $\rightarrow$ Ανακούφιση

Ερεθίσματα από συμμόρφωση

Ερεθίσματα από συμμόρφωση

SORC

Κοινωνική
συναναστροφή

Ατομικό ιστορικό
διαφορικής ενίσχυσης
και κοινωνικής
τιμωρίας

Συμπεριφορά =
Κοινωνική συστολή
Φυσιολογία =
Συμπαθητική
διέγερση του
αυτόνομου νευρικού
συστήματος
Συναίσθημα = Άγχος
Γνωσίες = Σχήματα
ανεπάρκειας

Ενεργή αποφυγή =
Φυγή/Αποφυγή
Παθητική αποφυγή =
χρήση ουσιών/
άρνηση δυσάρεστων
συναισθημάτων
Βιωματική αποφυγή
= απόσπαση

(Nelson-Gray, Mitchell, Kimbrel & Hurst, 2007)

Συμπεράσματα

- Η διατήρηση μορφών δράσης στο ρεπερτόριο ενός ατόμου, σημαίνει ότι ενισχύονται
- Βασικές και συντελεστικές πεποιθήσεις, βρίσκονται νωρίτερα ως κρίκοι σε μια συντελεστική αλυσίδα, τερματίζοντας προειδοποιητικά σήματα (Mellon, 2013)
- Η ουσιαστικοποίηση της συμπεριφοράς
- Η χρήση της επιστημονικής ερμηνείας (Ferster, 1972)
- Η αρχή της ομοιομοφίας
- Ωφέλιμες περιγραφές λειτουργικών ομοιοτήτων σχέσεων

Σας ευχαριστώ για τη θετικά ενισχυτική προσοχή σας!

Ενδεικτική βιβλιογραφία

- Beck, A. T., Davis, D. D., & Freeman, A. (Eds.). (2015). *Cognitive therapy of personality disorders*. Guilford Publications.
- Berenson, K. R., Van De Weert, S. M., Nicolaou, S., Campoverde, C., Rafaeli, E., & Downey, G. (2021). Reward and punishment sensitivity in borderline and avoidant personality disorders. *Journal of Personality Disorders*, 35(4), 573-588.
- Dinsmoor, J. A., & Sears, G. W. (1973). Control of avoidance by a response-produced stimulus. *Learning and Motivation*, 4(3), 284–293. doi:10.1016/0023-9690(73)90018-0
- Ferster, C. B. (1972). An experimental analysis of clinical phenomena. *The Psychological Record*, 22, 1-16.
- Hitchcock, A. (Director). (1960). *Psycho*. Paramount Pictures.
- Keller, F. S., & Schoenfeld, W. N. (1950). *Principles of psychology: A systematic text in the science of behavior*. New York: Appleton-Century Crofts.
- Lampe, L., & Malhi, G. S. (2018). Avoidant personality disorder: current insights. *Psychology research and behavior management*, 55-66.
- Mellon, R. C. (2013). Transitions to safety in “obsessive” thinking: Covert links of operant chains in clinical behavior analysis. *European Journal of Behavior Analysis*, 14(2), 177-197.
- Nelson-Gray, R. O., Mitchell, J. T., Kimbrel, N. A., & Hurst, R. M. (2007). The development and maintenance of personality disorders: A behavioral perspective. *The Behavior Analyst Today*, 8(4), 443.
- Palmer, D. C., & Donahoe, J. W. (1992). Essentialism and selectionism in cognitive science and behavior analysis. *American psychologist*, 47(11), 1344.
- Seligman, M. E. (1972). Learned helplessness. *Annual review of medicine*, 23(1), 407-412.

Sidman, M. (1953). Two temporal parameters of the maintenance of avoidance behavior by the white rat. *Journal of Comparative and Physiological Psychology*, 46(3), 253-261.

Skinner, B. F. (1938). *The behavior of organisms: An experimental analysis*. New York: Appleton-Century.

Skinner, B. F. (1953). *Science and human behavior*. Macmillan.

Skinner, B. F. (2013/1974). *Περί συμπεριφορισμού (About behaviorism)*. Μέλλον, Ρ. (επιμ.). Μετάφραση: Μέλλον, Ρ., & Τσουκάρης Ε. Αθήνα: Πεδίο.

Watson, J. B. & Rayner, R. (1920). Conditioned emotional reactions. *Journal of Experimental Psychology*, 3, 1-14.

Ευσταθίου, Γ., Ευθυμίου, Κ., Χαρίλα, Ντ. (2014). *Γνωσιακή – Συμπεριφοριστική Ψυχοθεραπεία Διαταραχών Προσωπικότητας. Θεωρία και ανάλυση κλινικών περιπτώσεων*. Αθήνα: ΙΕΘΣ.

Μέλλον, Ρ. (2013). *Ψυχολογία της Συμπεριφοράς* (3^η εκδ.). Αθήνα: Πεδίο.