

Συμβουλευτική για άτομα που ζουν με Διαβήτη

- Γεγονότα για το Διαβήτη
- Διαβήτης και επιπλοκές
- Συμβουλευτική για το Διαβήτη με επιπλοκές

Ψυχολογικές επιπτώσεις του Διαβήτη

- Καταπόνηση συνδεδεμένη με το Διαβήτη – ενοχή, άγχος, απώλεια ελέγχου, φόβοι και ανησυχίες, επιπτώσεις στις σχέσεις
- Κατάθλιψη και Διαβήτης
- Άγχος και Διαβήτης
- Διαταραχές της διατροφής και Διαβήτης

Στρατηγικές Συμβουλευτικής για το Διαβήτη

- Δημιουργία στόχων αποκατάστασης
- Εξέταση περιορισμών της αυτοδιαχείρισης του Διαβήτη
- Εκτίμηση Ψυχικής Υγείας
- Εκτίμηση της σχετιζόμενης με το Διαβήτη καταπόνησης

Η διαδικασία της ενδυνάμωσης ατόμων με Διαβήτη

1. Ντροπή για τη διάγνωση
2. Ανάγκη για πληροφορίες
3. Ζώντας με το φόβο των επιπλοκών
4. Αποδοχή της ασθένειας του Διαβήτη
5. Διαχείριση της ασθένειας του Διαβήτη
6. Βίωση της ενδυνάμωσης

(Abdodi et al., 2008)

Μοντέλο Συμβουλευτικής Παρέμβασης στα Ιατρικά Προβλήματα Υγείας (MCC)

- Το MCC είναι πιο αποτελεσματικό όταν εφαρμόζεται:
 - α) κατά τη διάγνωση
 - β) κατά την έξοδο από το νοσοκομείο
 - γ) όταν υπάρχει έξαρση των συμπτωμάτων

(Polin, 1995)

Ψυχοκοινωνικές προκλήσεις της αρρώστιας

- Ιατρική διαχείριση της αρρώστιας
- έλεγχος συμπτωμάτων
- εφαρμογή θεραπείας
- αντιμετώπιση κοινωνικής απομόνωσης
- προσαρμογή στις σωματικές αλλαγές
- δημιουργία μιας φυσιολογικής ζωής
- αντιμετώπιση οικονομικών συνεπειών

Το MCC βασίζεται στα εξής:

- Η εστίαση είναι στην κατάσταση
- Η κρίση είναι προσωρινή ακόμη και αν η αρρώστια είναι χρόνια
- Τα θέματα προσαρμογής που θα αντιμετωπίσει ο ασθενής είναι προβλέψιμα και μπορεί κανείς να τον προετοιμάσει
- Τα άτομα διαθέτουν δυνάμεις και ικανότητες και μπορούμε να βασιστούμε σ' αυτά

«Αναμενόμενα θέματα» που ανακινούνται από τη χρόνια αρρώστια κατά τη διάρκεια της Συμβουλευτικής

- Έλεγχος
- Εικόνα του εαυτού
- Εξάρτηση
- Στίγμα
- Εγκατάλειψη
- Θυμός
- Απομόνωση
- Θάνατος

Στόχος του MCC

- να βελτιστοποιηθεί η συμμετοχή του ασθενούς στη θεραπεία, έτσι ώστε να:
 - βελτιώσουν την υγεία τους
 - να διατηρούν την αίσθηση ελέγχου
 - να ενθαρρύνονται στην επικοινωνία και την απόκτηση πληροφοριών

Το MCC παραδέχεται ότι:

- από την αρρώστια επηρεάζονται όλες οι πλευρές της ζωής και της προσωπικότητας
- χρειάζεται συμβουλευτική θεραπεία

Οι πλέον αποτελεσματικοί τρόποι:

- συμβουλευτική ομάδα
- συμβουλευτική οικογένειας
- πνευματική διάσταση

(Roberts, Kiselica, Fredrickson, 2002)

Τι είναι κρίση;

- Σημεία στρες στην πορεία μιας νόσου που συνιστούν κρίση επειδή απαιτείται μια προσαρμογή
- Η διάγνωση μιας χρόνιας αρρώστιας
- Παρενέργειες
- Έξοδος από νοσοκομείο
- Επιλογή διακοπής θεραπείας
- Επέτειος διάγνωσης

MCC

Η παρέμβαση εστιάζει στα 8 «αναμενόμενα θέματα» και βοηθά τον ασθενή να κινητοποιήσει τις προσωπικές στρατηγικές αντιμετώπισης, και να κάνει τα αρχικά βήματα για την επίλυσή τους.

Η παρέμβαση μπορεί να απευθύνεται στον ίδιο τον ασθενή, στο ζευγάρι, στην οικογένεια, στους γονείς, στη δυάδα γονέα – παιδιού, στα αδέρφια.

Ο ρόλος του συμβούλου

- Να διευκολύνει
- Να βοηθήσει στην επίλυση προβλημάτων
- Να εκπαιδεύσει σε θέματα υγείας και να «προπονήσει» τον ασθενή
- Να «επικυρώσει» τα συναισθήματα του ασθενή στο βαθμό που εντάσσονται στις φυσιολογικές αντιδράσεις

Η πρώτη συνεδρία: εκτίμηση και παρέμβαση

- Η αναστάτωση που νιώθει ο ασθενής είναι φυσιολογική και αναμενόμενη, και δεν οφείλεται σε ψυχοπαθολογία.
- Είναι σημαντικό να σχεδιάσουν πώς σκοπεύουν να αντιμετωπίσουν την αρρώστια.

Τεχνικές και Στρατηγικές για την κύρια παρέμβαση (συνεδρίες 2 – 9):

- Επεξεργασία των 8 θεμάτων
- Αναγνώριση – σχεδιασμός στρατηγικών αντιμετώπισης

Πόσες συνεδρίες;

Τελική συνεδρία: Συγκεφαλαίωση.

(Koocher & Pollin, 1994)