

Διδακτορική διατριβή

Διερεύνηση της αποτελεσματικότητας της συνδυασμένης χρήσης της τεχνολογίας και της εκπαίδευσης ως προς την ενδυνάμωση σε δεξιότητες αυτό-διαχείρισης νόσου ατόμων με Διπολική Διαταραχή

Άννα Α. Χατζιωάννου

Νοσηλεύτρια Ψυχικής Υγείας- Ψυχοθεραπεύτρια

Λεμεσός, Ιούνιος, 2023

ΤΕΧΝΟΛΟΓΙΚΟ ΠΑΝΕΠΙΣΤΗΜΙΟ ΚΥΠΡΟΥ

ΣΧΟΛΗ: [Επιστημών Υγείας]

ΤΜΗΜΑ: [Νοσηλευτικής]

Διδακτορική διατριβή

Διερεύνηση της συνδυασμένης χρήσης τεχνολογίας και της εκπαίδευσης για την ενδυνάμωση ατόμων με Διπολική Διαταραχή

της

Άννας Α. Χατζηωάννου

Λεμεσός, Ιούνιος 2023

Έντυπο έγκρισης

Διδακτορική διατριβή

Διερεύνηση της αποτελεσματικότητας της συνδυασμένης χρήσης τεχνολογίας και της εκπαίδευσης για την ενδυνάμωση ατόμων με Διπολική Διαταραχή

Παρουσιάστηκε από την:

Άννα Α. Χατζηιωάννου

Επιβλέπουσα καθηγήτρια: Δρ. Μαρία Καρανικόλα (Αναπληρώτρια Καθηγήτρια- Τμήμα Νοσηλευτικής ΤΕ.ΠΑ.Κ- Κύρια επιβλέπουσα μελέτης)

Μέλος επιτροπής: Δρ. Ευριδίκη Παπασταύρου (Αναπληρώτρια Καθηγήτρια-Τμήμα Νοσηλευτικής ΤΕ.ΠΑ.Κ)

Μέλος επιτροπής: Δρ. Χατζηττοφή Αντρέας (Επίκουρος Καθηγητής Ψυχιατρικής- Τμήμα Ιατρικής, Πανεπιστήμιο Κύπρου)

Τεχνολογικό Πανεπιστήμιο Κύπρου

Λεμεσός, (Ιούνιος 2023)

Πνευματικά δικαιώματα

Copyright © Άννα Α. Χατζηιωάννου, *Ιούνιος 2023*

Με επιφύλαξη παντός δικαιώματος. All rights reserved.

Η έγκριση της διδακτορικής διατριβής από το Τμήμα Νοσηλευτικής του Τεχνολογικού Πανεπιστημίου Κύπρου δεν υποδηλώνει απαραίτητως και αποδοχή των απόψεων του συγγραφέα εκ μέρους του Τμήματος.

Η μελέτη αυτή είναι αφιερωμένη στον αγαπημένο μου παππού Γιάννη που καμάρωνε για τις σπουδές μου, αλλά δεν πρόλαβε να με δει να αποφοιτώ.

Ευχαριστίες

Η διαδρομή απόκτησης ενός διδακτορικού τίτλου αποτελεί μια μακρόχρονη και επίπονη πορεία με πολλές ανηφόρες και κατηφόρες. Στις ανηφόρες αυτές χρειάζεται να έχεις υποστήριξη από επιστημονική ομάδα, οικογένεια και φίλους ώστε να μπορέσεις να ανταπεξέλθεις και να φτάσεις τελικά στο τέρμα. Αρχικά νιώθω την ανάγκη να ευχαριστήσω και να εκφράσω την ευγνωμοσύνη μου σε όλους τους συμμετέχοντες της μελέτης MoB και FaMoB. Τους ευχαριστώ που με εμπιστεύτηκαν και που με βοήθησαν με την συμμετοχή τους ώστε να διεκπεραιώσω την παρούσα μελέτη. Στην συνέχεια, οφείλω ένα μεγάλο εγκάρδιο και ειλικρινές ευχαριστώ στην Δρ Μαρία Καρανικόλα για την επιστημονική υποστήριξη, καθοδήγηση καθώς επίσης και τις ευκαιρίες που μου έδωσε για συμμετοχές σε επιστημονικά συνέδρια, διδασκαλία μαθημάτων, και Ευρωπαϊκά προγράμματα. Πάντα δίπλα μου να με υποστηρίζει και να μου μεταδίδει τις ειδικές γνώσεις που κατέχει επι του θέματος της ψυχικής υγείας και της έρευνας, να με εμπνέει με το χιούμορ της ώστε να μπορώ να συνεχίσω την διαδρομή μέχρι το τέλος. Στην συνέχεια θα ήθελα να ευχαριστήσω την Δρ Ευρυδίκη Παπαστάυρου που με την επιμονή και την επιστημονικότητα της έχουμε το καλύτερο επιστημονικό αποτέλεσμα. Ευχαριστίες οφείλω βέβαια και στο Δρ. Ανδρέα Χατζηττοφή που με την επιστημονικότητα του, την ηρεμία και την θετικότητά του συνέβαλε στην ολοκλήρωση της διαδρομής αυτής. Ένα μεγάλο ευχαριστώ οφείλω στον φίλο Δρ Γιώργο Ευσταθίου που με διευκόλυνε με το χώρο διεξαγωγής των συναντήσεων της ομάδας MoB καθώς και για την συναισθηματική στήριξη, αφού για αυτόν ήταν γνώριμος ο δρόμος των Διδακτορικών σπουδών. Στο φίλο Κρις Λειβαδιώτη, οφείλω επίσης ένα ευχαριστώ, που με βοήθησε με την καταχώρηση των ποσοτικών δεδομένων. Ευγνωμοσύνη οφείλω στους αγαπημένους μου φίλους που ήταν θετική πηγή για ευχάριστα διαλείμματα από το διάβασμα. Ευχαριστώ επίσης, τον πατέρα μου την μητέρα μου την αδερφή μου που ήταν δίπλα μου όλο αυτό το χρονικό διάστημα, καθώς επίσης και τους επαγγελματίες υγείας που με διευκόλυναν ως προς τον εντοπισμό των συμμετεχόντων. Το τελευταίο και ίσως το μεγαλύτερο ευχαριστώ, οφείλω στον σύζυγο μου Κωνσταντίνο που υπέδειξε την μεγαλύτερη υπομονή, μου παραχωρούσε χρόνο να μελετήσω, με καταλάβαινε, με υποστήριζε και με εμπνέει για να φτάσω στο τέλος της διαδρομής αυτής.

Χωρίς όλους τους πιο πάνω δεν ξέρω αν θα τα είχα καταφέρει!

Περιεχόμενα

<i>Ευχαριστίες</i>	5
Κατάλογος πινάκων	20
Κατάλογος Σχημάτων	23
Κατάλογος Γραφημάτων	25
<i>Περίληψη</i>	28
Εισαγωγή :	28
Σκοπός:	28
Πληθυσμός Στόχος & Ηθικά θέματα:.....	28
Μεθοδολογία:	28
Ανάλυση δεδομένων.	30
Ανάλυση ποιοτικών δεδομένων:.....	30
Ανάλυση ποσοτικών δεδομένων:.....	30
Αποτελέσματα Μελέτης	31
Ποιοτικό μέρος	31
Ποσοτικό μέρος:	32
Συμπεράσματα:	32
<i>Abstract</i>	33
Introduction:.....	33
Purpose:.....	33
Target Population and Ethical Issues:.....	33
Methods:	33
Data Analysis	34
Qualitative Data Analysis:	34
Quantitative data analysis:	34
Study Results	35

Qualitative Part:	35
Quantitative Part:	35
Conclusions:.....	35
<i>ΣΥΝΤΟΜΟΓΡΑΦΙΕΣ</i>	36
<i>ΓΕΝΙΚΟ ΜΕΡΟΣ</i>	37
<i>ΕΙΣΑΓΩΓΗ</i>	38
<i>ΚΕΦΑΛΑΙΟ ΠΡΩΤΟ</i>	43
<i>ΔΙΑΤΥΠΩΣΗ ΤΟΥ ΕΡΕΥΝΗΤΙΚΟΥ ΠΡΟΒΛΗΜΑΤΟΣ</i>	44
1.1 Σημαντικότητα διερεύνησης της ενδυνάμωσης των δεξιοτήτων αυτο-διαχείρισης νόσου ατόμων με διπολική διαταραχή μέσω της δομημένης εκπαίδευσης.....	44
1.2 Χρησιμότητα παρούσας μελέτης	46
1.3 Σημεία πρωτοτυπίας μελέτης και αιτιολόγηση επιλογής θέματος	48
<i>ΚΕΦΑΛΑΙΟ ΔΕΥΤΕΡΟ</i>	50
2.1 Επιδημιολογικά στοιχεία για τον επιπολασμό της ΔΔ	51
2.2 Κλινικά Χαρακτηριστικά ΔΔ.....	53
2.2.1 Συμπτώματα Μανίας.....	53
2.2.2 Συμπτώματα κατάθλιψης.....	54
2.2.3 Παρορμητική συμπεριφορά	54
2.2.4 Νευρο-γνωστική έκπτωση	55
2.2.5 Ορθή εφαρμογή φαρμακοθεραπείας.....	56
2.3 Παρεμβάσεις μέσω λόγου.....	57
2.3.1 Εκπαίδευση	57
2.4 Ενδυνάμωση αυτοδιαχείρισης συμπτωμάτων μέσω της εκπαίδευσης	61
2.5 Δομημένο Μοντέλο εκπαίδευσης “Colom & Vieta” (2006)	64
2.6 Διαδικασία εκπαίδευσης Colom & Vieta (2006).....	66
2.7 Γνωστική Συμπεριφορική Θεραπεία.....	67

2.7.1 Τεχνικές Γνωστικής Συμπεριφορικής Θεραπείας και ΔΔ	70
2.7.2 Δομή προγραμμάτων Γνωστικής Συμπεριφορικής Θεραπείας για την διαχείριση της ΔΔ	71
2.8 Ηλεκτρονική μάθηση	72
2.9 Ποιότητα ζωής	73
2.10 Κατάχρηση Ψυχοδραστικών ουσιών	74
<i>ΚΕΦΑΛΑΙΟ ΤΡΙΤΟ</i>	76
3.1.Θεωρητικό υπόβαθρο της μελέτης	77
3.2 Διαταραχές της διάθεσης	78
3.3 Μοντέλο αυτό-φροντίδας/ αυτό-διαχείρισης Orem.....	79
.....	81
3.4 Εμπουλισμός της παρέμβασης με την χρήση της τεχνολογία	83
<i>ΚΕΦΑΛΑΙΟ ΤΕΤΑΡΤΟ</i>	84
<i>1^η φάση μελέτης – Διερεύνηση εκπαιδευτικών αναγκών ατόμων με ΔΔ</i>	84
4.1 Σκοπός.....	85
4.2. Επιμέρους στόχοι.....	85
4.3 Ερευνητικά Ερωτήματα	85
4.4 Πλυθησμός Στόχος.....	85
4.5 Μέθοδος δειγματοληψίας	85
4.6 Μέγεθος δείγματος	86
4.7 Περιβάλλον μελέτης	86
4.8 Κριτήρια Ένταξης/Αποκλεισμού	87
4.8.1 Κριτήρια Ένταξης.....	87
4.8.2 Κριτήρια αποκλεισμού.....	87
4.9 Διαδικασία συλλογής δεδομένων	87
4.9.1 Ημι-δομημένος οδηγός συνέντευξης -άτομα με ΔΔ.....	88
4.9.2 Ημιδομημένος οδηγός αξιολόγησης ικανότητας αναστοχασμού	89

4.9.3 Οδηγός συλλογής δημογραφικών δεδομένων	89
4.10 Στατιστικές διαδικασίες	89
4.11. Αποτελέσματα.....	90
4.11.1 Δημογραφικά δεδομένα	90
4.11.2 Κύρια θέματα από την ανάλυση	92
4.11.3 Θέματα Εκπαίδευσης.....	92
4.11.3.1 Υπάρχουσες γνώσεις συμμετεχόντων για την ΔΔ “Η σκοτεινή διάσχιση της θάλασσας ως προς την εξέλιξη της ΔΔ”	92
4.11.3.2. Υπάρχουσες γνώσεις συμμετεχόντων για την ΔΔ	94
4.11.3.3 Υποθέμα III: Κύριες πηγές απόκτησης γνώσεων σχετικά με την ΔΔ: “Το βίωμα ως στήριγμα το σκοτάδι”	96
α) Η Βιωματική μάθηση στον αντίποδα της έλλειψης δομημένης γνώσης- «Ο φάρος στην σκοτεινή διαδρομή».....	96
β) Διαδίκτυο: “Συνταξιδιώτης στην μάθηση”	98
Αρνητικά από την πρόσβαση στο διαδίκτυο	101
Επαγγελματίες υγείας: “Το χαλινάρι στην μάθηση”	102
γ) Ψυχίατροι.....	102
δ) Νοσηλευτές Ψυχικής Υγείας: Ο συνδετικός-ασύνδετος κρίκος μεταξύ διάγνωσης και παροχής γνώσης.....	104
ε) Ψυχοθεραπευτές.....	106
στ) Βιβλία	106
η) Συνδυασμός.....	106
4.11.3.4 Σημαντικότητα παροχής δομημένης γνώσης.....	107
4.12.1 Εκπαιδευτικές ανάγκες - “Το φως στην σκοτεινή διαδρομή”	108
4.12.1.1 Εστιασμένες προς τους συμμετέχοντες	109
4.12.1.2 Σφαιρική για την ΔΔ γνώση	109
4.12.1.3 Φαρμακοθεραπεία.....	112
4.13 Εστιασμένες προς τους εργοδότες των συμμετεχόντων	115

4.14 Εκπαιδευτικές ανάγκες εστιασμένες προς το κοινό.....	115
4.15 Εστιασμένες προς την οικογένεια των συμμετεχόντων: “Το αστήρικτο στήριγμα”	117
4.16 Εκπαιδευτικές ανάγκες εστιασμένες προς τους επαγγελματίες υγείας	119
4.17 Δομή εκπαιδευτικής παρέμβασης	120
4.17.1 Ομαδικές συναντήσεις: “ Η αποδοχή και η συμπαράσταση”	120
4.17.2 Μεθοδολογικά θέματα ομαδικών παρεμβάσεων	122
4.17.3 Ατομικό πλαίσιο : “Η προσωπική διάσχιση της θάλασσας”	123
4.17.4 Συνδυασμός ομαδικού και ατομικού πλαισίου	123
4.17.5 Περιεχόμενο εκπαιδευτικών παρεμβάσεων	123
4.17.6 Δεξιότητες ελέγχου συμπτωματολογίας	124
4.18 Προβληματισμοί για την εφαρμοζόμενη θεραπεία.....	127
4.18.1 Υπηρεσίες ΨΥ σε Κοινοτικό επίπεδο “ Η αστυνόμευση των συμπτωμάτων”	127
4.18.2 ΥΨΥ σε Νοσοκομειακό επίπεδο: “Το συντονισμένο κουτί με την απουσία σεβασμού και δικαιωμάτων ”	131
4.18.3 Προσδοκίες από την συνεργασία με τους Επαγγελματίες Υγείας.....	133
4.19 Κοινωνικός Στιγματισμός.....	134
4.20 Πυρηνικό θέμα.....	135
4.21 Συζήτηση.....	137
4.21.1 Δημογραφικά Δεδομένα	137
4.22.Θεματα εκπαίδευσης.....	137
4.22.1 Υπάρχουσες γνώσεις των συμμετεχόντων για την ΔΔ.....	137
4.22.2 Πηγές γνώσης	141
4.22.3 Εκπαιδευτικές Ανάγκες.....	145
4.22.4 Άτομα με ΔΔ.....	145
4.22.5 Οικογένεια συμμετεχόντων	146
4.22.6 Κοινό & Εργοδότες.....	148
4.22.7 Επαγγελματίες υγείας	148

4.23 Δομή εκπαιδευτικών προγραμμάτων	149
4.24 Χρονική περίοδος	150
4.25 Μεθοδολογία εκπαίδευσης	150
4.26 Διαδικασίες που αφορούν τους Θεραπευτές.....	151
4.27 Συμπεράσματα	154
4.28 Περιορισμοί μελέτης.....	155
4.29 Μελλοντικές εισηγήσεις	156
4.29.1 Για τον κλινικό χώρο	156
4.29.2 Για την έρευνα	157
<i>ΚΕΦΑΛΑΙΟ ΠΕΜΠΤΟ</i>	<i>160</i>
<i>2η φάση Μελέτης</i>	<i>160</i>
<i>Δόμηση εκπαίδευσης MoB & Δόμηση ηλεκτρονικής πλατφόρμας www.mob.com.cy</i>	<i>160</i>
5.1 Βιβλιογραφική ανασκόπηση : Διερεύνηση της αποτελεσματικότητας των προγραμμάτων διαχείρισης συμπτωμάτων της ΔΔ.....	161
5.2 Ανασκόπηση της βιβλιογραφίας για την διαθεσιμότητα ηλεκτρονικών πλατφόρμων που σχετίζονται με την διπολική διαταραχή.....	182
<i>Εισαγωγή</i>	<i>182</i>
5.3 Δομη εκπαίδευσης MoB	193
<i>ΚΕΦΑΛΑΙΟ ΕΚΤΟ</i>	<i>197</i>
<i>3η φάση: Παροχή εκπαιδευτικής παρέμβασης- Αξιολόγηση αποτελεσματικότητας εκπαιδευτικής παρέμβασης</i>	<i>197</i>
6. Σκοπός.....	198
6.1 Ερευνητικά Ερωτήματα	198
6.2 Ερευνητικές Υποθέσεις.....	199
6.3 Ερευνητικός Σχεδιασμός.....	200
6.4 Περιβάλλον μελέτης	200
6.5 Πληθυσμός στόχος.....	200

6.6 Μέθοδος δειγματοληψίας	201
6.7 Κριτήρια Ένταξης/Αποκλεισμού	201
6.7.1 Κριτήρια Ένταξης.....	201
6.7.2 Κριτήρια αποκλεισμού.....	201
6.8 Μέγεθος δείγματος	202
6.9 Διαδικασία συλλογής δεδομένων	202
6.10 Εργαλεία συλλογής δεδομένων	203
6.10.1 Αξιολόγηση συμπτωμάτων μανίας με τη χρήση της κλίμακας Young Mania Rating Scale (YMRS).....	203
6.10.2 Αξιολόγηση συμπτωμάτων κατάθλιψης με τη χρήση της κλίμακας Hamilton Depression Rating Scale (HDRS).....	206
6.10.3 Αξιολόγηση δεξιοτήτων αυτοδιαχείρισης μέσω του εργαλείου «Multidimensional Health Locus of Control (MHLC)» (Wallston, Strudler Wallston, & DeVellis, 1978).....	207
6.10.4 Αξιολόγηση ποιότητας ζωής με το εργαλείο Quality of Life Scale of the World Health Organization Quality of Life Assessment (WHOQOL-BREF).....	209
6.10.5 Αξιολόγηση επιπέδου χρήσης αλκοόλ με το εργαλείο Alcohol Use Disorders Identification Test (AUDIT)- Self-Report Version: (Hogan et al. 1983)	210
6.10.6 Κατάχρηση παράνομων Ψυχοδραστικών ουσιών με το εργαλείο The Drug Use Disorders Identification Test (DUDIT): (Hogan et al. 1983)	212
6.10.7 Ορθή εφαρμογή φαρμακοθεραπείας αξιολογήθηκε με τη χρήση του εργαλείου Drug Attitude Inventory- DAI30 (Hogan, Awad, & Eastwood, 1983).....	214
6.10.8 «Bipolarity Knowledge (BK).....	215
6.10.9 Κοινωνικο-δημογραφικά δεδομένα – συμμετέχοντες με ΔΔ	215
6.11 Θέματα Ηθικής και Δεοντολογίας της έρευνας	215
6.12 Προστασία συμμετεχόντων	216
6.12.1 Καταγραφή παραπόνων και καταγγελιών	217
6.12.2 Προστασία προσωπικών δεδομένων.....	217
6.13 Στατιστικές δοκιμασίες – Ανάλυση δεδομένων	217

6.13.1 Chonbach's Alpha.....	218
6.13.2 Ομοιογένεια μεταξύ ομάδας ελέγχου και παρέμβασης	218
6.14 Περιγραφικά Δεδομένα.....	219
6.14.1 Δημογραφικά δεδομένα	219
<i>Γράφημα 17 (Εργασιακή κατάσταση- ομάδα παρέμβασης)</i>	<i>225</i>
6.14.2 Μέσες τιμές.....	234
6.14.3 Συνολικές μέσες τιμές ανα χρονική στιγμή	243
6.15 Επίδραση της παρέμβασης.....	245
6.15.1 YOUNG	245
6.15.2 HAMD	247
6.15.3 DAI	248
6.15.4 WHQOL- BREF- Φυσική Κατάσταση.....	250
6.15.5 WHQOL- BREF- Κοινωνική Κατάσταση.....	251
6.15.6 WHQOL- BREF- Περιβάλλον	253
6.15.7 WHQOL- BREF- Ψυχολογία	254
6.15.8 DUDIT	256
6.15.9 AUDIT	257
6.15.10 MHLCa	259
6.15.11 MHLCB	260
6.15.12 Γνώσεις	262
6.15.13 Συχνότητα Νοσοκομειακής Νοσηλείας.....	263
6.15.14 Ημέρες Νοσηλείας.....	265
6.16 Συζήτηση ποσοτικών δεδομένων.....	266
6.16.1 . Δημογραφικά δεδομένα	266
6.16.2 Επίδραση εκπαιδευτικής παρέμβασης.....	270
6.17 Προτεινόμενες εισηγήσεις	274
6.17.1 Για τον κλινικό χώρο	274

6.17.2 Για την έρευνα	275
6.18 Περιορισμοί μελέτης.....	276
6.19 Συμπεράσματα	277
<i>ΚΕΦΑΛΑΙΟ ΕΒΔΟΜΟ</i>	279
<i>4^η φάση: Διερεύνηση εκπαιδευτικών αναγκών συγγενών πρώτου βαθμού ατόμων με ΔΔ.</i>	279
7.Βιβλιογραφική ανασκόπηση: Ανασκόπηση για εκπαιδευτικές ανάγκες οικογένειας ατόμων με ΔΔ.....	280
7.1 Σκοπός.....	291
7.2 Ερευνητικά Ερωτήματα	291
7.3 Περιβάλλον μελέτης	292
7.4 Πληθυσμός στόχος.....	292
7.5 Μέθοδος δειγματοληψίας	292
7.6 Κριτήρια ένταξης	292
7.7 Κριτήρια αποκλεισμού.....	293
7.8 Μέγεθος δείγματος	293
7.9 Διαδικασία συλλογής δεδομένων	293
7.10 Συλλογή δεδομένων	295
7.10.1 Δημογραφικά δεδομένα- συμμετέχοντες συγγενείς πρώτου βαθμού ατόμων με ΔΔ.	295
Στην παράμετρο αυτή καταγράφηκαν το είδος της συγγένειας, η εμπειρία νόσου, τόπος διαμονής (Επισυνάπτεται- Παράρτημα).	295
7.10.2 Ημι-δομημένος οδηγός συνέντευξης -συγγενείς ατόμων με ΔΔ	295
7.11 Αποτελέσματα.....	295
7.11.1 Δημογραφικά δεδομένα	295
7.11.2 Κύρια Θέματα.....	297
7.11.3 Βιοματική Εμπειρία.....	297
7.11.4 Βιοματική εμπειρία από την συμβίωση με το άτομο με ΔΔ: “ Ο άγνωστος δυσβάστακτος δρόμος της εναλλαγής”	298

7.11.5 Συναισθήματα	301
7.11.6 Πηγές έντασης	302
7.11.7 Βιώματα από την Υποτροπή Νόσου: “Ο βομβαρδισμός της οικογένειας”	303
7.11.8 Συναισθήματα	305
7.11.10 Επιπτώσεις	308
7.11.11 Βιωματική εμπειρία από τις διαδικασίες εκτέλεσης υποχρεωτικής εξέτασης.....	311
7.11.12 Βιωματική εμπειρία από την συνεργασία με το Νοσοκομείο Αθαλάσσης.....	313
7.12 Εκπαιδευτικά Θέματα	314
7.12.1 Υπάρχουσες Γνώσεις : “ Το απών φως από το τούνελ”	314
7.12.2 Πηγές Γνώσης.....	317
<i>A) Διαδίκτυο</i>	<i>317</i>
<i>B) Βιωματική μάθηση.....</i>	<i>319</i>
<i>Γ) Επαγγελματίες Ψυχικής Υγείας.....</i>	<i>319</i>
<i>Δ) Νοσοκομείο Αθαλάσσης.....</i>	<i>319</i>
<i>E) Ερευνήτρια μελέτης.....</i>	<i>319</i>
7.13 Εκπαιδευτικές Ανάγκες : “ Το φως στο τούνελ”	320
7.13.1 Εστιασμένες στην οικογένεια	320
<i>Εξέλιξη της ΔΔ.....</i>	<i>320</i>
7.14 Υποτροπή Νόσου.....	325
7.14.1 Θέματα Φαρμακοθεραπείας.....	328
7.14.2 Σημαντικότητα Εκπαίδευσης Οικογένειας	330
7.15 Εκπαιδευτικές Ανάγκες Εστιασμένες προς τα άτομα με ΔΔ.....	331
7.16 Εκπαιδευτικές Ανάγκες εστιασμένες προς το κοινό.....	332
7.17 Εκπαιδευτικές Ανάγκες εστιασμένες προς τους εργοδότες.....	332
7.18 Δομή εκπαίδευσης: “Τα βήματα ως προς την φωτεινότητα”	333
7.19 Πλαίσιο εκπαιδευτικών παρεμβάσεων	335
7.20 Σχέσεις με επαγγελματίες Υγείας	336

7.20.1 Περιεχόμενο συναντήσεων με Επαγγελματίες Υγείας	338
Κοινές συναντήσεις συμμετεχόντων και συγγενών-ατόμων με ΔΔ	338
7.20.2 Νοσοκομείο Αθαλάσσης.....	339
7.21 Πυρηνικό θέμα.....	340
7.22 Συζήτηση.....	341
7.22.1 Δημογραφικά δεδομένα	341
7.22.2 Βιωματική εμπειρία από την συμβίωση με το πάσχον μέλος & Υποτροπή νόσου	341
7.22.3 Βιωματική εμπειρία από τις σχέσεις των συμμετεχόντων με τους επαγγελματίες υγείας	346
7.22.4 Βιωματική εμπειρία απο την Νοσοκομειακή Νοσηλεία.....	347
7.22.5 Υπάρχουσες γνώσεις για την ΔΔ	349
7.23 Πηγές γνώσης	351
7.23.1 Βιωματική μάθηση-διαδίκτυο.....	351
7.23.2 Εκπαιδευτικές ανάγκες	352
7.23.3 Συμμετέχοντες - Συγγενείς ατόμου με ΔΔ.....	352
7.23.4 Κοινό	353
7.23.5 Άτομο με ΔΔ.....	354
7.24 Δομή εκπαιδευτικής Παρέμβασης	354
7.24.1 Χρονική περίοδος	355
7.24.2 Ομαδική παρέμβαση-Διαχωρισμός ομάδων	355
7.25 Περιορισμοί μελέτης.....	355
7.26 Συμπεράσματα	356
7.27 Εισηγήσεις	357
7.27.1 Κλινική Πρακτική.....	357
7.27.2 Έρευνα	358
<i>ΚΕΦΑΛΑΙΟ ΟΓΔΩΟ</i>	360
<i>Διακριτή φάση της μελέτης</i>	360

8.Αποτελεσματικότητα χρήσης ηλεκτρονικής πλατφόρμας MoB.....	361
8.1 Ερευνητικά Ερωτήματα:	361
8.2 Περιβάλλον μελέτης:	361
8.3 Πληθυσμός στόχος.....	361
8.4 Μέθοδος δειγματοληψίας	361
8.4.1 Κριτήρια ένταξης	361
8.4.2 Κριτήρια αποκλεισμού.....	361
8.5 Μέγεθος δείγματος	362
8.6 Διαδικασία συλλογής δεδομένων	362
8.7 Ημι-δομημένος οδηγός συλλογής δεδομένων	363
8.8 Αποτελέσματα.....	363
8.8.1 Πεδία χρησιμότητας της πλατφόρμας.....	363
8.8.2 Χρήση πλατφόρμας εντός του εκπαιδευτικού προγράμματος.....	366
8.8.3 Χρονική στιγμή χρήσης πλατφόρμας	367
8.8.4 Χρήση εργαλείων αυτο-παρακολούθησης.....	368
8.8.5 Ηλικία και χρήση πλατφόρμας	368
8.8.6 Ευελιξία χρήσης υλικού σε έντυπη μορφή	368
8.8.7 Εμπόδια Πρόσβασης στην ηλεκτρονική πλατφόρμα.....	369
8.8.8 Διαπροσωπική επαφή με επαγγελματία ψυχικής υγείας.....	369
8.8.9 Διαπροσωπική επαφή με ομότιμα άτομα στην διαδικασία της εκπαίδευσης.....	371
8.8.10 Σημεία προς βελτίωση της πλατφόρμας	371
8.8.11 Συνδυασμένη πρόσωπο με πρόσωπο εκπαίδευσης και της τεχνολογίας.....	372
8.9 Ανατροφοδότηση για την ομάδα αυτό-βοήθειας.....	372
8.10 Συζήτηση.....	373
8.11 Περιορισμοί μελέτης.....	377
8.12 Συμπεράσματα	377
8.13 Εισηγήσεις	378

8.13.1 Για το κλινικό χώρο	378
8.13.2 Για την έρευνα	378
8.14 Ομάδα αυτό-βοήθειας.....	378
8.14.1 Κριτήρια συμμετοχής στην ομάδα αυτό-βοήθειας	379
8.14.2 Κριτήρια απομάκρυνσης από την ομάδα.....	379
8.14.3 Διαδικασία ένταξης στην ομάδα.....	379
8.14.4 Αριθμός συμμετεχόντων	379
<i>Βιβλιογραφία.....</i>	<i>380</i>
Παράρτημα 1: Ερωτηματολόγιο δημογραφικών χαρακτηριστικών ατόμων που συμμετέχουν στη μελέτη «M.O.B»	419
Παράρτημα 2: Ερωτηματολόγιο: Bipolarity Knowledge (BK).....	422
Παρακαλώ κυκλώστε ότι ισχύει για εσάς:.....	422
Παράρτημα 3: Εργαλείο Hamilton Depression Rating Scale	423
Παράρτημα 4 : Εργαλείο Young Mania Rating Scale	427
Παράρτημα 5: Κλίμακα αξιολόγησης της ποιότητας ζωής : Whoqol-bref	429
Παράρτημα 6: Αξιολόγηση πεποιθήσεων για την λήψη της φαρμακοθεραπείας	432
Παράρτημα 7: Αξιολόγηση δεξιοτήτων αυτοδιαχείρισης	433
Παράρτημα 8: Αξιολόγηση εντοπισμού δυσλειτουργιών από την χρήση αλκοόλ.....	435
Παράρτημα 9: Αξιολόγηση εντοπισμού δυσλειτουργιών από την χρήση παράνομων ουσιών	436
Παράρτημα 10: Βήματα Ποιοτικής ανάλυσης.....	437
Παράρτημα 11: Πρωτόκολλο παρακολούθησης Λιθίου. Για άτομα με Διπολική διαταραχή και τους συγγενείς τους.	438
Παράρτημα 12: Αυτό-φροντίδα για αυτοκτονικές σκέψεις.....	443
Παράρτημα 13: Καθημερινή καταγραφής διάθεσης	445
Παράρτημα 14: DAI-30 questionnaire	446
Παράρτημα 15 : Έγκριση Εθνικής Επιτροπής Βιοηθικής Κύπρου	448

Υπο υποβολή : Περιοδικό «Νοσηλευτικά Χρονικά»	497
Σελίδα Τίτλου	497
Αξιολόγηση ποιότητας διαθέσιμων ιστοσελίδων σχετικών με την Διπολική Διαταραχή. Μια ανασκόπηση σκοπού.....	497

Κατάλογος πινάκων

Πίνακας 1 : Δομή συναντήσεων εκπαίδευσης Colom & Vieta (2004).....	65
Πίνακας 2: Δημογραφικά Χαρακτηριστικά ατόμων με διπολική διαταραχή	89
Πίνακας 3: Δομή εκπαίδευσης MoB.....	193
Πίνακας 4: Τιμές Εσωτερικής Συνέπειας Κλιμάκων.....	217
Πίνακας 5: Ομοιγένεια μεταξύ ομάδας ελέγχου παρέμβασης.....	217
Πίνακας 6: Ομοιγένεια μεταξύ ομάδας ελέγχου παρέμβασης.....	218
Πίνακας 7: Φύλο.....	218
Πίνακας 8: Ηλικία.....	220
Πίνακας 9: Εκπαιδευτικό επίπεδο – Συνολικά στατιστικά.....	221
Πίνακας 10: Εργασιακή κατάσταση.....	223
Πίνακας 11: Οικογενειακή κατάσταση.....	224
Πίνακας 12: Στοιχεία διαβίωσης.....	226
Πίνακας 13: Κλινικά στοιχεία.....	228
Πίνακας 14: Χρονική εμπειρία με την νόσο.....	229
Πίνακας 15: Επεισόδια υποτροπής.....	231
Πίνακας 16: Νοσοκομειακή νοσηλεία.....	232
Πίνακας 17: Αυτοκτονική συμπεριφορά.....	232
Πίνακας 18: Κατάχρηση Ψυχοδραστικών ουσιών.....	233
Πίνακας 19: Μέσες τιμές κλίμακας YOUNG.....	233
Πίνακας 20: Μέσες τιμές κλίμακας HAMD.....	234
Πίνακας 21: Μέσες τιμές κλίμακας DAI.....	235
Πίνακας 22: Μέσες τιμές κλίμακας «Φυσική κατάσταση».....	236

Πίνακας 23: Μέσες τιμές κλίμακας «Κοινωνικοποίηση»	237
Πίνακας 24: Μέσες τιμές κλίμακας «Περιβάλλον»	238
Πίνακας 25: Μέσες τιμές κλίμακας «Ψυχολογία»	238
Πίνακας 26: Μέσες τιμές κλίμακας «DUDIT» -Χρήση παράνομων ψυχοδραστικών ουσιών.....	239
Πίνακας 27: Μέσες τιμές κλίμακας «AUDIT» -Χρήση αλκοόλ.....	240
Πίνακας 28: Μέσες τιμές κλίμακας «MHLCΑ»	240
Πίνακας 29: Μέσες τιμές κλίμακας «Mhlcб»	241
Πίνακας 30: Συνολικές τιμές κλιμάκων ανα χρονική στιγμή.....	243
Πίνακας 31: Μικτό Γραμμικό Μοντέλο για την επίδραση της παρέμβασης στο επίπεδο της κλίμακας YOUNG.....	244
Πίνακας 32: Μικτό Γραμμικό Μοντέλο για την επίδραση της παρέμβασης στο επίπεδο της κλίμακας «HAMD»	246
Πίνακας 33: Μικτό Γραμμικό Μοντέλο για την επίδραση της παρέμβασης στο επίπεδο της κλίμακας «DAI»	247
Πίνακας 34: Μικτό Γραμμικό Μοντέλο για την επίδραση της παρέμβασης στο επίπεδο της κλίμακας «Φυσική Κατάσταση»	249
Πίνακας 35: Μικτό Γραμμικό Μοντέλο για την επίδραση της παρέμβασης στο επίπεδο της κλίμακας «Κοινωνική Κατάσταση»	250
Πίνακας 36: Μικτό Γραμμικό Μοντέλο για την επίδραση της παρέμβασης στο επίπεδο της κλίμακας «Περιβάλλον»	252
Πίνακας 37: Μικτό Γραμμικό Μοντέλο για την επίδραση της παρέμβασης στο επίπεδο της κλίμακας «Ψυχολογία»	253
Πίνακας 38: Μικτό Γραμμικό Μοντέλο για την επίδραση της παρέμβασης στο επίπεδο της κλίμακας «DUDIT»	255

Κατάλογος Σχημάτων

Σχήμα 1: Μοντέλο αυτό-φροντίδας/ αυτό-διαχείρισης Orem.....	80
Σχήμα 2: Θεωρητικό Υπόβαθρο της μελέτης.....	81
Σχήμα 3. Σχέση γνώσης και παθητικής στάσης συμμετεχόντων ως προς την φροντίδα υγείας	93
Σχήμα 4. Σχέση μεταξύ γνώσης και αναγνώρισης πρώιμων συμπτωμάτων υποτροπής.....	94
Σχήμα 5: Σχέση βιώματος και αναγνώρισης συμπτωμάτων νόσου.....	96
Σχήμα 6: Σύνδεση γνώσης και εμπειρίας νόσους με αναγνώριση συμπτωματολογίας.....	98
Σχήμα 7: Σύνδεση γνώσης με αναγνώριση συμπτωμάτων.....	100
Σχήμα 8: Περιεχόμενο συναντήσεων με ψυχιάτρους	103
Σχήμα 9: Περιεχόμενο συναντήσεων με ΝΨΥ	105
Σχήμα 10: Θετικά από την δομημένη εκπαίδευση	107
Σχήμα 11: Πεδία εκπαιδευτικών αναγκών	108
Σχήμα 12: Εκπαιδευτικές ανάγκες συμμετεχόντων.....	113
Σχήμα 13: Παροχή γνώσης προς τους συμμετέχοντες.....	119
Σχήμα 14: Σύνδεση σχέσης γνώσης με παραμέτρους αυτοδιαχείρισης.....	123
Σχήμα 15: Περιεχόμενο εκπαιδευτικών παρεμβάσεων.....	126
Σχήμα 16: Συναισθήματα συνυφασμένα με την απουσία δεξιοτήτων διαχείρισης.....	300
Σχήμα 17: Κύρια συναισθήματα από την συμβίωση με άτομο με ΔΔ.....	306
Σχήμα 18: Βιώματα απο την υποτροπή νόσο.....	309
Σχήμα 19: Η υποτροπή ως βομβαρδισμός της οικογένειας.....	310
Σχήμα 20: Εμπειρία από την υποτροπή νόσου.....	312
Σχήμα 21: Βίωμα από το νοσοκομείο Αθαλάσσιας.....	313

Σχήμα 22: Παράμετροι για την διαχείριση της υποτροπής νόσου.....327

Κατάλογος Γραφημάτων

Γράφημα 1: Φύλο συμμετεχόντων (συμμετέχοντες ομάδα ατόμων με ΔΔ).....	90
Γράφημα 2: Εκπαιδευτικό επίπεδο.....	90
Γράφημα 3: Εργασιακή κατάσταση.....	90
Γράφημα 4: Οικογενειακή κατάσταση.....	90
Γράφημα 5: Διάρκεια νόσου.....	95
Γράφημα 6: Στοιχεία διαβίωσης.....	95
Γράφημα 7: Φύλο – Ομάδα Ελέγχου.....	219
Γράφημα 8 : Φύλο – Ομάδα Παρέμβασης.....	219
Γράφημα 9: Φύλο – Συνολικά στατιστικά.....	219
Γράφημα 10: Ηλικία – Ομάδα Ελέγχου.....	220
Γράφημα 11: Ηλικία – Ομάδα παρέμβασης.....	221
Γράφημα 12: Ηλικία – Συνολικά στατιστικά.....	221
Γράφημα 13: Ομάδα παρέμβαση -Εκπαιδευτικό επίπεδο.....	222
Γράφημα 14: Ομάδα ελέγχου -Εκπαιδευτικό επίπεδο.....	222
Γράφημα 15: Συνολικά δεδομένα – Εκπαιδευτικό επίπεδο.....	222
Γράφημα 16 :Εργασιακή κατάσταση- ομάδα παρέμβασης	223
Γράφημα 17 :Εργασιακή κατάσταση- ομάδα ελέγχου	224
Γράφημα 18: Οικογενειακή κατάσταση- ομάδα παρέμβασης.....	225
Γράφημα 19: Οικογενειακή κατάσταση- ομάδα ελέγχου.....	225
Γράφημα 20: Στοιχεία διαβίωσης- ομάδα ελέγχου.....	226
Γράφημα 21: Στοιχεία διαβίωσης- ομάδα παρέμβασης.....	227
Γράφημα 22: Στοιχεία διαβίωσης- ομάδα ελέγχου.....	227
Γράφημα 23: Τύπος ΔΔ- Συνολικά δεδομένα.....	228

Γράφημα 24: Τύπος ΔΔ- Χρονική εμπειρία με την νόσο.....	229
Γράφημα 25: Τύπος ΔΔ- Χρονική εμπειρία με την νόσο.....	229
Γράφημα 26: Τύπος ΔΔ- Χρονική εμπειρία με την νόσο.....	230
Γράφημα 27: Μικτό Γραμμικό Μοντέλο για την επίδραση της παρέμβασης στο επίπεδο της κλίμακας YOUNG.....	245
Γράφημα 28: Μικτό Γραμμικό Μοντέλο για την επίδραση της παρέμβασης στο επίπεδο της κλίμακας «HAMD».....	246
Γράφημα 29: Μικτό Γραμμικό Μοντέλο για την επίδραση της παρέμβασης στο επίπεδο της κλίμακας «DAI».....	248
Γράφημα 30: Μικτό Γραμμικό Μοντέλο για την επίδραση της παρέμβασης στο επίπεδο της κλίμακας «HAMD»	249
Γράφημα 31: Μικτό Γραμμικό Μοντέλο για την επίδραση της παρέμβασης στο επίπεδο της κλίμακας «Κοινωνική Κατάσταση»	251
Γράφημα 32: Μικτό Γραμμικό Μοντέλο για την επίδραση της παρέμβασης στο επίπεδο της κλίμακας «Περιβάλλον»	252
Γράφημα 33: Μικτό Γραμμικό Μοντέλο για την επίδραση της παρέμβασης στο επίπεδο της κλίμακας «Ψυχολογία»	254
Γράφημα 34: Μικτό Γραμμικό Μοντέλο για την επίδραση της παρέμβασης στο επίπεδο της κλίμακας «DUDIT»	255
Γράφημα 35: Μικτό Γραμμικό Μοντέλο για την επίδραση της παρέμβασης στο επίπεδο της κλίμακας «AUDIT»	257
Γράφημα 36: Μικτό Γραμμικό Μοντέλο για την επίδραση της παρέμβασης στο επίπεδο της κλίμακας «MHLCa»	258
Γράφημα 37: Μικτό Γραμμικό Μοντέλο για την επίδραση της παρέμβασης στο επίπεδο της κλίμακας «MHLCB»	260
Γράφημα 38: Μικτό Γραμμικό Μοντέλο για την επίδραση της παρέμβασης στο επίπεδο της κλίμακας «Γνώσεις»	261

Γράφημα 39: Μικτό Γραμμικό Μοντέλο για την επίδραση της παρέμβασης στο επίπεδο της κλίμακας «Συχνότητα Νοσοκομειακής Νοσηλείας».....	263
Γράφημα 40: Μικτό Γραμμικό Μοντέλο για την επίδραση της παρέμβασης στο επίπεδο της κλίμακας «Ημέρες Νοσηλείας».....	265
Γράφημα 41: Είδος συγγενικής σχέσης.....	295
Γράφημα 42 : Εργασιακή Κατάσταση Συγγενών Πρώτου Βαθμού.....	295
Γράφημα 43: Τόπος Διαμονής Συγγενών Πρώτου Βαθμού.....	296

Περίληψη

Εισαγωγή :

Μια από τις σημαντικότερες παραμέτρους της ενδυνάμωσης ατόμων με διπολική διαταραχή (ΔΔ) είναι η παροχή δομημένων εκπαιδευτικών παρεμβάσεων που προάγουν το γνωστικό υπόβαθρο για την ΔΔ, ώστε τα άτομα να ενδυναμωθούν ως προς την ικανότητα αυτοδιαχείρισης συμπτωμάτων. Σε εκπαιδευτικές παρεμβάσεις αναμένεται να συμμετέχουν και οι συγγενείς πρώτου βαθμού, αφού το θέμα της ΔΔ απαιτεί συστημική διαχείριση.

Σκοπός:

Σκοπός της παρούσας μελέτης ήταν: α) να διερευνηθούν οι εκπαιδευτικές ανάγκες ατόμων με ΔΔ β) να διερευνηθούν οι εκπαιδευτικές ανάγκες συγγενών πρώτου βαθμού ατόμων με ΔΔ β) να δομηθεί η ηλεκτρονική πλατφόρμα www.mob.com.cy, με σκοπό την παροχή έγκυρης γνώσης για την ΔΔ σε πάσχοντες και στις οικογένειές τους, αλλά και να ενσωματωθεί σε σχετική εκπαιδευτική παρέμβαση γ) να αναπτυχθεί εκπαιδευτική παρέμβαση ενδυνάμωσης δεξιοτήτων αυτό-διαχείρισης ατόμων με ΔΔ η οποία ενσωματώνει η πλατφόρμα δ) να αξιολογηθεί η αποτελεσματικότητα της εκπαιδευτικής παρέμβασης προς τα άτομα με ΔΔ, ε) να αξιολογηθεί η αποτελεσματικότητα της πλατφόρμας www.mob.com.cy. Η παρούσα μελέτη έχει ονομαστεί με τα ακρόνυμα MoB (Management Of My Bipolarity)

Πληθυσμός Στόχος & Ηθικά θέματα:

Τον πληθυσμό στόχο αποτέλεσαν όλα τα ενήλικα άτομα με ΔΔ καθώς επίσης και οι συγγενείς πρώτου βαθμού ατόμων με ΔΔ, οι οποίοι συναινούν γραπτώς ως προς την συμμετοχή τους στην παρούσα μελέτη. Η μελέτη έλαβε άδεια διεξαγωγής από την Εθνική Βιοηθική Επιτροπή Κύπρου (ΕΕΒΚ) και το Υπουργείο Υγείας (ΥΥ)- Επιτροπή Μελετών. Το δείγμα της μελέτης εντοπίστηκε μετά από κοινοποίηση διεξαγωγής της μελέτης σε Δημόσιες και Ιδιωτικές Υπηρεσίες Ψυχικής Υγείας (ΥΨΥ) και μετά από δημοσιεύσεις σε μέσα κοινωνικής δικτύωσης και στην ιστοσελίδα της μελέτης. Η συμμετοχή στην μελέτη πραγματοποιήθηκε σε εθελοντική βάση και τηρώντας όλες τις απαραίτητες προϋποθέσεις για διασφάλιση της εχεμύθειας.

Μεθοδολογία:

Εφαρμόστηκε πολυφασικός, μικτός διαμορφωτικός διερευνητικός σχεδιασμός παρέμβασης με ποιοτικό και ποσοτικό μέρος (multiphase design), με οιονεί πειραματικό σχεδιασμό παράλληλων ομάδων και αντίστοιχα ερωτήματα. Η επιλογή του δείγματος έγινε βάσει συνδυασμού τυχαίας δειγματοληψίας και δειγματοληψίας χιονοστιβάδας. Από τη μελέτη αποκλείστηκαν τα ανήλικα άτομα, τα άτομα που βίωναν υποτροπή νόσου και άτομα με φτωχή κριτική ικανότητα. Κριτήρια αποκλεισμού για τους συγγενείς πρώτου βαθμού αποτέλεσαν

πενία λόγου και ανεπαρκής κατανόηση του περιεχομένου και των στόχων της μελέτης. Την πρώτη φάση της μελέτης, αποτέλεσε η συλλογή των ποιοτικών δεδομένων, η οποία έγινε με τη μέθοδο των συνεντεύξεων και βάσει ημι-δομημένου οδηγού ερωτήσεων που αναπτύχθηκε από την ερευνητική ομάδα της μελέτης. Χρησιμοποιήθηκε ανάλυση περιεχομένου βάσει της επαγωγικής προσέγγισης για την ανάλυση των δεδομένων. Μέρος της διασφάλισης της ακρίβειας της μελέτης έγινε βάσει των κριτηρίων του κορεσμού δεδομένων και του θεματικού κορεσμού, παράμετροι οι οποίοι καθόρισαν και το μέγεθος του τελικού δείγματος της μελέτης, το οποίο αποτέλεσαν 12 άτομα με ΔΔ και 13 συγγενείς πρώτου βαθμού ατόμων με ΔΔ. Περαιτέρω, για τον έλεγχο της ακρίβειας της μελέτης εφαρμόστηκαν τα κριτήρια κατά Munhall (1994). Η τριγωνοποίηση των δεδομένων έγινε από τρεις ερευνητές, ενώ η επιβεβαίωση των κύριων θεμάτων πραγματοποιήθηκε από τους συμμετέχοντες. Τη δεύτερη φάση της μελέτης αποτέλεσε η δόμηση της εκπαιδευτικής παρέμβασης βάσει του εκπαιδευτικού εργαλείου Colom & Vieta (2006), των εκπαιδευτικών αναγκών ατόμων με Διπολική διαταραχή από την πρώτη φάση της μελέτης ασκήσεων αυτό-διαχείρισης από την Γνωστική – Συμπεριφορική θεραπεία. Κατά την φάση αυτή δομήθηκε επίσης η ηλεκτρονική πλατφόρμα www.mob.com.cy. Τη τρίτη φάση της μελέτης αποτέλεσε το ποσοτικό μέρος της μελέτης, το οποίο αφορά σε μια κλινική δοκιμή κατά την οποία η εκπαιδευτική παρέμβαση έγινε σε ατομική και ομαδική βάση. Συγκεκριμένα, η ομάδα παρέμβασης (21 άτομα) έλαβε συνδυασμό φαρμακοθεραπείας και εκπαιδευτικής παρέμβασης, ενώ η ομάδα ελέγχου (21 άτομα) έλαβε μόνο φαρμακοθεραπεία. Η εκπαιδευτική παρέμβαση δομήθηκε βάσει των εκπαιδευτικών αναγκών των συμμετεχόντων της παρούσας μελέτης, όπως βρέθηκαν στο ποιοτικό μέρος μελέτης, του μοντέλου Colom&Vieta (2009) και ασκήσεων αυτοδιαχείρισης βάσει της Γνωστικής Συμπεριφορικής Θεραπείας. Επίσης, στο εκπαιδευτικό υλικό της παρούσας μελέτης ενσωματώθηκε και η πλατφόρμα www.mob.com.cy, η οποία κατασκευάστηκε στο πλαίσιο της παρούσας μελέτης. Σημειώνεται ότι, ηλεκτρονική πλατφόρμα χρησιμοποιήθηκε καθ'όλη την διάρκεια του προγράμματος αφού συμπεριλαμβάνει όλο το εκπαιδευτικό υλικό για την ΔΔ. Το μέγεθος δείγματος ορίστηκε βάσει ανάλυσης ισχύος (power analysis). Η διάρκειά της εκπαίδευσης ήταν 12 συναντήσεις σε ομαδικό επίπεδο, και 8 συναντήσεις σε ατομικό επίπεδο. Η αξιολόγηση της αποτελεσματικότητας της εκπαιδευτικής παρέμβασης και για την συλλογή των πρωτογενών δεδομένων (primary data) πραγματοποιήθηκε βάσει των παρακάτω μεταβλητών: Young Mania Scale για την ένταση των συμπτωμάτων μανίας, HAM-D για την ένταση των συμπτωμάτων κατάθλιψης, Drug Attitude Inventory (DAI-30) για την αξιολόγηση των πεποιθήσεων για την