

ΠΕΡΙΕΧΟΜΕΝΑ

	Σελ.
Πρόλογος	21
Οι συγγραφείς του βιβλίου	23

Εισαγωγή

Η ΘΕΣΗ ΤΩΝ ΗΛΙΚΙΩΜΕΝΩΝ ΣΤΗ ΣΥΓΧΡΟΝΗ ΚΟΙΝΩΝΙΑ

1. Εισαγωγικό σημείωμα	27
<i>A. Ευκλείδη</i>	
2. Εισαγωγικά στοιχεία Γηριατρικής και Γεροντολογίας	31
<i>Θ. Ι. Δαρδαθέσης</i>	
Εισαγωγή	31
Οι παγκόσμιες δημογραφικές εξελίξεις	31
Η διαδικασία της γήρανσης	33
Η νοσηρότητα στην τρίτη ηλικία	35
Η υγειονομική φροντίδα και η περίθαλψη των υπερηλίκων	39
Τα κοινωνικά προβλήματα των υπερηλίκων	41
Οικονομικά προβλήματα	42
Προβλήματα κατοικίας και περιβάλλοντος	42
Προβλήματα αυτοεξυπηρέτησης	42
Προβλήματα επικοινωνίας και ψυχαγωγίας	42
Ιατροκοινωνικά μέτρα για τους υπερήλικες	43
Η υγειονομική περίθαλψη	43
Η πρόληψη στην τρίτη ηλικία	44
Η συνταξιοδότηση	44
Η κατ' οίκον παροχή φροντίδας και περίθαλψης	45
Κοινωνικά κέντρα υπερηλίκων	45
Η ιδρυματική περίθαλψη	46
Συμπεράσματα	47

3. Γήρανση: Πραγματικότητα και προβληματισμός.	
Συγκριτικά στοιχεία για την Ελλάδα και άλλες	
Ευρωπαϊκές χώρες	51
Λ. Β. Χουσιάδας	
Εισαγωγή	51
Δημογραφικά στοιχεία για την Ελλάδα	52
Συγκριτικά δημογραφικά στοιχεία Ελλάδας και άλλων χωρών	57
Προβληματισμοί και θέσεις	64

Μέρος Ι

ΠΡΟΒΛΗΜΑΤΑ ΥΓΕΙΑΣ ΣΤΟΥΣ ΗΛΙΚΙΩΜΕΝΟΥΣ

1. Γήρας και υγεία	71
Α. Ευκλείδης	
Τι είναι το γήρας	71
Δι-ατομικές και ενδο-ατομικές διαφορές	
κατά το γήρας	73
Φυσιολογικές σωματικές αλλαγές στους ηλικιωμένους	75
Εμφάνιση	75
Κινητικότητα	75
Καρδιαγγειακό σύστημα	76
Αναπνευστικό σύστημα	76
Εκκριτικό σύστημα	77
Τροφή και πέψη	77
Αυτόνομο νευρικό σύστημα	78
Κεντρικό νευρικό σύστημα	79
Αναπαραγωγικό σύστημα	80
Μείωση της οξύτητας των αισθητηρίων	81
Επιδράσεις του φύλου	86
Φυσιολογικές αλλαγές στις γνωστικές λειτουργίες	88
Επεξεργασία πληροφοριών	88
Μνήμη	89
Νοημοσύνη	92
Ψυχολογική υγεία	92
Επιδράσεις του στρες	93
Οι ιδέες για προσωπικό έλεγχο	94
Ψυχολογικές εκδηλώσεις των σωματικών ασθενειών	
στους ηλικιωμένους	97

Κατάθλιψη	100
Προσαρμογή και ποιότητα ζωής κατά το γήρας	102
Γενικές παραδοχές για τη φύση των γηρατειών	103
Στρατηγικές για επιτυχή γηρατειά	105
2. Ψυχοπαθολογία γηριατρικών καρδιολογικών ασθενειών:	
Κλινικές εκδηλώσεις και αντιμετώπιση	109
<i>Ι. Νούσκας</i>	
Εισαγωγή - Ορισμός	109
Βασική επιστήμη	110
Αντιμετώπιση - Προσέγγιση	111
Αντιδράσεις προσαρμογής	112
Σύγχρονη αντιμετώπιση	116
Οξύ έμφραγμα του μυοκαρδίου και συνοδές ψυχοπαθολογικές εκδηλώσεις	116
Ψυχοπαθολογικές εκδηλώσεις στη στεφανιαία μονάδα εντατικής θεραπείας	121
Συσχέτιση καρδιάς και «λειτουργικών» διαταραχών	122
Γνωστικές-συμπεριφορικές θεραπείες	125
Τρέχουσα πρακτική - Προτάσεις	126
3. Σεξουαλική λειτουργία υπερηλίκων	127
<i>Δ. Γ. Χατζηχήστου</i>	
Εισαγωγή	127
Υπερήλικες και σεξουαλική ζωή	127
Σεξουαλική λειτουργία του άνδρα	129
Φυσιολογική λειτουργία	129
Επιπτώσεις της ηλικίας	131
Επιπτώσεις χρόνιων νοσημάτων	132
Αντιμετώπιση	133
Σεξουαλική λειτουργία της γυναίκας	137
Φυσιολογική λειτουργία	137
Επιπτώσεις της ηλικίας	137
Επιπτώσεις χρόνιων νοσημάτων	138
Αντιμετώπιση	139
Συμπεράσματα	139

4. Η διατροφή των υπερηλίκων	143
Θ. Ι. Δαρδαβέσης	
Εισαγωγή	143
Η διεργασία της γήρανσης και η διατροφή	145
Παράγοντες που επηρεάζουν τη διατροφή στους υπερήλικες	146
Οι επιπτώσεις της κακής διατροφής	147
Οι θερμιδικές ανάγκες των υπερηλίκων	149
Οι ανάγκες των υπερηλίκων σε θρεπτικές ουσίες	151
Το διαιτολογικό περίγραμμα των ηλικιωμένων	153
Η αντιμετώπιση του υποσιτισμού στους υπερήλικες	156
Συμπεράσματα	157

Μέρος II

ΨΥΧΟΛΟΓΙΑ ΤΗΣ ΕΝΗΛΙΚΗΣ ΖΩΗΣ ΚΑΙ ΤΟΥ ΓΗΡΑΤΟΣ

1. Αντικείμενο και μέθοδοι έρευνας της ανάπτυξης κατά την ενήλικη ζωή και το γήρας	161
Α. Ευκλείδης	
Αντικείμενο	161
Μέθοδοι έρευνας	162
Παρατήρηση - έρευνα πεδίου	164
Αυτο-αναφορές	166
Έρευνα ατομικής περίπτωσης	167
Συσχετιστικές έρευνες	168
Πειραματικές έρευνες	169
Αναπτυξιακά σχέδια έρευνας	170
Προβλήματα στις έρευνες με ηλικιωμένους	175
Διακρίσεις στις έρευνες με ηλικιωμένους	176
Δεοντολογία των ερευνών με ενήλικες - ηλικιωμένους	176
Επίλογος	177
2. Η ανάπτυξη στην ενήλικη ζωή	179
Α. Ευκλείδης	
Εισαγωγή	179
Θεωρίες για τη διά βίου ανάπτυξη	181
Η θεωρία των P. και M. Baltes για την Επιλεκτική Βελτιστοποίηση με Αντιστάθμιση	181

Αυξανόμενη με την ηλικία ανάγκη για πολιτισμό	182
Μείωση με την ηλικία στην αποτελεσματικότητα του πολιτισμού	182
Ηλικιακές αλλαγές στις λειτουργίες της ανάπτυξης	183
Άλλες θεωρίες για το άτομο και το περιβάλλον	185
Θεωρίες σταδίων	188
Η θεωρία του Erikson	188
Η θεωρία του Peck	191
Η θεωρία του Butler	191
Η θεωρία του Hamachek	192
Η προσφορά προς τις νεότερες γενιές	193
Η θεωρία του Havinghurst	194
Κριτική στις θεωρίες σταδίων	195
Ο εαυτός	200
Η έννοια του εαυτού	200
Πλευρές του εαυτού	202
Απόψεις του εαυτού	202
Επιδράσεις της έννοιας του εαυτού	204
Ταυτότητα	206
Επιδράσεις του φύλου στην ανάπτυξη της ταυτότητας	209
Επιδράσεις της ηλικίας στην ταυτότητα του ατόμου	210
Κοινωνική ανάπτυξη, φιλία, οικογένεια	213
Κοινωνική υποστήριξη	214
Αλλαγή κοινωνικών σχέσεων	215
Φιλία	217
Προσκόλληση	217
Φροντίδα από την οικογένεια	219
Καθήκοντα του προσώπου που φροντίζει	221
Το στρες του φροντίζοντος ατόμου	221
Εργασία - Συνταξιοδότηση	224
Εργασία	224
Απόδοση στην εργασία	224
Ικανοποίηση από την εργασία	225
Δυνατότητες απασχόλησης	226
Σύνταξη	227
Προβλεπτικοί παράγοντες της συνταξιοδότησης	227
Η προσαρμογή στη σύνταξη	228
Επιπτώσεις της σύνταξης στη συζυγική ζωή	229

3. Οι γνωστικές λειτουργίες και ικανότητες	
 στους ηλικιωμένους	231
<i>A. Ευκλείδη</i>	
Εισαγωγή	231
Συγκριτικά στοιχεία ως προς τις γνωστικές ικανότητες των ηλικιωμένων	233
Μετρήσεις με τεστ νοημοσύνης	237
Κύρια ευρήματα των ερευνών με τεστ νοημοσύνης	239
Δημιουργικότητα	241
Ατομικές διαφορές	243
Αιτίες των διαφορών επιδόσεων στους ηλικιωμένους	244
Μηχανισμοί μεταβολής ικανοτήτων	248
<i>Λήψη αποφάσεων και λύση προβλημάτων στην καθημερινή ζωή</i>	249
Διαφορές ηλικίας στη λύση προβλημάτων	250
<i>Μνήμη</i>	255
Η θεωρία των μνημονικών σταδίων	256
Η θεωρία των μνημονικών συστημάτων	258
Αισθητήρια-αντιληπτική μνήμη	258
Βραχύχρονη μνήμη	258
Μακρόχρονη μνήμη	260
Η θεωρία των πόρων	266
Μεταμνήμη - Μνημονικές στρατηγικές	268
Τύποι μνημονικών στρατηγικών	270
<i>Η γλωσσική λειτουργία και η επικοινωνία κατά το γήρας</i>	276
Κατονομασία και λεξιλόγιο	276
Σύνταξη και λόγος	277
Γλωσσική κατανόηση	278
Παράγοντες που επηρεάζουν τη γλωσσική επίδοση	278
<i>Αφασία</i>	280
Άμεση προοδευτική αφασία	281
Η γλωσσική λειτουργία στις άνοιες	281
4. Χρήση μνημονικών κλιμάκων-ερωτηματολογίων	
 στην τρίτη ηλικία	285
<i>A. Ευκλείδη</i>	
Εισαγωγή	285
Ερωτηματολόγια	286

Παραγοντική δομή του Ερωτηματολογίου Καθημερινής	
Μνήμης (EMQ)	290
Μνημονικές κλίμακες και τεστ	294
Η Μνημονική Κλίμακα του Wechsler (WMS)	294
Η Αναθεωρημένη Κλίμακα του Wechsler (WMS-R)	297
Το Συμπεριφορικό Μνημονικό Τεστ του Rivermead (RBMT)	298
Συσχετίσεις του EMQ με τη WMS	302
Συσχετίσεις του EMQ με το RBMT	304
Συσχετίσεις της WMS με το RBMT	306
Συμπέρασμα	308
Μνημονική κάμψη που συνδέεται με την αύξηση της ηλικίας και μνημονικές κλίμακες (AAMI)	309
Διεθνή δεδομένα ως προς την AAMI	310
Φυσιολογικές μεταβολές που συνδέονται με την AAMI	311
Μνημονική κάμψη και νόσος Alzheimer	312

Μέρος III

ΠΑΘΟΛΟΓΙΑ ΓΝΩΣΤΙΚΩΝ ΛΕΙΤΟΥΡΓΙΩΝ

1. Άνοια τύπου Alzheimer	317
<i>Μ. Κώστα-Τσοθράκη</i>	
Εισαγωγή	317
Ορισμός της άνοιας	318
Νόσος Alzheimer	318
Επιδημιολογία - Κόστος	319
Φυσική ιστορία της νόσου Alzheimer	321
Η διάγνωση της νόσου Alzheimer	322
<i>Προσέγγιση του ασθενούς</i>	323
A. Νευροψυχολογική εκτίμηση	323
Συμπτωματολογία της νόσου Alzheimer στα πρώτα στάδια της νόσου	324
Μνήμη	326
Εκτελεστικές λειτουργίες	327
Λόγος	327
Διαταραχές της ευπραξίας	328
Άλλες σύνθετες διαταραχές	329
Διαταραχές συμπεριφοράς	330

Διαταραχές του συναισθήματος	331
B. Νευρολογική εξέταση	331
Παράγοντες κινδύνου	332
Εξωπυραμιδικά συμπτώματα	332
Μυόκλονος	332
Άλλα συμπτώματα	332
Γ. Διαγνωστικά κριτήρια της ενδεχόμενης νόσου Alzheimer	332
Δ. Εργαστηριακή διάγνωση	337
Εξέταση αίματος	337
Εξέταση εγκεφαλονωτιαίου υγρού	337
Ποσοτικό ηλεκτροεγκεφαλογράφημα	338
Αξονική τομογραφία	338
Μαγνητική τομογραφία	341
E. Η διάγνωση της νόσου Alzheimer με τεχνικές	
της Πυρηνικής Ιατρικής	341
Μονοφωτονιακή αξονική τομογραφία	341
Ποζιτρονική τομογραφία	342
Στ. Νευροχημεία, γενετική και νευροπαθολογία	
της νόσου Alzheimer	346
Νευροχημεία	346
Νευροπαθολογία	347
Γενετική	347
Z. Διαφορική διάγνωση της νόσου Alzheimer	348
Ετερογένεια της νόσου Alzheimer	348
Διαταραχές μνήμης που σχετίζονται	
με την ηλικία-γήρας	349
Φλοιική και υποφλοιώδης άνοια	356
Νόσος του Pick	358
Σύνδρομο Kliver-Bucy	359
Αγγειακή άνοια	359
Κενотоπιώδης κατάσταση	360
Πολυεμφρακτική άνοια	360
Υποφλοιώδης λευκοεγκεφαλοπάθεια	
του Binswanger	361
Συνύπαρξη αγγειακής άνοιας και υδροκεφάλου	361
Μικτού τύπου άνοια	361
Άνοια του μετωπιαίου λοβού όχι τύπου Alzheimer	
χωρίς χαρακτηριστικά ιστολογικά ευρήματα	362

Άνοια με συμμετοχή του μετωπιαίου λοβού	364
Θεραπεία της νόσου Alzheimer	365
2. Κλίμακες εκτίμησης ασθενών με νόσο Alzheimer	367
<i>Μ. Κώστα-Τσοηλάκη</i>	
Εισαγωγή	367
A. Γνωστικές διαταραχές	368
Γνωστικές δοκιμασίες	370
Δοκιμασία Stroop	370
Η Σύντομη Κλίμακα Γνωστικής Αξιολόγησης	374
Εξέταση Νοητικής Κατάστασης στην Ινδία	377
Η Δοκιμασία Rey για την Ακουστική-Λεκτική Μάθηση	378
B. Λειτουργικές διαταραχές	381
Λειτουργικές κλίμακες	383
Εκτίμηση Σταδίων Λειτουργικότητας	383
Συντελεστική Δραστηριότητα στην Καθημερινή Ζωή	384
Κλίμακα Σωματικής Αυτοεξυπηρέτησης	385
Κλίμακα Ποιότητας Ζωής (ή Ευεξίας)	387
Γ. Μη γνωστικές διαταραχές	389
Διαταραχές συμπεριφοράς	389
Διαταραχές συναισθήματος	389
Ερωτηματολόγια για μη γνωστικές λειτουργίες	390
Νευροψυχιατρικό Ερωτηματολόγιο	
του Πανεπιστημίου της Καλιφόρνια - Λος Άντζελες	390
Δ. Κλίμακες σφαιρικής εκτίμησης	399
Ε. Κλίμακες για την παρακολούθηση των ασθενών σε θεραπείες	399
Στ. Κλίμακες που χρησιμοποιούνται για τη διαφορική διάγνωση	
της νόσου Alzheimer	400
Μέθοδος Εκτίμησης της Σύγχυσης	400

Μέρος IV

ΨΥΧΟΚΟΙΝΩΝΙΚΕΣ ΠΛΕΥΡΕΣ ΤΟΥ ΓΗΡΑΤΟΣ

1. Θάνατος και πένθος	405
<i>Α. Ευκλείδη</i>	
Ο θάνατος	405
Στάσεις απέναντι στο θάνατο	406
Το άτομο που πεθαίνει	410

Το πέρας της τροχιάς θανάτου	414
Φυσιολογικές εμπειρίες	414
Ψυχολογικές και πνευματικές εμπειρίες	414
Εμπειρίες των νοσηλευτών με το θάνατο	415
Εμπειρίες του φροντιστή για το θάνατο	416
Παρεμβάσεις	416
Το πένθος	417
Η απώλεια	417
Η θλίψη	417
Παράγοντες που επηρεάζουν το πένθος και τη θλίψη	420
Ψυχολογικοί παράγοντες	420
Κοινωνικοί παράγοντες	422
Φυσιολογικοί παράγοντες	422
Διαφοροποιήσεις του πένθους	423
Η πορεία του πένθους	423
Ψυχολογικές αντιδράσεις	425
Συμπεριφορικές αντιδράσεις	426
Κοινωνικές αντιδράσεις	427
Σωματικές αντιδράσεις	427
Η κηδεία και οι μεταθανάτιες τελετές	430
 2. Κοινωνική υποστήριξη ηλικιωμένων	433
<i>Ε. Πανέρα</i>	
Εισαγωγή	433
Αναδρομή - Ιστορικό	435
Σημερινά φαινόμενα	437
Συναισθηματικά και κοινωνικά προβλήματα ηλικιωμένων	439
Φροντίδα ηλικιωμένων	440
Παροχή εξωιδρυματικής προστασίας	445
Κέντρα ανοικτής προστασίας ηλικιωμένων	445
Η βοήθεια στο σπίτι	447
Το πρόγραμμα τηλεσυναγερμού	447
Διαγενεακές προσεγγίσεις στην αντιμετώπιση της γήρανσης στις Η.Π.Α.	448
Ειδικές ομάδες ηλικιωμένων	450
Άστεγοι - Κοινωνικά απροσάρμοστοι	450
Παραβατικοί ηλικιωμένοι	450

Ηλικιωμένοι φυλακισμένοι	451
Επαναπατριζόμενοι ηλικιωμένοι	451
Επίλογος	451
3. Φροντίδα των ηλικιωμένων στο σπίτι και την κοινότητα	453
<i>A. Μπένος</i>	
Εισαγωγή	453
Η φροντίδα των ηλικιωμένων στο σπίτι	455
Η Πρωτοβάθμια Φροντίδα Υγείας	456
Η Μονάδα Πρωτοβάθμιας Φροντίδας Υγείας Τριανδρίας	457
Το Πρόγραμμα Φροντίδας των Ηλικιωμένων	457
<i>Σχεδιασμός υπηρεσιών για τη Φροντίδα στο Σπίτι</i>	<i>458</i>
Εκτίμηση αναγκών υγείας και κοινωνικής φροντίδας	458
Τα δημογραφικά και κοινωνικά χαρακτηριστικά των ηλικιωμένων που χρειάζονται Φροντίδα στο Σπίτι	459
Ίδια αντίληψη για την υγεία και χρήση υπηρεσιών υγείας	463
Εκτίμηση του επιπέδου λειτουργικότητας των ηλικιωμένων	464
Η κλινική εκτίμηση στο σπίτι	466
Εκτίμηση των αναγκών για Φροντίδα στο Σπίτι	467
Η Διεπιστημονική Ομάδα Υγείας	470
Απάντηση στις ανάγκες - Διαχείριση προβλημάτων - Αξιολόγηση Φροντίδας στο Σπίτι	471
Επίλογος	472
 Βιβλιογραφία	 475
 Ευρετήριο ονομάτων	 515
 Ευρετήριο θεμάτων	 530

ΠΡΟΛΟΓΟΣ

Το βιβλίο αυτό έχει μια ιστορία. Στο Τμήμα Ψυχολογίας του Αριστοτέλειου Πανεπιστημίου Θεσσαλονίκης ο ομότιμος, τώρα, καθηγητής Ψυχολογίας κ. Λάμπρος Χουσιάδας ήταν από τους πρώτους διεθνώς ψυχολόγους που υιοθέτησαν την ιδέα της διά βίου ανάπτυξης, ήδη από τη δεκαετία του 1960. Την ιδιαίτερη ενασχόλησή του με το γήρας συνέχισε έκτοτε ευαισθητοποιώντας σε αυτά τα θέματα τους μαθητές του. Αποτέλεσμα της ευαισθητοποίησης αυτής και της ενασχόλησής μου αργότερα με το θέμα αυτό, ήταν η ένταξη στο Πρόγραμμα Μεταπτυχιακών Σπουδών Γνωστικής Ψυχολογίας (ΠΜΣΓΨ), εδώ και τέσσερα χρόνια, κατεύθυνσης Γηροψυχολογίας με σειρά μαθημάτων στις ψυχολογικές πλευρές του γήρατος αλλά και στην παθολογία των γνωστικών λειτουργιών. Από το ακαδημαϊκό έτος 1997-1998 τα μαθήματα αυτά εμπλουτίστηκαν με σειρά διαλέξεων ιατροκοινωνικής υφής.

Όλη αυτή η δραστηριότητα των τελευταίων ετών οδήγησε στην ανάγκη έκδοσης ενός βιβλίου στο οποίο να περιλαμβάνονται τόσο ψυχολογικά θέματα όσο και ιατροκοινωνικά. Κάποια από τα κεφάλαια προέρχονται από τις διαλέξεις που δόθηκαν στα πλαίσια του Προγράμματος Μεταπτυχιακών Σπουδών Γνωστικής Ψυχολογίας (Δαρδαβέσης, Νούσκας, Χατζηχρήστου, Πανέρα). Τα υπόλοιπα κεφάλαια έχουν γραφεί ειδικά για την έκδοση αυτή, με στόχο να καλύψουν δημογραφικές, ψυχολογικές και ψυχοκοινωνικές πλευρές του γήρατος (Χουσιάδας, Ευκλείδη, Μπένος) αλλά και ιατρικές (Κώστα-Τσολάκη), μια και η ενημέρωση για τις άνοιες είναι ιδιαίτερα σημαντική. Έτσι, το βιβλίο αυτό απευθύνεται σε όλους όσους ενδιαφέρονται για το γήρας και τους ηλικιωμένους. Μπορεί να είναι φοιτητές, γιατροί, ψυχολόγοι, κοινωνικοί λειτουργοί, απλοί άνθρωποι που θέλουν να κατανοήσουν τις αλλαγές που παρατηρούνται στη μεγάλη ηλικία ή φροντίζουν ηλικιωμένους. Η πραγματικότητα του γήρατος είναι κάτι που αφορά όλους μας και η διατήρηση της ποιότητας ζωής στη μεγάλη ηλικία είναι μια επιταγή και μια πρόκληση στην οποία όλοι πρέπει να ανταποκριθούμε.

Ως επιμελήτρια της έκδοσης θα ήθελα να ευχαριστήσω τη Γηριατρική και Γeronτολογική Εταιρεία Βορείου Ελλάδος για την προσφορά της στο ΠΜΣΓΨ του Τμήματος Ψυχολογίας του Αριστοτέλειου Πανεπι-

στημίου Θεσσαλονίκης, τον κάθε ένα από τους συγγραφείς των κεφαλαίων του βιβλίου αυτού και ιδιαίτερα την επίκουρη καθηγήτρια κ. Μάγδα Κώστα-Τσολάκη, η οποία από την πρώτη στιγμή της δημιουργίας της κατεύθυνσης Γηροψυχολογίας του ΠΜΣΓΨ συμμετέχει ενεργά στο πρόγραμμα τόσο στα θεωρητικά μαθήματα όσο και στην Πρακτική Άσκηση των φοιτητών του Τμήματος Ψυχολογίας.

Το βιβλίο αυτό δε θα μπορούσε να ολοκληρωθεί χωρίς την υποστήριξη και ενθάρρυνση της οικογένειάς μου. Η αγάπη και κατανόηση όλης της οικογένειάς μου, της υπέργηρης πεθεράς και της μητέρας μου, και ο ενθουσιασμός των φοιτητών μου αποτέλεσαν το στέρεο υπόβαθρο και τη δύναμη για την ολοκλήρωση του βιβλίου αυτού. Ελπίζω να κερδίσουν και αυτοί από το βιβλίο όσα κερδίζω και εγώ καθημερινά από αυτούς.

Θεσσαλονίκη, Δεκέμβριος 1998

Αναστασία Κωσταρίδου-Ευκλείδη
Καθηγήτρια Γνωστικής Ψυχολογίας