

Πρόκειται για την εισήγηση που έκανα στα πλαίσια του ετήσιου σεμιναρίου «Σχέσεις των ανθρώπων – σχέσεις των φύλων» στον Ελληνικό Οργανισμό Ψυχοθεραπείας και Παιδείας στην Ομαδική Ανάλυση» (HOPE in GA).

28/2/2011

ΘΕΡΑΠΕΥΤΙΚΟΙ ΠΑΡΑΓΟΝΤΕΣ ΣΤΗΝ ΟΜΑΔΙΚΗ ΑΝΑΛΥΣΗ ΚΑΙ ΣΤΗΝ ΟΙΚΟΓΕΝΕΙΑ

Σύμφωνα με το θεωρητικό μοντέλο της ομαδικής ανάλυσης που πρότεινε ο Foulkes (1948), αναδύονται συγκεκριμένοι παράγοντες που συμβάλλουν στη θεραπευτική αποτελεσματικότητα της προσέγγισης. Ενδιαφέρον παρουσιάζει μια γενική κατηγοριοποίηση σε (1) υποστηρικτικούς και (2) αναλυτικούς. Σε μια αναλυτική ομάδα συνυπάρχουν και οι δυο κατηγορίες παραγόντων και ο θεραπευτής πρέπει να είναι σε θέση να τους συνεκτιμά ανάλογα με την κατάσταση, τη φάση της ομάδας, τους σκοπούς (θεραπευτική ή συμβουλευτική φύση της ομάδας). Κάθε φορά δε πρέπει να συνεκτιμά την ομάδα ως όλον και τις ανάγκες κάθε μέλους ξεχωριστά σε μια δεδομένη χρονική περίοδο. Οι αναλυτικοί παράγοντες επιδρούν σε πιο επίμονα, διαταρακτικά σημεία του ψυχισμού. Θα μπορούσε να πει κανείς ότι ανταποκρίνονται σε μεγαλύτερο εύρος αναγκών που είναι βαθύτερες. Για αυτό και απαντώνται στην ομαδική αναλυτική κατάσταση, ενώ υποστηρικτικοί παράγοντες είναι παρόντες σε οποιοδήποτε ομαδική θεραπευτική κατάσταση χωρίς αυτό να σημαίνει ότι είναι ελάσσονες. Ένα ενδιαφέρον λοιπόν ερώτημα που προκύπτει είναι ποιες από τις παραπάνω κατηγορίες παραγόντων εμφανίζονται στην πρωταρχική φυσική ομάδα που ονομάζεται οικογένεια και αν εμφανίζονται κάποιοι με ποιο τρόπο γίνεται αυτό.

Ο Foulkes (1948), επεσήμανε τους θεραπευτικούς παράγοντες στην ομαδική ανάλυση. Παρουσιάζονται συνοπτικά παρακάτω:

1. Ο θεραπευόμενος αποσύρεται από την απομόνωσή του σε μια κοινωνική κατάσταση όπου αισθάνεται ότι ταιριάζει και γίνεται αποδεκτός. Βρίσκει έναν χώρο όπου μπορεί να εκφραστεί ελεύθερα και υπάρχει αλληλοκατανόηση.

2. Ο θεραπευόμενος συνειδητοποιεί ότι υπάρχουν και άλλοι άνθρωποι με παρόμοια προβλήματα και ανησυχίες που χρήζουν θεραπευτικής παρέμβασης και άρα δεν είναι μοναδικός. Αυτό λειτουργεί ανακουφιστικά ειδικά σε ότι έχει να κάνει με συναισθήματα ενοχής και άγχους. Είναι πιο εύκολο να αντικρίζεις τα προβλήματα των άλλων παρά τα δικά σου. Με την χρήση θεραπευτικών τεχνικών ο θεραπευτής αναδεικνύει το μηχανισμό της προβολής που εμφανίζεται σε μια ομάδα. Ναρκισσιστικά στοιχεία της προσωπικότητας του κάθε μέλους, αντίρροπες δυνάμεις ταύτισης και αντιταύτισης συμπυκνώνονται στον όρο «καθρεφτίσματα» ή «καθρεφτικές αντιδράσεις» και αποδεικνύονται χρήσιμο εργαλείο εφόσον αξιοποιηθούν από το θεραπευτή.
3. Οι θεραπευόμενοι μιας αναλυτικής ομάδας έχουν το πλεονέκτημα της επεξεργασίας ποικίλων θεμάτων μιας και υπάρχει πολυφωνία αλλά και είναι πιο εύκολο να προσεγγιστούν όταν αντιμετωπίζονται συλλογικά. Μάλιστα βαθύτερα υπαρξιακά ζητήματα βρίσκουν κατάλληλο χώρο και πληρέστερη μεταχείριση. Το συλλογικό ασυνείδητο αναδεικνύεται στην ομάδα μέσα από όνειρα, συμβολισμούς, κοινές φοβίες. Η επεξεργασία τους σε επίπεδο ομάδας επιφέρει καλύτερα θεραπευτικά αποτελέσματα σε σύγκριση με την ατομική ανάλυση.
4. Η ανταλλαγή απόψεων και πληροφοριών μεταξύ των μελών προσδίδει στην ομάδα ιδιότητες ενός ζωντανού οργανισμού που εξυψώνει τη συναισθηματική ετοιμότητα και αυτογνωσία.
5. Η ομάδα λειτουργεί σαν ένας ζωτικός χώρος ανάπτυξης του εγώ. Συμβολικά είναι η αναπαράσταση μιας κοινότητας ανθρώπων που δίνει βήμα λόγου στα μέλη της. Έχουν την ευκαιρία να ξαναδομήσουν τόσο το εγώ όσο και την σχέση τους με το υπερεγώ, δηλαδή τις επιταγές της κοινότητας και τους περιορισμούς που θέτει στο εκείνο.
6. Τέλος η ομάδα μπορεί να λειτουργήσει υποστηρικτικά. Η ομάδα απορροφά καλύτερα τη μεταβίβαση του μέλους σε σχέση με τη μεταβίβαση στην ατομική θεραπεία, όπου η μεταβίβαση απευθύνεται μόνο προς τον θεραπευτή. Η ομάδα αποδεικνύεται πολύ χρήσιμο πλαίσιο, ειδικά όταν δεν υπάρχει χρόνος για πλήρη ανάλυση της μεταβίβασης ενός ατόμου. Το ζητούμενο της κοινωνικής προσαρμογής σίγουρα βρίσκει καλύτερη ανταπόκριση στην

αναλυτική ομάδα μιας και προσομοιάζει και στην κοινότητα ως όλον (Foulkes, 1948).

Παρουσιάζει λοιπόν ιδιαίτερο ενδιαφέρον η μελέτη των παραπάνω θεραπευτικών παραγόντων μιας αναλυτικής ομάδας συγκριτικά με το κλίμα που είναι εγκατεστημένο σε μια 'υγιή' οικογένεια. Έχουν γίνει πολλές μελέτες πάνω στο θεσμό της οικογένειας. Η παρούσα εργασία δανείζεται τις απόψεις του Skynner (2003), σχετικά με τα κύρια χαρακτηριστικά των υγιών οικογενειών. Παραθέτονται ως εξής:

Κύρια χαρακτηριστικά των "υγιών οικογενειών"

- Διασυνδεδετική διάθεση στις ανθρώπινες επαφές: ανοιχτές, φιλικές με βασική εμπιστοσύνη
- Σεβασμός στο ξεχωριστό, την ιδιαιτερότητα, την αυτονομία και την ιδιωτική ζωή
- Ανοιχτή, σαφής και ειλικρινής επικοινωνία
- Συμμαχία των γονέων, ισοτιμία ισχύος και δυνατότητας ελέγχου και αποφάσεων
- Εύκαμπτος έλεγχος, μέσω διαπραγματεύσεων, στα πλαίσια της αποδοχής της βασικής ιεραρχίας γονέα – παιδιού
- Αυθόρμητη διάδραση και χιούμορ
- Υψηλά επίπεδα πρωτοβουλίας
- Ενθαρρύνονται η διαφορετικότητα και η μοναδικότητα και εκτιμώνται η ζωηράδα και οι ισχυρές προσωπικότητες
- Η υγεία και η ποιότητα των σχέσεων μέσα στην οικογένεια είναι μεταβλητή κατάσταση.
- Οι σχέσεις μας είναι υγιείς όταν έχουν ισορροπημένη "δοσολογία" **αγάπης** και **ελευθερίας**.

Ο πρώτος παράγοντας του Foulkes (1948), που έχει να κάνει με την κοινωνικότητα ή τις κοινωνικές σχέσεις (socialization) και περιλαμβάνουν την αποδοχή και την κατανόηση συναντάται ίσως σε όλες τις προϋποθέσεις του καθώς έχουν να κάνουν με την επικοινωνία, το σεβασμό και τη βασική εμπιστοσύνη.

Ο δεύτερος παράγοντας που αφορά τις αντιδράσεις καθρέφτη ίσως είναι πιο εύκολο να αναδυθεί στην αναλυτική ομάδα παρά σε μια καθημερινότητα της οικογενειακής ζωής. Αποτελεί συστατικό στην ισότιμη σχέση των γονέων, στην ενθάρρυνση της διαφορετικότητας και της μοναδικότητας καθώς και στον εύκαμπτο έλεγχο με σεβασμό στην ιεραρχία της σχέσης γονέα – παιδιού. Αδιαμφισβήτητη η έννοια της προβολής που περικλείεται συμβαίνει ανάμεσα σε ανθρώπους που επικοινωνούν σε όλα τα επίπεδα σχέσεων.

Ο τρίτος παράγοντας που έχει να κάνει με την ενεργοποίηση απαντάται ξεκάθαρα στις προϋποθέσεις μιας υγιούς οικογένειας. Ειδικότερα σε αυτούς που αναφέρουν ζωνάδα, ενθάρρυνση πρωτοβουλιών, διάδραση μέσω χιούμορ και το δυναμικό στοιχείο της ποιότητας των υγιών σχέσεων σε αντίθεση με μια στατική δομή χωρίς εναλλαγές.

Ο τέταρτος παράγοντας περί ανταλλαγής εμπειριών και συμβουλών στην ομαδική συνάντηση αναφέρεται από τον ίδιο τον Foulkes ως στοιχείο υγιών σχέσεων ανάμεσα στα ισότιμα μέλη της οικογένειας. Τα παιδιά σε μια οικογένεια ακούν περισσότερο τα αδέρφια τους, ενώ αν το ίδιο πράγμα τους το έλεγαν οι γονείς συχνά αντιτίθενται. Αναλυτές με εμπειρία μπορούν να επιβεβαιώσουν αυτό το φαινόμενο απόρριψης των προτάσεων του θεραπευτή μιας ομάδας και την αποδοχή παρόμοιας πρότασης όταν εκστομίζεται από άλλο μέλος. Έχει να κάνει με την μεταβλητότητα των σχέσεων σε μια οικογένεια όπως αναφέρεται στις προϋποθέσεις

Ο πέμπτος παράγοντας που απαντάται και στις αρχές μιας πετυχημένης θεραπευτικής κοινότητας έχει να κάνει με την ισχύ. Ορίζεται ως η ενίσχυση των πρωτοβουλιών των μελών και η ενθάρρυνση στη συμμετοχή στη λήψη αποφάσεων που τους αφορούν. Στις προϋποθέσεις αναφέρονται ξεκάθαρα τα υψηλά επίπεδα πρωτοβουλίας, ο εύκαμπτος έλεγχος με σεβασμό στην ιεραρχία, η ενθάρρυνση της διαφορετικότητας και της μοναδικότητας και η ισορροπημένη δοσολογία αγάπης – ελευθερίας.

Τέλος, ο έκτος παράγοντας που έχει να κάνει με τον υποστηρικτικό ρόλο της ομάδας στη ζωή των μελών, θεωρείται αναμφίβολα στοιχείο μιας καλής οικογένειας, η ικανότητα να απορροφά τις μεταβιβάσεις των μελών της και να της μεταβολίζει συμβάλλοντας έτσι, στην υγιή ανάπτυξη των προσωπικοτήτων των μελών της. Ο

έκτος θεραπευτικός παράγοντας ίσως συναντάται σε όλες τις παραπάνω προϋποθέσεις.

Εντύπωση προκαλεί η άποψη του Slavson (στο Foulkes, 1948), ότι οποιαδήποτε θεραπευτική μέθοδος μπορεί να είναι αποτελεσματική μόνο μέσα από την δράση. Προσδιορίζει την «κοινωνική πείνα» ως μια από τις σημαντικότερες ενορμήσεις που αναδύεται μέσα από την εργασία του με ομάδες παιδιών. Η κοινωνική πείνα ορίζεται ως μεγάλη επιθυμία να γίνει κάποιος αποδεκτός από την ομάδα.

Οι βασικές ανάγκες όπως τις διαπίστωσε στις ομάδες παιδιών είναι:

1. Ανάγκη για ασφάλεια και ανιδιοτελή αγάπη.
2. Χτίσιμο του εγώ (αυτοεκτίμηση) και αίσθηση ότι αξίζει.
3. Δημιουργική έκφραση του εαυτού.
4. Αποδοχή από την ομάδα.

Είναι προφανές ότι όλα τα παραπάνω που συνάντησε στις ομάδες παιδιών που συντόνισε στη δεκαετία του '40 είναι βασικά στοιχεία μιας οικογένειας που θέλει να αναπτυχθούν υγιώς τα νεαρά μέλη της.

ΒΙΒΛΙΟΓΡΑΦΙΑ

Foulkes S.H. (1948). *Introduction to Group Analytic Psychotherapy*. London: Karnac.

Skynner, R. (2003). *Θεραπεία Οικογένεια. Η ομαδικαναλυτική προσέγγιση ως ανοιχτό σύστημα*, (Μετάφραση, Τσέγκου Αλ.). Αθήνα: Σαββάλας.

Skynner, R. (1998). *Οικογενειακές Υποθέσεις*, (Μετάφραση Παπασταύρου Αν.). Αθήνα: Ελληνικά Γράμματα.

Skynner, R. and Cleese, J. (1989). *Οικογένεια, η σύγχρονη Οδύσσεια*, (Σεϊτανίδη Μ.). Αθήνα: Κέδρος.

Skynner, R. (1990). In *Exploration With Families, Group Analysis and Family Therapy*. London: Routledge.

Ρήγα Β κ.α. (2006). *Οι Κοινωνικές Αναπαραστάσεις για την Οικογένεια Σήμερα*. Αθήνα: Ελληνικά Γράμματα.