

**Άρτεμις Γιώτσα, Ευσταθία Μακρή, Σοφία Κούτελου, Άννα Σταματελάτου,
Αργυρώ Χαβρεδάκη**

Συστημική θεώρηση οικογένειας και ομάδες συμβουλευτικής γονέων

ΠΕΡΙΛΗΨΗ

Η Συστημική Θεωρία Οικογένειας κάνει την εμφάνισή της σε διεθνές και ευρωπαϊκό επίπεδο τη δεκαετία του 1950. Οι σύγχρονες εξελίξεις με την Γ' Κυβερνητική στο χώρο της Συστημικής Θεωρίας περιλαμβάνουν την εφαρμογή της Συστημικής Θεωρίας όχι μόνο στο θεραπευτικό χώρο αλλά και στην εργασία σε μικρές ομάδες στην οικογένεια και στο σχολείο. Σκοπός της παρούσας εργασίας είναι η εφαρμογή των βασικών αρχών της Συστημικής θεωρίας και των τεχνικών που αναδύονται από τα διάφορα συστημικά μοντέλα στη συμβουλευτική γονέων. Λαμβάνοντας υπόψη τις αρχές, τη λειτουργία και τους στόχους της συμβουλευτικής γονέων (προάσπιση της ψυχικής υγείας των μελών της οικογένειας, ενημέρωση, σταδιακή αλλαγή των στάσεων) με την παρούσα εργασία επιχειρούμε να εφαρμόσουμε βασικές έννοιες και τεχνικές που βρίσκουν εφαρμογή στο πλαίσιο της συμβουλευτικής γονέων από τη Θεωρία του Bowen, το στρατηγικό μοντέλο του Haley, το δομικό μοντέλο του Minuchin, το μοντέλο του Μιλάνου, το μοντέλο της εστιαζόμενης στη λύση θεραπείας του de Shazer και από την αφηγηματική θεωρία.

ΛΕΞΕΙΣ ΚΛΕΙΔΙΑ: Συστημική Θεωρία, Οικογένεια, Εκπαίδευση Γονέων, Συμβουλευτική Οικογένειας

ABSTRACT

The Application of Systemic Theory in Parents' Training Groups

The Systemic Family Theory makes her appearance in international and European level in 1950. In our days the Systemic Theory is applicated not only in the therapeutic field but also in other systems such as the family context and the school system. The aim of the present paper is to present the application of Systemic Theory in parents' counseling in small groups. More specifically we present examples of the applications of Systems Theory concerning the

Bowen's Theory, the strategic model of Haley, the structural model of Minuchin, the model of Milan, the model of the solution focused theory of de Shazer and the narrative theory.

KEY WORDS: Systems Theory, Family, Parents training

Η γενική θεωρία συστημάτων

Η γενική θεωρία συστημάτων διαμορφώθηκε τη δεκαετία του 1940 με θεμελιωτή της το γερμανό Ludvig von Bertalanffy. Η βασικότερη θέση της ήταν η ολιστική προσέγγιση για την κατανόηση των φαινομένων (Παπαδιώτη-Αθανασίου & Σοφτά-Nall, 2006). Σύμφωνα με τη θεωρία αυτή η οικογένεια αντιμετωπίζεται ως σύστημα, δεν μπορεί δηλαδή κανείς να κατανοήσει ένα μέλος της οικογένειας αν δεν κατανοήσει πώς λειτουργούν όλα μαζί τα μέλη (Brown & Christensen, 1999). Το κάθε σύστημα είναι μέρος ενός ευρύτερου συστήματος, σε μια οργανωμένη σχέση και σε συνεχή αλληλεπίδραση μαζί του. Για παράδειγμα, το άτομο είναι μέρος του συστήματος της οικογένειας, η οποία ανήκει στο ευρύτερο σύστημα της κοινότητας, η οποία ανήκει στο ευρύτερο σύστημα της κοινωνίας, η οποία με τη σειρά της ανήκει στο σύστημα της ανθρωπότητας (Βασιλείου, 1987).

Οι αρχές της γενικής θεωρίας συστημάτων επηρέασαν την εξέλιξη της οικογενειακής θεραπείας. Σήμερα οι όροι οικογενειακή θεραπεία και συστημική θεραπεία θεωρούνται ταυτόσημοι και περιλαμβάνουν και άλλα πλαίσια πέρα από το οικογενειακό, όπως για παράδειγμα το σχολικό περιβάλλον, το κοινωνικό πλαίσιο, το επαγγελματικό κ.α. Οι κυριότερες θέσεις της συστημικής θεωρίας είναι η διεύρυνση του πλαισίου και οι κυκλικές σχέσεις που αναπτύσσονται μέσα σε αυτό. Σύμφωνα με τη διεύρυνση του πλαισίου η έμφαση δίνεται στις σχέσεις, στις αλληλεπιδράσεις και στις αλληλεξαρτήσεις που αναπτύσσονται μεταξύ των διαφόρων μελών. Οι αξιολογήσεις των καταστάσεων και των φαινομένων γίνονται σε σχέση με το πλαίσιο. Για παράδειγμα, μια προβληματική συμπεριφορά ενός μέλους μπορεί να έχει μια χρησιμότητα για τη λειτουργία της οικογένειας. Αν την εντάξουμε μέσα στο οικογενειακό πλαίσιο είναι λειτουργική, ενώ εκτός πλαισίου δυσλειτουργική. Σύμφωνα με την αρχή της κυκλικής σχέσης η έννοια της αιτίας καταργείται. Το κάθε άτομο επηρεάζει αλλά και επηρεάζεται από τα άλλα άτομα και κατά συνέπεια το κάθε σύστημα επηρεάζει, αλλά και επηρεάζεται από τα άλλα συστήματα.

Στην πορεία και στην ιστορική εξέλιξη της συστημικής οικογενειακής θεραπείας αναπτύχθηκαν και συνεχίζουν να αναπτύσσονται σημαντικά μοντέλα θεραπευτικής προσέγγισης (Walsch & McGraw, 1992): Τα σημαντικότερα από αυτά είναι το διαγενεαλογικό μοντέλο του Bowen, το στρατηγικό μοντέλο του Haley, το δομικό μοντέλο του Minuchin, το μοντέλο της Σχολής του Μιλάνου, το μοντέλο της

εστιαζόμενη στη λύση θεραπείας του de Shazer και το αφηγηματικό μοντέλο. Τα παραπάνω μοντέλα πέρα από τις θεωρητικές κατευθύνσεις τους, συνδράμουν με σημαντικές τεχνικές οι οποίες μπορούν να εφαρμοστούν σε ποικίλα πεδία παρέμβασης όπως ο εκπαιδευτικός χώρος, τα διάφορα επαγγελματικά πλαίσια και το οικογενειακό σύστημα.

Ο θεσμός των Ομάδων /Σχολών Γονέων στην Ευρώπη και στις Η.Π.Α.

Η συστημική προσέγγιση στο εκπαιδευτικό και το οικογενειακό πλαίσιο μπορεί να εφαρμοστεί μέσω του θεσμού των Σχολών Γονέων. Από τη δεκαετία του '60 και μετά η εκπαίδευση των γονέων έχει αποτελέσει αντικείμενο ενδιαφέροντος. Ποικίλες κυβερνητικές και μη κυβερνητικές οργανώσεις και φορείς στις Η.Π.Α. και στην Ευρώπη έχουν ασχοληθεί με το θεσμό των Ομάδων/Σχολών Γονέων σε ερευνητικό και θεωρητικό πεδίο.

Στο Παρίσι το 1962 ιδρύθηκε η Διεθνής Ομοσπονδία για την Εκπαίδευση των Γονέων (Federation Internationale pour l'Education des Parents-F.I.E.P.), μη κυβερνητικός οργανισμός, που περιλαμβάνει 60 διεθνείς και τοπικές οργανώσεις γονέων. Οι βασικές αρχές της Ομοσπονδίας είναι i) η ενημέρωση και πληροφόρηση των γονέων και ii) η διαμόρφωση και η διαφοροποίηση των στάσεων των μελών του οικογενειακού συστήματος. Στην Ολλανδία έχει την έδρα της η Ευρωπαϊκή Ένωση Γονέων (European Parents Association) η οποία συμπεριλαμβάνει ενώσεις γονέων από όλες τις ευρωπαϊκές χώρες με εγγεγραμμένα μέλη 100 εκατομμύρια γονείς περίπου. Σκοπός της Ευρωπαϊκής Ένωσης Γονέων είναι να εκπαιδεύσει τους γονείς, μέσω σεμιναρίων σε θέματα ανατροφής των παιδιών και να προωθήσει την ενεργό συμμετοχή των γονέων σε όλα τα επίπεδα εκπαίδευσης στην Ευρώπη με σκοπό τη συνεργασία σχολείου-οικογένειας.

Τα τελευταία χρόνια επιδιώκεται και στις Η.Π.Α, η ενεργή συμμετοχή της οικογένειας στην εκπαίδευση των παιδιών και ενισχύεται σε μεγάλο βαθμό η συνεργασία σχολείου και οικογένειας με προγράμματα όπως το "No child left behind"(N.C.L.B.) το οποίο έχει σκοπό όπως δηλώνει ο τίτλος του, να «μην αφήσει κανένα παιδί να υστερήσει» (Wright, Wright, & Heath, 2003) και το πρόγραμμα «Ομάδες Δράσης Γονέων» (Parent action groups), το οποίο ενθαρρύνει τη δημιουργία ομάδων γονέων

σε διάφορες γειτονιές, με σκοπό την ανταλλαγή απόψεων και την αμοιβαία συνεργασία των γονέων σε θέματα που αφορούν το μέγιστο και την ασφάλεια των παιδιών τους (Μυλωνάκου-Κεκέ, 2007).

Οι Σχολές Γονέων στην Ελλάδα

Η πρώτη Σχολή Γονέων δημιουργήθηκε στην Ελλάδα το 1962 από την Μαρία Χουρδάκη και ακολούθησε τις βασικές αρχές της Διεθνούς Ομοσπονδίας για την Εκπαίδευση των Γονέων (Federation Internationale pour l'Education des Parents) όπως ήδη αναφέρθηκε. Οι αρχές αυτές αναφέρονται στην ενημέρωση, πληροφόρηση των γονέων και, επίσης, στη διαμόρφωση και διαφοροποίηση της στάσης των μελών της οικογένειας. Σκοπός των Σχολών Γονέων είναι η στήριξη του θεσμού της οικογένειας, ο εκσυγχρονισμός του ρόλου των γονέων και η προάσπιση της ψυχικής υγείας του παιδιού. Το σύστημα εργασίας που εφαρμόζεται στις Σχολές Γονέων υπό την εποπτεία της Μ. Χουρδάκη (2000) ονομάζεται Εξελικτικό Σύστημα διότι α) συνδυάζει την παροχή γνώσεων προς τους γονείς σύμφωνα με τα δεδομένα της επιστήμης της εξελικτικής ψυχολογίας και β) στοχεύει στην σταδιακή διαφοροποίηση των στάσεων των μελών του οικογενειακού συστήματος ως προς τα θέματα που αναδύονται. Η μεθοδολογία των Ομάδων/Σχολών Γονέων στηρίζεται στη δυναμική της ομάδας η οποία αποτελείται από 15-20 περίπου άτομα και γίνεται σε εβδομαδιαία βάση. Η θεματολογία στις Σχολές Γονέων δεν ορίζεται εξ'αρχής από τον συντονιστή της ομάδας αλλά, αντίθετα, από τους ίδιους τους γονείς. Τα θέματα έρχονται στην επιφάνεια, αυθόρμητα, σταδιακά, καθώς με το διάλογο τα μέλη της ομάδας παρουσιάζουν τον προβληματισμό, τις απορίες, τις αντιρρήσεις τους. Η θεματολογία διαφοροποιείται ανάλογα με τις συνθήκες, τα ενδιαφέροντα και τη δυναμική της ομάδας.

Η Γενική Γραμματεία Εκπαίδευσης Ενηλίκων του Υπουργείου Εθνικής Παιδείας και Θρησκευμάτων επίσης, ίδρυσε το 1998 και θέτει σε λειτουργία σε όλους τους νομούς της χώρας Σχολές Γονέων. Η λειτουργία τους υποστηρίζεται από το Ινστιτούτο Διαρκούς Εκπαίδευσης Ενηλίκων (Ι.Δ.ΕΚ.Ε.) της Γενικής Γραμματείας Εκπαίδευσης Ενηλίκων (Γ.Γ.Ε.Ε.). Το έργο έχει ως στόχο να υποστηρίξει τους γονείς στο ρόλο τους προσφέροντάς τους γνώσεις και ευκαιρίες για προβληματισμό και ανταλλαγή εμπειριών σε θέματα που τους απασχολούν. Πιο συγκεκριμένα μέσω της συστηματικής ευαισθητοποίησης και ενημέρωσης, το έργο στοχεύει:

- Στη βελτίωση της επικοινωνίας μέσα στην οικογένεια,
- στην ουσιαστική επικοινωνία των γονέων με το σχολείο,
- στην βελτίωση των γνώσεων των γονέων σχετικά με τις ψυχικές, κοινωνικές, πνευματικές και άλλες ανάγκες των παιδιών σε κάθε στάδιο ανάπτυξής τους,
- στην ενθάρρυνση της συμμετοχής των γονέων στις σχολικές δραστηριότητες και της συνεργασίας τους με τους εκπαιδευτικούς των σχολείων για την αποτελεσματικότερη παροχή βοήθειας στα παιδιά τους,
- στη βελτίωση των γνώσεων των γονέων και στην ανάπτυξη δεξιοτήτων για την έγκαιρη διάγνωση και αντιμετώπιση δύσκολων συμπεριφορών των παιδιών τους,
- στην απόκτηση ικανοτήτων έτσι ώστε να μπορούν να αντεπεξέλθουν στις απαιτήσεις του νηπιαγωγείου, δημοτικού, γυμνασίου και λυκείου (Γεώργας, Μπεζεβέγκης, Γιώτσα & Γεωργίου, 2007).

Σκοπός της παρούσας εργασίας

Σκοπός της παρούσας εργασίας είναι η εφαρμογή των βασικών αρχών της συστημικής θεωρίας και των τεχνικών που αναδύονται από τα διάφορα συστημικά μοντέλα στη συμβουλευτική γονέων. Λαμβάνοντας υπόψη τις αρχές, τη λειτουργία και τους στόχους της συμβουλευτικής γονέων (προάσπιση της ψυχικής υγείας των μελών της οικογένειας, ενημέρωση, σταδιακή αλλαγή των στάσεων) θα μπορούσαμε να απομονώσουμε βασικές έννοιες και τεχνικές από τις παρακάτω θεωρίες, οι οποίες βρίσκουν εφαρμογή στο πλαίσιο της συμβουλευτικής γονέων. Μερικές από τις προσεγγίσεις αυτές είναι οι ακόλουθες: 1. Το διαγενεαλογικό μοντέλο του Bowen, 2. Το στρατηγικό μοντέλο του Haley, 3. Το δομικό μοντέλο του Minuchin, 4. Το μοντέλο της Σχολής του Μιλάνου, 5. Το μοντέλο της εστιαζόμενης στη λύση θεραπείας του de Shazer και 6. Το μοντέλο της αφηγηματικής θεωρίας.

1. Το διαγενεαλογικό μοντέλο του Bowen

Ο Bowen (1966) ανέπτυξε τη θεωρία των οικογενειακών συστημάτων σύμφωνα με την οποία η οικογένεια αποτελεί μια συναισθηματική μονάδα, ένα πλέγμα αλληλοσυνδεόμενων σχέσεων που καθίσταται σαφέστερα κατανοητό όταν αναλύεται μέσα σε ένα πολυγενεαλογικό ή ιστορικό πλαίσιο. Στην αιτιολογία των ψυχικών διαταραχών καθοριστικό ρόλο διαδραματίζει το οικογενειακό συναισθηματικό σύστημα που επεκτείνεται σε αρκετές γενιές. Στο πλαίσιο της εν λόγω θεωρίας τα μέλη της οικογένειας δεν λειτουργούν σαν αυτόνομες ψυχολογικές οντότητες, αλλά

είναι άρρηκτα δεμένα σε ό,τι αφορά τη σκέψη, το συναίσθημα και τη συμπεριφορά με το οικογενειακό σύστημα σχέσεων (Goldenberg & Goldenberg, 2005). Στα πλαίσια της θεραπευτικής προσέγγισης του Bowen στόχος της θεραπείας αποτελεί η μεγαλύτερη διαφοροποίηση του ατόμου και η αποτριγωνοποίηση των μελών της οικογένειας. Λαμβάνοντας υπόψη τους στόχους της συμβουλευτικής γονέων (βελτίωση ψυχικής υγείας παιδιού και όλων των μελών της οικογένειας) μπορεί κανείς εύκολα να διαπιστώσει την εφαρμογή της θεωρίας του Bowen στη συμβουλευτική γονέων.

Οι βασικές αρχές από τη θεωρητική προσέγγιση του Bowen (1966) οι οποίες μπορούν να βρουν εφαρμογή στη συμβουλευτική γονέων είναι οι ακόλουθες:

I. Η διαφοροποίηση του εαυτού. Πρόκειται για την αξιολόγηση του βαθμού στον οποίο το μέλος της οικογένειας είναι ικανό να διακρίνει τη διανοητική διαδικασία από τη συναισθηματική. Για παράδειγμα, όταν ένα παιδί που μεγαλώνει δεν καταφέρνει να διαχωριστεί από τους γονείς του σημαίνει ότι υπάρχει χαμηλός βαθμός διαφοροποίησης του ατόμου από την οικογένεια. Ο Bowen (1966) μιλάει για το «αδιαφοροποίητο μαζικό Εγώ της οικογένειας». Βλέπει δηλαδή την οικογένεια σαν μια αδιαφοροποίητη μάζα με μέλη συγχωνευμένα. Αυτή τη συγχώνευση την αναγνωρίζει κανείς σε κάθε οικογένεια αλλά σε διαφορετικό βαθμό, ο οποίος αλλάζει καθώς μεταβάλλονται οι εξωτερικές συνθήκες. Έτσι, σε μια φάση έντονου στρες όπως ο θάνατος κάποιου, η ασθένεια ή ένα εργασιακό πρόβλημα ο βαθμός συγχώνευσης μέσα στην οικογένεια μπορεί να αυξάνεται.

Στις Ομάδες Γονέων συχνά οι γονείς φέρνουν θέματα που σχετίζονται με το βαθμό διαφοροποίησης/ συγχώνευσης στο άμεσο ή/ και ευρύτερο οικογενειακό τους πλαίσιο. Ενδεικτικό είναι το παράδειγμα μιας μητέρας που συμμετέχει σε Ομάδα Γονέων και εκφράζει την αγωνία της για τις επιδόσεις του παιδιού της στο σχολείο:

«Εμείς όταν ξεκινήσαμε το σχολείο, αντιμετωπίσαμε αρκετές δυσκολίες. Τώρα που πηγαίνουμε στην Γ' Δημοτικού η δασκάλα μας είναι αρκετά αυστηρή».

Ο συντονιστής της Ομάδας Γονέων σκοπό έχει να βοηθήσει το μέλος να κατανοήσει τη συγχώνευση που βιώνει μέσα στο οικογενειακό της περιβάλλον και να αναγνωρίσει ότι συγχέει το ρόλο της ως μητέρα με το ρόλο του παιδιού της, μαθητή της Γ' Δημοτικού. Βοηθητικό για αυτή τη μητέρα θα ήταν να διαφοροποιήσει τον εαυτό της από το παιδί της, ώστε να μπορέσει να διαφοροποιήσει τις ανάγκες της και τα συναισθήματα του παιδιού της από τα δικά της.

II. Τρίγωνα: Μια άλλη έννοια από τη θεωρία του Bowen (1996) που συναντάμε συχνά στη συμβουλευτική γονέων είναι η έννοια των τριγώνων. Τα τρίγωνα

δημιουργούνται σε κάθε οικογένεια και κάθε ανθρώπινη σχέση που αναπτύσσεται. Ως εκ τούτου, εμφανίζονται ως διαδικασία συσχέτισης και στο πλαίσιο της συμβουλευτικής γονέων. Η εισαγωγή ενός τρίτου προσώπου στη δυαδική σχέση αποτελεί μια προσπάθεια σταθεροποίησης του δυαδικού συστήματος όταν υπάρχει κίνδυνος διατάραξης. Όταν η ένταση μεταξύ δύο ατόμων αυξάνεται σε βαθμό που γίνεται απειλητική για τη δυαδική σχέση, τότε η δυάδα ενσωματώνει ένα τρίτο μέρος στο οποίο διοχετεύει μέρος της έντασης, και απαλύνει έτσι την έντασή της (Fogarty, 1975). Ο Bowen (1966, 1996) αντιλαμβάνεται τα τρίγωνα ως «τείχη της ανώριμης οικογένειας». Αν δύο άνθρωποι ενδιαφερθούν για ένα τρίτο πρόσωπο, αντικείμενο, θέμα ή φαντασίωση, μπορούν να αποφύγουν τα πραγματικά απειλητικά μεταξύ τους θέματα. Έτσι, μια μητέρα και ένας πατέρας μπορεί να παραμείνουν μαζί «για χάρη των παιδιών», ένα σχήμα που συναντάται πολύ συχνά στις ομάδες συμβουλευτικής γονέων. Η τριγωνοποίηση έχει τουλάχιστον τέσσερα πιθανά αποτελέσματα:

- Μια σταθερή δυάδα μπορεί να αποσταθεροποιηθεί με την προσθήκη ενός τρίτου προσώπου (π.χ. η γέννηση ενός παιδιού μπορεί να φέρει σύγκρουση σε έναν αρμονικό γάμο)
- Μια σταθερή δυάδα μπορεί να αποσταθεροποιηθεί με την απομάκρυνση ενός τρίτου προσώπου (π.χ. όταν το παιδί φεύγει από το σπίτι)
- Μια ασταθής δυάδα μπορεί να σταθεροποιηθεί με την προσθήκη ενός τρίτου προσώπου (π.χ. γέννηση ενός παιδιού)
- Μια ασταθής δυάδα μπορεί να σταθεροποιηθεί με την απομάκρυνση ενός τρίτου προσώπου (π.χ. όταν ένα τρίτο πρόσωπο (μητέρα/πεθερά) δεν παίρνει το μέρος κάποιου μειώνεται η σύγκρουση).

Στη συμβουλευτική γονέων, όπως και στην οικογενειακή θεραπεία, ο συντονιστής της ομάδας καλείται να αναγνωρίσει τα τρίγωνα που δημιουργούνται σε μία σχέση και να βοηθήσει τον γονέα να απεμπλακεί από αυτόν τον τρόπο του σχετίζεσθαι, που είναι πολλές φορές δυσλειτουργικός. Στο παρακάτω παράδειγμα είναι ενδεικτική η τριγωνοποίηση του πατέρα στη σχέση μητέρας – παιδιών.

Μητέρα: Τώρα που θα έρθει ο πατέρας σας θα δείτε..

Ο συντονιστής της ομάδας γονέων βοηθάει τη μητέρα να επικοινωνήσει η ίδια με τα παιδιά της και όχι παρεμβάλλοντας με απειλητικό τρόπο την παρουσία του πατέρα.

III. Συναισθηματικό σύστημα πυρηνικής οικογένειας. Σύμφωνα με τον Bowen οι άνθρωποι επιλέγουν συντρόφους που έχουν παρόμοιο βαθμό διαφοροποίησης με το δικό τους, άρα είναι πιθανό ένα μη διαφοροποιημένο άτομο να επιλέξει για σύζυγο ένα άτομο εξίσου συγχωνευμένο με την οικογένεια προέλευσης. Επιπλέον, είναι

πιθανό αυτά τα άτομα να συγχωνευτούν σε μεγάλο βαθμό και να δημιουργήσουν μια οικογένεια με τα ίδια χαρακτηριστικά. Το συναισθηματικό σύστημα της πυρηνικής οικογένειας που θα προκύψει θα είναι ασταθές και θα αναζητά διάφορους τρόπους να μειώσει την ένταση και να διατηρήσει τη σταθερότητα, όπως η εμφάνιση συμπτώματος στον έναν γονέα, η ψυχική διαταραχή ενός παιδιού ή η χρόνια και άλυτη συζυγική σύγκρουση.

Στην ομάδα συμβουλευτικής γονέων, όταν ανακύπτουν θέματα συζυγικών συγκρούσεων, ο συντονιστής μπορεί να διερευνήσει τον τρόπο διαφοροποίησης ή συγχώνευσης που έχει στην πατρική του οικογένεια και στη συνέχεια τον μεταφέρει στην τωρινή συζυγική επικοινωνία. Για παράδειγμα, η ανάληψη πρωτοβουλιών από τον έναν σύζυγο και η παθητική συμπεριφορά του άλλου συζύγου επιφέρει συχνά συγκρούσεις μεταξύ τους. Σκοπός είναι να εντοπιστεί το σχήμα συμπεριφοράς που έμαθε ο κάθε σύζυγος στην πατρική του οικογένεια και να διερευνηθεί αν αυτό μεταφέρεται στην τωρινή οικογένεια και αν είναι λειτουργικό ή όχι στο εδώ και τώρα.

2. Το στρατηγικό μοντέλο του Haley

Το στρατηγικό μοντέλο του Haley (1963) στοχεύει να μεταβάλει την οργάνωση της οικογένειας έτσι ώστε το παρουσιαζόμενο πρόβλημα να μην εξυπηρετεί πια την προηγούμενη λειτουργία του. Η αλλαγή προκύπτει μέσω των οδηγιών που δίνει ο θεραπευτής στην οικογένεια (Goldenberg & Goldenberg, 2005). Κεντρική θέση στη θεωρία του Haley κατέχουν οι έννοιες έλεγχος και εξουσία. Οι προσπάθειες ελέγχου χαρακτηρίζουν όλες τις οικογένειες και κάθε σχέση δύο ή περισσότερων ανθρώπων. Τα περισσότερα ζευγάρια αναπτύσσουν άμεσους τρόπους για την αντιμετώπιση ζητημάτων ελέγχου. Σύμφωνα με τον Haley (1963) οι συγκρούσεις για έλεγχο/εξουσία σε μια σχέση είναι αναπόφευκτες και επηρεάζουν όλα τα μέλη της οικογένειας. Υπό αυτή την έννοια, στη συμβουλευτική γονέων ο συντονιστής έρχεται συχνά αντιμέτωπος με θέματα που αφορούν στην εξουσία/έλεγχο στη συζυγική σχέση. Ενδεικτικό είναι το παράδειγμα μιας μητέρας που συμμετέχει σε ομάδα γονέων και περιγράφει μια οικογενειακή βόλτα.

«...Πήγαμε όλοι μαζί και παρακολουθήσαμε την παράσταση. Μετά ο Π. πρότεινε ένα μέρος για να πάμε να φάμε. Πρότεινα και εγώ ένα άλλο. Βεβαίως πήγαμε σε αυτό που πρότεινα εγώ...»

Στην περιγραφή αυτή ο Συντονιστής της Ομάδας Γονέων μπορεί να πάρει πληροφορίες σχετικά με το ρόλο ελέγχου που αναλαμβάνει καθένας από τους δύο

συζύγους σε ό,τι αφορά τις οικογενειακές λειτουργίες (ψυχαγωγικές, εκπαιδευτικές, οικονομικές κ.λ.π.).

Στη στρατηγική οικογενειακή θεραπεία δίνεται ιδιαίτερη έμφαση στη σημασία του συμπτώματος (Haley, 1963). Το σύμπτωμα δεν αντιπροσωπεύει απλά μια συμπεριφορά που κάποιος δεν μπορεί να ελέγξει, αλλά μια στρατηγική που προσαρμόζεται σε μια παρούσα κοινωνική συνθήκη με σκοπό τον έλεγχο μιας σχέσης, όταν όλες οι άλλες στρατηγικές έχουν αποτύχει. Η εκδήλωση ενός συμπτώματος δεν αποτελεί εκφράσεις ενδοψυχικής σύγκρουσης, αλλά διαπροσωπικά συμβάντα. Στοχεύοντας στην αλλαγή, δηλαδή στο να αναπτύξει το μέλος της ομάδας άλλους τρόπους ορισμού των σχέσεων, ο στρατηγικός σύμβουλος χρησιμοποιεί ασκήσεις μέσω οδηγιών και δοκιμασιών.

Οι ασκήσεις. Τα είδη των ασκήσεων περιλαμβάνουν τις άμεσες οδηγίες (προτείνουν νέες εμπειρίες σαφώς προσανατολισμένες στην επιθυμητή αλλαγή) και τις έμμεσες οδηγίες (παράδοξες παρεμβάσεις που δίνονται σε περιπτώσεις έντονης ακαμψίας). Σε ό,τι αφορά τις έμμεσες οδηγίες μπορούμε να τις διακρίνουμε α) σε επιτακτικές όπου ο συντονιστής ζητά από τα άτομα να κάνουν κάτι και β) σε περιγραφικές όπου ο συντονιστής επαναπροσδιορίζει με θετικό τρόπο κάτι που ήδη έγινε. Οι παράδοξες ασκήσεις ζητούν από τα μέλη να κάνουν κάτι αντίθετο ορθολογικά με την άρση του συμπτώματος και δίνονται πάντα μετά από αναπλαισίωση (*«συνεχίστε να τσακώνεστε, έτσι νιώθετε αρκετά σημαντικοί ο ένας για τον άλλον»*).

Στην ομάδα συμβουλευτικής γονέων ο συντονιστής της ομάδας μπορεί να δώσει κάποιες ασκήσεις στα μέλη με άμεσες ή έμμεσες οδηγίες. Π.χ. να αλλάξουν ρόλους οι σύζυγοι μεταξύ τους για μία εβδομάδα. Ο «αρχηγός» της οικογένειας να γίνει «βοηθός» και ο «βοηθός» να γίνει «αρχηγός». Στην περίπτωση για παράδειγμα, που το παιδί έρχεται κάθε βράδυ και κοιμάται στο κρεβάτι των γονιών του, δίνεται η οδηγία να πηγαίνει ο γονιός δίπλα στο κρεβάτι του παιδιού, όσες φορές και αν χρειαστεί.

3. Το δομικό μοντέλο του Minuchin

Το δομικό μοντέλο του Minuchin (1974) εστιάζει στα προβλήματα και στις λύσεις μέσα στο πλαίσιο κι όχι ξεχωριστά. Βασικά η δομική θεραπευτική προσέγγιση στοχεύει στην άρση των συμπτωμάτων μέσα από την αποδόμηση και αναδόμηση των οικογενειακών κανόνων λειτουργίας. Ο Minuchin ως δημιουργός και βασικός εκφραστής του δομικού μοντέλου θεωρεί την συμπτωματική συμπεριφορά ως

αντίδραση στην οικογενειακή πίεση. Τα συμπτώματα του Αναγνωρισμένου Ασθενή (I.P.-identified patient) προέρχονται από δυσλειτουργικές οικογενειακές αλληλεπιδράσεις (Goldenberg & Goldenberg, 2000).

Οι δομικοί θεραπευτές δίνουν ιδιαίτερη προσοχή στα σχήματα συναλλαγής της οικογένειας, γιατί αυτά δίνουν πληροφορίες για τη δομή της οικογένειας, για τη διαπερατότητα των ορίων του οικογενειακού υποσυστήματος και για τους συνασπισμούς ή τις ευθυγραμμίσεις ανάμεσα στα μέλη της οικογένειας. Στις Ομάδες Γονέων οι θεωρητικές απόψεις του Minuchin μπορούν να αποτελέσουν έναν πολύ χρήσιμο οδηγό για τον συντονιστή στην προσπάθεια του να κατανοήσει τον οικογενειακό χάρτη κάθε γονέα.

Δομή της οικογένειας. Πρόκειται για τους κανόνες που διέπουν τη λειτουργία μιας οικογένειας. Οι κανόνες αυτοί ορίζουν το πώς, πότε και με ποιον (τα σχήματα δηλ. των συναλλαγών) σχετίζονται τα μέλη της οικογένειας. Συνήθως, μόλις κάποιοι κανόνες καθιερωθούν, παγιώνονται και αντιστέκονται στην αλλαγή. Για παράδειγμα σε μια οικογένεια ο γιος αρνείται να καθαρίσει το δωμάτιό του όταν του το ζητάει η μητέρα, αλλά το κάνει όταν το ζητήσει ο πατέρας του. Αν αυτή η συμπεριφορά και παρόμοιες άλλες συμπεριφορές είναι σταθερές μέσα στο χρόνο, δείχνουν ότι ο πατέρας ασκεί την εξουσία στα θέματα αυτά (Minuchin, 1974) .

Τα σχήματα συναλλαγών μιας οικογένειας επηρεάζονται από γενικούς ή καθολικούς κανόνες και από ιδιοσυγκρασιακούς ή εξατομικευμένους κανόνες. Ο Minuchin (1974) πιστεύει ότι για να λειτουργήσει μια οικογένεια καλά πρέπει να υπάρχει μια ιεραρχία, με τους γονείς να έχουν μεγαλύτερη εξουσία από τα παιδιά και τα μεγαλύτερα παιδιά να έχουν περισσότερες ευθύνες αλλά και προνόμια από τα μικρότερα. Επίσης, στα σχήματα συναλλαγών μιας οικογένειας πρέπει να υπάρχει συμπληρωματικότητα των λειτουργιών. Για παράδειγμα, το ζευγάρι μπορεί να λειτουργεί σαν ομάδα, αλλά ταυτόχρονα να διατηρεί ο καθένας και την αυτονομία του. Μια οικογένεια προσπαθεί να διατηρήσει τα σχήματα συναλλαγών της, δηλαδή τη δομή της, όσο το δυνατόν περισσότερο. Από την άλλη πλευρά όμως, η οικογένεια πρέπει να είναι ικανή να προσαρμόζεται σε μεταβαλλόμενες συνθήκες. Για παράδειγμα, μια οικογένεια χρειάζεται να μπορεί να αλλάξει τους τρόπους συναλλαγής της και τη δομή της όταν το παιδί μεγαλώσει και γίνει ενήλικο ή όταν η μητέρα αρχίσει να εργάζεται κτλ. Για να γίνει αυτό η οικογένεια πρέπει να έχει πολλά σχήματα συναλλαγών και να είναι ευέλικτη ώστε να μπορεί να τροποποιήσει τον τρόπο που συναλλάσσεται ανάλογα με τις εκάστοτε συνθήκες.

Μια άλλη έννοια που αξιοποιούμε από τη θεωρία του Minuchin είναι τα Οικογενειακά Υποσυστήματα. Οι διαχωρισμοί των υποσυστημάτων στην οικογένεια γίνονται, συνήθως, σύμφωνα με:

- Το φύλο (άνδρας, γυναίκα)
- Τη γενιά (γονείς, παιδιά)
- Τα κοινά ενδιαφέροντα (πνευματικά, κοινωνικά)
- Τις λειτουργίες (ποιος είναι υπεύθυνος για παράδειγμα για ποιες δουλειές)

Σε μια οικογένεια κάθε μέλος της μπορεί να ανήκει σε αρκετά υποσυστήματα ταυτόχρονα, έχοντας διαφορετική δύναμη σε κάθε μια από αυτές. Για παράδειγμα, ένα παιδί μπορεί να ενεργεί ως μικρός γιος με μικρότερη εξουσία απέναντι στον πατέρα, αλλά ταυτόχρονα έχει μεγαλύτερη εξουσία όταν είναι με το μικρότερο αδερφό του. Κάθε υποσύστημα έχει τα δικά του όρια και κανόνες που ρυθμίζουν ποιος συμμετέχει, καθώς και τους ρόλους των συμμετεχόντων. Σύμφωνα με τον Minuchin, η οργάνωση μιας οικογένειας σε υποσυστήματα εκπαιδεύει τα μέλη της να αναπτύξουν την αίσθηση του εαυτού τους και να αποκτήσουν προσωπικές δεξιότητες σε διαφορετικά επίπεδα.

Τα **όρια** αποτελούν άλλη μία βασική έννοια που δανειζόμαστε από το δομικό μοντέλο στη συμβουλευτική γονέων. Ανάμεσα στα υποσυστήματα της οικογένειας μπορεί να υπάρχουν τα ακόλουθα όρια:

- Σαφώς καθορισμένα όρια που ενθαρρύνουν την ανεξαρτησία και την αυτονομία των μελών (δίνουν σε κάθε μέλος μία αίσθηση «εγώ» μαζί με μια ομαδική αίσθηση «εμείς»).
- Άκαμπτα ή μη ευέλικτα όρια που οδηγούν σε αδιαπέραστους φραγμούς μεταξύ των υποσυστημάτων (Σε μια τέτοια οικογένεια το παιδί μπορεί να έχει μια αίσθηση ανεξαρτησίας, ταυτόχρονα όμως να είναι απομονωμένο από τους άλλους και να μην έχει τη στήριξη που μπορεί να χρειάζεται).
- Συγκεχυμένα όρια που δεν ξεχωρίζουν και παραβιάζονται εύκολα. Στις οικογένειες που υπάρχουν συγκεχυμένα όρια τα μέλη υπερασχολούνται και υπερεμπλέκονται ο ένας στη ζωή του άλλου. Τα παιδιά μπορεί να ενεργούν ως γονείς και ο γονεϊκός έλεγχος ίσως να είναι αναποτελεσματικός (π.χ. ένα παιδί φταρνίζεται, η αδερφή τρέχει για χαρτομάντιλα, η μητέρα φέρνει θερμόμετρο, ο πατέρας ανησυχεί ότι το παιδί θα αρρωστήσει).

Ευθυγραμμίσεις, Δύναμη, Συνασπισμοί. Οι ευθυγραμμίσεις αναφέρονται στους ψυχολογικούς ή συναισθηματικούς δεσμούς που έχουν τα μέλη μιας οικογένειας. Στο κατά πόσο δηλαδή υποστηρίζουν τα μέλη ή όχι το ένα το άλλο. Για παράδειγμα, συμφωνεί ή διαφωνεί ο πατέρας με την πειθαρχία της μητέρας απέναντι στα παιδιά.

Ορισμένες ευθυγραμμίσεις θεωρούνται από τους δομικούς δυσλειτουργικές (Minuchin, 1974). Η δύναμη μέσα στην οικογένεια έχει να κάνει με το ποιος παίρνει τις αποφάσεις και με το ποιος εκτελεί τις αποφάσεις. Για παράδειγμα, μπορεί η μητέρα να έχει σημαντική επιρροή στη συμπεριφορά της έφηβης κόρης της μέσα στο σπίτι, αλλά ελάχιστη επιρροή στις κοινωνικές επαφές της εκτός σπιτιού. Οι συνασπισμοί είναι συμμαχίες ανάμεσα σε συγκεκριμένα μέλη της οικογένειας εναντίον ενός τρίτου μέλους. Ένας συνασπισμός μπορεί να είναι σταθερός, να είναι δηλαδή μια άκαμπτη ένωση (π.χ μητέρα και γιος) που κυριαρχεί στην καθημερινή λειτουργία της οικογένειας. Μπορεί επίσης, να είναι παρακαμπτήριο όπου για παράδειγμα το ζευγάρι συμμαχεί και θεωρεί ότι ένα τρίτο μέλος της οικογένειας ευθύνεται για τις μεταξύ τους δυσκολίες.

Για να επιτευχθούν, οι στόχοι της συμβουλευτικής γονέων συχνά ο συντονιστής της ομάδας ανιχνεύει πληροφορίες σχετικά με τη δομή της οικογένειας, τους κανόνες συναλλαγής, τα υποσυστήματα, την ιεραρχία και τους συνασπισμούς εντός του οικογενειακού πλαισίου, όπως στο παρακάτω παράδειγμα.

«.....Πήγαμε σε μια μουσική εκδήλωση και τα παιδιά συνεργάστηκαν πολύ καλά. Μετά πήγαμε να φάμε και μιλήσαμε για την παράσταση και ήταν πολύ ωραία. Εκτός από τις φορές που υπάρχει εκνευρισμός, όταν ας πούμε βιάζονται οι άντρες να φύγουν γιατί έχει μπάλα, γενικώς συνεργαζόμαστε πολύ καλά».

Στο παραπάνω παράδειγμα, από τα λόγια της μητέρας μπορεί κανείς να αντλήσει χρήσιμες πληροφορίες σχετικά με τη δομή της οικογένειας (κανόνες συναλλαγής: όταν βιαζόμαστε να φύγουμε υπάρχει εκνευρισμός) και το υποσύστημα πατέρα-παιδιών. Στο παράδειγμα που ακολουθεί δίνονται πληροφορίες σχετικά με τις οικογενειακές λειτουργίες, την οργάνωση και την ιεραρχία της οικογένειας.

«..... Ο άντρας μου λέει να γυρνάω νωρίτερα. Νιώθει ασφάλεια όταν κρατάω εγώ τα παιδιά».

Στόχος της δομικής προσέγγισης είναι η αλλαγή των σχημάτων αλληλεπίδρασης της οικογένειας με απώτερο στόχο την άρση των συμπτωμάτων του αναγνωρισμένου ασθενή (IP), π.χ. την νυχτερινή ενούρηση του παιδιού. Για τον σύμβουλο δομικής παρέμβασης, ο αποτελεσματικότερος τρόπος να αλλάξει μια δυσλειτουργική συμπεριφορά και να εξαλειφθούν τα συμπτώματα είναι να αλλάξουν τα σχήματα συναλλαγής της οικογένειας που τα συντηρούν

4. Το μοντέλο της Σχολής του Μιλάνου

Η θεωρία της Σχολής του Μιλάνου εστιάζει στην πληροφορία και στην κυκλικότητα και αναζητά συστηματικά τις διαφορές στη συμπεριφορά, στις σχέσεις, στο πόσο διαφορετικά τα μέλη αντιλαμβάνονται ένα γεγονός. Βασίζεται στην υπόθεση ότι η συμπτωματική συμπεριφορά ενός μέλους της οικογένειας βοηθά στη διατήρηση της ομοιοστατικής ισορροπίας του συστήματος (Goldenberg & Goldenberg, 2000). Βασικές έννοιες που αναπτύσσονται από τη Σχολή του Μιλάνου είναι (Selvini-Palazzoli, Boscolo, Cecchin, & Prata, 1980):

α) **η διατύπωση υποθέσεων.** Στόχος των θεραπευτικών υποθέσεων είναι η αλλαγή και όχι η εξακρίβωση της αλήθειας και σχηματίζονται με βάση την κυκλική αιτιότητα των προβλημάτων.

β) **η ουδετερότητα** που σημαίνει ότι ο θεραπευτής ενδιαφέρεται για την αντίληψη κάθε μέλους της οικογένειας για το πρόβλημα χωρίς να την αμφισβητεί (Cecchin, 1987). Πρόκειται για την προσπάθεια του θεραπευτή να παραμείνει σύμμαχος όλων των μελών της οικογένειας χωρίς να εμπλέκεται σε οικογενειακούς συνασπισμούς.

γ) **οι κυκλικές ερωτήσεις** οι οποίες βοηθούν στην επισήμανση μιας διαφοράς ή στον προσδιορισμό μιας σχέσης των μελών της οικογένειας. Η τεχνική των κυκλικών ερωτήσεων αποτελεί ακρογωνιαίο λίθο του μοντέλου του Μιλάνου και εστιάζει στους δεσμούς της οικογένειας και στις διαφορές στις αντιλήψεις των μελών σχετικά με γεγονότα ή σχέσεις. Στόχος της τεχνικής είναι να μάθουν τα μέλη της οικογένειας να σκέφτονται με κυκλικό αντί με γραμμικό τρόπο και να παρατηρούν τις οικογενειακές διεργασίες.

Ενδεικτικά παραδείγματα κυκλικών ερωτήσεων που χρησιμοποιούμε στις ομάδες γονέων είναι (Goldenberg & Goldenberg, 2000) :

Ποιος ανησυχεί περισσότερο για το παιδί; Σε μια κλίμακα από το 1 ως το 5 πόσο σας ανησυχεί; (εντοπίζει διαφορές των μελών σε ό,τι αφορά το βαθμό αξιολόγησης του προβλήματος. Αν ένα πρόβλημα μπορεί να γίνει μεγαλύτερο ή μικρότερο, τότε έχει τη δυνατότητα να αντιμετωπιστεί)

Ποιος το πρόσεξε πρώτος; Είστε τώρα πιο κοντά ο ένας στον άλλο από ό,τι παλιά; (περιγράφονται διαφορές στο χρόνο, αν ένα πρόβλημα έχει μια αρχή, τότε μπορεί να έχει και τέλος)

Όταν η κόρη φύγει από το σπίτι, πως θα αντιδράσει ο σύζυγος; (υποθετική ερώτηση που δίνει αίσθηση ελέγχου πάνω στις πράξεις)

Άλλες σημαντικές τεχνικές που χρησιμοποιούνται είναι:

Η θετική αναπλαισίωση. Πρόκειται για μια μορφή αναπλαισίωσης της συμπεριφοράς της οικογένειας κατά την οποία η προβληματική συμπεριφορά θεωρείται θετική επειδή βοηθά στη διατήρηση ισορροπίας. Μια ενδεικτική εφαρμογή της τεχνικής της θετικής αναπλαισίωσης στη συμβουλευτική γονέων είναι η ακόλουθη: «..ο λόγος για τον οποίο το παιδί σας αρνείται να πάει στο σχολείο είναι επειδή θέλει να προσφέρει συντροφιά στη μητέρα που είναι μόνη...».

Οι ιεροτελεστίες. Στόχος μιας ιεροτελεστίας είναι η παρέμβαση στα καθιερωμένα οικογενειακά σχήματα προάγοντας νέους τρόπους για να κάνουν πράγματα έτσι ώστε να καταστεί δυνατή η τροποποίηση σκέψεων, πεποιθήσεων και συμπεριφορών. Για παράδειγμα, τόσο σε ένα πλαίσιο οικογενειακής θεραπείας όσο και σε ένα πλαίσιο συμβουλευτικής γονέων, σε μια οικογένεια που οι γονείς έχουν διάσταση απόψεων σχετικά με τον έλεγχο της συμπεριφοράς του άτακτου παιδιού τους, μπορεί να προταθεί μια ιεροτελεστία ζυγών-μονών ημερών κατά την οποία η μητέρα θα αναλαμβάνει την ευθύνη για την πειθαρχία τις μονές ημέρες, ενώ ο πατέρας θα κρατά λεπτομερείς σημειώσεις παρατηρώντας την αλληλεπίδραση μητέρας- παιδιού και τις ζυγές μέρες το αντίστροφο. Έτσι μπορεί να τους αποσαφηνιστεί πώς οι διαφορές στην προσέγγισή τους προκαλούν σύγχυση στο παιδί.

5. Το μοντέλο της εστιασμένης στη λύση θεραπεία του De Shazer

Βασίζεται στις ιδέες του κοινωνικού κονστρουξιονισμού τονίζοντας τη σημασία της γλώσσας για τη δόμηση της πραγματικότητας (De Shazer, 1991). Στο πλαίσιο αυτής της προσέγγισης σκοπός δεν είναι η εστίαση στο πρόβλημα αλλά το να δοθεί βοήθεια στην οικογένεια να ανακαλύψει νέες λύσεις για την αντιμετώπιση των δυσκολιών της. Οι θεραπευτές προτείνουν μικρές αλλαγές που όταν επιτευχθούν οδηγούν σε περαιτέρω αλλαγές στο σύστημα. Η πιο σημαντική τεχνική της εν λόγω προσέγγισης είναι οι **ερωτήσεις**, οι οποίες μέσα από την προσεχτική χρήση της γλώσσας, ωθούν την οικογένεια να διακόψει συμπεριφορικά σχήματα που συντηρούν το πρόβλημα, να αλλάξουν ξεπερασμένες πεποιθήσεις και να ενισχύσουν τις εξαιρέσεις σε κάποια συμπεριφορά που θεωρούνταν αμετάβλητη. Τα είδη ερωτήσεων που μπορούν να χρησιμοποιηθούν σε ομάδα συμβουλευτικής γονέων είναι:

α) **η ερώτηση του θαύματος:** προσανατολίζεται στο μέλλον και αποκαλύπτει μια υποθετική λύση με σκοπό να δημιουργείται σταδιακά μια εικόνα ενός ικανοποιητικού, παραγωγικού, επιβραβευτικού μέλλοντος, μια κίνηση προς μια νέα ζωή που αποτελεί τη «λύση».

Ένα παράδειγμα στα πλαίσια της συμβουλευτικής γονέων θα μπορούσε να είναι:

Αν γινόταν ένα θαύμα και ο σύζυγος συμμετείχε ενεργά στην οικογενειακή ζωή, πώς θα ήταν η κατάσταση; Πώς θα ένιωθε;

β) **οι ερωτήσεις εξαίρεσης:** αποδομούν το πρόβλημα εστιάζοντας στις εξαιρέσεις των κανόνων, στις περιπτώσεις δηλαδή κατά τις οποίες χειρίστηκαν καλύτερα το πρόβλημα ή όταν το πρόβλημα τους δημιουργούσε λιγότερες δυσκολίες.

Ένα παράδειγμα παρέμβασης στη συμβουλευτική γονέων θα μπορούσε να είναι:

Πότε ήταν η τελευταία φορά που το δείπνο δεν κατέληξε σε οικογενειακό καβγά;

γ) **οι ερωτήσεις αξιολόγησης:** βαθμολογούν το πρόβλημα σε μια κλίμακα που ξεκινά από το 1 (αρχική κατάσταση) και φθάνει ως το 10 (όσο το δυνατόν πιο καλή). Οι ερωτήσεις αξιολόγησης βοηθούν στην εκτίμηση της αντίληψης για μια κατάσταση, σκοπεύουν στην δημιουργία μιας θετικής σκοπιάς και ενθαρρύνουν για την πραγματοποίησή της, μέσα από μικρές αλλαγές.

Στις ομάδες γονέων αυτή η τεχνική θα μπορούσε να χρησιμοποιηθεί ως εξής:

Σε μια κλίμακα από το 1-10 (όπου 1 το πολύ δύσκολο και 10 το πολύ εύκολο), πού νιώθεις ότι βρίσκεσαι εσύ όσον αφορά το να ζητάς βοήθεια για ένα πρόβλημα.

6. Το μοντέλο της αφηγηματικής θεραπείας

Βασική θέση της αφηγηματικής θεραπείας είναι ότι η αίσθηση για την πραγματικότητα οργανώνεται και διατηρείται με ιστορίες που λέμε για τους εαυτούς μας (Gergen, 1985, 1999). Το ενδιαφέρον δεν εστιάζεται στην αιτία του προβλήματος, αλλά στην παροχή βοήθειας προς το άτομο ώστε να δημιουργήσει μία εναλλακτική αφήγηση που θα το οδηγήσει σε μια καλύτερη ζωή. Σκοπός είναι η αποδόμηση των καταπιεστικών προσωπικών αφηγήσεων και η επαναφήγηση με μια πιο θετική οπτική. Οι βασικές τεχνικές της αφηγηματικής προσέγγισης που μπορούν να χρησιμοποιηθούν στη συμβουλευτική γονέων είναι οι ακόλουθες (White, & Epston, 1990):

Η εξωτερίκευση (externalization) είναι η προσωποποίηση του προβλήματος ως μια ξεχωριστή οντότητα αντί για ένα εσωτερικό χαρακτηριστικό γνώρισμα του συμπτωματικού ατόμου και συνδημιουργία μιας εναλλακτικής αφήγησης για τις ζωές τους.

Σε μια ομάδα γονέων η παρέμβαση αυτή θα μπορούσε να πάρει την εξής μορφή:

π.χ. *Πόσο καιρό τώρα ελέγχει ο θυμός τη ζωή σου;*

Θα μπορούσατε να βάλετε τις φωνές των παιδιών σου σε ένα κουτάκι;

Τα μοναδικά αποτελέσματα (unique outcomes) εστιάζουν στην αναζήτηση εξαιρετικών γεγονότων, ενεργειών ή σκέψεων που έρχονται σε αντίθεση με την κυρίαρχη διαποτισμένη με προβλήματα ιστορία τους. Στόχος είναι να ξαναγράψουν τα άτομα την ιστορία της ζωής τους με έναν θετικό τρόπο.

Σε μια ομάδα γονέων η παρέμβαση αυτή θα μπορούσε να πάρει την εξής μορφή:

Μπορείς να θυμηθείς μια φορά που αρνήθηκες να ακολουθήσεις την ανάγκη σου να αναλάβεις εσύ το διάβασμα του γιου σας; Τι κατάλαβες για τον εαυτό σου;

Οι επιστολές ενθαρρύνουν τα μέλη να καταγράψουν την ατομική άποψη τους για την αλληλουχία των γεγονότων στις ζωές τους για μια χρονική περίοδο.

Σε μια ομάδα γονέων θα μπορούσε ο συντονιστής να παροτρύνει το γονέα να γράψει μια επιστολή προς ένα μέλος της οικογένειας (π.χ. το παιδί του) προκειμένου να εκφράσει την άποψη του, την αγωνία του, τη δυσκολία του με στόχο για παράδειγμα, την οριοθέτηση, την αλλαγή και την έκφραση των συναισθημάτων του.

Στις ομάδες γονέων, οι γονείς αφηγούνται τις ιστορίες της οικογενειακής τους ζωής με έναν τρόπο πολύ προσωπικό που άπτεται κυρίως της υποκειμενικής τους πραγματικότητας. Ο συντονιστής παροτρύνει τους γονείς να επαναφηγηθούν την ιστορία τους δίνοντας την έμφαση σε κάποια άλλη πλευρά.

Συζήτηση

Η μελέτη αυτή είχε σκοπό να διερευνήσει την εφαρμογή των αρχών της συστημικής θεωρίας και των τεχνικών που αναδύονται από διάφορα συστημικά μοντέλα στη Συμβουλευτική Γονέων. Διερευνήθηκαν βασικές έννοιες και τεχνικές ξεχωριστά από κάθε μοντέλο συστημικής προσέγγισης, όπως το διαγενεαλογικό μοντέλο του Bowen, το μοντέλο του Haley, τη δομική θεωρία του Minuchin, το μοντέλο της σχολής του Μιλάνου, το μοντέλο της εστιαζόμενης στη λύση θεραπεία του de Shazer και το μοντέλο της αφηγηματικής προσέγγισης. Από την επισκόπηση του κάθε μοντέλου και των βασικών αρχών που διέπουν τη Συμβουλευτική Γονέων προκύπτει ότι οι περισσότερες τεχνικές από κάθε θεωρητική προσέγγιση μπορούν να εφαρμοστούν στη Συμβουλευτική Γονέων.

Από το διαγενεαλογικό μοντέλο του Bowen (1966), η έννοια της διαφοροποίησης του εαυτού και η έννοια των τριγώνων βρίσκουν εφαρμογή στην ομάδα Συμβουλευτικής Γονέων. Στις ομάδες γονέων υπάρχει η ανάγκη για κοινή αποδοχή, για διαφοροποίηση και συμπληρωματικότητα. Ενθαρρύνουμε την άποψη ότι όσο πιο «διαφοροποιημένη» θέση έχουμε από τους άλλους, τόσο πιο αναγκαίοι είμαστε για να τους

συμπληρώσουμε, τόσο πιο αναγκαίοι μας είναι για να μας συμπληρώσουν» (σελ. 103, Ντιγκριντάκη, Προκοπίου, 1997).

Από το στρατηγικό μοντέλο του Haley, οι έννοιες εξουσία και έλεγχος αποτελούν αντικείμενο της εργασίας στις ομάδες γονέων. Μέσα από διάφορες ασκήσεις και οδηγίες ζητείται από τα μέλη να κάνουν κάτι που να αφορά την άσκηση ελέγχου και εξουσίας στην οικογένειά τους. Ακολουθεί συζήτηση μεταξύ των μελών και του συντονιστή η οποία έχει ως στόχο να αναζητήσει τις εναλλακτικές λύσεις από τις οποίες ο καθένας επιλέγει αυτές που του ταιριάζουν καλύτερα.

Η συμμετοχή των γονέων σε ομάδες βοηθάει την ένταξη τους ως άτομα σε ένα άλλο σύστημα, που έχει δικούς του κανόνες και όρια. Μεταξύ των μελών καλλιεργούνται πιθανές συμμαχίες (Minuchin, 1974) και διάφορα υποσυστήματα. Η ένταξη των ατόμων στην ομάδα έχει σκοπό να βοηθήσει τα μέλη να διευρύνουν το πεδίο των αντιλήψεών τους, να εστιάζουν στις αλληλεπιδράσεις μεταξύ των διαφόρων μελών αντιμετωπίζοντας τα φαινόμενα κυκλικά και όχι ευθύγραμμα (αίτιο-αιτιατό). Από το δομικό μοντέλο του Minuchin αξιοποιούμε την έννοια των υποσυστημάτων και των ορίων βοηθώντας τα μέλη της ομάδας να λαμβάνουν υπόψη τους τα διαφορετικά υποσυστήματα που δημιουργούνται στην οικογένειά τους και να καλλιεργούν εύκαμπτα όρια τα οποία προσαρμόζονται στα διάφορα εξελικτικά στάδια που διανύει η οικογένεια και τα μέλη της.

Μέσα από διάφορες τεχνικές, όπως οι κυκλικές ερωτήσεις, από το μοντέλο της Σχολής του Μιλάνου, οι ερωτήσεις του θαύματος και οι ερωτήσεις εξαίρεσης και αξιολόγησης από το μοντέλο της εστιαζόμενης στη λύση θεωρία του de Shazer και η επαναφήγηση διαφόρων περιστατικών με θετικό τρόπο (White & Epson, 1990), οι ομάδες συμβουλευτικής γονέων που αξιοποιούν τη συστημική προσέγγιση αποσκοπούν στη σύνθεση των διαφορετικών απόψεων, την ανάπτυξη μεθόδων συνεργασίας μεταξύ των μελών και τη διεύρυνση του πλαισίου αναφοράς.

Συμπερασματικά, στη σημερινή εποχή που οι οικονομικές και κοινωνικές αλλαγές έχουν επηρεάσει σε μεγάλο βαθμό τη δομή και τη λειτουργία της οικογένειας σε όλες τις χώρες (Georgas, 1989. Morris & Carter, 1999. Κατάκη, 1998. Γιώτσα, 2003), η εκπαίδευση των γονέων σε ομάδες συμβουλευτικής γονέων βοηθάει την υιοθέτηση του συστημικού τρόπου σκέψης στην καθημερινή ζωή. Ο τελικός στόχος είναι να

αναδομηθούν οι κανόνες συναλλαγής μεταξύ των μελών και των υποσυστημάτων της οικογένειας ενδυναμώνοντας τις οικογενειακές σχέσεις (Goldenberg & Goldenberg, 2000). Υπό αυτήν την έννοια, σε μια ομάδα γονέων ο συντονιστής αναλαμβάνει ένα ανάλογο έργο, να βοηθήσει τους γονείς να αποποιηθούν τα δυσλειτουργικά σχήματα συναλλαγής που δυσκολεύουν την ανάπτυξη και την εξέλιξη της ψυχικής υγείας των ιδίων και των παιδιών τους.

ΒΙΒΛΙΟΓΡΑΦΙΑ

- Βασιλείου, Γ. (1987). Ο άνθρωπος ως σύστημα: Μια παρουσίαση για τον παιδοψυχίατρο. Στο Ι. Τσιάντης & Σ. Μανωλόπουλος (επιμ.), *Σύγχρονα θέματα παιδοψυχιατρικής, τομ. 1, μερ. 3*, 261-273. Αθήνα: Καστανιώτης.
- Bowen, M. (1966). The use of family theory in clinical practice. *Comprehensive Psychiatry*, 7, 345- 374.
- Bowen, M. (1996). *Τρίγωνα στην οικογένεια* (Επιμέλεια Κ. Χαραλαμπίκη). Αθήνα: Ελληνικά Γράμματα.
- Brown, J. & Christensen, D. (1999). *Family therapy*. CA: Brooks/Cole.
- Γεώργας, Δ., Μπεζεβέγκης, Η., Γιώτσα, Α., Γεωργίου, Α. (2007). Η δια βίου εκπαίδευση και οι Σχολές Γονέων. Δια βίου. Επιστημονική Επιθεώρηση για τη δια βίου μάθηση, Τόμος 1,(1), σελ. 59-79. Αθήνα:Υπουργείο Εθνικής Παιδείας και Θρησκευμάτων. Γ.Γ.Ε.Ε.
- Γιώτσα, Α. (2003). *Διαμόρφωση ψυχολογικών μεταβλητών στην οικογένεια*. Μια διαπολιτισμική προσέγγιση. Διδακτορική Διατριβή, Τμήμα Φιλοσοφίας, Παιδαγωγικής και Ψυχολογίας, Πανεπιστήμιο Αθηνών, Αθήνα.
- Cecchin, G. (1987). Hypothesizing, Circularity, and Neutrality: an invitation to curiosity. *Family Process*, 26, 405- 413.
- De Shazer, S. (1991). *Putting differences to work*. New York: Norton.
- Fogarty, T. (1975). Triangles. In T., Fogarty *The family*, p.41-49.
- Georgas, J. (1989). Changing family values in Greece: From collectivist to individualist. *Journal of Cross Cultural Psychology*, 20, 80-91.
- Gergen, K, J. (1985). Social constructivist movement in psychology. *American Psychologist*, 40, 266-275.
- Gergen, K, J. (1999). *An invitation to social construction*. Thousand Oaks, CA: Sage.
- Goldenberg, I. & Goldenberg, H. (2005). *Οικογενειακή θεραπεία, μια επισκόπηση* (επιμ. Β. Κοτρώτσου). Αθήνα: Ελληνικά Γράμματα.
- Haley, J. (1963). *Strategies of psychotherapy*. New York: Grune &Stratton.
- Κατάκη Χ. (1998). *Οι τρεις Ταυτότητες της Ελληνικής Οικογένειας*. Αθήνα: Ελληνικά Γράμματα.
- Minuchin, S. (1974). *Families and Family therapy*. Cambridge, MA: Harvard University Press.
- Morris, M., & Carter, S. (1999). Transition to marriage: A literature review. *Journal of Family and Consumer Sciences Education*, 17, 1-21.

- Μυλωνάκου-Κεκέ, Η. (2007). *Σχολείο, οικογένεια και κοινότητα*. Αθήνα: Αυτοέκδοση.
- Ντιγριντάκη, Μ. & Προκοπίου, Α. (1997). Βιωματικά σεμινάρια Συστημικής Εκπαίδευσης και Πρόληψης στο Νομό Χανίων. *Πρακτικά 2^{ης} Πανελλήνιας Επιστημονικής Συνάντησης, Οικογενειακή Θεραπεία – Συστημική Θεραπεία στην Ελλάδα σήμερα*.
- Παπαδιώτη - Αθανασίου, Β. & Σοφτά – Nall, Λ. (2006). *Οικογενειακή-συστημική θεραπεία, βασικές προσεγγίσεις, θεωρητικές θέσεις και πρακτική εφαρμογή*. Αθήνα: Ελληνικά Γράμματα.
- Selvini-Palazzoli, M., Boscolo, L., Cecchin, F.F., & Prata, G. (1980). Hypothesizing-circularity- neutrality: Three guidelines for the conductor of the session. *Family Process*, 19, 3- 12.
- White, M., & Epston, D. (1990). *Narrative means to therapeutic ends*. New York: Macmillan.
- Wright, P., Darr-Wright, P., & Heath, S. (2003). *Wrightslaw: No child Left Behind*, Hartfield, Virginia: Harbor House Law Press.
- Walsch, W. & McGraw, J. (1992). *The dictionary of family therapy*. Greeley: University of Northern Colorado.
- Χουρδάκη Μ.(2000). *Οικογενειακή Ψυχολογία*. Αθήνα: Leader Books.