

Λίγες πρακτικές συστάσεις μπορεί να φανούν χρήσιμες: Πρώτον, η ηγεσία θα πρέπει να έχει ήδη έδραιωθεί, πριν ξεκινήσει η πρώτη συνάντηση, τόσο για να δοθεί προσοχή στις διαδικασίες διαλογής και ετοιμασίας του ομαδικού συντονιστή, όσο και για να αντιμετωπιστεί η συχία του θεραπευτή για την έναρξη της ομάδας. Μια έποπτική συνεδρία της θεραπευτικής ομάδας είναι κατά την εμπειρία μου η καλύτερη αναλογία. Είναι φρόνιμο η έποπτική συνεδρία να γίνεται λίγο μετά την παρακολούθηση των τελευταίων τριάντα λεπτών κάθε συνάντησης και άρχισι την έποπτική συνεδρία άμέσως μετά. Ο έπόπτης πρέπει να παρακολουθεί το λιγότερο μία ή δύο συνεδρίες της ομάδας στην αρχή της έποπτικής, αν είναι δυνατόν, περιστασιακά κάποια συνεδρία στη διάρκεια χρονιάς: αυτό του επιτρέπει να συνδέσει τα όνοματά με τα πρόσωπα να πάρει ένα δείγμα του συναισθηματικού κλίματος της ομάδας. Αυτό σκοπό μπορούν να εξυπηρετήσουν και οι βιντεοκασέτες (όπως και οι γνητοταινίες αλλά σε πολύ λιγότερο ικανοποιητικό βαθμό).

Αν περάσει πολύς χρόνος ανάμεσα στη συνάντηση της ομάδας και στην έποπτική συνεδρία, τα γεγονότα της ομάδας ξεθωριάζουν. Στην περίπτωση αυτή συνιστάται στους εκπαιδευόμενους να ετοιμάζουν λεπτομερείς μειώσεις μετά την ομάδα. Οι θεραπευτές αναπτύσσουν το δικό τους σύστημα σημειώσεων. Η προτίμησή μου είναι να καταγράφω τα κύρια θέματα των συνεδριών - συνήθως από ένα έως τρία: για παράδειγμα: 1) η στενότητα των Τζών επειδή έχασε τη δουλειά του και οι προσπάθειες της ομάδας να τον υποστηρίξει, 2) ο θυμός της Σάρρον απέναντι στους άντρες της ομάδας, 3) το αίσθημα κατωτερότητας της Άναμπελ και η αίσθησή της ότι η ομάδα δεν την αποδέχεται.

Μόλις εγκατασταθεί ο βασικός αυτός σκελετός, συμπληρώνω τα υπόλοιπα ζωτικά στοιχεία: τη μετάβαση από θέμα σε θέμα, τη συνεισφορά κάθε μέλους στο καθένα από τα θέματα, τις παρεμβάσεις μου και τα συναισθήματά μου για το σύνολο της συνάντησης και για το κάθε μέλος ξεχωριστά. Άλλοι έποπτες προτείνουν να δίνουν οι εκπαιδευόμενοι ιδιαίτερη προσοχή σε επιλεγμένα σημεία - σε μια σειρά από κρίσιμα σημεία της συνάντησης που απαιτούν τη δράση του θεραπευτή.<sup>19</sup> Άλλοι πάλι χρησιμοποιούν την ανατροφοδότηση των θεραπευόμενων μέσα από ερωτηματολόγια που διανέμονται στο τέλος της ομαδικής συνεδρίας.<sup>20</sup>

Μια ένεννητάλεπτη συνεδρία παρέχει πλούσιο υλικό. Αν οι εκπαιδευόμενοι παρουσιάσουν μια αφήγηση της συνάντησης, συζητήσουν τη λεκτική και μη λεκτική συνεισφορά κάθε μέλους καθώς και τη δική τους συμμετοχή και διερευνήσουν εις βάθος την αντιμεταβίβασή τους αλλά και τα πραγματικά συναισθήματά τους προς κάθε ένα από τα μέλη της ομάδας και προς τον συνθεραπευτή τους, θα πρέπει να υπάρχει πλεόνασμα σημαντικού

ιν χρήσιμες: Πρώτον, η εκπαίδευση ξεκινάει ή πρώτη ώρα της διαδικασίας διαλογής και ανταλλαγής απόψεων, να αντιμετωπιστεί η εμπειρία μου ή κάποιου άλλου να γίνεται λίγο μετά την ημέρα. Κάποιοι έπαιξαν στην αρχή της εποπτικής συνεδρία στη διάρκεια των ματς με τα πρόσωπα της ομάδας. Αυτό τους ενθάρρυνε (όπως και οι άλλοι) να βάλουν στόχο στην ομάδα και να συζητήσουν τα κύρια θέματα της συνεδρίας: παράδειγμα: 1) η στενή συνεργασία και οι προσπάθειες της ομάδας έναντι στους άλλους, η αίσθησή τους να συμπληρώσω τα υπόλοιπα θέματα, τη συνεισφορά μου και τα συναισθήματα για το κάθε μέλος της ομάδας. Οι εκπαιδευόμενοι ιδιαίτερα ενθάρρυναν σημεία της συνεισφοράς μου, αλλά και τα αποτελέσματα της ομάδας και τον ρόλο μου στην ομάδα.

... για την ώρα της εποπτείας. Αν πάλι δεν συμβαίνει αυτό, αν ο εκπαιδευόμενος «ξεμένει» γρήγορα από ύλικό, αν ο επόπτης πρέπει να παύσει για να μάθει για τα γεγονότα της συνάντησης, σίγουρα κάτι πάει στραβά στην εποπτική διαδικασία. Τέτοιες στιγμές οι επόπτες καλό είναι να εξετάσουν τη σχέση τους με τους εκπαιδευόμενους. Είναι οι εκπαιδευόμενοι επιφυλακτικοί, χωρίς εμπιστοσύνη ή φοβούνται να εκτεθούν στη σχολαστική διερεύνηση; Είναι σε επιφυλακή, μην τυχόν ο επόπτης προσπαθήσει να λειτουργήσει στην ομάδα με τρόπο που τους είναι ξένος ή συμβαίνει τις δυνατότητές τους;

Η εποπτική συνεδρία αποτελεί έναν μικρόκοσμο, ακριβώς όπως η θεραπευτική ομάδα, και ο επόπτης θα πρέπει να μπορεί να αποσπάσει πληροφορίες για τη συμπεριφορά του θεραπευτή μέσα στη θεραπευτική ομάδα προσέχοντας τη συμπεριφορά του θεραπευτή στην εποπτεία. (Μερικές φορές το φαινόμενο αυτό αναφέρεται ως ή «παράλληλη διαδικασία» στην εποπτεία.)<sup>21</sup>

Αν οι εκπαιδευόμενοι συντονίζουν ομάδες ως συνθεραπευτές (και, όπως είπα στο 14ο κεφάλαιο, αυτό το πλαίσιο συστήνω στους θεραπευτές χωρίς εμπειρία), ο έστιασμός στη διαδικασία κατά την εποπτική ώρα είναι ιδιαίτερα αποδοτικός. Είναι πιθανό ή σχέση των δύο συνθεραπευτών κατά την ώρα της εποπτείας να είναι παρόμοια με τη σχέση τους κατά τις συνευρήσεις της θεραπευτικής ομάδας. Οι επόπτες θα πρέπει να ασχοληθούν με ζητήματα όπως ο βαθμός δεκτικότητας και εμπιστοσύνης μέσα στην ώρα της εποπτείας. Ποιός περιγράφει τα γεγονότα της συνάντησης; Ποιός συμμορφώνεται στη γνώμη του άλλου; Μήπως οι συνθεραπευτές περιγράφουν δύο ανησυχητικά διαφορετικές απόψεις για την ομάδα; Μήπως υπάρχει μεγάλος ανταγωνισμός για την προσοχή του επόπτη;

Η σχέση μεταξύ των συνθεραπευτών έχει ουσιαστική σημασία για τη θεραπευτική ομάδα, και συχνά ο επόπτης μπορεί να κατορθώσει τη μέγιστη αποτελεσματικότητα εστιάζοντας την προσοχή του στη σχέση αυτή. Για παράδειγμα, θυμάμαι την εποπτεία δύο ειδικευόμενων, που η προσωπική τους σχέση ήταν τεταμένη. Στην εποπτική συνεδρία εκδήλωναν αντιπαλότητα για την προσοχή μου. Η ώρα αυτή είχε κάτι άρρυθμο, γιατί κανείς από τους δύο δεν ακολουθούσε τον άλλο, αντίθετα έφερναν διαφορετικό ύλικό ή το ίδιο ύλικό από έντελώς διαφορετική οπτική γωνία. Η εποπτεία αποτελούσε έναν μικρόκοσμο της ομάδας: στις θεραπευτικές συναντήσεις ανταγωνίζονταν έντονα ο ένας τον άλλον στις εύφρετες ερμηνείες και στο ποιός θα προσεταιριστεί περισσότερα μέλη. Δεν συμπλήρωναν ποτέ ο ένας τη δουλειά του άλλου συνεχίζοντας ένα θέμα που είχε εισαγάγει ο άλλος. Αντίθετα, ο καθένας τους έμενε σιωπηλός, περιμένοντας την ευκαιρία να εισαγάγει μια διαφορετική γραμμή έρευνας. Και η ομάδα πλήρωνε το τίμημα της κακής σχέσης εργασίας ανάμεσα στους δύο θεραπευτές: δεν γινόταν καλή δουλειά,









ανάπτυξης. Μιά τέτοια εμπειρία μπορεί να προσφέρει πολλούς τύπους μάθησης που δεν είναι διαθέσιμοι άλλου. Έχεις τη δυνατότητα να μάθεις σε συναισθηματικό επίπεδο κάτι το οποίο μπορεί ως τότε να γνώριζες μόνο διανοητικά. Βιώνεις τη δύναμη της ομάδας - τη δύναμη να πληγώνεις τον εαυτό και να θεραπεύεις. Μαθαίνεις πόσο σημαντικό είναι να γίνεσαι άποιο από την ομάδα, τί πραγματικά σημαίνει αυτοαποκάλυψη: πόσο δύσκολο είναι να αποκαλύπτεις τον κρυφό σου κόσμο, τις φαντασιώσεις σου, τα αισθήματα ευαλωτότητας, έχθρότητας και τρυφερότητας. Μαθαίνεις να παίξεις τον ρόλο προτιμᾶς να αναλαμβάνεις μέσα στην ομάδα, τις συνήθειες αντιμετώπισης βιωματικές σου αντιδράσεις και μαθαίνεις να αντιλαμβάνεσαι ζητήματα που αφορούν την ομάδα στο σύνολό της και τη λειτουργία του συστήματος, τα οποία παραδοκούν στο παρασκήνιο των συναντήσεων. Ίσως το πιο ενδιαφέρον πωσιακό απ' όλα είναι ότι μαθαίνεις πολλά για το ρόλο του συντονιστή συνειδητοποιώντας τη δική σου ανάγκη για εξάρτηση και τη δική σου συχνά μη ρεαλιστική, έντύπωση για τη δύναμη και τη γνώση του συντονιστή.

Ακόμη και έμπειροι θεραπευτές που εκπαιδεύονται σε ένα νέο είδος ομαδικής θεραπείας ωφελούνται πολύ, όταν προστίθεται στην εκπαίδευσή τους ένα βιωματικό συναισθηματικό κομμάτι. Η προσωπική συμμετοχή είναι ο πιο ζωτικός τρόπος διδασκαλίας και μάθησης της ομαδικής διαδικασίας.<sup>25</sup>

Με βάση τις έρευνες, περίπου τα μισά ή τα δύο τρίτα των εκπαιδευτικών προγραμμάτων ομαδικής θεραπείας προσφέρουν κάποιο είδος προσωπικής εμπειρίας σε ομάδα.<sup>26</sup> Ορισμένα προγράμματα προσφέρουν μια προομοίωση ομάδας, στην οποία ένας ή δύο εκπαιδευόμενοι ορίζονται ως συντονιστές, ενώ οι υπόλοιποι παίζουν το ρόλο των μελών. Το πιο συνήθισμένο μοντέλο (το οποίο θα συζητήσω λεπτομερώς σε λίγο) είναι μια ομάδα που αποτελείται από άλλους εκπαιδευόμενους και που μπορεί να αποτελεστεί με διάφορα ονόματα (ομάδα Τ, υποστηρικτική ομάδα, διαδικαστική ομάδα, βιωματική εκπαιδευτική ομάδα και ούτω καθεξής). Η ομάδα αυτή μπορεί να είναι βραχείας διάρκειας, ίσως δώδεκα συνεδριών, και μπορεί να συνίσταται σε μια έντατική εμπειρία ενός ή δύο ημερών. Άλλο μοντέλο που προτιμῶ είναι μια εβδομαδιαία ομάδα διαδικασίας (process group) με εξηντάλεπτες ή ενενηντάλεπτες συνεδρίες, που διαρκεί ολόκληρη τη χρονιά.

Έδω και τριάντα χρόνια συντονίζω ομάδες ειδικευόμενων στην ψυχολογία και στην ψυχιατρική και έχω διαπιστώσει χωρίς εξαίρεση ότι η χρήση τέτοιων ομάδων είναι μια εξαιρετικά πολύτιμη διδακτική τεχνική. Κατ' πράγματι, πολλοί εκπαιδευόμενοι ψυχοθεραπευτές, όταν κάνουν μια πρόδρομη σε ολόκληρο το εκπαιδευτικό τους πρόγραμμα, αξιολογούν τις ομάδες

πολλούς τύπους  
όττητα να μάθει  
ε να γνώριζε  
να πληγώνε  
γίνεσαι απόδειξη  
ψη: πόσο δύσκολο  
τασιώσεις σου  
; Μαθαίνεις να  
υ. Μαθαίνεις ποιο

συνήθειες αντιμε  
εσαι ζητήματα  
ού συστήματος  
Ισως το πιο έντο  
λο του συντονιστή  
και τη δική σου  
γνώση του συντον

σε ένα νέο είδη  
στην εκπαιδευ  
ωπική συμμετε  
ς ομαδικής δικ

ι των εκπαιδευ  
τοιο είδος προσ  
φέρουν μια προ  
δρίζονται ως συν  
ν. Το πιο συχνό  
ο) είναι μια όμα  
μπορεί να ανα  
όμάδα, διαδικα  
αθεξής). Η όμα  
κα συνεδριών,  
λο ημερών. Άλλα  
δικασίας (proces  
διαρκεί ολόκλη

ων στην ψυχολο  
ρεση ότι η χρή  
κή τεχνική. Κα  
άνουν μια άνε  
λογοῦν τις όμα

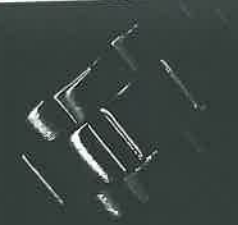
τους ως την πολυτιμότερη εμπειρία που τους προσφέρθηκε. Μια όμα-  
μπειρία με τους συνεκπαιδευόμενους συνιστάται ανεπιφύλακτα: τὰ  
όχι μόνο απολαμβάνουν τὰ όφελη τῆς όμαδικῆς εμπειρίας ἀλλὰ ἐπί-  
άν ο συντονισμός τῆς ομάδας γίνεται σωστά, μπορούν να βελτιωθούν  
σχέσεις και ἡ ἐπικοινωνία μέσα στην τάξη τῶν εκπαιδευόμενων, και  
να ἐμπλουτιστεῖ συνολικά ἡ εκπαιδευτικὴ τους εμπειρία. Οἱ εκπαι-  
όμενοι μαθαίνουν πάντα πολλά ἀπὸ τους συνεκπαιδευόμενούς τους, και  
καθεδῆποτε προστάθειες ἐνισχύουν τὴ διαδικασία αὐτὴ αὐξάνουν τὴν ἀξία  
το προγράμματος.

Υπάρχουν ἀραγε και μειονεκτήματα στην όμαδική εμπειρία; Συχνά  
οἱ κανεῖς διάφορες καταστροφολογίες για τις πιθανές ἐπιπτώσεις τῶν  
μαθηματικῶν ομάδων προσωπικοῦ ἢ εκπαιδευόμενων. Οἱ προειδοποιήσεις  
πιστεύω ὅτι βασίζονται σὲ παράλογους συλλογισμούς, ὅπως, λόγου  
καρπῆ, ὅτι μόλις μιὰ ομάδα χαμηλώσει τὰ φράγματα τῶν καταπιεσμένων  
προσδοχημάτων, εἰσβάλλουν τεράστια ποσὰ καταστροφικῆς ἐχθρότητας ἢ  
ἢ μιὰ ομάδα συνιστᾷ μιὰ τεράστια εἰσβολὴ στὸν ἰδιωτικὸ χῶρο, καθὼς  
προσπῶνται βεβιασμένες ἐξομολογήσεις ἀπὸ τὸν καθέναν ἀπὸ τους ἀτυχούς  
εκπαιδευόμενους. Γνωρίζουμε τώρα ὅτι οἱ ομάδες που συντονίζονται σω-  
στά με σαφεῖς νόρμες και ὅρια διευκολύνουν τὴν ἐπικοινωνία και τις ἐποι-  
σηματικὲς σχέσεις ἐργασίας.

Ποιες οἱ εκπαιδευτικὲς ομάδες να εἶναι ἐθελοντικὲς;

Μιὰ βιωματικὴ ομάδα εἶναι πάντα πιὸ ἀποτελεσματικὴ, ἀν οἱ συμμετέχον-  
τε ἐμπλέκονται με δικὴ τους βούληση και ἀν τὴ βλέπουν ὄχι μόνο σὰν  
μιὰ εκπαιδευτικὴ ἀσκηση ἀλλὰ και σὰν μιὰ εὐκαιρία για προσωπικὴ ἀνά-  
πτυξη. Πράγματι, προτιμῶ οἱ εκπαιδευόμενοι να ξεκινοῦν μιὰ τέτοια όμα-  
τα με μιὰ ρητὴ διατύπωση τοῦ τί θέλουν να πάρουν ἀπὸ τὴν εμπειρία αὐτὴ,  
ποσο ἀτομικά ὅσο και ἐπαγγελματικά. Ἐχοντας αὐτὸ κατὰ νοῦν, εἶναι ση-  
μαντικὸ ἢ ομάδα να παρουσιαστεῖ και να περιγραφεῖ στοὺς εκπαιδευόμε-  
ρους με τέτοιο τρόπο, ὥστε να θεωρήσουν ὅτι ἐναρμονίζεται με τους ἀτο-  
μικούς και ἐπαγγελματικούς τους στόχους. Προτιμῶ να ἐντάσσω τὴν όμα-  
τα στὸ πλαίσιο τῆς εκπαιδευτικῆς σταδιοδρομίας τῶν εκπαιδευόμενων ζη-  
τώντας τους να προβάλλουν τὸν ἑαυτὸ τους στὸν κλάδο μας στὸ μέλλον. Ἐ-  
ται κι ἀλλιῶς, τὸ πιθανότερο εἶναι ὅτι οἱ ἐπαγγελματίες τῆς ψυχικῆς υγεί-  
ας θὰ περνοῦν ὅλο και μεγαλύτερο μέρος τοῦ χρόνου τους σὲ ομάδες - ὡς  
μέλη και ὡς συντονιστὲς ἐπαγγελματικῶν ομάδων που παρέχουν θεραπεία.  
Πὰ να εἶναι ἀποτελεσματικοὶ στὸ ρόλο αὐτό, οἱ κλινικοὶ τοῦ μέλλοντος  
πρέπει να ξέρουν τί συμβαίνει μέσα στις ομάδες. Πρέπει να μάθουν πῶς  
δουλεύουν οἱ ομάδες και πῶς δουλεύουν οἱ ἴδιοι μέσα στις ομάδες.

Μόλις εἰσαχθεῖ μιὰ βιωματικὴ ομάδα ὡς τακτικὸ τμῆμα ἐνὸς εκπαι-  
δευτικοῦ προγράμματος και μόλις τὸ διδακτικὸ προσωπικὸ ἀναπτύξει





έμπιστοσύνη στην ομάδα ως πολύτιμο εκπαιδευτικό βοήθημα, δε  
 δυσκολία να πειστούν οι νέοι εκπαιδευόμενοι. Η έμπειρία μου  
 αν μια ομάδα παρουσιαστεί με τον κατάλληλο τρόπο, οι εκπαιδευ  
 μόνο ανυπομονούν να ξεκινήσουν αλλά βιώνουν πολύ έντονη απ  
 αν για κάποιο λόγο άκυρωθεί ή εύκαιρία τους για μια ομαδική  
 "Αν ένας εκπαιδευόμενος αρνείται ακλόνητα να μπει στην έκ  
 ομάδα ή σε όποιοδήποτε τύπου βιωματική ομάδα, ή γνώμη μου  
 είναι αναγκαίο να γίνει κάποια διερεύνηση της αντίστασης α  
 σμένες φορές ή άρνηση αυτή προέρχεται από λανθασμένες αντι  
 τις ομάδες γενικά ή αντικατοπτρίζει την άρνητική γνώμη κάποι  
 στού άρχαιότερου μέλους της ακαδημαϊκής κοινότητας απέναντι ο  
 δες. Αν όμως ή άρνηση βασίζεται σε έναν γενικότερο τρόπο ή  
 έμπιστοσύνης για τις ομαδικές καταστάσεις, και αν ο εκπαιδευόμε  
 έχει την ευελιξία να δουλέψει πάνω στην αντίσταση αυτή σε ά  
 ραπεία, σε ύποστηρικτική εκπαιδευτική ομάδα ή σε μια κλασική  
 τική ομάδα, πιστεύω ότι ίσως να μην είναι φρόνιμο για τον συγκεκρι  
 εκπαιδευόμενο να ακολουθήσει την καριέρα του ψυχοθεραπευτή.

*Ποιός πρέπει να συντονίζει τις εκπαιδευτικές βιωματικές ομάδες;*

Οι διευθυντές των εκπαιδευτικών προγραμμάτων πρέπει να επιλέγ  
 συντονιστή με μεγάλη προσοχή. Η ομαδική έμπειρία είναι ένα γε  
 εξαιρετική επίδραση στην εκπαίδευση του εκπαιδευόμενου. Συχνά  
 τονιστής θα λειτουργήσει σαν ένα σημαντικό πρότυπο για τους εκπαι  
 μενους και επομένως θα πρέπει να διαθέτει έκτενη κλινική και  
 έμπειρία και να επιδεικνύει το ύψηλότερο δυνατό επαγγελματικό ήθ  
 κυριότερα κριτήρια είναι φυσικά οι προσωπικές ποιότητες και ή  
 τα του συντονιστή· δευτερεύον ζήτημα αποτελεί ό έπιστημονικός  
 από τον όποιο προέρχεται ό συντονιστής (από τη συμβουλευτική, την  
 νική ψυχολογία, τον κλάδο των κοινωνικών λειτουργιών ή την ψυχιατρ  
 Πιστεύω ότι ένα μοντέλο εκπαιδευτικής ομάδας που διευθύνεται  
 έναν συντονιστή εξειδικευμένο και ικανό στο μοντέλο της διαδρασ  
 ομαδικής θεραπείας, παρέχει την καλύτερη εκπαιδευτική έμπειρία.  
 άποψη αυτή ύποστηρίζεται από μια μελέτη για 434 επαγγελματίες  
 συμμετείχαν σε διήμερες εκπαιδευτικές ομάδες της Αμερικανικής Έτα  
 ας Ομαδικής Ψυχοθεραπείας (AGPA). Οι ομάδες που ήταν προσανα  
 σμένες στη διαδικασία και έδιναν έμφαση στη διάδραση στο έδω-και  
 ρα είχαν ως αποτέλεσμα να επιτυγχάνεται πολύ μεγαλύτερη μάθηση γ  
 από τη λειτουργία του συντονιστή αλλά και τις σχέσεις με τους όμοι  
 από τις ομάδες που ήταν περισσότερο διδακτικές ή δομημένες. Οι συμ  
 τέχοντες ένιωθαν ότι ώφελήθηκαν περισσότερο από τις ομάδες, στις όποι  
 οί συντονιστές ύποστήριζαν τὰ μέλη, παρουσίαζαν τεχνικές και διευκ  
 ατάσεις από

πικό βοήθημα. Δεν  
 εμπειρία μου δε  
 ήτο, οι εκπαιδευ  
 ολύ έντονη απογ  
 μια ομαδική έ  
 μπει στην εκπαι  
 ή γνώμη μου ε  
 αντίστασης α  
 θασμένες αντίλη  
 ή γνώμη κάποιου  
 γτας απέναντι σ  
 ότερο τρόπο ή  
 ο εκπαιδευόμεν  
 η αυτή σε άτομ  
 μια κλασική θεσ  
 για τον συγκεκρι  
 θεραπευτή.

ατικές ομάδες;  
 πει να επιλέγουν  
 είναι ένα γεγονός  
 μενου. Συχνά ο  
 για τους εκπαιδε  
 κλινική και ομά  
 γελματικό ήθος.  
 ητες και ή ικανό  
 ιστημονικός χάρ  
 ουλευτική, την  
 ή την ψυχιατρική  
 ο διευθύνεται απ  
 τής διαδραστικ  
 κή εμπειρία. Η  
 παγγελματίες που  
 ικανικής Έταιρει  
 ταν προσανατολι  
 στο έδω-και-τά  
 ρη μάθηση γύρω  
 με τους όμοιους,  
 ιένες. Οι συμμε  
 έδες, στις οποίες  
 ς και διευκόλυ

τη δημιουργία ενός κλίματος, όπου κυριαρχούσε ή άλληλούποστήριξη  
 ή αποκάλυψη προσωπικών συναισθημάτων, ή ανάληψη ρίσκου,  
 ή ήταν ευχάριστες για τὰ μέλη τους.<sup>28</sup>  
 άλλος λόγος για τὸν ὁποῖο ὁ συντονιστής πρέπει νὰ ἐπιλέγεται μὲ  
 φροντίδα, εἶναι τὸ γεγονός ὅτι εἶναι ἐξαιρετικά δύσκολο νὰ συντο  
 κανείς ομάδες ἐπαγγελματιῶν ψυχικῆς ὑγείας ποὺ θὰ συνεχίσουν νὰ  
 ούν μαζί σὲ ὅλη τὴ διάρκεια τῆς ἐκπαίδευσῆς τους. Ὁ ρυθμὸς εἶναι  
 ή διανοητικοποίηση συχνή, ή αὐτοαποκάλυψη και ή ανάληψη ρίσκου  
 Τὸ κύριο ἐργαλεῖο στὴν ψυχοθεραπεία εἶναι ὁ ἴδιος ὁ θεραπευ  
 Όταν συνειδητοποιεῖ τὴν ἀλήθεια αὐτή, ὁ νεοφώτιστος θεραπευτῆς  
 διπλά εὐάλωτος ἀπέναντι στὴν αὐτοαποκάλυψη, καθὼς ἐδῶ διακυ  
 και ή προσωπική και ή ἐπαγγελματική του ικανότητα.

Ποιὸν ὁ συντονιστῆς νὰ εἶναι μέλος τοῦ προσωπικοῦ ή  
 ἀκαδημαϊκῆς ομάδας τοῦ ἐκπαιδευτικοῦ προγράμματος;

Ὁ συντονιστῆς μὲ διπλὸ ρόλο (συντονιστῆς τῆς ομάδας και μέλος τοῦ  
 προσωπικοῦ προσωπικοῦ) ἐπιδεινώνει τὸ πρόβλημα γιὰ τὰ μέλη τῆς ομά  
 ποὺ αἰσθάνονται νὰ τὰ περιορίζει ή παρουσία κάποιου, ὁ ὁποῖος μπο  
 τὸ μέλλον νὰ παίξει ρόλο ἀξιολογητῆ στὴν καριέρα τους. Ἡ ἀπλή δια  
 κίωση ἀπὸ τὸν συντονιστῆ πρὸς τὴν ομάδα ὅτι θὰ τηρήσει τὴν αὐστη  
 ρετη ἐχεμύθεια ή οὐδετερότητα δὲν ἀρκεῖ γιὰ νὰ καθησυχάσει αὐτὴ τὴν  
 πρᾶγμα πραγματικὴ ἀνησυχία τῶν μελῶν.

Βρέθηκα σὲ πολλὲς περιπτώσεις σ' αὐτὸ τὸν διπλὸ ρόλο και προσέγγι  
 τὸ πρόβλημα μὲ διάφορους τρόπους ἀλλὰ χωρὶς μεγάλη ἐπιτυχία. Μιὰ  
 προσέγγιση εἶναι νὰ θίξετε ἐνεργητικὰ τὸ πρόβλημα μέσα στὴν ομάδα.  
 Ἐγὼ ἐπιβεβαιῶνω τὴν πραγματικότητα, ὅτι ἔχω στ' ἀλήθεια διπλὸ ρόλο,  
 και ὅτι, μολονότι θὰ προσπαθῶ μὲ κάθε τρόπο νὰ εἶμαι μόνο συντονι  
 στῆς τῆς ομάδας και θὰ ἀποδυθῶ ὅποιαδήποτε καθήκοντα διοικητικοῦ ή  
 ἀξιολογητῆ, ἐνδέχεται νὰ μὴν μπορέσω νὰ ἀπελευθερωθῶ ἀπὸ ὅλα τὰ ἀσυν  
 εβήματα κατάλοιπα τοῦ δεύτερου ρόλου. Ἐπομένως, καταπιάνομαι χωρὶς πε  
 ριστροφές μὲ τὸ δῆλημα τῆς ομάδας. Καθὼς ὅμως προχωρεῖ ή ομάδα,  
 ἀσχολοῦμαι ἐπίσης μὲ τὸ γεγονός ὅτι ὅλα τὰ μέλη πρέπει νὰ διαχειριστοῦν  
 τὸ πρόβλημα τοῦ «διπλοῦ ρόλου». Παρόμοια διλήμματα παρουσιάζονται  
 σὲ ὅλη τὴν πρακτικὴ τῆς ομαδικῆς θεραπείας και εἶναι πολὺ καλύτερο νὰ  
 τὰ πάρουμε στὰ χέρια μας παρά νὰ τὰ ἀποφύγουμε ή νὰ τὰ ἀρνηθοῦμε.<sup>29</sup>  
 Τί μποροῦμε νὰ μάθουμε μέσα ἀπ' αὐτὸ τὸ δῆλημα; Τὸ κάθε μέλος ἐνδέ  
 χεται νὰ ἀνταποκριθεῖ σὲ αὐτὸ πολὺ διαφορετικὰ: κάποιον μπορεῖ νὰ μὴ μὲ  
 ἐμπιστευτοῦν και νὰ ἐπιλέξουν νὰ παραμείνουν κρυμμένοι στὴ σιωπῆ, ἄλλοι  
 ἐπιζητοῦν τὴν εὐνοιά μου, ἄλλοι μὲ ἐμπιστεύονται πλήρως και ἀφήνονται  
 χωρὶς στεγανὰ στὴν ομάδα, ἄλλοι μὲ ἀμφισβητοῦν ἐπίμονα. Ὅλες αὐτὲς οἱ  
 στάσεις ἀπέναντι σὲ ἓναν συντονιστῆ ἀντικατοπτρίζουν τὴ βασικὴ στάση



τῶν ἀνθρώπων ἀπέναντι στὴν ἐξουσία καὶ προσφέρουν πολὺ χρέιμα γιὰ τὶς συναντήσεις, μὲ τὸν ὄρο νὰ ὑπάρχει ἓνα ἐλάχιστο ποσὸ πρὸς γιὰ δουλειά.

Μιὰ ἄλλη προσέγγιση ποὺ συχνὰ υἱοθετῶ, ὅταν βρίσκομαι στὴν αὐτὴ τῶν «δύο ρόλων», εἶναι νὰ αὐτοαποκαλύπτομαι περισσότερο ὡς συνήθως – οὐσιαστικά, νὰ δίνω στὰ μέλη περισσότερα ἀπ' ὅσα μοῦ ἐκείνα. Κάνοντάς το αὐτό, λειτουργῶ ὡς πρότυπο ὄντας ἀνοιχτός καὶ χωρὶς τόσο τὴν καθολικότητα τῶν ἀνθρώπινων προβλημάτων ὅσο καὶ ὅσο ἀπίθανο θὰ ἦταν νὰ υἱοθετήσω μιὰ ἐπικριτικὴ στάση ἀπέναντι τοῦ ἄλλοι. Ἄλλα λόγια, ἡ διαφάνεια τοῦ συντονιστῆ, ὅταν τίθεται στὴν ὑπηρεσίᾳ ἐκπαίδευσης, κάνει τὰ μέλη νὰ αἰσθάνονται ὅτι εἶναι λιγότερα αὐτὴν διακυβεύονται, καθιστώντας τὶς ἀνησυχίες τους φυσιολογικές.

Σύμφωνα μὲ τὴν ἐμπειρία μου, ἀκόμα καὶ μὲ τὶς καλύτερες τεχνικὲς οἱ συντονιστὲς ποὺ κατέχουν καὶ διοικητικὴ θέση μοχθοῦν νὰ ξεπεράσουν ἓνα σοβαρὸ μειονέκτημα, καὶ οἱ ὁμάδες τους εἶναι πιθανὸ νὰ εἶναι κρατημένες καὶ ἐπιφυλακτικές. Ἡ ὁμάδα γίνεται ἓνα πολὺ πικρὸ ἀπομακρυσμένο ὄχημα προσωπικῆς ἀνάπτυξης καὶ ἐκπαίδευσης, ἀν συντονιστὴν ἀπὸ ἓνα πρόσωπο ποὺ δὲν ἀνήκει στὸ ἴδρυμα, τὸ ὁποῖο δὲν θὰ παίξει τὸν ἰσὺν ρόλο στὴν ἀξιολόγηση τῶν ἐκπαιδευόμενων. Διευκολύνει τὴν ἐκπαίδευση μιᾶς ὁμάδας ἂν, στὸ ξεκίνημά της, ὁ συντονιστὴς ξεκαθαρίσει ὅτι δὲν ἔχει καμιά πρόθεση σὲ ὁποιαδήποτε περίπτωση νὰ δώσει συστατικές ἐπισημάνσεις – εὐνοϊκὲς ἢ μή. Ὅλα αὐτὰ τὰ ζητήματα –οἱ ὁμαδικοὶ στόχοι, ἡ ἐξουσία καὶ ἡ συμμετοχή– πρέπει νὰ ξεκαθαρίζονται στὸ ξεκίνημα τῆς ὁμαδικῆς ἐμπειρίας.

*Εἶναι ἡ ἐκπαιδευτικὴ ὁμάδα θεραπευτικὴ ὁμάδα;*

Αὐτὸ εἶναι ἓνα δύσκολο ἐρώτημα. Στὶς ἐκπαιδευτικὲς ὁμάδες ἐπαγγελματιῶν, κανένα ἄλλο ζήτημα δὲν χρησιμοποιεῖται τόσο συχνὰ γιὰ νὰ ἐκφράσει τὴν ὁμαδικὴ ἀντίσταση. Καλὸ εἶναι οἱ συντονιστὲς νὰ παρουσιάξουν ἀπόψεις τους ὡς πρὸς τὴν ἐκπαίδευση σὲ σύγκριση μὲ τὴν ἐκπαίδευση ἑαυτῶν. Προσωπικὰ ξεκινῶ ζητώντας ἀπὸ τὰ μέλη νὰ πρὸς ῥήσουν σὲ ὀρισμένες δεσμεύσεις ἀπέναντι στὴν ὁμάδα. Κάθε μέλος θὰ πρέπει νὰ ἔχει ἐπίγνωση τῶν ὅσων ἀπαιτοῦνται γιὰ νὰ συμμετέχει στὴν ὁμάδα: προθυμία νὰ ἐπενδύσει συναισθηματικὰ στὴν ὁμάδα, νὰ ἀποκαλύπτει συναισθήματα γιὰ τὸν ἑαυτό του καὶ γιὰ τὰ ἄλλα μέλη καὶ νὰ διερευνᾷ προσωπικὲς περιοχές, στὶς ὁποῖες θὰ ἤθελε νὰ ἐπιφέρει ἀλλαγὴ.

Ἐπὶ πλέον, ὑπάρχει ἓνας χρήσιμος διαχωρισμὸς ποὺ πρέπει νὰ γίνεαι ἀνάμεσα σὲ μιὰ ὁμάδα ψυχοθεραπείας (*therapy group*) καὶ σὲ μιὰ θεραπευτικὴ ὁμάδα (*therapeutic group*). Μιὰ ἐκπαιδευτικὴ ὁμάδα, ἂν καὶ δὲν ἀποτελεῖ ὁμάδα ψυχοθεραπείας, εἶναι θεραπευτικὴ, καθὼς παρέχει τὴν εὐκαιρία νὰ γίνεαι ὁμαδικὴ θεραπευτικὴ δουλειά. Μὲ κανέναν τρόπο, ὡστόσο, δὲν ἀναμένεται ἀπὸ τὴν ὁμάδα

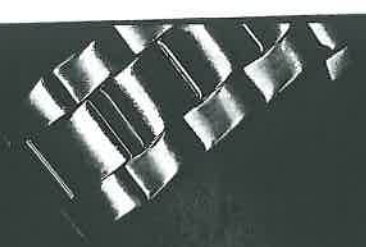
οσφέρουν πολύ χρήσιμα  
 ένα ελάχιστο ποσό προ  
 , όταν βρίσκομαι στη  
 ήπτομαι περισσότερο ό  
 ισσότερα απ' όσα μου  
 υτο όντας άνοιχτός και  
 προβλημάτων όσο και  
 ή στάση απέναντί τους  
 τίθεται στην ύπηρεσία  
 είναι λιγότερα αυτό  
 φυσιολογικές.  
 με τις καλύτερες τεχν  
 ση μοχθούν να ξεπερά  
 είναι πιθανό να είναι  
 αι ένα πολύ πιο άπει  
 αιδευσης, αν συντονίζ  
 ό όποιο δέν θα παίξει  
 ν. Διευκολύνει τη δου  
 ς ξεκαθαρίσει ότι δέν  
 ύσει συστατικές έπιστ  
 ιδικοί στόχοι, ή έχει  
 ό ξεκίνημα της ομάδ

μέλος να κάνει έκτεταμένη θεραπευτική δουλειά.  
 Το βασικό συμβόλαιο της ομάδας, για την ακρίβεια, ό λόγος ύπαρξής  
 είναι ή εκπαίδευση και όχι ή θεραπεία. Σε μεγάλο βαθμό οι στόχοι  
 άλλοεπικαλύπτονται: ό συντονιστής δέν μπορεί να προσφέρει κα-  
 λύτερη εκπαίδευση στην ομαδική θεραπεία παρά σε μια άποτελεσματική  
 θεραπευτική ομάδα. Έπιπλέον, κάθε έντατική ομαδική έμπειρία περικλείει  
 μεγάλο θεραπευτικό δυναμικό: τά μέλη δέν μπορούν να έμπλακοϋν σε μια  
 άποτελεσματική διάδραση, δέν μπορούν να αναλάβουν πλήρως τó ρόλο τού  
 μέλους της ομάδας, δέν μπορούν να πάρουν άνατροφοδότηση για τó δια-  
 κριστικό τους ύφος και για τά τυφλά τους σημεΐα χωρίς να ύπάρξει κά-  
 τια παράπλευρη θεραπευτική επίδραση. Αυτό όμως διαφέρει από την ομά-  
 τη ψυχοθεραπείας, ή όποια συγκροτείται με σκοπό την επίτευξη έκτετα-  
 τής θεραπευτικής άλλαγής για τó κάθε μέλος της.  
 Σε μια ομάδα ψυχοθεραπείας ή έντατική ομαδική έμπειρία, ή έκφραση  
 ή άπαρτίωση τού συναισθήματος, ή άναγνώριση της διαδικασίας τού  
 έδω-και-τώρα είναι άναγκαΐα μέν, αλλά δευτερεύοντα ζητήματα σε σχέση  
 τόν πρωταρχικό στόχο της άτομικής θεραπευτικής άλλαγής. Σε μια  
 εκπαιδευτική ομάδα έπαγγελματιών ψυχικής υγείας ισχύει τó αντίθετο. Θα  
 έπρεπε πολλές φορές πού ό συντονιστής της ομάδας Τ θα άδράξει μια  
 έκαιρία, για να άποσαφηνίσει και να διδάξει, εκεί πού ό ομαδικός θερα-  
 πεύτης θα τη χρησιμοποιούσε για να προχωρήσει σε βαθύτερη συναισθη-  
 ματική διερεύνηση.

*Τεχνική τού συντονιστή*

Ό συντονιστής μιās εκπαιδευτικής ομάδας έπαγγελματιών ψυχικής υγείας  
 έχει να εκπληρώσει ένα άπαιτητικό έργο: όχι μόνο πρέπει να άναποκρι-  
 τεί στο ρόλο ενός προτύπου διαμορφώνοντας και συντονίζοντας μια άποτε-  
 λεσματική ομάδα, αλλά πρέπει να κάνει και όρισμένες τροποποιήσεις της  
 τεχνικής, για να άντιμετωπίσει συγκεκριμένες εκπαιδευτικές άνάγκες τών  
 μελών της ομάδας.

Όστόσο, ή βασική προσέγγιση δέν άποκλίνει από τις κατευθυντήριες  
 γραμμές πού περιέγραψα νωρίτερα στο βιβλίο αυτό. Για παράδειγμα, ό  
 συντονιστής καλά θα κάνει να διατηρήσει μια διαδραστική έστίαση στο  
 έδω-και-τώρα. Κατά τη γνώμη μου, είναι λάθος να έπιτρέπουμε στην ομά-  
 δα να μετακινηθεί πρós μια μορφή πού πλησιάζει περισσότερο την έπο-  
 πτεΐα, όπου τά μέλη περιγράφουν προβλήματα πού άντιμετωπίζουν στην  
 κλινική δουλειά τους: μια τέτοια συζήτηση θα έπρεπε να άνήκει στο χώρο  
 της έποπτικής ώρας. "Όποτε ή ομάδα έμπλέκεται σε συζήτηση, ή όποια  
 κάλλιστα θα μπορούσε να γίνει σε ένα άλλο τυπικό πλαίσιο, άποτυγχάνει  
 να έκμεταλλευτεί τά μοναδικά χαρακτηριστικά της και τó πλήρες δυναμι-  
 κό της. Άντίθετα, τά μέλη μπορούν να συζητήσουν προβλήματά τους πού





σχετίζονται με την εργασία με τρόπους πιο ωφέλιμους για την ομάδα. Μπορούσαν, για παράδειγμα, να συζητήσουν πώς θα ένιωθε κανείς, αν ήταν θεραπευόμενος ενός συγκεκριμένου μέλους. Η ομάδα είναι επίσης εξαιρετικός χώρος για να δουλέψουν πάνω στη σχέση τους δύο εκπαιδευόμενα μέλη που τυχαίνει να συνεργάζονται σε ομάδες θεραπείας, ή σε οικογενειακή ή οίκογενειακή θεραπεία.

Υπάρχουν πολλοί τρόποι να χρησιμοποιήσει ο συντονιστής την επαγγελματική εμπειρία των μελών στην υπηρεσία της ομαδικής δουλειάς. Για παράδειγμα, έχω συχνά απευθύνει στην εκπαιδευτική ομάδα δηλώνοντας: «Σήμερα η ομάδα κινείται πολύ άργα. Όταν ρώτησα, μου είπαν ότι σήμερα δεν έχετε κέφι για δουλειά ή ότι είναι πολύ νωρίς μετά το σχολείο για να δουλέψετε. Αν ήσασταν ο συντονιστής μιας ομάδας, ποια θα ακούγατε αυτό, τί θα συμπεραίνατε; Τί θα κάνατε;» Η: «Σήμερα είναι μόνο ο Τζών και ο Στιούαρτ που αρνούνται να δουλέψουν πάνω στις διαφορές τους αλλά και οι άλλοι τους ακολουθείτε. Ποιές είναι οι διαθεσιμότητες και οι επιλογές που έχω σήμερα ως συντονιστής;» Σε μια εκπαιδευτική ομάδα έχω την τάση να καθιστώ σαφή την ομαδική διαδικασία, πολύ περισσότερο απ' ό,τι στην ομάδα θεραπείας. Στις ψυχοθεραπευτικές ομάδες η επίσημανση της ομαδικής διαδικασίας δεν προσφέρει κάποιο θεραπευτικό πλεονέκτημα, δεν έχω λόγο να την κάνω. Στις εκπαιδευτικές ομάδες υπάρχει πάντα ο πρωτεύων στόχος της εκπαίδευσης.

Συχνά ο σχολιασμός της διαδικασίας σε συνδυασμό με την οπτική της θέσης του συντονιστή είναι ιδιαίτερα χρήσιμος. Για παράδειγμα:

Επιτρέψτε μου να σας πω τι ένιωσα σήμερα ως συντονιστής. Πριν από μισή ώρα ένιωθα δυσάρεστα με τη μαζική ενθάρρυνση και υποστήριξη που πρόσφεραν όλοι στον Τόμ. Κάτι τέτοιο συνέβη και στο παρελθόν και, παρόλο που για τον Τόμ ήταν κάτι καθησυχαστικό, δεν ένιωσα ότι τον ώθησε ιδιαίτερα. Μπήκα στον πειρασμό να παρέμβω και να ρωτήσω τον Τόμ γιατί αυτή την τάση του να αποσπᾶ τη συμπεριφορά αυτή από την ομάδα, αλλά επέλεξα να μην το κάνω - εν μέρει επειδή τελευταία μου έχετε ψάξει αρκετά, για το γεγονός ότι δεν είμαι υποστηρικτικός. Έτσι είμαι σιωπηλός. Νομίζω ότι έκανα τη σωστή επιλογή, γιατί μου φαίνεται ότι η συνεδρία εξελίχθηκε σε μια πολύ παραγωγική συνάντηση, όπου μερικοί από εσάς έμβαθύνετε σε συναισθηματικά σας όπως η ανάγκη σας για φροντίδα και υποστήριξη. Πώς είδατε οι υπόλοιποι αυτό που έγινε σήμερα;

Σε ένα πολύ ωφέλιμο δοκίμιο, ο Aveline, ένας πεπειραμένος ομαδικός συντονιστής ομάδων εκπαιδευόμενων, υποστηρίζει ότι ο συντονιστής έχει να εκπληρώσει πέντε κύρια έργα:

- Να περιέχει το άγχος (με την εξερεύνηση τῶν πηγῶν ἀγχους μέσα πρὸς τὴν ὁμάδα καὶ τὴν παροχὴ μιᾶς ὁμαδικῆς δομῆς ποὺ νὰ ἀνακουφίξει ἀπὸ τὸ ἀγχος)
- Νὰ ἐγκαταστήσει ἓνα θεραπευτικὸ κλίμα στὴν ὁμάδα διαμορφώνοντας νόρμες ὑποστήριξης, ἀποδοχῆς καὶ αὐτονομίας τῆς ὁμάδας
- Νὰ ὀρίσει κατάλληλους στόχους ποὺ νὰ μποροῦν νὰ ἐκπληρωθοῦν στὸν διαθέσιμο χρόνο
- Νὰ ρυθμίσει τὴν ταχύτητα τῆς ὁμάδας, ἔτσι ὥστε νὰ μὴν προχωρεῖ οὔτε ὑπερβολικὰ γρήγορα οὔτε ὑπερβολικὰ ἀργὰ καὶ τὰ μέλη τῆς νὰ μὴν προβαίνουν σὲ καταναγκαστικὴ ἢ ἐπιβλαβὴ αὐτοαποκάλυψη
- Νὰ τελειώσει καλὰ τὴν ὁμάδα.<sup>30</sup>

### ΠΡΟΣΩΠΙΚΗ ΨΥΧΟΘΕΡΑΠΕΙΑ

Πολὺ σπάνια ἀρκεῖ μιὰ ἐκπαιδευτικὴ ὁμάδα γιὰ νὰ παρέχει σ' ἓναν ἐκπαιδευόμενον θεραπευτὴ ὅλη τὴν προσωπικὴ αὐτοεξερεύνηση ποὺ εἶναι ἀναγκαῖα. Ἡ προσωπικὴ ψυχοθεραπεία εἶναι ἀπαραίτητη γιὰ τὴν ὀρίμαση τοῦ ὁμαδικοῦ θεραπευτῆ, σ' αὐτὸ ἐλάχιστοι θὰ διαφωνοῦσαν. Εἶναι πολλὰ τὰ ἐκπαιδευτικὰ προγράμματα ποὺ ἀπαιτοῦν πιά μιὰ προσωπικὴ θεραπευτικὴ ἐμπειρία.<sup>31</sup> Μιὰ μεγάλη ἔρευνα σὲ 318 ψυχολόγους ἔδειξε ὅτι 70% εἶχαν ὑποβληθεῖ σὲ θεραπεία κατὰ τὴν ἐκπαίδευσή τους - συχνὰ σὲ περισσότερα ἀπὸ ἓνα εἶδη θεραπείας: 63% σὲ ἀτομικὴ θεραπεία (μέσος ὄρος = 100 ὥρες), 44% σὲ ὁμαδικὴ θεραπεία (μέσος ὄρος = 76 ὥρες), 36% σὲ θεραπεία ζεύγους (μέσος ὄρος = 37 ὥρες). Ἡ καταγραφή αὐτὴ ἔδειξε ὅτι τὸ 18% τῶν ψυχολόγων δὲν ξεκίνησαν ποτὲ ψυχοθεραπεία στὴ διάρκεια τῆς ζωῆς τους. Ποιοὶ παράγοντες ἐπηρεάζουν τὴν ἀπόφαση νὰ μπεῖ κάποιος σὲ θεραπεία; Οἱ ψυχολόγοι εἶχαν περισσότερες πιθανότητες νὰ ξεκινήσουν θεραπεία, ἂν εἶχαν μιὰ προηγούμενη θεραπευτικὴ ἐμπειρία κατὰ τὴν ἐκπαίδευσή τους, ἂν στὴν πρακτικὴ τους εἶχαν ψυχοδυναμικὸ προσανατολισμὸ καὶ ἂν οἱ ἴδιοι ἐργάζονταν πολλὰ ὥρες τὴν ἐβδομάδα ὡς ψυχοθεραπευτές.<sup>32</sup> Σὲ μιὰ ἄλλη καταγραφή, περισσότεροι ἀπὸ τοὺς μισοὺς ψυχοθεραπευτὲς ξεκίνησαν προσωπικὴ ψυχοθεραπεία μετὰ τὴν ἐκπαίδευσή τους, καὶ περισσότεροι ἀπὸ τὸ 90% ἀνέφεραν σημαντικὸ προσωπικὸ καὶ ἐπαγγελματικὸ ὄφελος ἀπὸ τὴν ἐμπειρία τους αὐτῆ.<sup>33</sup>

Χωρὶς ἀμφιβολία, τὸ ἐκπαιδευτικὸ περιβάλλον ἐπηρεάζει τὴν ἀπόφαση τοῦ ἐκπαιδευόμενου νὰ προχωρήσει σὲ προσωπικὴ θεραπεία. Στὸ παρελθὸν τὰ ψυχιατρικὰ ἐκπαιδευτικὰ προγράμματα εἶχαν πολὺ ὑψηλὰ ποσοστὰ συμμετοχῆς. Ἄν καὶ ὑπάρχουν κάποιοι ποὺ ἀκόμα τὰ ἀκολουθοῦν, ἡ τάση εἶναι πτωτικὴ καὶ δυστυχῶς λιγότεροι εἰδικευόμενοι τώρα πιά ἐπιλέγουν νὰ



υποβληθούν σε θεραπεία.<sup>34</sup>

Θεωρώ την προσωπική μου ψυχοθεραπευτική εμπειρία - ψυχαναλυτική - πέντε φορές την εβδομάδα σε όλη τη διάρκεια της τριχρονής ειδίκευσής μου - το σημαντικότερο κομμάτι της εκπαίδευσής μου ως θεραπευτή. Προτρέπω κάθε εκπαιδευόμενο που μπαίνει στο χώρο μας όχι μόνο να αναζητήσει προσωπική θεραπεία αλλά και να την αναζητήσει περισσότερο από μία φορά στη διάρκεια της καριέρας του - τα διαφορετικά στάδια ζωής ανακινούν διαφορετικά ζητήματα προς διερεύνηση. Κάθε ανακίνωση προσωπικής δυσφορίας είναι μια ευκαιρία για μεγαλύτερη αυτοδιερεύνηση που τελικά θα μάς κάνει καλύτερους θεραπευτές.<sup>35</sup>

Η γνώση του εαυτού μας παίζει θεμελιώδη ρόλο σε κάθε πλευρά της θεραπείας. Η ανικανότητα να δούμε τις αντιμεταβιβαστικές αντιδράσεις μας, να αναγνωρίσουμε τις προσωπικές μας διαστρεβλώσεις και τα τεχνικά μας σημεία ή να χρησιμοποιήσουμε τα δικά μας συναισθήματα και φαντασιώσεις στη δουλειά μας θα περιορίσει δραστικά την αποτελεσματικότητά μας. Αν δεν έχετε επίγνωση των δικών σας κινήτρων, ενδέχεται, λόγω της χάρης, να αποφεύγετε τη σύγκρουση μέσα στην ομάδα, επειδή έχετε μια ελπίση να αποσιωπάτε τα συναισθήματά σας, ή μπορεί να ενθαρρύνετε χρονολόγιο λόγο την αντιπαράθεση ψάχνοντας να ζωντανέψετε τον έσωτικό σας κόσμο. Μπορεί να είστε υπερβολικά πρόθυμοι να αποδείξετε την αξία σας να κάνετε συνέχεια εύφυεις έρμηνειες και με τον τρόπο αυτό να αποδυναμώνετε την ομάδα. Μπορεί να φοβάστε την οικειότητα και να εμποδίζετε την ανοιχτή έκφραση συναισθημάτων κάνοντας πρόωρες έρμηνειες - ή αντίθετο: να δίνετε υπερβολική έμφαση στα συναισθήματα, να κάνετε υπερβολικά λίγα επεξηγηματικά σχόλια και να υπερδιεγείρετε τους θεραπευόμενους, έτσι ώστε να φεύγουν αναστατωμένοι. Μπορεί να έχετε τόσο μεγάλη ανάγκη από αποδοχή, που να μην μπορείτε να αμφισβητήσετε την ομάδα και, όπως τα μέλη της, να παρασύρεστε κι εσείς από το κυρίαρχο ομαδικό ρεύμα. Μπορεί να νιώθετε τόσο καταπονημένος από μια επίθεση έναντίον σας και τόσο άβεβαιος για την εντύπωση που δίνετε, ώστε να μην μπορείτε να διακρίνετε τις ρεαλιστικές από τις μεταβιβαστικές πλευρές της επίθεσης.

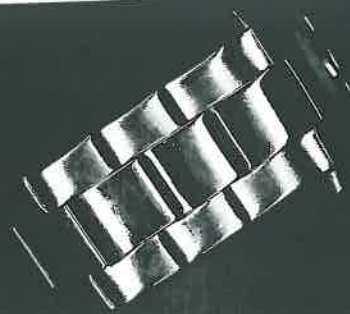
Άρκετά εκπαιδευτικά προγράμματα - για παράδειγμα, τα προγράμματα του Βρετανικού Ίνστιτούτου Ομαδικής Ανάλυσης (British Group Analytic Institute) και της Καναδικής Έταιρείας Ομαδικής Ψυχοθεραπείας (Canadian Group Psychotherapy Association) - συστήνουν στα υποψήφια μέλη τους να συμμετέχουν ως κανονικά μέλη σε μια ομάδα ψυχοθεραπείας που συντονίζεται από έναν αρχαιότερο κλινικό και αποτελείται από μη επαγγελματίες που αναζητούν προσωπική θεραπεία.<sup>37</sup> Οι υποστηρικτές τέτοιων προγραμμάτων τονίζουν τα πολλά πλεονεκτήματα που προσφέρει το να είσαι πραγματικό μέλος μιας θεραπευτικής ομάδας. Υπάρχει λιγότερος ά-

πρὸς ἀνταγωνισμό ἀπ' ὅ,τι σὲ μιὰ ομάδα συναδέλφων, λιγότερη ἀνάγκη νὰ δράσει κανεὶς, λιγότερη ἀμυντικότητα καὶ λιγότερη ἀνησυχία γιὰ τὴν κριτικὴ τῶν ἄλλων. Τὰ προσδοκώμενα ἐμπόδια μποροῦν νὰ ὑπερπηδηθοῦν. Ὁ ἐκπαιδευόμενος ἐπιχειρήσει νὰ παίξει τὸν βοηθὸ θεραπευτὴ ἢ ἀποφασίσει μὲ κάποιον ἄλλο τρόπο τὴν ἀληθινὴν θεραπευτικὴ ἐμπλοκή, ἕνας ἄλλος ὁμαδικὸς θεραπευτὴς θὰ μπορέσει νὰ τοῦ δείξει τὴ σωστὴ κατεύθυνση.

Ἡ ἐμπειρία ποὺ ἀντλεῖ κανεὶς ὄντας πλῆρες μέλος μιᾶς κανονικῆς ὁμαδικῆς θεραπείας εἶναι ἀνεκτίμητη, καὶ ἐνθαρρύνω κάθε ἐκπαιδευόμενον νὰ ἀναζητήσει τέτοιου εἶδους θεραπεία. Δυστυχῶς, εἶναι δύσκολο νὰ βρεῖ κανεὶς τὴν σωστὴν ομάδα. Οἱ συνήγοροι τῆς προσωπικῆς ὁμαδικῆς θεραπείας ἀφθονοῦν ἐν μεγάλας μητροπολιτικὰ κέντρα (Λονδίνο, Νέα Ὑόρκη, Τορόντο, Γενεύη). Σὲ ἀστικές περιοχὰς μικρότερου μεγέθους, ὅμως, ἡ διαθεσιμότητα προσωπικῆς ὁμαδικῆς θεραπείας εἶναι περιορισμένη. Δὲν ὑπάρχουν ἀρκετὲς ομάδες ποὺ νὰ πληροῦν τὰ σωστὰ κριτήρια - δηλαδή, μιὰ συνεχιζόμενη ομάδα ὑψηλῆς λειτουργικότητας ποὺ νὰ συντονίζεται ἀπὸ ἕναν ἀρχαιότερο ἀντικείμενὸ μὲ ἐκλεκτικὴ δυναμικὴ προσέγγιση (ὁ ὁποῖος μάλιστα νὰ μὴ συντονίζεται οὔτε κοινωνικὰ οὔτε ἐπαγγελματικὰ μὲ τὸν ἐκπαιδευόμενον).

Ἐπιπλέον, ὑπάρχει καὶ μιὰ ἄλλη μέθοδος, γιὰ νὰ συνδυάσει κανεὶς ὁμαδικὴ ἐκπαίδευση καὶ προσωπικὴ ψυχοθεραπεία. Γιὰ ἀρκετὰ χρόνια συντόνιζα μιὰ θεραπευτικὴν ὁμάδα γιὰ ψυχοθεραπευτὲς ἐν ἐνεργείᾳ. Πρόκειται γιὰ μιὰ κανονικὴν ὁμάδα θεραπείας καὶ ὄχι γιὰ μιὰ ἐκπαιδευτικὴν ὁμάδα. Ἡ εἴσοδος τῆς ὁμάδας βασίζεται στὴν ἀνάγκη καὶ στὴν ἐπιθυμία γιὰ προσωπικὴν θεραπεία, καὶ τὰ μέλη χρεώνονται τὸ κανονικὸ ἀντίτιμο τῆς ὁμαδικῆς ψυχοθεραπείας. Φυσικὰ στὴ διάρκεια τῆς θεραπείας τοὺς τὰ μέλη -τὰ περισσότερα ἀπὸ τὰ ὅποια, ἂν καὶ ὄχι ὅλα, εἶναι καὶ ὁμαδικοὶ θεραπευτὲς- μαθαίνουν πολλὰ γιὰ τὴ διαδικασία τῆς ὁμαδικῆς θεραπείας.

Καθὼς κάθε ἐκπαιδευτικὴ κοινότητα περιλαμβάνει κάποιους ἐμπειροὺς ὁμαδικοὺς θεραπευτὲς, τὸ πλαίσιο αὐτὸ καθιστᾷ τὴν ὁμαδικὴν θεραπεία διαθεσιμὴν σὲ ἕναν μεγάλο ἀριθμὸν ἐπαγγελματιῶν ψυχικῆς υἱείας. Ἡ σύνθεση τῆς ὁμάδας εἶναι γενικὰ πιὸ συμβατὴ γιὰ τὸν ἐκπαιδευόμενον ὁμαδικὸν θεραπευτὴν, ἀπὸ τὴν ἀποψη ὅτι ὑπάρχει μεγάλη ὁμοιογένεια στὴν ψυχικὴ συγκρότηση. Εἶναι μιὰ ὁμάδα ἀγνώστων. Τὰ μέλη εἶναι ὅλοι ἐπαγγελματίες ἀλλὰ δὲν συνεργάζονται (παρότι ἔχω συναντήσει καὶ ἐπαγγελματίες μὲ ἀνεπίσημη σχέση -ποὺ ἔχουν, παραδείγματος χάρι, τὰ γραφεῖα τοὺς στὸν ἴδιον ὄροφο- οἱ ὁποῖοι συμμετέχουν χωρὶς ἐπιπλοκὲς στὴν ἴδια ὁμάδα). Κάτι τέτοιο ἐξαφανίζει τὰ ἀνταγωνιστικὰ προβλήματα ποὺ ἀναδύονται σὲ ὁμαδικὲς ἐκπαιδευόμενων τοῦ ἴδιου ἐκπαιδευτικοῦ προγράμματος. Τὰ μέλη ἔχουν ὑψηλὸ κίνητρο, ψυχολογικὴ σκέψη καὶ συνήθως εἶναι λεκτικὰ δραστήρια. Ὁ πολὺ ἐμπειρὸς ὁμαδικὸς θεραπευτὴς ἀνακαλύπτει ὅτι δὲν εἶναι δύσκολο νὰ συντονίσαι κανεὶς τέτοιες ομάδες. Περιστασιακὰ, τὰ μέλη μπορεῖ νὰ δο-





κιμάσουν τὰ ὄρια, νὰ κρίνουν ἢ νὰ ἀνταγωνιστοῦν τὸν συντονιστὴ ἄλλοι περισσότεροι ἀπ' αὐτοὺς βρίσκονται ἐκεῖ γιὰ νὰ κάνουν σοβαρὴ δουλειά. Ἐφαρμόζουν τὶς δικές τους γνώσεις γιὰ τὴν ψυχοθεραπεία, γιὰ νὰ βοηθήσουν τὴν ὁμάδα νὰ γίνει στὸν μέγιστο βαθμὸ ἀποτελεσματικὴ.

## ΠΕΡΙΛΗΨΗ

Οἱ ἐκπαιδευτικὲς ἐμπειρίες ποὺ περιέγραψα - παρατήρηση ἐμπειροπλουτοῦ, ἐποπτεία ὁμαδικῆς θεραπείας, βιωματικὴ συμμετοχὴ σὲ ὁμάδα προσωπικῆς θεραπείας - ἀποτελοῦν, κατὰ τὴ γνώμη μου, τὰ ἐλάχιστὰ απαραίτητα συστατικὰ ἑνὸς προγράμματος ποὺ ἐκπαιδεύει ὁμαδικούς θεραπευτές. (Υποθέτω βέβαια ὅτι ὁ ἐκπαιδευόμενος ἔχει παρακολουθήσει - ἢ παρακολουθεῖ - ἐκπαίδευση στοὺς γενικοὺς κλινικοὺς τομεῖς: συνέντευξη, ψυχοπαθολογία, θεωρία τῆς προσωπικότητας καὶ ἄλλες μορφές ψυχοθεραπείας.) Ἡ σειρά τῶν ἐκπαιδευτικῶν ἐμπειριῶν ὁμαδικῆς θεραπείας μπορεῖ νὰ ἐξαρτηθεῖ ἀπὸ τὰ ὀργανωτικὰ χαρακτηριστικὰ τοῦ συγκεκριμένου ἐκπαιδευτικοῦ ἰνστιτούτου. Συνιστῶ ἢ παρατήρηση, ἢ προσωπικῆς θεραπείας ἢ βιωματικὴ ὁμάδα νὰ ξεκινοῦν πολὺ νωρὶς στὸ ἐκπαιδευτικὸ πρόγραμμα καὶ νὰ ἀκολουθοῦνται σὲ λίγους μῆνες ἀπὸ τὸ σχηματισμὸ ὁμάδας καὶ συνεχῆ ἐποπτεία. Πιστεύω ὅτι εἶναι φρόνιμο οἱ ἐκπαιδευόμενοι νὰ ἐκμεταλλεῖται μιὰ κλινικὴ ἐμπειρία, ὅπου νὰ ἔρχονται ἀντιμέτωποι μὲ τὰ βασικὰ ὁμαδικὰ καὶ διαδραστικὰ δυναμικὰ σὲ μιὰ ἀνοιχτὴ ὁμάδα μὴ ψυχωτικῶν θεραπευμένων μὲ ἰσχυρὸ κίνητρο, πρὶν ἀρχίσουν νὰ δουλεύουν σὲ ὁμάδες περιλαμβανόμενων στόχων μὲ πολὺ ἐξειδικευμένους πληθυσμοὺς θεραπευόμενων ἢ κάποια ἀπὸ τὶς νέες ἐξειδικευμένες θεραπευτικὲς προσεγγίσεις.

Ἡ ἐκπαίδευση, βέβαια, εἶναι μιὰ ἰσόβια διαδικασία. Εἶναι σημαντικό κλινικοὶ νὰ διατηροῦν τὴν ἐπαφή τους μὲ συναδέλφους, εἴτε ἀνεπίσημα ἐπιπέδου μὲσω ἐπαγγελματικῶν ἐνώσεων ὅπως ἡ Ἀμερικανικὴ Ἐταιρεία Ὁμαδικῆς Ψυχοθεραπείας (American Group Psychotherapy Association) ἢ ἡ Ἐταιρεία Ἐιδικῶν στὴν Ὁμαδικὴ Ἔργασία (Association for Specialists in Group Work). Γιὰ νὰ συνεχιστεῖ ἢ ἀνάπτυξή μας, ἀπαιτεῖται ἡ συνεχὴς ἐπαφή μας μὲ νέα δεδομένα. Ὑπάρχουν πολλὲς μορφές συνεχιζόμενης ἐκπαίδευσης, μεταξὺ τῶν ὁποίων τὸ διάβασμα, ἡ συνεργασία μὲ διαφορετικοὺς συναδέλφους, ἡ διδασκαλία, ἡ συμμετοχὴ σὲ ἐπαγγελματικὰ ἐργαστήρια καὶ οἱ ἀνεπίσημες συζητήσεις μὲ συναδέλφους. Οἱ μεταπτυχιακὲς προσωπικὲς ὁμαδικὲς ἐμπειρίες εἶναι γιὰ πολλοὺς μιὰ ἀναζωογονητικὴ διαδικασία. Ἡ Ἀμερικανικὴ Ἐταιρεία Ὁμαδικῆς Ψυχοθεραπείας προσφέρει μιὰ διήμερὴ βιωματικὴ ὁμάδα, τὴν ὁποία διευθύνουν πολὺ ἐμπειροὶ ὁμαδικοὶ συντονιστές, ὡς ἐτήσιο ἐκπαιδευτικὸ θεσμὸ ποὺ συστηματικὰ προηγεῖται τῆς ἐτήσιας συνέλευσης. Μακροπρόθεσμες διερευνητικὲς καταγραφὲς συνηγοροῦν

υπνιστούν τον συντονιστή...  
 να κάνουν σοβαρή δουλειά...  
 ψυχοθεραπεία, για να βρουν...  
 αποτελεσματική.

I

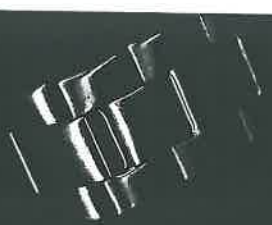
- παρατήρηση εμπειρο...  
 συμμετοχή σε ομάδες...  
 γνώμη μου, τα ελάχιστα...  
 εκπαιδευτεί ομαδικούς...  
 έχει παρακολουθήσει...  
 τους τομείς: συνέντευξη...  
 άλλες μορφές ψυχοθε...  
 ομαδικής θεραπείας...  
 του συγκεκριμένου...  
 ή προσωπική...  
 το εκπαιδευτικό πρόγρα...  
 σχηματισμό ομάδας...  
 οι εκπαιδευόμενοι να...  
 ωποι με τα βασικά...  
 α μη ψυχωτικών...  
 υλεύουν σε ομάδες...  
 τμούς θεραπευόμενων...  
 προσεγγίσεις.

κασία. Είναι σημαντική...  
 λφους, είτε ανεπίσημοι...  
 κνική Έταιρεία Ομαδικής...  
 Association) ή η Έταιρεία...  
 for Specialists in Group...  
 ιτείται ή συνεχής...  
 συνεχιζόμενης...  
 ία με διαφορετικούς...  
 ελματικά...  
 ατυχιακές...  
 γονητική...  
 προσφέρει...  
 ερι...  
 κά προηγείται...  
 καταγραφές...  
 συνηγορού...

...την αξία των ομάδων αυτών - επαγγελματική όσο και προσωπική.<sup>38</sup>  
 Η άλλη μορφή είναι ο σχηματισμός ομάδων υποστήριξης για επαγ-  
 γματίες ψυχοθεραπευτές χωρίς συντονιστή. Μολονότι τέτοιες ομάδες  
 υπήρχαν ήδη από τον καιρό του Φρόυντ, μέχρι πολύ πρόσφατα δεν υπήρχε  
 βιβλιογραφία για τις ομάδες υποστήριξης των επαγγελματιών ψυχικής  
 υγείας. Μπορώ να βεβαιώσω προσωπικά την αξία τους. Έδω και περισ-  
 σότερο από δεκαπέντε χρόνια με έχει ωφελήσει πάρα πολύ η συμμετοχή  
 μου σε μια ομάδα έντεκα θεραπευτών της δικής μου ηλικίας και επιπέδου  
 εμπειρίας, που συναντιέται για ένενήντα λεπτά κάθε δεύτερη εβδομάδα.  
 Τα μέλη της ομάδας είχαν τα γραφεία τους στον ίδιο χώρο και μέσα  
 στα χρόνια είχαν δει, χωρίς να μπορούν να προσφέρουν μεγάλη βοήθεια,  
 ανεπευόδους συναδέλφους τους να υποφέρουν και μερικές φορές να καταβάλ-  
 λονται από κάποιο έντονο προσωπικό ή επαγγελματικό στρες. Η όμοφω-  
 νη αντίδρασή τους στην ιδέα μιας υποστηρικτικής ομάδας ήταν: « Γιατί  
 τόσο καλό δεν το κάναμε αυτό πριν από είκοσιπέντε χρόνια; » Οι ομάδες  
 αυτές όχι μόνο προσφέρουν προσωπική και επαγγελματική υποστήριξη,  
 αλλά υπενθυμίζουν επίσης στους θεραπευτές τη δύναμη της μικρής ομάδας  
 και τους επιτρέπουν να έχουν μια όπτική της ομαδικής θεραπευτικής δια-  
 δικασίας από τη θέση των μελών. Όπως συμβαίνει με όλες τις ομάδες,  
 έτσι και αυτές οι ομάδες ωφελούνται, όταν υπάρχει μια ξεκάθαρη συμφωνία  
 προς τις προσδοκίες, τους στόχους και τις νόρμες, ώστε να διασφαλί-  
 σουν ότι δεν παρεκκλίνουν από την πορεία τους και να είναι σε θέση να  
 ολοκληρωθούν με την ίδια τους την ομαδική διαδικασία.<sup>39</sup>

ΠΕΡΑ ΑΠΟ ΤΗΝ ΤΕΧΝΙΚΗ

...να εκπαιδευτικό πρόγραμμα ομαδικής θεραπείας οφείλει να διδάξει τους  
 εκπαιδευόμενους όχι μόνο πώς να δρουν, αλλά και πώς να μαθαίνουν. Αυτό  
 που δεν πρέπει να μεταδίδουμε ως κλινικοί εκπαιδευτές είναι μια άκαμπτη  
 βεβαιότητα, είτε για τις τεχνικές μας είτε για τις θεωρητικές μας υποθέ-  
 σεις για τη θεραπευτική αλλαγή: το πεδίο είναι υπερβολικά πολύπλοκο και  
 πλουραλιστικό για να διατηρεί κανείς με φανατισμό μια ακλόνητη πίστη.  
 Γι' αυτό πιστεύω ότι είναι εξαιρετικά σημαντικό να διδάσκουμε και να δί-  
 νουμε με τη στάση μας το πρότυπο ενός βασικού έρευνητικού προσανατο-  
 λισμού προς τη συνεχιζόμενη εκπαίδευση στον επιστημονικό μας χώρο.  
 Όταν λέω « έρευνητικό προσανατολισμό » δεν εννοώ προς μια κοντόφθαλ-  
 μη κουλτούρα του x<sup>2</sup>, αλλά αντίθετα προς μια άνοιχτή, αυτοκριτική, διε-  
 ρευνητική στάση απέναντι στα κλινικά και έρευνητικά τεκμήρια και συμ-  
 πέρασματα - μια στάση απέναντι στην εμπειρία που να συμβαδίζει με μια  
 ευαίσθητη και ανθρωπιστική κλινική προσέγγιση.





Οι πρόσφατες εξελίξεις στην ψυχοθεραπευτική έρευνα υπογραμμίζουν την αρχή αυτή. Για λίγο καιρό υπήρξε η φαντασίωση ότι θα μπορούσαμε να συντομεύσουμε κατά πολύ την κλινική εκπαίδευση και να εξελίσσουμε την ποικιλότητα της θεραπευτικής έκβασης, αν βάζαμε τους θεραπευτή τους πιστά ένα θεραπευτικό εγχειρίδιο. Αυτό παραμένει μια άστοχη τοποίητη φαντασίωση: η διαμόρφωση εγχειριδίων για την ψυχοθεραπεία δεν βελτίωσε την κλινική έκβαση. Τελικά, ο θεραπευτής είναι αυτός που παράγει τα όφελια και όχι το θεωρητικό μοντέλο. Η προσκόλληση στην κλινολογία του ψυχοθεραπευτικού εγχειριδίου απέχει κατά πολύ από τη δέξια διεξαγωγή της ψυχοθεραπείας. Πολλοί κλινικοί νιώθουν ότι τα εγχειρίδια περιορίζουν τη φυσική τους ικανότητα να ανταποκρίνονται στο θεραπευόμενο και καταλήγουν σε μια «σπασμωδική» άναποτελεσματική θεραπευτική διαδικασία. Η αποτελεσματικότητα του θεραπευτή εξαρτάται σε μεγάλο βαθμό από την ικανότητά του να αυτοσχδιάζει σύμφωνα με τις απαιτήσεις της συγκεκριμένης κατάστασης, αντιλώντας τόσο από τη γνώση, όσο και από τη συσσωρευμένη πείρα. Τα εγχειρίδια της ψυχοθεραπείας δεν προσφέρουν κάτι τέτοιο.<sup>40</sup>

Χρειάζεται να βοηθήσουμε τους εκπαιδευόμενους να αξιολογήσουν ορθά τη δουλειά τους και να διατηρήσουμε επαρκή ευελιξία στην τεχνική και στη στάση μας, ώστε να ανταποκρινόμαστε στις δικές τους παρατηρήσεις. Οί ώριμοι θεραπευτές εξελίσσονται συνεχώς: θεωρούν κάθε θεραπευόμενο, κάθε ομάδα -στην ουσία δηλ τους την καριέρα- μια μαθητευόμενο εμπειρία. Είναι το ίδιο σημαντικό να εκπαιδεύουμε τους μαθητευόμενους θεραπευτές να μπορούν να αξιολογήσουν την έρευνα πάνω στην ομάδα και, αν χρειάζεται, να προσαρμόζουν τα έρευνητικά συμπεράσματα στην κλινική τους δουλειά. Η ένταξη στο εκπαιδευτικό πρόγραμμα των γνωσμάτων και σεμιναρίων για τη μεθοδολογία της κλινικής έρευνας είναι, επομένως, απόλυτα επιθυμητή. Παρότι μόνο λίγοι κλινικοί θα έχουν κάποτε το χρόνο, τη χρηματοδότηση και τη θεσμική υποστήριξη, για να εμπλακούν σε μια έρευνα μεγάλης κλίμακας, πολλοί μπορούν να επιδρασουν στην έντακτη έρευνα μεμονωμένων προσώπων ή μιας ομάδας, και άλλοι κλινικοί πρέπει να ξέρουν να αξιολογούν τη δημοσιευμένη κλινική έρευνα. Για να μπορέσει ο κλάδος της ομαδικής θεραπείας να εξελιχθεί με σπουδαίο κροτημένο τρόπο, θα πρέπει να αγκαλιάσει την υπεύθυνη, σωστά μεθοδολογημένη, επίκαιρη και αξιόπιστη έρευνα. Άλλιώς η ομαδική θεραπεία θα απομεινωσει μια ιδιότροπη, τυχάρπαστη πορεία και η έρευνα θα καταλήξει μάταιη και στείρα άσκηση.

Σκεφτείτε πώς θα μπορούσε να εισάγεται ο εκπαιδευόμενος σε ένα καλύτερο έρευνητικό πρόβλημα: την αξιολόγηση της έκβασης. Μπορούν να αφιερωθούν κάποια σεμινάρια σε μια εισαγωγή στην ογκώδη βιβλιογραφία που υπάρχει γύρω από τα προβλήματα που παρουσιάζει η έρευνα της έκβασης.

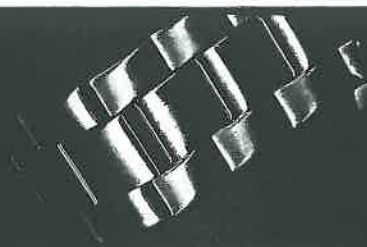
ερευνητική έρευνα υπογραμμίζει ή φαντασίωση ότι θα μπορούσε ή εκπαίδευση και να εξελιχθεί, αν βάζαμε τους θεραπευτές. Αυτό παραμένει μια άπειρη χειριδίων για την ψυχοθεραπεία, ό θεραπευτής είναι αυτό το πρόβλημα. Η προσκόλληση στην άπείχε κατά πολύ από την κλινικοί νιώθουν ότι τα αποτελέσματα να ανταποκρίνονται στα απαιτήσεις του θεραπευτή εξοπλισμού αυτοσχεδιάζει σύμφωνα με τα κριτήρια. Τα έγχειριδια της ψυχοθεραπείας να αξιολογήσουν την παρική ευελιξία στην τεχνική τους πείρα να συνεχώς: θεωρούν κάθε ψυχοθεραπευτική καριέρα— μια μαθητευόμενος τους μαθητευόμενος έρευνα πάνω στην ομαδική έρευνητικά συμπεριφορές παιδαγωγικό πρόγραμμα της κλινικής έρευνας. Ο λίγοι κλινικοί θα έπρεπε να υποστηρίξει, για να μπορούν να επηρεάσουν μια ομάδα, και άλλες σκευμένη κλινική έρευνας να εξελιχθεί με συνέπεια ευθύνη, σωστά μεθοδική και αδαδική θεραπεία θα έπρεπε έρευνα θα καταλήξει στην εκπαιδευόμενος σε έρευνα έκβασης. Μπορούν να οργανώδη βιβλιογραφία άζει ή έρευνα της

(Εξαιρετικές πρόσφατες ανασκοπήσεις μπορούν να χρησιμοποιηθούν ως βάση για τις συζητήσεις αυτές.)<sup>41</sup> Έκτός από τα σεμινάρια, εκπαιδευόμενος μπορεί να εμπλακεί στην έρευνητική πράξη παίρνοντας συνεντεύξεις από θεραπευόμενους που ολοκλήρωσαν πρόσφατα την ομαδική θεραπεία.

Από τη στιγμή που έχει αναμειχθεί, ακόμα και σε περιορισμένη έκταση στην αξιολόγηση της αλλαγής, ο εκπαιδευόμενος ευαίσθητοποιείται και σε θέση να κρίνει με πιο εποικοδομητικό τρόπο την έρευνα της έκβασης. Σύντομα είναι σε θέση να αναγνωρίσει ότι το πρόβλημα είναι πώς ή έρευνητική έρευνα συνεχίζει να διαιωνίζει το σφάλμα του έκτεταμένου σχεδιασμού, αποτυγχάνοντας να εξατομικεύσει την αξιολόγηση της έκβασης. Ο κλινικοί δέν δίνουν προσοχή, ούτε καν πιστεύουν, έρευνες στις όποιες έκβαση υπολογίζεται με βάση τις αλλαγές (« πριν και μετά ») που μετράονται με προτυποποιημένα εργαλεία — και έχουν ισχυρά επιχειρήματα. Τα κριτήρια κλινικών και έρευνητικών στοιχείων δείχνει ότι ή αλλαγή σημαίνει κάτι διαφορετικό για κάθε θεραπευόμενο. Κάποιοι θεραπευόμενοι έχουν άγχος να βιώνουν λιγότερο άγχος ή έχθρότητα, ενώ για άλλους ή βελτίωση θα συνοδευόταν από μεγαλύτερο άγχος ή έχθρότητα. Ακόμα και οι αλλαγές στην αυτοεκτίμηση πρέπει να εξατομικεύονται. Έχει γίνει φανερό ότι ένα ύψηλο σκόρ αυτοεκτίμησης στα παραδοσιακά αυτοσυμπληρούμενα ερωτηματολόγια μπορεί να αντικατοπτρίζει είτε μια αυθεντικά ύγιη θεώρηση του έαυτού είτε μια άμυντική στάση, στην όποια το άτομο διατηρεί την αυτοεκτίμηση εις βάρος της ατεπίγνωσης.<sup>42</sup> Έπειτα από μια έπιλεγμένη θεραπεία τα συγκεκριμένα αυτά άτομα θα παρουσίαζαν χαμηλό σκόρ αυτοεκτίμησης, σύμφωνα με τα ίδια ερωτηματολόγια, ή μέτρηση όμως ήταν πιο ακριβής.

Επομένως, δέν πρέπει μόνο να αλλάξουμε τη γενική στρατηγική της αξιολόγησης της έκβασης, αλλά και να αναδιατυπώσουμε τα κριτήρια που χρησιμοποιούν την έκβαση. Ενδέχεται να είναι λάθος να χρησιμοποιούνται στην έρευνα της ομαδικής ψυχοθεραπείας κριτήρια που αρχικά σχεδιάστηκαν για την έκβαση της ατομικής ψυχοθεραπείας. Υποψιάζομαι ότι, μολονότι ή ατομική και ή ομαδική θεραπεία είναι ισοδύναμες στη γενική αποτελεσματικότητα, το κάθε πλαίσιο μπορεί να επηρεάζει διαφορετικές μεταβλητές και να έχει διαφορετικό είδος έκβασης. Για παράδειγμα, οι απόφοιτοι της ομαδικής θεραπείας μπορεί να γίνουν περισσότερο επιδέξιοι διαπροσωπικά, να αυξήσουν την τάση τους να δημιουργούν σχέσεις σε καιρούς στρες, να είναι πιο ίκανοί να διατηρούν ουσιαστικές σχέσεις ή να έχουν μεγαλύτερη ανσυναίσθηση, ενώ οι θεραπευόμενοι της ατομικής ψυχοθεραπείας μπορεί να είναι πιο αυτόρχεις, πιο ένδοσκοπικοί και καλύτερα συντονισμένοι με τις ψυχικές τους διαδικασίες.<sup>43</sup>

Έδω και χρόνια οι ομαδικοί θεραπευτές θεωρούν τη θεραπεία ένα πο-





λυδιάστατο έργαστήρι για τη ζωή, και είναι καιρός να αναγνωρίσουμε παράγοντα αυτόν στην έρευνα της έκβασης. Ός αποτέλεσμα της θεωρίας κάποιιο θεραπευόμενοι αλλάζουν την ιεραρχία των αξιών της ζωής και φτάνουν να δίνουν μεγαλύτερη σημασία σε ανθρωπιστικούς ή σε ατομικούς στόχους. Άλλοι μπορεί να παίρνουν μείζονες αποφάσεις που θα ρεάσουν την πορεία της ζωής τους. Άλλοι μπορεί να γίνουν πιο εαυτοί διαπροσωπικά και πιο ίκανοί στη μετάδοση των συναισθημάτων. Άλλοι πάλι μπορεί να ασχολούνται λιγότερο με ζητήματα ανούσια και περισσότερο με βαθύτερα ζητήματα ζωής. Κάποιοι δεσμεύονται περισσότερο απέναντι στους άλλους ανθρώπους ή σε κάποια πράγματα που θέλουν να κάνουν, άλλοι μπορεί να βιώνουν μεγαλύτερη ενεργητικότητα, άλλοι μπορεί να συμβιβαστούν με τρόπο ουσιαστικό με τη θνητότητά τους, ενώ άλλοι πάλι μπορεί να αρχίσουν να κυνηγούν περισσότερο την περιπέτεια, να είναι πιο δεκτικοί σε νέες έννοιες και έμπειριες. Το ζήτημα περιπλέκεται ακόμα περισσότερο, καθώς πολλές από τις αλλαγές αυτές μπορεί να αντιμετωπίζονται στην ανακούφιση των παρουσιαζόμενων συμπτωμάτων ή στην επίτευξη μεγαλύτερης προσωπικής χαλάρωσης. "

Ο έρευνητικός προσανατολισμός απαιτεί να παραμένετε ως θεραπευτής ευέλικτος σε όλοκληρη την καριέρα σας, να ανταποκρίνεστε στα νέα δεδομένα δεικτικά στοιχεία και να ζείτε με έναν βαθμό άβειαιότητας - πράγμα που είναι μάλλον εύκολο. Η άβειαιότητα που προέρχεται από την απουσία ενός σταθερού συστήματος θεραπείας γεννά το άγχος.

Πολλοί θεραπευτές αναζητούν παρηγοριά άσπαζόμενοι κάποια θεωρητική όρθοδοξία: άφοσιώνονται σε μία από τις πολλές ιδεολογικές σχολές, οι όποίες όχι μόνο παρέχουν ένα πλήρες έπεξηγηματικό σύστημα αλλά και άπορρίπτουν τα γεγονότα που δεν συμβαδίζουν με αυτό και άπαξιούν τα νέα άποδεικτικά στοιχεία. Η άφοσίωση αυτή συνήθως προύποθέτει μια μακρόχρονη μαθητεία και μια τελετουργία ένταξης. Μόλις μπούν στο σύστημα, οι εκπαιδευόμενοι τó βρίσκουν δύσκολο να βγούν: Πρώτον, έχουν συνήθως ακολουθήσει τόσο μακρόχρονη μαθητεία, που η έγκατάλειψη της σχολής ίσοδυναμεί με την άπόρριψη ενός μέρους του έαυτού τους. Και δεύτερον, είναι έξαιρετικά δύσκολο να έγκαταλείψεις μια θέση βειαιότητας για μια θέση άβειαιότητας. Μια τέτοια θέση βειαιότητας αντίτιθεται, όμως σαφώς στην ανάπτυξη και έμποδίζει πάρα πολύ την εξέλιξη του εκπαιδευόμενου θεραπευτή.

Άπό την άλλη, υπάρχουν κάποιοι κίνδυνοι στην άποκήρυξη της βειαιότητας. Οι άγχώδεις και άβειαιοι θεραπευτές μπορεί να είναι λιγότερο άποτελεσματικοί. Η βαθιά άβειαιότητα μπορεί να όδηγήσει σε θεραπευτικό μηδενισμό, και ό εκπαιδευόμενος μπορεί να άντισταθεί στην πλήρη γνώση όποιασδήποτε όργανωμένης τεχνικής θεραπείας. Οι δάσκαλοι, με τó προσωπικό τους παράδειγμα, πρέπει να παρέχουν ένα έναλλακτικό μοντέλο.

...ρός να αναγνωρίσουν  
 ...αποτέλεσμα τής θεραπείας  
 ...των αξιών τής ζωής  
 ...θρωπιστικούς ή σε αλληλο-  
 ...ες αποφάσεις που θα επη-  
 ...εί να γίνουν πιο εύχρη-  
 ...των συναισθημάτων  
 ...ητήματα άνουσια και  
 ...δεσμεύονται περισσότερο  
 ...πράγματα που θέλουν να  
 ...ρηγητικότητα, άλλοι υπο-  
 ...ητότητά τους, ενώ άλλοι  
 ...την περιπέτεια, να είναι  
 ...τημα περιπλέκεται  
 ...τες μπορεί να αντιτίθενται  
 ...ωμάτων ή στην επίτευξη  
 ...αμένετε ως θεραπευτές  
 ...κρίνεστε στα νέα άπο-  
 ...κιότητας - πράγματι  
 ...την άπουσία ενός  
 ...όμενοι κάποια θεωρη-  
 ...ες ιδεολογικές σχολές  
 ...ικό σύστημα αλλά  
 ...αυτό και άπαξιούν  
 ...προϋποθέτει μια  
 ...λις μπούν στο σύ-  
 ...: Πρώτον, έχουν συ-  
 ...ή εγκατάλειψη τή-  
 ...αυτού τους. Και δε-  
 ...θέση βεβαιότητας γι-  
 ...ς αντιτίθεται, όμως  
 ...εξέλιξη του εκπαι-  
 ...κήρυξη τής βεβαιό-  
 ...είναι λιγότερο απο-  
 ...ήσει σε θεραπευτικές  
 ...στην πλήρη γνώση  
 ...σκαλοι, με το προ-  
 ...λλακτικό μοντέλο.

...χόνοντας πώς πιστεύουν ότι μια συγκεκριμένη προσέγγιση είναι άποτε-  
 ...ματική, σύμφωνα με τὰ διαθέσιμα άποδεικτικά στοιχεία, αλλά ότι είναι  
 ...τοι να μεταβάλουν τήν προσέγγιση αυτή, καθώς έμφανίζονται νέες  
 ...ροφορίες. Έξάλλου όσοι διδάσκουν πρέπει να δείχνουν ξεκάθαρα στους  
 ...αυθεντικούς τήν περηφάνια που άντλοϋν άνήκοντας σε έναν χῶρο που  
 ...αθεϊ να προοδεύσει και που είναι αρκετά ειλικρινής για να γνωρίζει  
 ...τους περιορισμούς του.

Οί θεραπευτές που δεν έχουν έναν έρευνητικό προσανατολισμό, με τόν  
 ...να αξιολογούν τις νέες εξελίξεις, βρίσκονται σε δύσκολη θέση. Πώς  
 ...πορούν, για παράδειγμα, να αντιδράσουν στις μυριάδες νέες καινοτομίες  
 ...χῶρου - για παράδειγμα, στον πολλαπλασιασμό των μεθόδων για βρα-  
 ...εις, δομημένες ομάδες; Δυστυχώς ή υιοθέτηση μιᾶς νέας μεθόδου εξαρ-  
 ...ται συνήθως από τήν ισχύ, τήν πειθῶ ή τή χαρισματικότητα του ανθρώ-  
 ...που που τήν προωθεί, γι' αυτό και κάποιες νέες θεραπευτικές προσεγγίσεις  
 ...τόρθωσαν πάρα πολύ γρήγορα να άποκτήσουν και δημοσιότητα και όπα-  
 ...τος. Πολλοί θεραπευτές που δεν αντιμετώπιζον τὰ άποδεικτικά στοιχεία  
 ...συνέπεια και με κριτικό πνεϋμα, βρέθηκαν είτε να είναι άδικαιολόγητα  
 ...ρητικοί σε όλες τις νέες προσεγγίσεις είτε να παρασύρονται από κάποια  
 ...ρηγρη μόδα και στη συνέχεια, μη όντας ίκανοποιημένοι από τούς πε-  
 ...ρισμούς της, να προχωρούν σε μιᾶ άλλη.

Τὸ κρίσιμο πρόβλημα, λοιπόν, που αντιμετώπιζει ή ομαδική ψυχοθερα-  
 ...είναι αυτό τής ίσοροπίας. Ὁ παραδοσιακός συντηρητικός χῶρος είναι  
 ...γότερο δεκτικός στην αλλαγή άπ' όσο θα έπρεπε. Ὁ νεωτεριστικός χῶρος  
 ...της άμφισβήτησης άρνεϊται τή σταθερότητα περισσότερο από όσο πρέπει.  
 ...κλάδος μας παρασύρεται από τις μόδες, ενώ θα έπρεπε να έπηρεάζεται  
 ...από τὰ άποδεικτικά στοιχεία. Ἡ ψυχοθεραπεία είναι έπιστήμη εκτός από  
 ...έγνη, και στην έπιστήμη δεν υπάρχουν περιθώρια για μιᾶ ὀρθοδοξία που  
 ...δεν έπιτρέπει τήν κριτική ή για νεωτερισμούς που γίνονται ως αὐτοσκο-  
 ...πός. Ἡ ὀρθοδοξία παρέχει ασφάλεια στους ὀπαδούς της, αλλά ὀδηγεϊ σε  
 ...αυμάτωση. Ὁ χῶρος παύει να είναι ευαίσθητος στο πνεϋμα των καιρών  
 ...και μένει πίσω, ενώ τὸ κοινό πάει άλλοϋ. Ὁ νεωτερισμός παρέχει στους  
 ...ποστηρικτές του ένθουσιασμό και μιᾶ έμφανή δημιουργική διέξοδο, αν  
 ...μως δεν αξιολογηθεϊ, καταλήγει ένα καλειδοσκόπιο χωρίς οὐσία - ένα πε-  
 ...δο που «καλπάζει τρελά πρὸς όλες τις κατευθύνσεις».<sup>46</sup>

