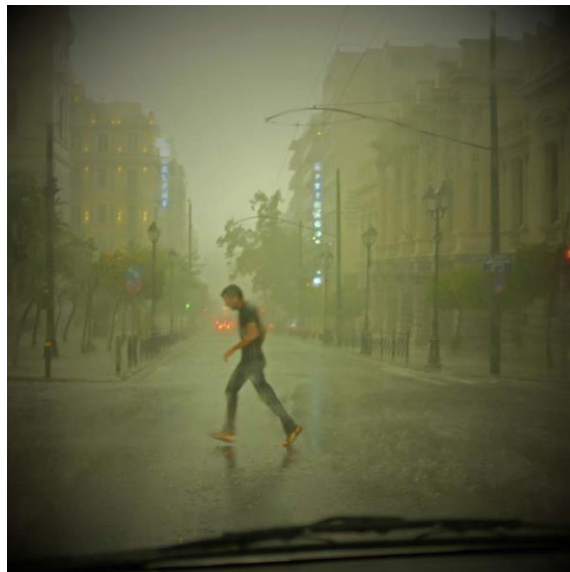


Δουλεύοντας με τον έφηβο και την οικογένειά του: Μια περίπτωση συνδυασμένης ψυχοθεραπείας

Δημήτρης Κόκκαλης

Παιδοψυχίατρος-Ψυχοθεραπευτής



Περίληψη

Παρουσιάζουμε τη διαχείριση-θεραπευτική αντιμετώπιση μιας περίπτωσης με οξεία έναρξη συμπτωματολογίας εφήβου, εστιάζοντας στη δυσλειτουργία όλης της οικογένειας και παρεμβαίνοντας ψυχοθεραπευτικά τόσο σε οικογενειακό, όσο και σε ατομικό επίπεδο.

Αναδεικνύονται θέματα όπως:

- Δυνατότητες προληπτικής παρέμβασης στο συγκεκριμένο θεραπευτικό πλαίσιο
- Συνδυασμός ψυχοθεραπευτικών προσεγγίσεων
- Συστημική οπτική στην ψυχοπαθολογία και τον προσδιορισμό του προβλήματος.
- Θεραπευτική δουλειά με το υποσύστημα.
- Συνθεραπεία: χαρακτηριστικά και προϋποθέσεις



Για όλα τα ανωτέρω στόχος είναι τόσο η ανάδειξη ερωτημάτων όσο και η παρουσίαση ενός πολυεστιακού και πολυεπίπεδου τρόπου διαχείρισης και θεραπείας με στόχο την αναστολή της εξέλιξης των συμπτωμάτων και την αύξηση της λειτουργικότητας τόσο του αναγνωρισμένου ασθενή (identified patient) όσο και του οικογενειακού συστήματος ως όλον.

Το θεραπευτικό μας πλαίσιο

Είναι το πλαίσιο ενός ιδιωτικού ιατρείου που λειτουργεί από το 1995 με τον γράφοντα ως ΠΨ και συνεργάτη την Κ.Δ.²⁷, ψυχοθεραπεύτρια οικογένειας. Και οι δύο εκπαιδευμένοι στη συστημική προσέγγιση και από το 2005 συστηματικά ενασχολούμενοι και με την ψυχοδυναμική προσέγγιση (εκπαιδευόμενοι, θεραπευόμενοι και εποπτευόμενοι). Με κοινή επαγγελματική πορεία από το 1988 και με στενές διαπροσωπικές σχέσεις. Η συνεργασία μας αφορά κυρίως στη δουλειά με ζευγάρια, οικογένειες, ομάδες αλλά και εκπαιδευτικά βιωματικά σεμινάρια. Εποπτεία είχαμε από τη δασκάλα μας τη Β.Β. και από τον θάνατό της και μετά προσπαθούμε να λειτουργήσουμε και ως αναστοχαστική δυάδα ομοτίμων. Για τις ατομικές μας ψθ έχουμε εποπτεία (άλλοτε κοινή άλλοτε ατομική) από τον Γ.Π. ψυχίατρο –ψυχαναλυτή.

Παρουσίαση περίπτωσης (κλινική βινιέτα)

«Η Κλαίρη και η Οικογένειά της»

Ορισμός προβλήματος (από οικογένεια)

(Πριν μερικά χρόνια)

Τηλεφωνεί η μητέρα εμφανώς αναστατωμένη:

²⁷ Πρόκειται για την Κατερίνα Δερμιτζάκη, αγαπημένη φίλη και συνεργάτη η οποία έφυγε από τη ζωή τον Μάρτιο του 2016.



«Η Κ. είναι κλεισμένη στο δωμάτιό της εδώ και 4 ημέρες. Δεν θέλει να πάει σχολείο. Έχει κλειστά τα παραθυρόφυλλα. Δεν μας μιλάει, Δεν θέλει να την ενοχλεί κανένας. Κλαίει! Είναι θλιμμένη και θυμωμένη. Δέχεται μόνο να της δίνουμε φαγητό». «Δεν ξέρω τι να κάνω!».

Στοιχεία για την οικογένεια.*²⁸

Γονείς : Π. 52 Ιδ. Υπαλληλος (πωλητής σε μεγάλη εταιρεία).

Μ 48, συμβολαιογράφος.

Διαζευγμένοι εδώ και 13 χρόνια. Έμειναν μαζί περίπου 4 χρόνια.

Παιδιά: Κόρη 15 ετών. Α' λυκείου «μαθήτρια του 19».

Επάνω γενιά: Ο πατρικός παππούς απεβίωσε πριν πολλά χρόνια από Ca.

Ο μητρικός παππούς πριν 3 χρόνια επίσης από Ca. Περιγράφεται σαν περίεργος άνθρωπος με ερωτηματικά για τις αρχές και τις αξίες του...

Η μητρική γιαγιά, 72 έχει διαγνωσθεί με κατάθλιψη και παίρνει φαρμακευτική αγωγή.

Η πατρική γιαγιά κοντά στα 90.

Σπιτικά: Μητέρα-κόρη και μητρική γιαγιά ζουν μαζί. Το σπίτι ανήκει στη γιαγιά ενώ υπάρχει και άλλο μικρότερο σπίτι στην πολυκατοικία που παραμένει άδειο!

Ο πατέρας συζεί εδώ και μερικά χρόνια με μια άλλη γυναίκα σε δικό του σπίτι.

Χαρακτηριστικά σχέσεων:

Γονική σχέση:

²⁸ Τα προσωπικά στοιχεία έχουν αντικατασταθεί με άλλα συναφή για προστασία της ανωνυμίας της οικογένειας



Η παρουσία του πατέρα είναι ακόμα έντονη στο μητρικό σπίτι. Έρχεται ακόμα και απροειδοποίητα. Αρκετές εντάσεις και διαφωνίες χωρίς όμως κορύφωση. Σχετικά καλή συνεννόηση.

Σχέση γονιων -παιδιού:

Ο πατέρας «αδιάκριτος». Κοιμάται κάποιες φορές μαζί με τη κόρη του , είτε στο δικό του σπίτι είτε στο μητρικό. Θέλει να έχει έλεγχο και να μιλάνε «σαν φίλοι» με τη κόρη του.

Η μητέρα πολύ «ελεγκτική» (παίρνει τηλέφωνο 5 φορές όταν η κόρη βγαίνει βόλτα).

Σχέση με την επάνω γενιά:

Η μητέρα σε δύσκολη θέση ως προς τα κληρονομικά απο τον πατέρα της. Προσπαθεί να «τα ξεμπλέξει» και να «βάλει τάξη». Πολύ θυμωμένη μαζί του. «Το να πάω στην πόλη που έμενε μου φαίνεται βουνό» λέει.

Η σχέση με τη μητέρα της ενέχει πολύ αμφιθυμία. Γενικά υπάρχει δυσκολία στα όρια και στην επικοινωνία.

Η γιαγιά επίσης «αδιάκριτη». Μπαίνει στο δωμάτιο της εγγονής της χωρίς να χτυπήσει. Έχει μάλιστα εκεί δική της ντουλάπα.

Διαχείριση:

Πρόταση συνεργασίας

«Η θεραπεία ξεκινάει πριν τη θεραπεία». Αυτή είναι μια αυτοαναφορική-παράδοξη φράση η οποία όμως δηλώνει, μέσω υπερβολής, την έναρξη της θεραπευτικής διαδικασίας πριν τη συνειδητή διαμόρφωση του θεραπευτικού συμβολαίου. Θα μπορούσε κάποιος να θεωρήσει ότι η θεραπεία ξεκινάει όταν ο αποζητών βοήθεια παίρνει την πρώτη πληροφορία για εμάς.



Τότε αρχίζουν να δημιουργούνται εικόνες, φαντασιώσεις, προσδοκίες, συναισθήματα - τα οποία κάπως θα επηρεάσουν την πρώτη μας συνομιλία. Τα δικά μας αντίστοιχα, ξεκινούν με την πρώτη συνομιλία που συνήθως είναι τηλεφωνική.

Ακούμε και ρωτάμε βουτηγμένοι στην οπτική μας. Τη θεραπευτική μας προσέγγιση.

Ακούγοντας λοιπόν αυτή τη μητέρα δεν μπορούσαμε παρά να σκεφτούμε ότι θα ήταν βοηθητικό για όλους μας μια συνάντηση με τους βασικούς πρωταγωνιστές **μαζί**: Μητέρα. Πατέρας. Κόρη.

Συστήσαμε λοιπόν να μιλήσει η μητέρα με τον πατέρα και την κόρη για να έρθουν όλοι μαζί. Η κόρη το ήξερε ήδη και ήταν θετική στο να έρθει (!)

Πρώτη συνάντηση

Θεραπευτής-Συνθεραπευτής-Γονείς- Κόρη:

Πατέρας: ευσυγκίνητος. Κλαίει αναφερόμενος στον τρόπο που ζουν οι τρεις γυναίκες. «Να ζήσουν χωρίς τη γιαγιά. Έχει διαμέρισμα από κάτω», λέει.

Μητέρα: Μιλάει ανοιχτά. Εκφράζει τις σκέψεις της ψύχραιμα. Δεκτική και συνεργάσιμη. Συμφωνεί ότι η συγκατοίκηση με τη γιαγιά δημιουργεί προβλήματα.

Κόρη. Δεν μιλάει σχεδόν καθόλου. Σχεδόν δεν απαντάει σε ερωτήσεις. Όταν της απευθύνεται ο λόγος κλαίει (τρέχουν δάκρυα χωρίς καν σύσπαση του προσώπου).

Ένα νέο στοιχείο είναι και κάποιες βουλιμικές κρίσεις της κόρης. Πληροφορία που δίνει πρώτα η μητέρα, όπως και το ότι η μητέρα από τότε που πέθανε ο πατέρας της έχει αποδυθεί σε έναν μεγάλο αγώνα διευθέτησης της κληρονομιάς. Ο πατέρας της περιγράφεται ως ένας περίεργος άνθρωπος και η σχέση των γονιών της ιδιαίτερα συγκρουσιακή. Αρκετά χρόνια πριν τον θάνατο του πατέρα της ήταν σε διάσταση. Πάντα ήταν εμπλεγμένη και η κόρη σ' αυτή τη σχέση.

Έχουμε μια στάση κυρίως διευκολυντική, για να μιλήσουν. Βιώνουμε την αγωνία της Κλαίρης και μας ανησυχεί η δυσκολία της να συμβολοποιήσει το συναίσθημά



της. Ο πατέρας βιώνεται ως συναισθηματικά εύθραυστος και η μητέρα ως η «δυνατή». Προσπαθούμε -ως συνεπείς συστημικοί θεραπευτές- να αναδείξουμε τη συνευθύνη και να αναπλαισιώσουμε το σύμπτωμα.

Αναδεικνύουμε το ζήτημα του μοιράσματος του κρεβατιού μεταξύ Κλαίρης και πατέρα χωρίς όμως κάθετες οδηγίες ή καθαρή επίκριση.

Κόρη και μητέρα συμφωνούν ότι χρειάζονται βοήθεια. Η μητέρα κυρίως για να βρει τρόπο να βοηθήσει την κόρη της και η κόρη για να αντιμετωπίσει την ψυχική της δυσκολία. Ο πατέρας θεωρεί πως αυτός δεν χρειάζεται κάτι. Η λύση είναι κυρίως η ανα-διευθέτηση του τρόπου ζωής στο σπίτι της μητέρας.

Θεραπευτική Οπτική -Διαμόρφωση Θεραπευτικών Υποθέσεων-Αξιολόγηση Δυνατοτήτων Θεραπευτικού Πλαισίου

Η μητέρα σαν να έχει ξεχάσει τον εαυτό της, εμπλεγμένη στις δυσλειτουργικές συγκρούσεις της πάνω γενιάς και τις ανάγκες της δικής της μητέρας. Η θέση της στη δική της γονική οικογένεια είναι θέση υπερεμπλοκής (enmeshment) (Minuchin S. , 1974). Η αγωνία της να επιλύσει τις συγκρούσεις του γονικού της ζεύγους μετράει αρκετές δεκαετίες. Κάποια στιγμή οι γονείς της χώρισαν ανεπίσημα. Ο πατέρας έφυγε για το χωριό, όπου έμενε τον περισσότερο χρόνο. Τότε η μητέρα της άρχισε να εμφανίζει κατάθλιψη. Ο πατέρας λειτουργούσε σαν να μη νοιάζεται για την υπόλοιπη οικογένεια. Είχε δημιουργήσει εξωσυζυγικές σχέσεις, τις οποίες η σύζυγός του γνώριζε. Δημιούργησε επίσης χρέη και νομικές εκκρεμότητες γενικότερα, οι οποίες, μετά τον θάνατό του, μεταβιβάστηκαν στην κόρη. Η κόρη του λοιπόν σπούδασε νομικά, τα οποία μέχρι σήμερα χρησιμοποιεί για να λύνει τους κόμπους της γονικής σχέσης καθώς και τους προσωπικούς του κάθε γονιού ξεχωριστά. *Πώς αυτή η δυναμική των σχέσεων στην επάνω γενιά να επηρέασε τη γενιά της Κλαίρης;* Μια κόρη υπερεμπλεκόμενη με τις δυσκολίες της επάνω γενιάς. Άλλοτε σε ρόλο διαιτητή, άλλοτε σε ρόλο προστάτη. Μια μητέρα θυματοποιημένη, αδύναμη να οριοθετήσει τον ρόλο της, αφήνει τον εαυτό της να πληγώνεται. Ένας πατέρας που αποδρά. Χωρίζει απ' όλους. Λειτουργεί σαν εργένης.



Η μητέρα της Κλαίρης, όταν ο σύζυγός της φεύγει, φέρνει μέσα στο σπίτι τη δική της μητέρα. Είναι η αφοσίωση στον προστατευτικό ρόλο; Είναι η ανάγκη να έχει και η ίδια μητέρα; Είναι μια ασυνείδητη ανάθεση του μεγαλώματος της Κλαίρης στη μητέρα της, ως αποπληρωμή των δικών της υπηρεσιών προς αυτήν; Είναι απλώς μια ακόμα προσφορά προς τη μητέρα;

Πάντως, το επαναλαμβανόμενο σχεσιακό πρότυπο φαίνεται να είναι η υπερεμπλοκή μεταξύ των γυναικών με τη σύγχρονη αποχώρηση των ανδρών.

Οι γενιές μπλέκονται. Οι ρόλοι ανταλλάσσονται. Ο ζωτικός ατομικός χώρος καταλύεται. Το αίσθημα της απώλειας αυξάνεται. Η μοναξιά εγκαθιδρύεται. Μια «μοναξιά εν τη ενώσει».

Ο πατέρας της Κλαίρης με το ένα πόδι εκτός του συστήματος. Έχει φτιάξει άλλο πλαίσιο ζωής, χωρίς όμως να αντέχει να αποχωριστεί και το προηγούμενο. Βρίσκεται μεταξύ πέντε γυναικών! (Κλαίρη, πρώην σύζυγος, νυν σύντροφος, κόρη συντρόφου, δική του μητέρα). Τι να σημαίνει αυτό για τις δικές του ανάγκες και συναισθηματικά ελλείματα; Τι να σημαίνει για την επιλογή του από τη μητέρα της Κλαίρης;

Διεκδικεί την Κλαίρη επιθυμώντας να μοιράζεται το κρεβάτι της. Η Κλαίρη έχει «το όνομα της μητέρας» του. Οι οιδιποδειακές καθηλώσεις του εκδραματίζονται. Δεν μένει στις φαντασιώσεις ή έστω σε έναν ζηλοτυπικά εκφρασμένο λόγο (στην πορεία, δια μέσου των θεραπευτικών χειρισμών ο λόγος θα αρθρωθεί). Είναι κι αυτός ανάμεσα σε γενιές. Οι συναισθηματικές του επενδύσεις απευθύνονται αδιαφοροποίητα στις τρεις γενιές.

Η γιαγιά εκπροσωπεί το μέλος του συστήματος με την, από καιρό, εγκατεστημένη δυσλειτουργία. Ευάλωτη και θαματοποιημένη από τη σχέση με τον θανόντα σύζυγό της. Προφανώς η τόσο ενεργή συμμετοχή της στο σύστημα της κάτω γενιάς της δίνει κάποιο νόημα ζωής. Μπορεί να αντιληφθεί ότι ο τρόπος συμμετοχής της δεν ωφελεί πια αλλά αντίθετα μπορεί και να είναι επιβαρυντικός; Ποιός είναι να της το πει; (Αν δεν μπορέσει η μητέρα, πρέπει μάλλον να είμαστε σε ετοιμότητα εμείς.)



Σαν η γιαγιά και η εγγονή να έχουν κοινό ρόλο. Αυτόν του Θύματος. Οι θεμελιώδεις διαφορές είναι ότι α) η εγγονή το εκδραματίζει θεαματικά (επεισόδιο απόσυρσης-παλινδρόμησης, βουλιμικές κρίσεις) δηλώνοντας επιθυμία για βοήθεια, β) η μητέρα της ενέχει μια πολύ λειτουργική πλευρά, ικανή να ακούσει το αίτημα και να προσφέρει βοήθεια προς όλους αλλά και προς τον εαυτό της, καθώς και δύναμη ζωής τέτοια που να την ωθεί να αξιοποιήσει αυτή την πλευρά της και γ) το πολιτισμικό πλαίσιο σήμερα επιτρέπει την αναζήτηση βοήθειας εκτός οικογένειας ή γειτονιάς.

Αντιλαμβανόμαστε τα συμπτώματα της Κλαίρης ως «κραυγή για βοήθεια», που απευθύνεται σε όλο το οικογενειακό σύστημα. Η θλίψη, η απομόνωση, το συναισθηματικό κλείσιμο, το φλερτ με τον «νεκροθάλαμο» αλλά και η παρορμητική αποδιοργανωμένη επαφή με την τροφή ακόμα δεν αποκλείουν πλήρως το πεδίο. Αφήνει μια, εύκολα ορατή, χαραμάδα φωτός. Είναι η επιθυμία της για βοήθεια και μάλιστα μαζί με όλη την οικογένεια. Αντιλαμβανόμαστε το αίτημα ως ανάγκη αναδιάταξης, ανακατασκευής του πλαισίου ζωής τους. Έχουν συνδιαμορφώσει ένα πλαίσιο μέσα στο οποίο ασφυκτιούν. Η Κλαίρη το εκδηλώνει πρώτη με δραματικό τρόπο. Όμως και η μητέρα δεν είναι ικανοποιημένη. Οι σχέσεις τους ενέχουν βίαιες εισβολές στον χώρο του άλλου, έλλειψη σαφών ορίων αλλά και αδυναμία διεκδίκησής τους. *Σαν να μην επιτρέπεται να υπάρξουν ξεχωριστές ζωές πέραν της κοινής.* Η Κλαίρη το εκφράζει, μια και σε αυτή τη φάση ζωής η διαφοροποίηση είναι το κύριο ζητούμενό της. Η διαφοροποίηση και η ενηλικίωση μέσω της ανάπτυξης της σεξουαλικότητάς της επενδύοντας έξω από το οικογενειακό-γονικό σύστημα.

Το μοίρασμα του κρεβατιού πατέρα-κόρης κατέχει τον χαρακτηρισμό του επείγοντος. Όμως, νιώθουμε ότι χρειάζονται πολύ λεπτοί χειρισμοί, ώστε να μη διακινδυνέψουμε το σπάσιμο της συμμαχίας με τον πατέρα.

Αντιλαμβανόμαστε τον ρόλο της μητέρας ως κεντρικό στο σύστημα. Αλλά δεν θα πρέπει να επαναλάβουμε μαζί της το *διαγενεακό τραύμα* (Tisseron S., 1996, Millech T. 2011) που εκπροσωπεί τόσες γενιές. Η στιβαρότητα, η ψυχραιμία, η ψυχολογική σκέψη της είναι αλήθεια πως μας βάζουν σε πειρασμό. Από την άλλη, είναι καιρός να φροντιστεί, να ακουμπήσει κάπου και να υποστηριχτεί εναποθέτοντας τα βάρη



των άλλων στους άλλους. Η ενστικτώδης γνώση και πρόταση για επίλυση του πατέρα χρειάζεται να ενταχθούν στις «υγιείς πλευρές» του συστήματος, δίνοντας τροφή προς αξιοποίηση.

Νιώθουμε πως χρειάζεται να χτίσουμε συμμαχία με όλους, ακούγοντας αυτό που ζητούν και σεβόμενοι την ανάγκη για αποστασιοποίηση του πατέρα από τη θεραπευτική διαδικασία.

Αξιολογώντας και τις δυνατότητες του πλαισίου μας, αποφασίζουμε να προτείνουμε ατομικές συνεδρίες σε μητέρα με την Κ. Δ. και κόρη μαζί μου και συγχρόνως να ζητήσουμε τη διαθεσιμότητά τους ως τριάδας να έρθουν ξανά αν το ζητήσουμε εμείς ή αν το θελήσουν οι ίδιοι.

Κάνουμε ένα συμβόλαιο εχεμύθειας με ιδιαίτερα τονισμένο ότι:

Οι δύο θεραπευτές δεν θα συζητούν μεταξύ τους αναλυτικά για το περιεχόμενο των ατομικών συνεδριών. Θα μπορούν να συζητούν γενικά για την πορεία της θεραπείας και αν θεωρήσουν ότι είναι ανάγκη να συζητηθεί κάτι περισσότερο μεταξύ τους θα συμφωνηθεί πρώτα με την κάθε θεραπευόμενη, κάνοντας γνωστό το θέμα συζήτησης. Προσπαθούμε έτσι να αποκλείσουμε κάθε μορφή **τριγωνικής επικοινωνίας** (Bowen M., 1972) που επαναφέρει το επαναλαμβανόμενο πρότυπο της υπερεμπλοκής και να ενισχύσουμε την καθιέρωση σχέσης εμπιστοσύνης τόσο με τη μητέρα αλλά και (κυρίως) με την Κλαίρη, ανταποκρινόμενοι στην ανάγκη της για αυτονομία και ξεχώρισμα.

Πορεία

Ξεκινούν άμεσα εβδομαδιαίες ατομικές συνεδρίες τόσο με την Κλαίρη όσο και με τη μητέρα της.

Η Κλαίρη είναι γενικά σιωπηλή. Θέλει αρκετή ενθάρρυνση και βοήθεια για να αρχίσει να νιώθει κάπως άνετα. Πιο πολύ απαντάει σε ερωτήσεις παρά μιλάει. Μετά από μερικές συναντήσεις ανοίγεται περισσότερο. Δείχνει θλιμμένη και θυμωμένη «αλλά κάνω delete στα συναισθήματά μου», λέει. Αρχίζει να ονοματίζει και να εκφράζει τον θυμό της σε σχέση με τους γονείς της αλλά και με τη γιαγιά που



την νιώθει τρομερά πιεστική. Συνδέει τον θυμό της με τις βουλιμικές κρίσεις: «Όταν θυμώνω, τρώω».

Μιλάει για πίεση και από τον πατέρα. Πίεση για κοντινότητα, για να είναι μαζί «σαν φίλοι». Από τη μητέρα το παράπονο είναι ότι κάποιες φορές είναι πολύ ελεγκτική ή δεν τη σέβεται, αποκαλύπτοντας σε τρίτους μυστικά της (όπως στον φίλο της τον Χ. και τη γιαγιά).

Δηλώνει επιθυμίες: Θέλει να έχει δικό της σπίτι, να βλέπει αραιά και που τους γονείς της, να ασχολείται με τη μουσική. Μιλάει για ντροπή σε σχέση με το σώμα της, αλλά και τη σύντροφο του πατέρα της,

Αρχίζει να εμπιστεύεται. «Δεν τα ξέρει κανείς άλλος αυτά που σας λέω».

Η μητέρα μιλάει για την εμπλοκή και τη δυσκολία της με τους γονείς και ιδιαίτερα την κληρονομιά του πατέρα της. Αναγνωρίζει λάθη στη διαχείριση της σχέσης της με την Κλαίρη, και γενικά μπαίνει γρήγορα στην αναρώτηση για τον εαυτό της, τη ζωή της και τις σχέσεις της. Είναι ιδιαίτερα εκφραστική συναισθηματικά.

Σημαντικά σημεία στην πορεία της θεραπευτικής διεργασίας

Μετά την 3^η συνεδρία η Κλαίρη λέει **όχι** στον πατέρα της, στο αίτημά του να κοιμηθεί δίπλα της.

Μετά την 5^η συνάντηση, με πρωτοβουλία της μητέρας, η γιαγιά συμφωνεί και εγκαθίσταται στο άλλο διαμέρισμα.

Συγχρόνως, η μητέρα αποφασίζει να επισκεφθεί την πόλη όπου έμενε ο πατέρας της, στο πλαίσιο μιας προσπάθειας για επίλυση των κληρονομικών εκκρεμοτήτων.

Στην 8^η συνάντηση η Κλαίρη μιλάει για αλλαγές: «Δεν θέλω να είμαι μελαγχολική. Έχω αρχίσει και κάνω περισσότερη παρέα με μια φίλη».



Μετά την 8^η συνάντηση αναδεικνύεται **κρίση**: Ο πατέρας λέει στην Κλαίρη: «Εγώ θέλω το παιδί μου», αντιδρώντας στην απομάκρυνση και την προσπάθεια οριοθέτησής της.

Ο πατέρας με παίρνει τηλέφωνο λέγοντας «Φοβάμαι πως χάνω το παιδί μου!»

Προτείνουμε *νέα οικογενειακή συνάντηση*.

Το επεξεργάζομαι με την Κλαίρη, η οποία είναι γενικά θετική. Διαπραγματεύεται μόνο τη δυνατότητα να παραμείνει σιωπηλή.

Η οικογενειακή συνάντηση γίνεται μετά την 11^η ατομική συνεδρία της Κλαίρης.

Κρατάει λίγη ώρα, αφού το βασικό ζητούμενο ήταν να καθησυχαστεί ο πατέρας γύρω από τον φόβο της «απώλειας» της κόρης του - δηλαδή από τις φαντασιώσεις αντιπαλότητάς μου μαζί του και τον φόβο «αντικατάστασής» του, άρα να γίνει αποδεκτή η δική του ανασφάλεια και να με νιώσει και δικό του σύμμαχο. Συγχρόνως όμως ζητούμενο ήταν ο σεβασμός και η αναγνώριση της προσπάθειας της Κλαίρης για αυτονόμηση: η **αναπλασιώση (reframing)** (Minuchin S., 1981) της τάσης απομάκρυνσής της ως επιτυχία αυτονόμησης, αποδίδοντας εύσημα και στον πατέρα που το αντέχει και της το «επιτρέπει».

Απο τη 12^η συνεδρία η Κλαίρη μιλάει για εξόδους με παρέες: «Αρχίζω να νιώθω πιο κοντά με τους φίλους μου. Αλλά αυτό μεταξύ μας».

Απο τη 14^η συνεδρία αρχίζει να λέει ότι θέλει κλείσουμε.

Κλείνουμε στη 17^η συνάντηση. Ορίζουμε νέα συνάντηση (follow up) σε 1 μήνα.

Παρακολούθηση (follow up)

Έρχεται. «Γενικά νιώθω καλά» λέει. «Το μόνο που με ενοχλεί είναι ότι η γιαγιά ακόμα μπαινοβγαίνει στο δωμάτιό μου».

Οι βουλιμικές κρίσεις έχουν αραιώσει. Περίπου 1 φορά/μήνα. Το συνδέει με «το σπίτι και τη μοναχικότητα». Συμφωνούμε πως αν θελήσει θα με πάρει τηλέφωνο.



Η μητέρα συνέχισε επί ενάμισι περίπου χρόνο την ατομική θεραπεία συστηματικά. Λίγο πριν κλείσει ξεκίνησε μια ερωτική σχέση με προοπτική.

Τελευταία φορά που μας μίλησε ήταν πριν 2 χρόνια. Λέει ότι η ζωή, τόσο η δική της όσο και της Κλαίρης είναι ασύγκριτα καλύτερες. Η Κλαίρη «έχει ερωτική σχέση και μπήκε και σε σχολή ΑΕΙ»!

Σχολιασμός

Είναι πια λίγο ως πολύ αποδεκτό -αφήνοντας στο περιθώριο την αρχική έννοια της θεραπευτικής ουδετερότητας (όπως αυτή είχε αρχικά νοηθεί ως θεραπευτής-λευκή οθόνη)- ότι ο θεραπευτής δεν μπορεί παρά να αντιμετωπιστεί ως πρόσωπο εμπλεκόμενο στη διαδικασία με συναισθήματα, σκέψεις, φαντασιώσεις, επιθυμίες, προτιμήσεις. Πρόσωπο σε διαρκή συναλλαγή με τον/τους θεραπευόμενο/ους. Πρόσωπο που επηρεάζει και επηρεάζεται από τη σχεσιακή διεργασία.

Στη συστημική εργασία με ζευγάρια, οικογένειες και ομάδες οι αλληλεπιδράσεις είναι πιο πολλές και άρα το θεραπευτικό πεδίο περιέχει μεγαλύτερη σχεσιακή συμπλοκότητα.

Παραμένει σημαντικό ερώτημα τι είδους σχέσεις διαμορφώνονται σε ένα τέτοιο πλαίσιο. Οι θεμελιώδους σημασίας έννοιες της **μεταβίβασης** και της **αντιμεταβίβασης**, όπως έχουν περιγραφεί και αναπτυχθεί στην ψυχαναλυτική θεωρία, νομίζω ότι βιώνονται με κάποιον τρόπο από κάθε άνθρωπο που εμπλέκεται σε ψυχοθεραπευτική (και όχι μόνο) διαδικασία. Ενώ αυτές οι έννοιες είναι πολύ αναπτυγμένες και προσδιορισμένες όταν αναφέρονται σε δυαδική σχέση, όταν προσπαθούμε να τις ταιριάξουμε στο συστημικό πλαίσιο τα πράγματα γίνονται πιο ασαφή (Gerson M.J. 2010). Μεταβιβαστικές διεργασίες αναπτύσσονται σε διαφορετικά επίπεδα συγχρόνως. Παρ' όλα αυτά, σήμερα, δεν φαίνεται να υπάρχει σημαντική διαφωνία μεταξύ των συστημικών για την αναγκαιότητα **επίγνωσης (insight)**, τόσο για το τι συμβαίνει **μεταξύ** όλων των μελών του θεραπευτικού συστήματος (θεραπευτές, θεραπευόμενοι), όσο και του καθενός από τους συμμετέχοντες σε **ενδοψυχικό** επίπεδο. Αυτή η διεργασία περιλαμβάνει τόσο τις



σχέσεις μεταξύ θεραπευτή/ων-θεραπευόμενων, όσο και μεταξύ των ίδιων των θεραπευόμενων (Kalliteraki E., 2015). Πράγμα ιδιαίτερα σύμπλοκο και κάποιες φορές αδύνατο χωρίς την ύπαρξη θεραπευτικής ομάδας.

Στη δική μας λοιπόν περίπτωση, αυτό από το οποίο ξεκινήσαμε, όταν λάβαμε το αίτημα για βοήθεια, ήταν να θέσουμε τα ερωτήματα: α) Πώς εγώ νιώθω τώρα γι' αυτό που συμβαίνει, β) πώς αυτό συνδέεται με καθέναν από τους ανθρώπους που έχω μπροστά μου (συναισθήματα, σκέψεις, φαντασιώσεις, προσδοκίες του) και συγχρόνως με το σχεσιακό σύστημα που έχουν κατασκευάσει (θέσεις, ρόλους συμμαχίες, τρόπους επικοινωνίας, ιεραρχία, ιστορία), γ) πώς θα μπορούσα να συνδέσω τη δική μου με τη δική τους πλευρά με τρόπο βοηθητικό γι' αυτούς, δ) πώς νιώθω σε σχέση με τον συνθεραπευτή μου και τι με κάνει να νιώθω έτσι.

Δηλαδή είναι προσπάθεια:

α) Ενημερότητας για την ταυτότητα και τις δυνατότητες του δικού μας θεραπευτικού πλαισίου.

β) Προσδιορισμού των χαρακτηριστικών (τρόποι επικοινωνίας, ιεραρχία, ρόλοι, συμμαχίες) του άμεσου συστήματος στο οποίο ανήκει ο αιτών βοήθεια.

γ) **Σύνδεσης (joining)** (Minuchin S. 1981) και θεραπευτικής συμμαχίας με κάθε ένα μέλος του συστήματος.

δ) Σεβασμού στον τρόπο προσδιορισμού του προβλήματος, καθώς και στη διαφορετικότητα που το κάθε μέλος μπορεί να βιώνει αυτό το πρόβλημα, αλλά και αναπλαισίωση-εκπαίδευση σε ένα διαφορετικό (συστημικό) μοντέλο θέασής του.

ε) Συνεχούς ενδοσκόπησης και αναστοχασμού, έχοντας στον νου όσες δυνατόν περισσότερες όψεις της πραγματικότητας.

Το αίτημα για βοήθεια, και τα συμπτώματα στη συγκεκριμένη περίπτωση, θα μπορούσαν να αντιμετωπισθούν με περισσότερους από έναν τρόπους.

Η οπτική μας και οι επαγγελματικές και ανθρώπινες δυνατότητές μας είναι που καθοδήγησαν την απάντησή μας.



Προσπαθήσαμε να αξιοποιήσουμε τη **συν-θεραπευτική μας σχέση**, τόσο για οικογενειακή όσο και για ατομική ψυχοθεραπεία.

Η δουλειά που έγινε με την Κλαίρη μας άφησε αρκετά ερωτηματικά.

Όταν διέκοψε ένιωθα ανήσυχος. Θεωρούσα ότι δεν είχε γίνει κάτι πολύ σημαντικό. Ότι «τα άφησε στη μέση». Αναρωτιόμουν για τις δυνατότητές της να λειτουργήσει αυτόνομα. «Μπορεί χωρίς εμένα;» ή μήπως «μπορώ χωρίς αυτήν;», όπως και ο πατέρας της αναρωτιόταν με τον τρόπο του. Μήπως βίωνα κι εγώ το ναρκισσιστικό πλήγμα του πατέρα; Πάντως, δεν θα μπορούσε να μη μας προβληματίσει το γεγονός ότι την απομάκρυνση του πατέρα από το κρεβάτι της ακολούθησε η δική της απομάκρυνση από τη σχέση της μαζί μου.

Αυτό που μας καθυσύχαζε ήταν ότι η Κλαίρη είχε ήδη κάνει σε πολύ μικρό χρονικό διάστημα μεγάλα βήματα: μπόρεσε να εμπιστευτεί, να αρχίσει να αναγνωρίζει τα συναισθήματά της και να τα εκφράζει, οριοθέτησε τη σχέση με τον πατέρα της, κινήθηκε προς την ομάδα των ομοτίμων με επιτυχία. Αναγνώρισε δυσκολίες της, τις εξέφρασε λεκτικά και άρχισε να δημιουργεί συνδέσεις μεταξύ τους.

Επίσης, πολύ ελπιδοφόρα ήταν η θετική σύνδεση-συμμαχία της μητέρας μαζί μας, η μεγάλη λανθάνουσα δυνατότητά της να οριοθετεί και η δέσμευσή της να αναρωτηθεί για τον εαυτό της, όχι μόνον ως γονιός. Αυτό μείωνε την ανησυχία μας, ακόμα και για την εύθραυστη στάση του πατέρα. Ίσως κι εμείς, με κάποιον τρόπο, να «χρησιμοποιήσαμε» -τουλάχιστον σε κάποια φάση- τη μητέρα ως ενδιάμεσο και ως ρυθμιστή της σχέσης μας με τον πατέρα. Η ειδοποιός διαφορά από το πώς είχε «χρησιμοποιηθεί» στη ζωή της από τους γονείς της ήταν ότι τώρα είχε δικό της υποστηρικτικό-ενσυναισθητικό πλαίσιο, όπου όλα αυτά μπορούσαν να ειπωθούν ανοικτά, να τα επεξεργαστεί και να νιώσει «συνοδευόμενη» μέσα σε μια θεραπευτική σχέση. Αυτό βοήθησε στην απεμπλοκή της από την επάνω γενιά και τη δική της διαφοροποίηση. Μητέρα και κόρη πορεύονταν μαζί προς μια νέα κατάσταση σχετίζεσθαι, τόσο με τον εαυτό τους όσο και με τους σημαντικούς άλλους.



Δεδομένου ότι η πρόληψη της παιδικής ψυχικής δυσλειτουργίας είναι άμεσα συνδεδεμένη με την πρόληψη της ψυχικής δυσλειτουργίας των γονιών, αναδύεται το ερώτημα του ρόλου του θεραπευτή. Πώς θα συμπεριλάβουμε τους γονείς στην προληπτική-θεραπευτική διαδικασία; Κι εδώ οι απαντήσεις είναι πολλές. Από τη διοργάνωση εκπαιδευτικών σεμιναρίων για κάθε μέλλοντα γονιό, έως την κλινική αντιμετώπιση σοβαρής δυσλειτουργίας τους. Το κρίσιμο είναι ο τρόπος με τον οποίο θα συμβάλουμε στην ανάληψη της ευθύνης τους ως γονιών. Είναι κρίσιμο γιατί αυτό οδηγεί άμεσα στην ανάληψη της ευθύνης ως προσώπων. Δηλαδή το εγχείρημα του να αναρωτηθούν ανοιχτά για τον εαυτό τους και τη ζωή τους. Νομίζω, όμως, ότι αυτό είναι το κλειδί. Η δική μου εμπειρία λέει ότι η έκβαση της προληπτικής-θεραπευτικής μας παρέμβασης εξαρτάται άμεσα από αυτό. Τόσο, που σε αρκετές περιπτώσεις να μη χρειάζεται να δουλέψουμε καν με τα παιδιά, ακόμα κι αν έχουν εκδηλώσει συμπτώματα (ψυχοθεραπεία παιδιού χωρίς το παιδί).

Η βασισμένη στη συστημική οπτική οικογενειακή συνεδρία, εστιάζοντας στις σχέσεις τόσο μέσα στο σύστημα όσο και γύρω από αυτό, κρατώντας μια θεραπευτική στάση «ίσης απόστασης» ή «ίσης εγγύτητας» για όλα τα μέλη, δεν επιρρίπτει φταίξιμο στα πρόσωπα, αλλά τους αποδίδει την ευθύνη της συνδημιουργίας ενός δυσλειτουργικού σχεσιακού δικτύου. Σε αυτή την κατάσταση όλοι γίνονται τόσο «θύματα», όσο και «θύτες» και «σωτήρες» (Σακκάς Δ., 2016)

Αυτή η αναπλαισίωση φαίνεται να δημιουργεί ένα κατάλληλο πλαίσιο για την ένταξη των γονιών στη θεραπευτική διαδικασία, μια και τους προστατεύει από ακραίες ενοχοποιήσεις.

Ο συνδυασμός ψυχοθεραπευτικών μεθόδων φαίνεται να λειτουργήσει θετικά για την Κλαίρη και την οικογένειά της.

Πολλοί θεραπευτές μιλούν πια για την αναγκαιότητα αξιοποίησης περισσότερων της μιας ψυχοθεραπευτικών προσεγγίσεων, με την έννοια της προσπάθειας για μια συνθετική-απαρτιωτική χρήση τους (Gerson M. J. 2010, Slipp S. 1984). Είναι πολύ γοητευτικό ως ιδέα, με δύο προϋποθέσεις, όμως: 1. Στο θεραπευτικό συλλογιστικό



σύστημα το οποίο χειρίζεσαι χρειάζεται να έχεις εμβαπτισθεί κολυμπώντας και όχι βρέχοντας τα πόδια σου, και 2. Να έχεις στον νου σου ότι μεγαλύτερη σημασία από το σύστημα εννοιών έχει η θεραπευτική σχέση, τόσο με τον άλλο όσο και με τον εαυτό μας.

Στη συγκεκριμένη θεραπευτική παρέμβαση παράγων-κλειδί ήταν **η συν-θεραπευτική σχέση**. Αυτή επέτρεψε μια συνεργασία σε πολλά επίπεδα, με σύμπλοκες διαδικασίες, όπου η συμμαχία μεταξύ των θεραπειών είναι καθοριστική. Λειτουργεί ως κινητήριοι μοχλός για όλους, τόσο στη διάρκεια της συνεδρίας όσο και έξω από αυτήν. Η εικόνα της σχεσιακής λειτουργίας των θεραπειών εισπράττεται ως υπόδειγμα σχετίζεσθαι, αλλά και ως διαθεσιμότητα για πιο σύμπλοκες μεταβιβαστικές-αντιμεταβιβαστικές διεργασίες. Αυτή η εικόνα μπορεί να κινητοποιεί ή να αναστέλλει την εξέλιξη της θεραπευτικής διαδικασίας (Roller B., Nelson V. 1991). Συγχρόνως, αυτή η σχέση εξαρτάται κατ' αρχήν από τη σχέση του κάθε θεραπευτή με τον εαυτό του. Από τις ανάγκες, τα ελλείματα και τις απαρτιώσεις του. Ζητήματα που απαιτούν μια ανοιχτή προσωπική θεραπευτική διεργασία και για τους δύο.

Συμπέρασμα:

Θα μπορούσαμε να θεωρήσουμε ότι στη συγκεκριμένη περίπτωση έγινε μια πολύπλευρη αντιμετώπιση του αιτήματος για βοήθεια.

Αυτή στηρίχτηκε τόσο στην αξιολόγηση και αξιοποίηση των δυνατοτήτων του πλαισίου, όσο και στην απαρχή αξιολόγησης και αξιοποίησης των δυνατοτήτων της οικογένειας και των ατόμων που την απαρτίζουν.

Προλάβαμε κάτι; Δεν ξέρω αν αυτό μπορεί να απαντηθεί με ακρίβεια, μια και δεν μπορούν να απαντηθούν με ακρίβεια ερωτήσεις του τύπου: «Αν δεν είχε γίνει αυτό τί θα είχε γίνει;».. Στη δουλειά μας, δυστυχώς, οι βεβαιότητες δεν κατέχουν πολύ χώρο. Παλεύουμε με αβεβαιότητες και πιθανότητες. Το μέτρο δεν μπορεί να είναι άλλο από τη γνώση τόσο της καταγραμμένης εμπειρίας των άλλων συναδέλφων, όσο και της προσωπικής. Βάσει αυτής, λοιπόν, θεωρούμε ότι κάτι προλάβαμε. Τι;



Θα μπορούσε να είναι μια επιδείνωση των συμπτωμάτων της Κλαίρης, μια κατάρρευση της μητέρας, μια επιδείνωση της κατάθλιψης της γιαγιάς, κάποια εμφάνιση σωματικής αρρώστιας σε άλλο μέλος. Κρίνοντας εκ του αποτελέσματος, το σίγουρο είναι ότι αξιόλογες βελτιώσεις έγιναν τόσο στη ζωή της Κλαίρης όσο και της μητέρας της. Δεν αναφέρθηκε επιδείνωση στη ζωή κάποιου μέλους της οικογένειας, αν και παραμένει ανοικτό το ερώτημα τόσο για τη ζωή του πατέρα όσο και της γιαγιάς.

Νομίζουμε ότι ο τρόπος θέασης της δυσλειτουργίας, η επίγνωση των θεραπευτικών δυνατοτήτων, τόσο των δικών μας (προσωπικών και πλαισίου), όσο και η προσπάθεια αναγνώρισης των δυνατοτήτων του αιτούντος βοήθεια, είναι τα καθοριστικά στοιχεία για την έκβαση μιας προληπτικής και συγχρόνως θεραπευτικής παρέμβασης. Όμως, ίσως το πιο κρίσιμο ζήτημα είναι να βρίσκουμε τροφοδοτικούς τρόπους να τα αξιοποιούμε μέσα στις ανθρώπινες σχέσεις που δημιουργούμε. Γιατί όπως συνήθιζε να λέει και η Κατερίνα η Δερμιτζάκη «*Εν αρχή ην η σχέση...*».

ΒΙΒΛΙΟΓΡΑΦΙΑ

1. Bowen M., (1972), 'Toward the Differentiation of a self in One's Family', .L.Framo editions, ελληνική έκδοση "Τρίγωνα στην Οικογένεια" (1998) εκδ. Ελληνικά Γράμματα
2. Gerson M. J. (2010), "The embedded Self", Routledge ed., ελληνική έκδοση "Ο Πλαισιωμένος Εαυτός" (2015) εκδ. Καστανιώτη
3. Kalliteraki E. (2015), "Therapeutic relationship in Psychoanalytic Group Psychotherapy" in "The Therapeutic Relationship", Kastaniotis ed. 2015.
4. Millech T. (2011), "Le lieu de Crime. L'Allemagne, i'inquietante etrange patrie"
4. Minuchin S. (1974), "Families and Family Therapy", Tavistock Routledge ed,
5. Minuchin S. (1981) "Family Therapy Techniques", Harvard Univ.Press
6. Roller B., Nelson V (1991)., "The art of Co-Therapy", Guilford press
7. Sakkas D., (2016), "Utilising Greek Myth as a Metaphor in the Educational Programm ", in IN.PS.Y. (Institute for Children's Mental Health)
8. Slipp S. (1984), "Object Relations: A Dynamic Bridge Between Individual and Family Treatment", Jason Aronson Inc.
9. Tisseron S, (1996), "Family Secrets", Ramsay ed.

