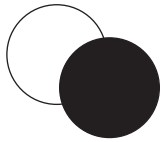


JOHN McLEOD

Εισαγωγή
στη Συμβουλευτική





Περιεχόμενα

Πρόλογος	21
I Εισαγωγή στη συμβουλευτική	23
Εισαγωγή	23
Ιστορίες συμβουλευτικής	24
Η ιστορία της Πόλα: αντιμετωπίζοντας μια τραυματική εμπειρία	24
Η ιστορία της Μάιρα: κατάθλιψη	25
Η ιστορία του Μάθιου: τα πάντα μου φαίνονται βουνό	25
Η ιστορία της Λόρα: σε αναζήτηση του κατάλληλου συμβούλου	26
Τι είναι η συμβουλευτική;	27
Οι διαφορετικοί ορισμοί της συμβουλευτικής	30
Η σχέση μεταξύ συμβουλευτικής και ψυχοθεραπείας	31
Η συμβουλευτική και άλλα επαγγέλματα παροχής βοήθειας	32
Το φάσμα θεωριών και πρακτικών στη συμβουλευτική	34
Οι στόχοι της συμβουλευτικής	36
Η συμβουλευτική ως διεπιστημονικό πεδίο μελέτης	38
Ένας ορισμός της συμβουλευτικής που επικεντρώνεται στο χρήστη	40
Συμπεράσματα	42
Σύνοψη κεφαλαίου	42
Θέματα για σκέψη και συζήτηση	43
Βασικοί όροι και έννοιες	44
Προτεινόμενες πηγές για περαιτέρω μελέτη	44
2 Οι πολιτισμικές και ιστορικές ρίζες της συμβουλευτικής	46
Εισαγωγή	46
Η εμφάνιση του «εμπορίου της παραφροσύνης»	46
Η επινόηση της ψυχοθεραπείας	51

Η εξάπλωση της ψυχοθεραπείας στις ΗΠΑ	53
Η εκκοσμίκευση της κοινωνίας	55
Ο ρόλος του Carl Rogers	56
Η θεραπεία ως απάντηση στον «άδειο εαυτό»	58
Η εξάπλωση της συμβουλευτικής στα τέλη του 20ού αιώνα	59
Η κοινωνική σημασία της συμβουλευτικής	62
Εικόνες του προσώπου μέσα από τις συμβουλευτικές προσεγγίσεις	65
Συμπεράσματα	67
Σύνοψη κεφαλαίου	68
Θέματα για σκέψη και συζήτηση	69
Βασικοί όροι και έννοιες	70
Προτεινόμενες πηγές για περαιτέρω μελέτη	70
3 Συμβουλευτικές θεωρίες: ποικιλία και σύγκλιση	71
Εισαγωγή	71
Τι είναι θεωρία;	72
Η θεωρία ως δομημένο σύστημα ιδεών	73
Η θεωρία ως σύστημα κοινωνικών πρακτικών	76
Ο σκοπός της θεωρίας: εξήγηση ή κατανόηση;	78
Σε τι μας χρειάζεται η θεωρία; Οι χρήσεις της διαμόρφωσης	
θεωριών στη συμβουλευτική πρακτική	81
Η θεωρία ως έρεισμα στο έργο του συμβούλου:	
η ανάγκη του συμβούλου να δώσει δομή στο χάος	81
Ένας τρόπος κατανόησης για τον πελάτη	81
Επαγγελματική κατοχύρωση	82
Η δημιουργία κοινοτήτων γνώσης	82
Η ποικιλία στη διαμόρφωση συμβουλευτικών θεωριών	84
Εναλλακτικές «εικόνες του ατόμου»	84
Η προσωπική διάσταση της θεωρίας	85
Το κοινωνικό πλαίσιο της δόμησης θεωριών	86
Η βιομηχανία της ψυχικής υγείας: εμπορικές επωνυμίες	
και ιδιαίτερα χαρακτηριστικά	86
Η θεμελιώδης ενότητα των συμβουλευτικών προσεγγίσεων	87
«Κοινοί» ή «μη ειδικοί» θεραπευτικοί παράγοντες	88
Η τάση προς τη σύνθεση των θεωριών	89
Σύγκριση συνθετικής προσέγγισης και «καθαρής» προσέγγισης	95
Εκλεκτισμός και σύνθεση	99
Οι διαφορετικοί δρόμοι προς τη σύνθεση	100

Η χρήση της αξιολόγησης του πελάτη στις συνθετικές προσεγγίσεις	102
Η χρήση των «υπερθεωρητικών» εννοιών στις συνθετικές προσεγγίσεις	103
Η κρυφή διάσταση: η ανάπτυξη του συμβούλου	106
Το μέλλον της σύνθεσης	107
Συμπεράσματα: συμβουλευτικές θεωρίες – εργαλεία ή αλήθειες;	107
Σύνοψη κεφαλαίου	110
Θέματα για σκέψη και συζήτηση	112
Βασικοί όροι και έννοιες	113
Προτεινόμενες πηγές για περαιτέρω μελέτη	113
4 Θέματα και ζητήματα της ψυχοδυναμικής προσέγγισης στη συμβουλευτική	115
<hr/>	
Εισαγωγή	115
Οι ρίζες της ψυχοδυναμικής συμβουλευτικής:	
το έργο του Sigmund Freud	116
Οι ρίζες των συναισθηματικών προβλημάτων βρίσκονται στην παιδική ηλικία	117
Η σπουδαιότητα του «ασυνείδητου»	120
Οι θεραπευτικές τεχνικές που χρησιμοποιούνται στην ψυχανάλυση	121
Η μεταφροϊδική εξέλιξη της ψυχοδυναμικής προσέγγισης	125
Η σχολή των αντικειμενότροπων σχέσεων	128
Οι ρίζες της θεωρίας περί αντικειμενότροπων σχέσεων στην παρατήρηση παιδιών	128
Η εφαρμογή μιας προοπτικής αντικειμενότροπων σχέσεων στη θεραπεία	130
Οι Βρετανοί Ανεξάρτητοι: η σπουδαιότητα της αντιμεταβίβασης	135
Η αμερικανική μεταφροϊδική παράδοση: η ψυχολογία του Εγώ και η θεωρία του εαυτού	138
Η ευρωπαϊκή παράδοση	141
Η θεωρία της προσκόλλησης	142
Η ψυχοδυναμική συμβουλευτική μέσα σε χρονικά περιορισμένο πλαίσιο	149
Το συζητητικό μοντέλο	158
Εγκώμιο της ψυχοδυναμικής προσέγγισης στη συμβουλευτική	162
Σύνοψη κεφαλαίου	164
Θέματα για σκέψη και συζήτηση	165
Βασικοί όροι και έννοιες	166
Προτεινόμενες πηγές για περαιτέρω μελέτη	166

5	Από το συμπεριφορισμό στον κονστρουκτιβισμό: η γνωσιακή-συμπεριφοριστική προσέγγιση στη συμβουλευτική	168
	Εισαγωγή	168
	Οι ρίζες της γνωσιακής-συμπεριφοριστικής προσέγγισης	168
	Η εφαρμογή των συμπεριφοριστικών ιδεών στην κλινική πρακτική	171
	Συμπεριφοριστικές μέθοδοι στη συμβουλευτική	172
	Η γνωσιακή συνιστώσα	179
	Γνωστικές διαδικασίες	181
	Γνωστικό περιεχόμενο	184
	Οι τεχνικές και οι μέθοδοι της γνωσιακής-συμπεριφοριστικής συμβουλευτικής	187
	Εγκώμιο της γνωσιακής-συμπεριφοριστικής προσέγγισης στη συμβουλευτική	191
	Η κονστρουκτιβιστική επανάσταση	193
	Η θεραπεία που εστιάζεται σε λύσεις	196
	Συμπεράσματα	205
	Σύνοψη κεφαλαίου	206
	Θέματα για σκέψη και συζήτηση	207
	Βασικοί όροι και έννοιες	208
	Προτεινόμενες πηγές για περαιτέρω μελέτη	208
6	Θεωρία και πρακτική της προσωποκεντρικής προσέγγισης	209
	Εισαγωγή	209
	Η εξέλιξη της προσωποκεντρικής προσέγγισης	210
	Η εικόνα του προσώπου στην προσωποκεντρική θεωρία	217
	Η θεραπευτική σχέση	221
	Ενσυναίσθηση	225
	Εσωτερική συμφωνία και παρουσία	230
	Η θεραπευτική διαδικασία	234
	Εστίαση στη βιωματική πρόσληψη	237
	Το μοντέλο θεραπείας της διαδικαστικής βιωματικής πρόσληψης	238
	Εγκώμιο της προσωποκεντρικής προσέγγισης	242
	Σύνοψη κεφαλαίου	246
	Θέματα για σκέψη και συζήτηση	247
	Βασικοί όροι και έννοιες	248
	Προτεινόμενες πηγές για περαιτέρω μελέτη	248

7	Εργασία βάσει συστημάτων	249
	Εισαγωγή	249
	Κατανοώντας τα ανθρώπινα συστήματα	250
	Η ανάλυση και επεξεργασία των οικογενειακών συστημάτων	252
	Η έννοια της κοινωνικής θέσης του ατόμου	259
	Ο σύμβουλος ως εμπειρογνώμονας που εργάζεται με τα οργανωτικά συστήματα	260
	Συμπεράσματα: θέματα και προβλήματα κατά την εφαρμογή των συστημικών ιδεών στη συμβουλευτική	262
	Σύνοψη κεφαλαίου	263
	Θέματα για σκέψη και συζήτηση	264
	Βασικοί όροι και έννοιες	264
	Προτεινόμενες πηγές για περαιτέρω μελέτη	265
8	Φεμινιστικές προσεγγίσεις: ο ριζοσπαστισμός της συμβουλευτικής	266
	Εισαγωγή	266
	Ο φεμινισμός ως φιλοσοφία και κοινωνική δράση	266
	Η φεμινιστική κριτική της θεωρίας και πρακτικής της ψυχοθεραπείας	269
	Η θεωρία και πρακτική της φεμινιστικής συμβουλευτικής	274
	Συνθετικές προσεγγίσεις	274
	Το μοντέλο της φεμινιστικής συμβουλευτικής του Κέντρου Stone	276
	Η ριζοσπαστική φεμινιστική θεραπεία	280
	Ο θεραπευτής εκτός του πλαισίου του νόμου: η ανάγκη για έναν φεμινιστικό κώδικα ηθικής	282
	Συμπεράσματα: θέματα στη φεμινιστική συμβουλευτική	285
	Σύνοψη κεφαλαίου	286
	Θέματα για σκέψη και συζήτηση	287
	Βασικοί όροι και έννοιες	288
	Προτεινόμενες πηγές για περαιτέρω μελέτη	288
9	Αφηγηματικές προσεγγίσεις στη συμβουλευτική: εργασία πάνω σε ιστορίες	289
	Εισαγωγή	289
	Ανταγωνιζόμενοι τρόποι κατανόησης της αφήγησης	290
	Ψυχοδυναμικές προσεγγίσεις στην αφήγηση	291

Γνωσιακές/ κονστрукτιβιστικές προσεγγίσεις στην αφήγηση	295
Η κοινωνική κονστρουξιονιστική αφηγηματική θεραπεία	299
Εξωτερίκευση του προβλήματος	301
Επιστράτευση κοινοτικών μέσων και ακροατηρίων	304
Συμπεράσματα	307
Σύνοψη κεφαλαίου	307
Θέματα για σκέψη και συζήτηση	308
Βασικοί όροι και έννοιες	308
Προτεινόμενες πηγές για περαιτέρω μελέτη	309
10 Η πολυπολιτισμικότητα ως προσέγγιση της συμβουλευτικής	310
<hr/>	
Εισαγωγή	310
Τι εννοούμε ως «κουλτούρα»;	311
Βαθύτερες όψεις της κουλτούρας	313
Η έννοια της πραγματικότητας	313
Η αυτοαίσθηση	314
Η διάπλαση της ηθικότητας	316
Η έννοια του χρόνου	316
Η σημασία του τόπου	319
Έκδηλες όψεις της κουλτούρας (που μπορούν να παρατηρηθούν εξωτερικά)	320
Πολυπολιτισμική συμβουλευτική στην πράξη	324
Κατάρτιση των συμβούλων για την ανάπτυξη της πολιτισμικής αντίληψής τους	330
Η προσαρμογή υπαρχόντων υπηρεσιών και φορέων για την κάλυψη των αναγκών ομάδων πελατών από διαφορετικές κουλτούρες	333
Η δημιουργία νέων εξειδικευμένων φορέων	337
Η προώθηση της έρευνας στην πολυπολιτισμική συμβουλευτική	337
Συμπεράσματα	338
Σύνοψη κεφαλαίου	339
Θέματα για σκέψη και συζήτηση	340
Βασικοί όροι και έννοιες	341
Προτεινόμενες πηγές για περαιτέρω μελέτη	341
11 Φιλοσοφική συμβουλευτική	342
<hr/>	
Εισαγωγή: η σημασία της φιλοσοφίας για τη συμβουλευτική και την ψυχοθεραπεία	342

Το φάσμα και το πλαίσιο της φιλοσοφικής ανάλυσης	344
Η υπαρξιστική ψυχοθεραπεία ως φιλοσοφική προσέγγιση	345
Η φιλοσοφική συμβουλευτική	350
Η μεταμοντέρνα θεραπεία	357
Η αξία της εννοιολογικής ανάλυσης για συμβούλους και ψυχοθεραπευτές	358
Συμπεράσματα	364
Σύνοψη κεφαλαίου	365
Θέματα για σκέψη και συζήτηση	366
Βασικοί όροι και έννοιες	366
Προτεινόμενες πηγές για περαιτέρω μελέτη	367
12 Η συμβουλευτική σχέση	368
Εισαγωγή: η συμβουλευτική σχέση ως θέμα-κλειδί για μια σύγχρονη θεωρία και πρακτική	368
Εικόνες της θεραπευτικής σχέσης	372
Η ψυχανalyτική έννοια της μεταβίβασης: ο θεραπευτής ως δοχείο	373
Δημιουργώντας τις συνθήκες για εξέλιξη: ο θεραπευτής ως αυθεντική παρουσία	376
Ο θεραπευτής ως δάσκαλος, προπονητής, επιστήμονας και φιλόσοφος	378
Η στάση της άγνοιας: ο θεραπευτής ως επιμελητής κειμένου	380
Μοντέλα σύνθεσης: ο θεραπευτής «παντός καιρού»	381
Επιδεξιότητα στο χειρισμό της σχέσης: πρακτικές λεπτομέρειες για την ανάπτυξη μιας αποτελεσματικής θεραπευτικής συμμαχίας	385
Υιοθέτηση ενός συνεργατικού ύφους: εσωτερική συμφωνία και χρήση της μεταεπικοινωνίας	385
Αποκατάσταση ρήξεων στη συμμαχία	386
Η ενσάρκωση της σχέσης: μεταβατικά αντικείμενα	388
Η έννοια του συνόρου	390
Η στάθμιση της θεραπευτικής σχέσης	392
Ο ρόλος του χρήματος στη σχέση	395
Επιπτώσεις των θεωριών για τη σχέση στην κατάρτιση και την εξέλιξη του συμβούλου	398
Συμπεράσματα: η πολυπλοκότητα της θεραπευτικής σχέσης	400
Σύνοψη κεφαλαίου	401
Θέματα για σκέψη και συζήτηση	401
Βασικοί όροι και έννοιες	402
Προτεινόμενες πηγές για περαιτέρω μελέτη	403

13	Η διαδικασία της συμβουλευτικής	404
	Εισαγωγή: ο ορισμός της έννοιας της διαδικασίας	404
	Η διαδικασία της συμβουλευτικής: έναρξη και λήξη	407
	Η διαπραγμάτευση των προσδοκιών	408
	Η αξιολόγηση	410
	Η εδραίωση μιας εργασιακής συμμαχίας	414
	Η λήξη της συμβουλευτικής	417
	Το μεσαίο τμήμα της συμβουλευτικής: η διαδικασία της αλλαγής	422
	Η αφομοίωση των προβληματικών εμπειριών	423
	Συμβάντα της αλλαγής	426
	Χρήση συγκροτημένων ασκήσεων και παρεμβάσεων	426
	Τι κάνουν οι σύμβουλοι; Ο ορισμός της διαδικασίας	
	ως προς τη συμπεριφορά και τις προθέσεις του συμβούλου	429
	Η καλυμμένη διάσταση της διαδικασίας: τι συμβαίνει παρασκηνακά	430
	Προς μια σφαιρική ανάλυση της διαδικασίας:	
	ενώνοντας τις διαφορετικές πτυχές της συμβουλευτικής	432
	Συμπεράσματα: η αντίληψη της διαδικασίας	435
	Σύνοψη κεφαλαίου	435
	Θέματα για σκέψη και συζήτηση	436
	Βασικοί όροι και έννοιες	437
	Προτεινόμενες πηγές για περαιτέρω μελέτη	437
14	Η πολιτική της συμβουλευτικής: ενδυνάμωση, έλεγχος και διαφορά	439
	Εισαγωγή	439
	Η φύση της κοινωνικής και διαπροσωπικής ισχύος	440
	Η θεσμοποίηση της ισχύος και της καταπίεσης στη συμβουλευτική	442
	Η γλώσσα και οι έννοιες της συμβουλευτικής	443
	Ο σύμβουλος ως παράγοντας κοινωνικού ελέγχου	445
	Έλεγχος χώρου, εδάφους και χρόνου	446
	Διαφοροποιημένη πρόσβαση σε υπηρεσίες	447
	Ρήξη της φιλίας	447
	Η συμβουλευτική με οικονομικά μη προνομιούχους	449
	Ισχύς και έλεγχος στη συμβουλευτική με λεσβίες, ομοφυλόφιλους και αμφιφυλόφιλους και των δύο φύλων	453
	Η συμβουλευτική και η θρησκευτική πίστη	461

Άλλες ομάδες μη προνομιούχων και περιθωριοποιημένων	464
Αρχές της αντικαταπιεστικής πρακτικής στη συμβουλευτική	465
Αναπτύσσοντας μια κριτική της κυρίαρχης θεωρίας και πράξης της «πλειονότητας»	465
Ενδυνάμωση και χειραφέτηση ως στόχοι της συμβουλευτικής Αναπτύσσοντας μια φιλική στο χρήστη προσέγγιση στη συμβουλευτική	466
Συμπεράσματα	468
Σύνοψη κεφαλαίου	470
Θέματα για σκέψη και συζήτηση	471
Βασικοί όροι και έννοιες	472
Προτεινόμενες πηγές για περαιτέρω μελέτη	473
15 Ηθικές αρχές, αξίες και δεοντολογία στην πρακτική της συμβουλευτικής	475
Εισαγωγή	475
Οι αξίες στη συμβουλευτική	479
Δεοντολογία και ηθικός συλλογισμός	481
Προσωπική διαίσθηση	481
Οδηγίες δεοντολογίας που ανέπτυξαν επαγγελματικές ενώσεις	482
Ηθικές αρχές	485
Γενικές θεωρίες περί ηθικής	489
Η εφαρμογή ηθικών αρχών και κωδίκων δεοντολογίας: από τη θεωρία στην πράξη	491
Ως παράγοντας τίνος λειτουργεί ο σύμβουλος;	492
Μέχρι ποιο σημείο πρέπει να ωθείται ή να κατευθύνεται ο πελάτης; Η χρήση της πειθούς, της προτροπής και της πρόκλησης	496
Διττές σχέσεις	498
Σεξουαλική εκμετάλλευση των πελατών	499
Ηθικά θέματα που τίθενται από τη χρήση της αφής	505
Στρατηγικές για την τήρηση των κανόνων δεοντολογίας	508
Συμπεράσματα	512
Σύνοψη κεφαλαίου	513
Θέματα για σκέψη και συζήτηση	514
Βασικοί όροι και έννοιες	515
Προτεινόμενες πηγές για περαιτέρω μελέτη	515

16 Το οργανωτικό πλαίσιο της συμβουλευτικής 517

Εισαγωγή	517
Τύποι οργάνωσης της συμβουλευτικής	518
Η φύση των συμβουλευτικών οργανώσεων	521
Οργανωτική κουλτούρα	523
Θεσμικοί μηχανισμοί άμυνας	526
Παράλληλη διαδικασία	527
Η ιστορία της ανάπτυξης ενός φορέα παροχής υπηρεσιών συμβουλευτικής	528
Σύγκρουση ρόλων	529
Ο ρόλος του παραεπαγγελματία ή εθελοντή συμβούλου	530
Οργανωτικό στρες και επαγγελματική εξουθένωση	532
Σταθερότητα της χρηματοδότησης	534
Συμπεράσματα	536
Σύνοψη κεφαλαίου	537
Θέματα για σκέψη και συζήτηση	538
Βασικοί όροι και έννοιες	538
Προτεινόμενες πηγές για περαιτέρω μελέτη	539

17 Εναλλακτικοί τρόποι παροχής υπηρεσιών συμβουλευτικής 540

Εισαγωγή	540
Χρονικά περιορισμένη συμβουλευτική	540
Μη επαγγελματίες σύμβουλοι	543
Τηλεφωνική συμβουλευτική	547
Συμβουλευτική στο διαδίκτυο	550
Γραφή και ανάγνωση ως θεραπεία	552
Η ομαδική συμβουλευτική και θεραπεία	554
Ομάδες αυτοβοήθειας	560
Συμβουλευτική ζευγαριών	561
Συμπεράσματα	564
Σύνοψη κεφαλαίου	565
Θέματα για σκέψη και συζήτηση	566
Βασικοί όροι και έννοιες	567
Προτεινόμενες πηγές για περαιτέρω μελέτη	567

18 Ο ρόλος της έρευνας στη συμβουλευτική και τη θεραπεία 568

Εισαγωγή	568
Έρευνες εκτίμησης της έκβασης και του αποτελέσματος	570
Έρευνες πάνω στη διαδικασία	576
Μελέτες της διαδικασίας από πελατοκεντρική σκοπιά	577
Μελέτες της διαδικασίας από ψυχοδυναμική σκοπιά	579
Το «παράδειγμα των συμβάντων»	581
Η διαδικασία έτσι όπως τη βιώνει ο πελάτης	582
Μελέτες περίπτωσης	583
Ηθικά διλήμματα στις έρευνες για τη συμβουλευτική	586
Το πρόβλημα της αντιδραστικότητας	587
Η σημασία της έρευνας για τους επαγγελματίες	588
Η σχέση μεταξύ θεωρίας και έρευνας	590
Η εικόνα του προσώπου στην έρευνα για τη θεραπεία	590
Σύνοψη κεφαλαίου	591
Θέματα για σκέψη και συζήτηση	593
Βασικοί όροι και έννοιες	593
Προτεινόμενες πηγές για περαιτέρω μελέτη	594

19 Οι δεξιότητες και τα προσόντα του αποτελεσματικού συμβούλου 595

Εισαγωγή	595
Διαπροσωπικές δεξιότητες	597
Προσωπικές πεποιθήσεις και στάσεις	598
Εννοιολογική-αντιληπτική ικανότητα	600
Προσωπική «σταθερότητα»	601
Κατάκτηση τεχνικής	604
Ικανότητα κατανόησης και εργασίας μέσα στα κοινωνικά συστήματα	607
Δεκτικότητα στην έρευνα	608
Το ταξίδι του συμβούλου: ένα εξελικτικό μοντέλο της επάρκειάς του	608
Σύνοψη κεφαλαίου	613
Θέματα για σκέψη και συζήτηση	614
Βασικοί όροι και έννοιες	615
Προτεινόμενες πηγές για περαιτέρω μελέτη	615

20	Εκπαίδευση και εποπτεία στη συμβουλευτική	616
	Εισαγωγή	616
	Ιστορικές τάσεις στην εκπαίδευση των συμβούλων	616
	Βασικά στοιχεία των εκπαιδευτικών προγραμμάτων για συμβούλους	618
	Θεωρητικό πλαίσιο	618
	Συμβουλευτικές δεξιότητες	619
	Εργασία του εκπαιδευομένου πάνω στον εαυτό του	622
	Επαγγελματικά θέματα	625
	Εποπτευόμενη πρακτική	625
	Ερευνητικό αισθητήριο	626
	Θέματα και διλήμματα στην εκπαίδευση των συμβούλων	626
	Επιλογή των εκπαιδευομένων	627
	Η εκτίμηση της επάρκειας του συμβούλου	627
	Εποπτεία	630
	Εκπαίδευση και εποπτεία στη συμβουλευτική: ορισμένα συμπεράσματα	639
	Σύνοψη κεφαλαίου	639
	Θέματα για σκέψη και συζήτηση	640
	Βασικοί όροι και έννοιες	641
	Προτεινόμενες πηγές για περαιτέρω μελέτη	641
21	Πέρα από την εισαγωγή στη συμβουλευτική: συνεχίζοντας το διάλογο	642
	Εισαγωγή	642
	Ζητήματα-κλειδιά στη συμβουλευτική θεωρία και πρακτική	643
	Η ένταση μεταξύ του ατομικού και του συλλογικού: σύγκριση αυτονομίας/ελευθερίας και σχετίζεσθαι/ανήκειν	643
	Η φύση της εξουσίας και της επιρροής	644
	Η θέση της ταυτότητας στο χρόνο και την ιστορία	645
	Η σημασία της σωματικής εμπειρίας	646
	Η βάση για την κατάκτηση της γνώσης, της αλήθειας και της ηθικής πράξης	647
	Η συμβουλευτική τα τελευταία 50 χρόνια	648
	Η συμβουλευτική τα επόμενα 50 χρόνια	650
	Βιβλιογραφία	655
	Ευρετήριο όρων	723

2

Οι πολιτισμικές και ιστορικές ρίζες της συμβουλευτικής

Εισαγωγή

Για να κατανοήσουμε το εύρος της σύγχρονης συμβουλευτικής και να εκτιμήσουμε τη σημασία των προτύπων πρακτικής που χρησιμοποιούνται στις μέρες μας και περιγράφονται στο προηγούμενο κεφάλαιο, πρέπει να εξετάσουμε την ανάπτυξη και την εξέλιξη της συμβουλευτικής τα τελευταία 200 χρόνια. Οι διαφορές και οι αντιθέσεις που συναντούμε στη σύγχρονη συμβουλευτική έχουν τις ρίζες τους στις κοινωνικές και στις ιστορικές δυνάμεις που διαμόρφωσαν το σύνολο της κουλτούρας μας σήμερα.

Σε κάθε κοινωνία και εποχή οι άνθρωποι βιώνουν συναισθηματική ή ψυχολογική καταπόνηση και προβλήματα συμπεριφοράς. Σε κάθε κουλτούρα έχουν αναπτυχθεί μέθοδοι παροχής βοήθειας στα άτομα, ώστε να αντιμετωπίζουν επιτυχώς τις δυσκολίες αυτές. Λόγου χάρι, οι ινδιάνοι Ιρόκοι πίστευαν ότι μια ασθένεια προκαλούνταν, μεταξύ άλλων, και από την ύπαρξη μη ανεκπλήρωτων επιθυμιών, κάποιες από τις οποίες αποκαλύπτονταν μέσω των ονείρων (Wallace 1958). Όταν κάποιος ασθενούσε και ο λόγος της ασθένειας δεν ήταν δυνατό να προσδιοριστεί, οι μάντις ανακάλυπταν ποιες επιθυμίες κρύβονταν στο ασυνείδητο του ασθενή και οργάνωναν ένα είδος «φεστιβάλ ονείρων», όπου τα άλλα μέλη της κοινότητας έδιναν τα αντικείμενα αυτά στον ασθενή. Δεν υφίσταται κάποιος ουσιαστικός λόγος ώστε να θεωρήσουμε πως η σύγχρονη συμβουλευτική είναι πιο έγκυρη από το φεστιβάλ ονείρων των Ιρόκων. Αυτό που μπορούμε να πούμε, όμως, είναι πως οι άνθρωποι της σύγχρονης κουλτούρας και εποχής θεωρούν τη συμβουλευτική έγκυρη, σημαντική και αποτελεσματική.

Η εμφάνιση του «εμπορίου της παραφροσύνης»

Παρόλο που η συμβουλευτική και η ψυχοθεραπεία είναι δύο μέθοδοι που έγιναν ευρύτερα διαθέσιμες μόλις στο δεύτερο μισό του 20ού αιώνα, οι ρίζες τους ανάγονται στην αρχή του 18ου αιώνα, γεγονός που υποδηλώνει μια κρίσιμη καμπή ως προς τον τρόπο που η κοινωνία ανταποκρινόταν στις ανάγκες των ανθρώπων που αντιμετώπιζαν προβλήματα στη ζωή τους. Πριν από αυτό, η τοπική κοινότητα ήταν εκείνη που

χειριζόταν τα προβλήματά τους μέσω μιας θρησκευτικής οπτικής (McNeill 1951· Neugebauer 1978, 1979). Στην Ευρώπη η συντριπτική πλειονότητα των ανθρώπων ζούσαν σε μικρές επαρχιακές κοινότητες και η ασχολία τους ήταν η γη. Με δεδομένο αυτό τον τρόπο ζωής, η κοινότητα επιδείκνυε ανοχή σε όποιον αντιμετώπιζε σοβαρές διαταραχές ή ήταν ψυχικά ασθενής. Λιγότερο ακραίες μορφές συναισθηματικών και διαπροσωπικών προβλημάτων αντιμετωπιζόνταν από τον κληρικό της κοινότητας, λόγου χάρι, μέσω της εξομολόγησης της Καθολικής Εκκλησίας. Ο McNeill (1951) αναφέρεται σε αυτή την παλιά συνήθεια επούλωσης – θεραπείας μέσω της θρησκείας με τον όρο «θεραπεία των ψυχών». Σημαντικό στοιχείο της θεραπείας των ψυχών ήταν η εξομολόγηση των αμαρτιών και στη συνέχεια η μετάνοια. Ο McNeill (1951) τονίζει πως σε παλιότερες εποχές η εξομολόγηση των αμαρτιών γινόταν σε δημόσιο χώρο και συχνά την ακολουθούσε η δημόσια επίπληξη, η προσευχή, ακόμα και ο αφορισμός. Οι πρώτες χριστιανικές τελετές που αποσκοπούσαν στην παροχή βοήθειας σε διαταραγμένους ανθρώπους ήταν δημόσια διαδικασία, σαν το φεστιβάλ των ονείρων που τελούσαν οι Ιρόκοι. Η ατομική ιδιωτική εξομολόγηση καθιερώθηκε αργότερα. Ο συγγραφέας (1951) αναφέρει πολλά παραδείγματα, στα οποία οι κληρικοί εμφανίζονται να έχουν αναλάβει το ρόλο του συμβούλου για τους ενορίτες τους κατά τον 16ο και 17ο αιώνα.

Άλλοι συγγραφείς, όπως οι Foucault (1967), Rothman (1971), Scull (1979, 1981β, 1989) και Porter (1985) διευκρίνισαν ότι η αλλαγή αυτή ήταν απόρροια της Βιομηχανικής Επανάστασης, του καπιταλισμού, ο οποίος άρχισε να κυριαρχεί στην οικονομική και πολιτική ζωή, καθώς και της αντικατάστασης των αξιών της θρησκείας με τις αντίστοιχες της επιστήμης. Οι θεμελιακές αλλαγές που συντελέστηκαν τη δεδομένη στιγμή της ιστορίας στην κοινωνική δομή, την κοινωνική και την οικονομική ζωή συνοδεύτηκαν από βασικές αλλαγές στις σχέσεις και στους τρόπους με τους οποίους οι άνθρωποι προσδιόριζαν πλέον και χειριζόνταν τις συναισθηματικές και ψυχολογικές ανάγκες τους. Ο Albee (1977: 154) έχει γράψει σχετικά:

Ο καπιταλισμός απαιτούσε την ανάπτυξη της λογικής σε μεγάλο βαθμό και παράλληλα την καταπίεση και τον έλεγχο της αναζήτησης της ηδονής. Αυτό σήμαινε αυστηρό έλεγχο των παρορμήσεων και δημιουργία μιας ηθικής της εργασίας, στην οποία η πλειονότητα των ανθρώπων αντλούσαν ικανοποίηση από τη σκληρή εργασία. Ο καπιταλισμός απαιτούσε επίσης ατομική προσπάθεια ώστε να επιτευχθούν οι μακρόπνοοι στόχοι, αύξηση της ατομικής αυτονομίας και ανεξαρτησία ... Το σύστημα βασιζόταν πολύ στην οικονομία και την εφευρετικότητα και, πάνω από όλα, στον ισχυρό έλεγχο και την καταπίεση της σεξουαλικότητας.

Σύμφωνα με τον Albee (1977), η βασική ψυχολογική αλλαγή που συντελέστηκε στον τομέα της ψυχολογίας ήταν η στροφή από την κοινωνία που ενεργούσε με άξονα την παράδοση (Riesman κ.ά. 1950) σε μια κοινωνία που έδινε έμφαση στην «εσωτερική κατεύθυνση». Στους παραδοσιακούς πολιτισμούς οι άνθρωποι ζουν σε σχετικά μικρές

κοιότητες, μέσα στις οποίες όλοι γνωρίζονται μεταξύ τους και παρακολουθούν και ελέγχουν ο ένας τη συμπεριφορά του άλλου. Η παρατήρηση της συμπεριφοράς είναι άμεση, όπως άλλωστε και η αντίδραση και ο χειρισμός κάθε κοινωνικής παρέκκλισης, μέσω της περιφρόνησης και του αποκλεισμού. Η βάση του κοινωνικού ελέγχου είναι η επίκληση του αισθήματος της ντροπής. Αντίθετα, στη ζωή εντός των αστικών, βιομηχανικών κοινωνιών κυριαρχεί πολύ περισσότερο η ανωνυμία, ενώ ο κοινωνικός έλεγχος πρέπει να επιβάλλεται μέσω εσωτερικών κανόνων και κανονισμών οι οποίοι, εάν παραβιαστούν, δημιουργούν αίσθημα ενοχής στον παραβάτη. Αυτή η ανάλυση βοηθά να κατανοήσουμε τη διαδικασία μέσω της οποίας τα κεντρικά στοιχεία των αστικών, βιομηχανικών, καπιταλιστικών πολιτισμών δημιούργησαν τις προϋποθέσεις για την ανάπτυξη μέσω παροχής βοήθειας, καθοδήγησης και υποστήριξης για την αντιμετώπιση της σύγχυσης ή των διλημμάτων που ένα άτομο βιώνει προσωπικά, ατομικά και εσωτερικά. Ωστόσο, άλλα γεγονότα και διεργασίες έδωσαν τη σημερινή μορφή στη βοήθεια αυτή.

Ο ιστορικός απολογισμός που συνέταξε ο Scull (1979) υποδηλώνει πως μεταξύ των ετών 1800-1890 η αναλογία του πληθυσμού της Αγγλίας και της Ουαλίας που ζούσε σε πόλεις με αριθμό κατοίκων μεγαλύτερο των 20.000 αυξήθηκε από 17 σε 54%. Οι άνθρωποι εγκατέλειπαν τη γη τους για να εργαστούν στα νέα εργοστάσια της πόλης. Ακόμα και η καλλιέργεια της γης μηχανοποιήθηκε και αποσκοπούσε πλέον περισσότερο στο κέρδος. Αυτές οι μεγάλης κλίμακας οικονομικές και κοινωνικές αλλαγές είχαν σοβαρές συνέπειες για όλα τα μη προνομιούχα άτομα ή εκείνα με κάποιες μορφές αναπηρίας. Σε παλιότερες εποχές ο ρυθμός της επαρχιακής ζωής ήταν αργός, πολλά μέλη της ίδιας οικογένειας εργάζονταν στο σπίτι και υπήρχαν δουλειές που και ο λιγότερο ικανός μπορούσε να διεκπεραιώσει επιτυχώς. Τώρα πλέον υπήρχε η πειθαρχία που επέβαλλαν οι μηχανές, οι ατέλειωτες ώρες εργασίες στα εργοστάσια και ο κατακερματισμός των κοινοτήτων και των οικογενειών που είχαν επιφορτιστεί με την περίθαλψη των ηλικιωμένων, των αρρώστων, των φτωχών και των ψυχικά ασθενών. Η αναγκαιότητα ήταν αυτή που συνέβαλε στην ταχύτερη ανάπτυξη ενός συστήματος κρατικής πρόνοιας για το μη παραγωγικό κομμάτι του πληθυσμού, που έγινε γνωστό ως σύστημα πτωχοκομείων. Οι τρόφιμοι ήταν αναγκασμένοι να εργάζονται κάτω από συνθήκες αυστηρής πειθαρχίας. Σύντομα έγινε εμφανές ότι ο έλεγχος των ψυχικά ασθενών ήταν δύσκολος και ότι η συμπεριφορά τους διατάρασσε το καθεστώς των πτωχοκομείων. Σύμφωνα με μία αναφορά πτωχοκομείου του 1750:

Ο νόμος δεν περιλαμβάνει διατάξεις περί παραφρόνων και πρέπει να υπάρξει συμφωνία που να ορίζει ότι τα κοινά πτωχοκομεία των ενοριών (οι περισσότεροι ένοικοι των οποίων είναι ηλικιωμένοι και ανήμποροι) δεν είναι κατάλληλα για να υποδέχονται άτομα των οποίων η συμπεριφορά είναι ανεξέλεγκτη και επιβλαβής και η κατάσταση τους απαιτεί να εγκατασταθούν σε χωριστά διαμερίσματα.

(παρατίθεται στο βιβλίο του Scull 1979: 41)

Σταδιακά, και από τα μέσα περίπου του 18ου αιώνα, άρχισαν να χτίζονται αυτά τα χωριστά διαμερίσματα, τα άσυλα, και η εν λόγω δραστηριότητα ενισχύθηκε και από το Νόμο περί Ασύλων του 1845, σύμφωνα με τον οποίο οι τοπικές δικαστικές Αρχές υποχρεούνταν να συστήσουν δημόσια άσυλα. Η εξέλιξη αυτή σηματοδότησε την πρώτη συστηματική παρέμβαση του κράτους στην περίθαλψη και τον έλεγχο των ψυχικά ασθενών ατόμων στην ευρωπαϊκή κοινωνία. Αρχικά, τα άσυλα αντιμετωπιζόταν ως χώροι εγκλεισμού των παραφρόνων και ήταν σπάνιες οι προσπάθειες θεραπευτικών παρεμβάσεων. Σε κάποια άσυλα που διηθύναν οι Κουάκεροι, όπως το Tuke στα Άσυλα York, αναπτύχθηκε αυτό που είναι γνωστό ως «ηθική θεραπευτική αγωγή» (Scull 1981α). Ωστόσο, στα περισσότερα ιδρύματα οι παράφρονες αντιμετωπιζόταν σαν ζώα και κρατούνταν κάτω από άθλιες συνθήκες. Ενδεικτικά αναφέρουμε το νοσοκομείο Bethlem στο Λονδίνο, το οποίο ήταν ανοικτό για το κοινό που ήθελε να παρακολουθεί τους παράφρονες πληρώνοντας μία πένα για κάθε επίσκεψη. Σε εκείνη την πρώτη περίοδο ανάπτυξης του κινήματος των ασύλων στην αρχή του 19ου αιώνα, ο ιατρικός κλάδος επιδείκνυε ελάχιστο ενδιαφέρον για τους παράφρονες. Σύμφωνα με την ιστορική έρευνα του Scull (1975), ο ιατρικός κλάδος σταδιακά άρχισε να συνειδητοποιεί τα οφέλη από το «εμπόριο της παραφροσύνης», όχι μόνο λόγω του γεγονότος ότι οι γιατροί είχαν τον έλεγχο των κρατικών ασύλων, που χρηματοδοτούνταν από το δημόσιο, αλλά και από το ότι είχαν τη διεύθυνση ασύλων με τροφίμους από τα ανώτερα κοινωνικά στρώματα. Στη Βρετανία η πολιτική εξουσία που κατείχε ο ιατρικός κλάδος τούς έδωσε την ευκαιρία να ασκήσουν επιρροή ως προς το περιεχόμενο της κοινοβουλευτικής νομοθεσίας και να αποκτήσουν τον έλεγχο των ασύλων. Η ήττα της ηθικής θεραπευτικής αγωγής θεωρείται σταθμός στην ιστορία της ψυχοθεραπείας: η επιστήμη αντικατέστησε τη θρησκεία και έγινε η κυρίαρχη ιδεολογία, στην οποία βασίστηκε η θεραπευτική αγωγή των ψυχικά ασθενών ατόμων.

Μέχρι το τέλος του 19ου αιώνα ο ιατρικός κλάδος κατοχύρωσε τον έλεγχο που είχε στο «εμπόριο της παραφροσύνης». Σε αυτό συνέλεξε και η αναθεώρηση της ιστορίας της τρέλας. Οι θρησκευτικές μορφές παροχής περίθαλψης των ψυχικά ασθενών ατόμων χαρακτηρίζονταν ως «δαιμονολογία» και οι διώξεις μαγισσών περιγράφονταν ως βασικό στοιχείο της προσέγγισης της τρέλας στην εποχή που προηγήθηκε της επιστημονικής ή ιατρικής αντιμετώπισής της (Szasz 1971· Kirsch 1978· Spanos 1978). Διατυπώθηκαν διάφορες ιατρικές και βιολογικές ερμηνείες της ψυχασθένειας, όπως η φρενολογία (Cooter 1981) και η σεξουαλική ικανοποίηση ή ο αυνανισμός (Hare 1962). Υπήρξαν και διαφορετικοί τρόποι φυσικής θεραπευτικής αγωγής με:

υποδόριες ενέσεις μορφίνης, χορήγηση βρομιούχων σκευασμάτων, ένυδρη χλωράλη, υποκυμένιο, φυσοστιγμίνη, κάνναβη, νιτρικό αμύλιο, κονεΐνη, διγοξίνη, εργοτίνη, πιλοκαρπίνη, εφαρμογή ηλεκτρισμού, χρήση χαμάμ και υγρών επιθεμάτων. Χρησιμοποιούνταν επίσης και άλλα σκευάσματα, τα οποία είναι πάρα πολλά

για να τα αναφέρουμε όλα, πρέπει όμως να τονίσουμε πως υπήρχαν γιατροί που υπερασπιζόνταν τη χρήση τους με μεγάλο ζήλο.

(Tuke 1882, *History of the Insane*, παρατίθεται στο βιβλίο του Scull 1979)

Ένα σημαντικό θέμα συζήτησης εκείνη την εποχή ήταν η επιλογή του ασύλου ως μέσου καταπίεσης των γυναικών, που αποτελούσαν και την πλειονότητα των τροφίμων (Showalter 1985). Προς τα τέλη του αιώνα, η ιατρική ειδικότητα της ψυχιατρικής κατείχε ήδη μία θέση δίπλα στα άλλα πεδία της ιατρικής, ενώ παράλληλα είχε την υποστήριξη του συστήματος ταξινόμησης ψυχιατρικών διαταραχών, όπως το είχαν σχεδιάσει οι Kraepelin, Bleuer και άλλοι. Πολλές από αυτές τις εξελίξεις ήταν αντιφατικές για την εποχή. Λόγου χάρι, γινόταν μεγάλη συζήτηση σχετικά με το αν ήταν σώφρων ή όχι η επιλογή του εγκλεισμού των παραφρόνων σε ιδρύματα, δεδομένου ότι η επαφή με άλλα διαταραγμένα άτομα μάλλον δεν επρόκειτο να βοηθήσει στην αποκατάσταση της υγείας τους. Αρκετοί ήταν εκείνοι που τον 19ο αιώνα επέκριναν τις μεθόδους της ψυχιατρικής, υποστηρίζοντας ότι η περίθαλψη στο πλαίσιο της κοινότητας ήταν πολύ καλύτερη από τον εγκλεισμό σε ίδρυμα. Η σκληρότητα με την οποία αντιμετωπιζόνταν οι τρόφιμοι είχε προκαλέσει δημόσια κατακραυγή, καθώς και σκεπτικισμό για την αποτελεσματικότητα των ιατρικών προσεγγίσεων.

Οι συζητήσεις για την περίθαλψη των ψυχικά ασθενών ατόμων τον 19ο αιώνα ίσως μας φαίνονται πολύ οικείες στον 20ό αιώνα. Ακόμη διαφωνούμε για τα ίδια θέματα. Ωστόσο, εάν κατανοήσουμε πώς ανέκυσαν αυτά τα ζητήματα, ίσως να καταλήξουμε σε σαφή συμπεράσματα ως προς τη φύση της περίθαλψης που παρέχεται στα συναισθηματικά διαταραγμένα άτομα στη σύγχρονη βιομηχανική κοινωνία. Όταν εξετάζουμε τις συνθήκες κάτω από τις οποίες γεννήθηκε η ψυχιατρική και τις συγκρίνουμε με εκείνες που κυριαρχούσαν πριν από τον 19ο αιώνα, παρατηρούμε τα εξής:

1. Συναισθηματικά προβλήματα και προβλήματα συμπεριφοράς άρχισαν να αντιμετωπίζονται μέσω της ιατρικής.
2. Εμφανίστηκε το λεγόμενο «εμπόριο της παραφροσύνης», η ανάμιξη της αγοράς στην εξέλιξη των υπηρεσιών αυτών.
3. Τα ψυχικά ασθενή άτομα αντιμετωπίζονταν με όλο και περισσότερη σκληρότητα, υφίσταντο την απόρριψη και τον έλεγχο της κοινωνίας.
4. Οι διαθέσιμες υπηρεσίες ελέγχονταν από άνδρες και χρησιμοποιούνταν με στόχο την καταπίεση των γυναικών.
5. Η επιστήμη αντικατέστησε τη θρησκεία ως το κύριο πλαίσιο για την κατανόηση της τρέλας.

Πριν από τη Βιομηχανική Επανάσταση τα συμπεράσματα αυτά δεν ήταν αυτονόητα και αξίζει να σημειωθεί πως ισχύουν ακόμα και σήμερα. Μπορούν να θεωρηθούν θεμελιικά όσον αφορά τον τρόπο με τον οποίο αντιμετωπίζει το ζήτημα της τρέλας μια κοινωνία μετά τη βιομηχανοποίηση, την αστικοποίηση και την εκκοσμίκευσή της. Ο

γάλλος κοινωνικός φιλόσοφος Foucault (1967) έχει τονίσει ότι μία από τις κύριες αξίες της νέας κοινωνική τάξης που εμφανίστηκε τον 19ο αιώνα ήταν η λογική ή ο ορθολογισμός. Σε μία κοινωνία όπου η ορθολογιστική, επιστημονική θεώρηση της ζωής είναι πολύ σημαντική, ο μη ορθολογιστής παράφρων, που είχε χάσει τα λογικά του, ήταν εύκολο να γίνει ο αποδιοπομπαίος τράγος, μία πηγή απειλής που έπρεπε να αποπεμφθεί και να εισαχθεί σε ένα άσυλο κάπου έξω από την πόλη. Ο Foucault (1967) περιγράφει εκείνη τη χρονική περίοδο σαν μία εποχή «εγκλεισμού», όπου η κοινωνία ανέπτυξε μέσα καταστολής και φυλάκισης των ατόμων που χαρακτηρίζονταν από έντονο παραλογισμό ή σεξουαλικότητα.

Η επινόηση της ψυχοθεραπείας

Στα τέλη του 19ου αιώνα η ψυχιατρική είχε καταλάβει κυρίαρχη θέση στην περίθαλψη των «παράφρωνων» ατόμων, που πλέον ανήκαν επίσημα στην κατηγορία των «ψυχικά ασθενών». Μέσα από την ιατρική και την ψυχιατρική άρχισε να δημιουργείται η νέα ειδικότητα της ψυχοθεραπείας. Οι πρώτοι γιατροί που αυτοαποκαλούνταν ψυχοθεραπευτές ήταν οι Van Renterghem και Van Eeden, οι οποίοι ίδρυσαν μια Κλινική Υποβλητικής Ψυχοθεραπείας στο Άμστερνταμ το 1887 (Ellenberger 1970). Ο Van Eeden όρισε την ψυχοθεραπεία ως «τη θεραπεία του σώματος μέσω του πνεύματος, που ενισχύεται από την ώθηση που δίνει ένα πνεύμα σε ένα άλλο» (Ellenberger 1970: 765). Η ύπνωση υπήρξε φαινόμενο για το οποίο ο ευρωπαϊκός ιατρικός κλάδος επέδειξε μεγάλο ενδιαφέρον τον 19ο αιώνα. Αρχικά η μέθοδος ανακαλύφθηκε από τους πρωτοπόρους του «ζωικού μαγνητισμού» Johann Joseph Gassner (1727-1779) και Franz Anton Mesmer (1734-1815) και κατέληξε να χρησιμοποιείται ευρέως ως αναισθητικό στις χειρουργικές επεμβάσεις, πριν ανακαλυφτούν τα χημικά αναισθητικά. Στη δεκαετία του 1880, οι διαπρεπείς γάλλοι ψυχίατροι Charcot και Janet άρχισαν να πειραματίζονται με την ύπνωση ως μέσο θεραπείας για ασθενείς που παρουσίαζαν συμπτώματα υστερίας. Υπήρχαν δύο εκδοχές στην τεχνική της ύπνωσης που εφάρμοζαν, οι οποίες εξακολουθούν να υφίστανται και σήμερα ως βασικές αντιλήψεις στη σύγχρονη συμβουλευτική και ψυχοθεραπεία. Πρώτον, έδωσαν έμφαση στη σημασία της σχέσης μεταξύ γιατρού και ασθενή. Γνώριζαν ότι η ύπνωση δεν θα ήταν αποτελεσματική αν δεν υπήρχε αυτό που αποκαλούσαν «rapport», δηλαδή σχέση αμοιβαίας συμπάθειας και κατανόησης. Δεύτερον, υποστήριζαν πως ο λόγος που η ύπνωση βοηθούσε τους ασθενείς ήταν επειδή παρείχε πρόσβαση σε μία περιοχή του μυαλού μη προσβάσιμη σε κανονικές συνθήκες συνειδητότητας. Με άλλα λόγια, η έννοια του «ασυνείδητου» συνιστούσε μέρος της μεθόδου ύπνωσης του 19ου αιώνα, όπως άλλωστε και εκείνης του 20ού και του 21ου αιώνα.

Ο ρόλος που διαδραμάτισε η ύπνωση στην εμφάνιση της ψυχοθεραπείας είναι

εξαιρετικά σημαντικός. Οι Bourguignon (1979), Prince (1980) και πολλοί άλλοι διαπίστωσαν ότι οι πρωτόγονοι πολιτισμοί χρησιμοποιούν θεραπευτικές τελετουργίες, οι οποίες βασίζονται στην κατάσταση έκστασης ή σε άλλα στάδια συνειδητότητας. Η εμφάνιση του μεσμερισμού και της ύπνωσης στην Ευρώπη κατά τον 18ο και τον 19ο αιώνα και η μετεξέλιξή τους στην ψυχοθεραπεία μπορούν να θεωρηθούν ότι αντιπροσωπεύουν την αφομοίωση μιας παραδοσιακής μορφής κουλτούρας από τη σύγχρονη επιστημονική ιατρική. Έχει αναφερθεί επίσης η τεράστια απήχηση του μεσμερισμού στις ΗΠΑ στα μέσα του 19ου αιώνα: «Κατά μία έννοια, ο μεσμερισμός ήταν η πρώτη εκκοσμικευμένη μορφή ψυχοθεραπείας στην Αμερική, ένα μέσο ψυχολογικής φροντίδας για όσους δεν εκκλησιάζονταν» (Cushman 1995: 119).

Η μεγαλύτερη προσωπικότητα στη μεταβατική φάση από την ύπνωση στην ψυχοθεραπεία υπήρξε, φυσικά, ο Sigmund Freud. Αφού έζησε 4 μήνες κοντά στον Charcot στο Παρίσι μεταξύ 1886 και 1887, επέστρεψε στη Βιέννη και ξεκίνησε να ασκεί την ιδιωτική πρακτική ως ψυχίατρος. Σύντομα όμως απέρριψε τις επιμέρους τεχνικές της ύπνωσης και αντ' αυτών ανέπτυξε τη δική του τεχνική ψυχανάλυσης, η οποία βασιζόταν στον ελεύθερο συνειρμό και την ερμηνεία των ονείρων. Ο Freud εξελίχτηκε σε ισχυρότατη προσωπικότητα, όχι μόνο στην ιατρική και την ψυχοθεραπεία αλλά και στο σύνολο της ευρωπαϊκής πολιτισμικής ιστορίας. Αν και δεν απορρίπτουμε την ιδιοφυΐα και τη δημιουργικότητα του Freud, αξίζει ωστόσο να εκφράσουμε κάποιες σκέψεις σχετικά με τους τρόπους που η προσέγγισή του αντανάκλα τα ρεύματα της διανόησης και τις κοινωνικές πρακτικές της εποχής του. Λόγου χάρη:

1. Οι ατομικές συνεδρίες με έναν αναλυτή ήταν η προέκταση της συνηθισμένης πρακτικής της εποχής, όπου κυριαρχούσε η σχέση «έναν προς έναν» στις επισκέψεις του ασθενή στο γιατρό του.
2. Η ιδέα του Freud περί μιας πρωτόγονης δύναμης ζωής (λίμπιντο) προήλθε από βιολογικές θεωρίες του 19ου αιώνα.
3. Η ιδέα ότι τα συναισθηματικά προβλήματα είχαν ένα σεξουαλικό αίτιο ήταν ευρώς αποδεκτή τον 19ο αιώνα.
4. Η ιδέα του ασυνείδητου χρησιμοποιήθηκε όχι μόνο από τους υπνωτιστές, αλλά και από κάποιους συγγραφείς και φιλοσόφους του 19ου αιώνα.

Η ιδιαίτερη συμβολή του Freud συνίσταται στην ικανότητά του να αφομοιώσει όλες αυτές τις ιδέες και να δημιουργήσει ένα ενιαίο θεωρητικό μοντέλο που αποδείχτηκε εξαιρετικά σημαντικό σε πολλούς τομείς. Η πολιτισμική σημασία των φροϊδικών ιδεών έγκειται στο αξίωμα πως είμαστε όλοι νευρωτικοί, πως πίσω από το προσωπείο ακόμα και του, φαινομενικά, πλέον λογικού και επιτυχημένου ανθρώπου υπάρχουν εσωτερικές συγκρούσεις και ενστικτώδεις ορμές. Το μήνυμα του Freud ήταν πως η ψυχιατρική δεν αφορά μόνο τους τρελούς των ασύλων, αλλά όλους τους ανθρώπους. Το σύνολο των ιδεών που εκφράζονται μέσω της ψυχανάλυσης αντανάκλωνται επίσης

στις δυσκολίες που αντιμετωπίζουν οι άνθρωποι της μεσαίας τάξης στην Ευρώπη, στη μετάβαση από την παραδοσιακή στη σύγχρονη μορφή σχέσεων. Ο Sollod (1982: 51-52) αναφέρει ότι στη βικτοριανή κοινωνία

θεωρούνταν πρόπον να αντιμετωπίζονται οι μεγαλύτεροι σε ηλικία σαν πατρικές φιγούρες και το άτομο να βιώνει τη σχέση μαζί τους όπως ένα παιδί που τρέφει σεβασμό για αυτούς. Στη [σύγχρονη] εκκοσμηκευμένη κοινωνία, η σχέση με την εξουσία βασιζέται περισσότερο στις απρόσωπες οικονομικές και εργασιακές συνθήκες και λιγότερο στους παραδοσιακούς δεσμούς. Έτσι τέτοιου είδους μεταβιβαστικές σχέσεις με πρόσωπα εξουσίας αντί να είναι λειτουργικές θα μπορούσαν να αποδειχτούν μάλλον ανάρμοστες και δυσπροσάρμοστες.

Όταν ο Freud ήταν ακόμη εν ζωή, οι ιδέες του δεν είχαν ιδιαίτερη επιρροή στη Βρετανία και την Ευρώπη, όπου μέχρι πρόσφατα η ψυχανάλυση ήταν αποδεκτή και προσβάσιμη μόνο στους μεσοαστούς διανοούμενους και καλλιτέχνες. Στη Βρετανία, λόγου χάρη, η πρώτη περίοδος εξάπλωσης της ψυχανάλυσης συνδέθηκε με τη λογοτεχνική ελίτ της ομάδας του Μπλούμσμπερι (Kohon 1986). Η ψυχοθεραπεία, και στη συνέχεια η συμβουλευτική, έγιναν ευρύτερα διαθέσιμες μόνο όταν η ψυχανάλυση ταξίδεψε από την Ευρώπη στις ΗΠΑ.

Το βιβλίο αυτό παρέχει στον αναγνώστη μια ολοκληρωμένη εισαγωγή στη θεωρία και πρακτική της συμβουλευτικής και της ψυχοθεραπείας. Γραμμένο με σαφήνεια και προστό ύφος, καλύπτει όλες τις βασικές συμβουλευτικές προσεγγίσεις, αντιμετωπίζοντας ταυτόχρονα με κριτική ματιά τα ζητήματα που προκύπτουν κατά την άσκηση της συμβουλευτικής.

Ο John McLeod πραγματοποίησε μια ενδελεχή έρευνα και με επιστημονική αμεροληψία μελετά και περιγράφει τα ποικίλα θεωρητικά ρεύματα και τις πολλές διαφορετικές μεθόδους που χρησιμοποιούνται στη συμβουλευτική. Εξετάζει κάθε συμβουλευτική προσέγγιση μέσα στο κοινωνικό και ιστορικό πλαίσιο της και μας παρουσιάζει ένα ευρύ φάσμα σύγχρονων προσεγγίσεων, συμπεριλαμβανομένων της αφηγηματικής, της συστημικής, της φεμινιστικής και της πολυπολιτισμικής θεραπείας. Επίσης μας εισάγει στην καινούργια προσέγγιση της φιλοσοφικής συμβουλευτικής, στη συμβουλευτική μέσω διαδικτύου και στη θεραπεία που εστιάζει σε λύσεις.

Σύγχρονο και περιεκτικό, το βιβλίο του John McLeod αποτελεί μια κλασική εισαγωγή στο αντικείμενο που πραγματεύεται.

ISBN 978-960-375-767-2



ΒΟΗΘ. ΚΩΔ. ΜΗΧ/ΣΗΣ 3767