

JOHN McLEOD

# Εισαγωγή στη Συμβουλευτική



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

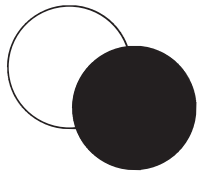
Ο John McLeod πραγματοποίησε μια ενδελεχή έρευνα και με επιστημονική αμεροληψία μελετά και περιγράφει τα ποικίλα θεωρητικά ρεύματα και τις πολλές διαφορετικές μεθόδους που χρησιμοποιούνται στη συμβουλευτική. Εξετάζει κάθε συμβουλευτική προσέγγιση μέσα στο κοινωνικό και ιστορικό πλαίσió της και μας παρουσιάζει 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



ΒΟΗΘΗ ΠΩΔ. ΜΗΡΩΣΗΣ 3767



# Περιεχόμενα

---

Πρόλογος	21
<b>I</b> Εισαγωγή στη συμβουλευτική	23
<b>Εισαγωγή</b>	23
<b>Ιστορίες συμβουλευτικής</b>	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
<b>Τι είναι η συμβουλευτική;</b>	27
<b>Οι διαφορετικοί ορισμοί της συμβουλευτικής</b>	30
<b>Η σχέση μεταξύ συμβουλευτικής και ψυχοθεραπείας</b>	31
<b>Η συμβουλευτική και άλλα επαγγέλματα παροχής βοήθειας</b>	32
<b>Το φάσμα θεωριών και πρακτικών στη συμβουλευτική</b>	34
<b>Οι στόχοι της συμβουλευτικής</b>	36
<b>Η συμβουλευτική ως διεπιστημονικό πεδίο μελέτης</b>	38
<b>Ένας ορισμός της συμβουλευτικής που επικεντρώνεται στο χρήστη</b>	40
<b>Συμπεράσματα</b>	42
<b>Σύνοψη κεφαλαίου</b>	42
Θέματα για σκέψη και συζήτηση	43
Βασικοί όροι και έννοιες	44
Προτεινόμενες πηγές για περαιτέρω μελέτη	44
<b>2</b> Οι πολιτισμικές και ιστορικές ρίζες της συμβουλευτικής	46
<b>Εισαγωγή</b>	46
<b>Η εμφάνιση του «εμπορίου της παραφροσύνης»</b>	46
<b>Η επινόηση της ψυχοθεραπείας</b>	51

<b>Η εξάπλωση της ψυχοθεραπείας στις ΗΠΑ</b>	53
<b>Η εκκοσμίκευση της κοινωνίας</b>	55
<b>Ο ρόλος του Carl Rogers</b>	56
<b>Η θεραπεία ως απάντηση στον «άδειο εαυτό»</b>	58
<b>Η εξάπλωση της συμβουλευτικής στα τέλη του 20ού αιώνα</b>	59
<b>Η κοινωνική σημασία της συμβουλευτικής</b>	62
<b>Εικόνες του προσώπου μέσα από τις συμβουλευτικές προσεγγίσεις</b>	65
<b>Συμπεράσματα</b>	67
<b>Σύνοψη κεφαλαίου</b>	68
Θέματα για σκέψη και συζήτηση	69
Βασικοί όροι και έννοιες	70
Προτεινόμενες πηγές για περαιτέρω μελέτη	70
<b>3 Συμβουλευτικές θεωρίες: ποικιλία και σύγκλιση</b>	71
<b>Εισαγωγή</b>	71
<b>Τι είναι θεωρία;</b>	72
Η θεωρία ως δομημένο σύστημα ιδεών	73
Η θεωρία ως σύστημα κοινωνικών πρακτικών	76
Ο σκοπός της θεωρίας: εξήγηση ή κατανόηση;	78
<b>Σε τι μας χρειάζεται η θεωρία; Οι χρήσεις της διαμόρφωσης θεωριών στη συμβουλευτική πρακτική</b>	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
<b>Η ποικιλία στη διαμόρφωση συμβουλευτικών θεωριών</b>	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
<b>Η θεμελιώδης ενότητα των συμβουλευτικών προσεγγίσεων</b>	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
<b>Συμπεράσματα: συμβουλευτικές θεωρίες – εργαλεία ή αλήθειες;</b>	107
<b>Σύνοψη κεφαλαίου</b>	110
Θέματα για σκέψη και συζήτηση	112
Βασικοί όροι και έννοιες	113
Προτεινόμενες πηγές για περαιτέρω μελέτη	113
<b>4 Θέματα και ζητήματα της ψυχοδυναμικής προσέγγισης στη συμβουλευτική</b>	<b>115</b>
<hr/>	
<b>Εισαγωγή</b>	115
<b>Οι ρίζες της ψυχοδυναμικής συμβουλευτικής:</b>	
<b>το έργο του Sigmund Freud</b>	116
Οι ρίζες των συναισθηματικών προβλημάτων βρίσκονται στην παιδική ηλικία	117
Η σπουδαιότητα του «ασυνείδητου»	120
Οι θεραπευτικές τεχνικές που χρησιμοποιούνται στην ψυχανάλυση	121
<b>Η μεταφροϊδική εξέλιξη της ψυχοδυναμικής προσέγγισης</b>	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
<b>Εγκώμιο της ψυχοδυναμικής προσέγγισης στη συμβουλευτική</b>	162
<b>Σύνοψη κεφαλαίου</b>	164
Θέματα για σκέψη και συζήτηση	165
Βασικοί όροι και έννοιες	166
Προτεινόμενες πηγές για περαιτέρω μελέτη	166

<b>5</b>	<b>Από το συμπεριφορισμό στον κονστρουκτιβισμό: η γνωσιακή-συμπεριφοριστική προσέγγιση στη συμβουλευτική</b>	168
<hr/>		
	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
 <b>6</b>	 <b>Θεωρία και πρακτική της προσωποκεντρικής προσέγγισης</b>	 209
<hr/>		
	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

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

Γνωσιακές/ κονστρουκτιβιστικές προσεγγίσεις στην αφήγηση	295
Η κοινωνική κονστρουξιονιστική αφηγηματική θεραπεία	299
<b>Εξωτερίκευση του προβλήματος</b>	301
<b>Επιστράτευση κοινοτικών μέσων και ακροατηρίων</b>	304
<b>Συμπεράσματα</b>	307
<b>Σύνοψη κεφαλαίου</b>	307
Θέματα για σκέψη και συζήτηση	308
Βασικοί όροι και έννοιες	308
Προτεινόμενες πηγές για περαιτέρω μελέτη	309
<b>10 Η πολυπολιτισμικότητα ως προσέγγιση της συμβουλευτικής</b>	310
<b>Εισαγωγή</b>	310
<b>Τι εννοούμε ως «κουλτούρα»;</b>	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
<b>Πολυπολιτισμική συμβουλευτική στην πράξη</b>	324
<b>Κατάρτιση των συμβούλων για την ανάπτυξη της πολιτισμικής αντίληψής τους</b>	330
<b>Η προσαρμογή υπαρχόντων υπηρεσιών και φορέων για την κάλυψη των αναγκών ομάδων πελατών από διαφορετικές κουλτούρες</b>	333
<b>Η δημιουργία νέων εξειδικευμένων φορέων</b>	337
<b>Η προώθηση της έρευνας στην πολυπολιτισμική συμβουλευτική</b>	337
<b>Συμπεράσματα</b>	338
<b>Σύνοψη κεφαλαίου</b>	339
Θέματα για σκέψη και συζήτηση	340
Βασικοί όροι και έννοιες	341
Προτεινόμενες πηγές για περαιτέρω μελέτη	341
<b>11 Φιλοσοφική συμβουλευτική</b>	342
<b>Εισαγωγή: η σημασία της φιλοσοφίας για τη συμβουλευτική και την ψυχοθεραπεία</b>	342



<b>Το φάσμα και το πλαίσιο της φιλοσοφικής ανάλυσης</b>	344
<b>Η υπαρξιστική ψυχοθεραπεία ως φιλοσοφική προσέγγιση</b>	345
<b>Η φιλοσοφική συμβουλευτική</b>	350
<b>Η μεταμοντέρνα θεραπεία</b>	357
<b>Η αξία της εννοιολογικής ανάλυσης για συμβούλους και ψυχοθεραπευτές</b>	358
<b>Συμπεράσματα</b>	364
<b>Σύνοψη κεφαλαίου</b>	365
Θέματα για σκέψη και συζήτηση	366
Βασικοί όροι και έννοιες	366
Προτεινόμενες πηγές για περαιτέρω μελέτη	367
<b>12 Η συμβουλευτική σχέση</b>	368
<b>Εισαγωγή: η συμβουλευτική σχέση ως θέμα-κλειδί για μια σύγχρονη θεωρία και πρακτική</b>	368
<b>Εικόνες της θεραπευτικής σχέσης</b>	372
Η ψυχαναλυτική 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
<b>Επιδεξιότητα στο χειρισμό της σχέσης: πρακτικές λεπτομέρειες για την ανάπτυξη μιας αποτελεσματικής θεραπευτικής συμμαχίας</b>	385
Υιοθέτηση ενός συνεργατικού ύφους: εσωτερική συμφωνία και χρήση της μεταεπικοινωνίας	385
Αποκατάσταση ρήξεων στη συμμαχία	386
Η ενσάρκωση της σχέσης: μεταβατικά αντικείμενα	388
<b>Η έννοια του συνόρου</b>	390
<b>Η στάθμιση της θεραπευτικής σχέσης</b>	392
<b>Ο ρόλος του χρήματος στη σχέση</b>	395
<b>Επιπτώσεις των θεωριών για τη σχέση στην κατάρτιση και την εξέλιξη του συμβούλου</b>	398
<b>Συμπεράσματα: η πολυπλοκότητα της θεραπευτικής σχέσης</b>	400
<b>Σύνοψη κεφαλαίου</b>	401
Θέματα για σκέψη και συζήτηση	401
Βασικοί όροι και έννοιες	402
Προτεινόμενες πηγές για περαιτέρω μελέτη	403

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

<b>Άλλες ομάδες μη προνομιούχων και περιθωριοποιημένων</b>	464
<b>Αρχές της αντικαταπιεστικής πρακτικής στη συμβουλευτική</b>	465
Αναπτύσσοντας μια κριτική της κυρίαρχης θεωρίας και πράξης της «πλειονότητας»	465
Ενδυνάμωση και χειραφέτηση ως στόχοι της συμβουλευτικής	466
Αναπτύσσοντας μια φιλική στο χρήστη προσέγγιση στη συμβουλευτική	468
<b>Συμπεράσματα</b>	470
<b>Σύνοψη κεφαλαίου</b>	471
Θέματα για σκέψη και συζήτηση	472
Βασικοί όροι και έννοιες	473
Προτεινόμενες πηγές για περαιτέρω μελέτη	473
<b>15 Ηθικές αρχές, αξίες και δεοντολογία στην πρακτική της συμβουλευτικής</b>	475
<b>Εισαγωγή</b>	475
<b>Οι αξίες στη συμβουλευτική</b>	479
<b>Δεοντολογία και ηθικός συλλογισμός</b>	481
Προσωπική διαίσθηση	481
Οδηγίες δεοντολογίας που ανέπτυξαν επαγγελματικές ενώσεις	482
Ηθικές αρχές	485
Γενικές θεωρίες περί ηθικής	489
<b>Η εφαρμογή ηθικών αρχών και κωδίκων δεοντολογίας:</b>	
<b>από τη θεωρία στην πράξη</b>	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
Διπτές 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
<b>Συμπεράσματα</b>	512
<b>Σύνοψη κεφαλαίου</b>	513
Θέματα για σκέψη και συζήτηση	514
Βασικοί όροι και έννοιες	515
Προτεινόμενες πηγές για περαιτέρω μελέτη	515

<b>16 Το οργανωτικό πλαίσιο της συμβουλευτικής</b>	<b>517</b>
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
<b>17 Εναλλακτικοί τρόποι παροχής υπηρεσιών συμβουλευτικής</b>	<b>540</b>
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

---

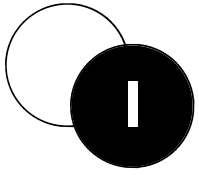
<b>Εισαγωγή</b>	568
<b>Έρευνες εκτίμησης της έκβασης και του αποτελέσματος</b>	570
<b>Έρευνες πάνω στη διαδικασία</b>	576
Μελέτες της διαδικασίας από πελατοκεντρική σκοπιά	577
Μελέτες της διαδικασίας από ψυχοδυναμική σκοπιά	579
Το «παράδειγμα των συμβάντων»	581
Η διαδικασία έτσι όπως τη βιώνει ο πελάτης	582
<b>Μελέτες περίπτωσης</b>	583
<b>Ηθικά διλήμματα στις έρευνες για τη συμβουλευτική</b>	586
<b>Το πρόβλημα της αντιδραστικότητας</b>	587
<b>Η σημασία της έρευνας για τους επαγγελματίες</b>	588
<b>Η σχέση μεταξύ θεωρίας και έρευνας</b>	590
<b>Η εικόνα του προσώπου στην έρευνα για τη θεραπεία</b>	590
<b>Σύνοψη κεφαλαίου</b>	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

---

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

<b>20</b>	<b>Εκπαίδευση και εποπτεία στη συμβουλευτική</b>	<b>616</b>
	<b>Εισαγωγή</b>	616
	<b>Ιστορικές τάσεις στην εκπαίδευση των συμβούλων</b>	616
	<b>Βασικά στοιχεία των εκπαιδευτικών προγραμμάτων για συμβούλους</b>	618
	Θεωρητικό πλαίσιο	618
	Συμβουλευτικές δεξιότητες	619
	Εργασία του εκπαιδευομένου πάνω στον εαυτό του	622
	Επαγγελματικά θέματα	625
	Εποπτευόμενη πρακτική	625
	Ερευνητικό αισθητήριο	626
	<b>Θέματα και διλήμματα στην εκπαίδευση των συμβούλων</b>	626
	Επιλογή των εκπαιδευομένων	627
	Η εκτίμηση της επάρκειας του συμβούλου	627
	<b>Εποπτεία</b>	630
	<b>Εκπαίδευση και εποπτεία στη συμβουλευτική: ορισμένα συμπεράσματα</b>	639
	<b>Σύνοψη κεφαλαίου</b>	639
	Θέματα για σκέψη και συζήτηση	640
	Βασικοί όροι και έννοιες	641
	Προτεινόμενες πηγές για περαιτέρω μελέτη	641
<b>21</b>	<b>Πέρα από την εισαγωγή στη συμβουλευτική: συνεχίζοντας το διάλογο</b>	<b>642</b>
	<b>Εισαγωγή</b>	642
	<b>Ζητήματα-κλειδιά στη συμβουλευτική θεωρία και πρακτική</b>	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
	<b>Η συμβουλευτική τα τελευταία 50 χρόνια</b>	648
	<b>Η συμβουλευτική τα επόμενα 50 χρόνια</b>	650
	<b>Βιβλιογραφία</b>	655
	<b>Ευρετήριο όρων</b>	723



# Εισαγωγή στη συμβουλευτική

## Εισαγωγή

---

Η συμβουλευτική αποτελεί εξαίσια επινόηση του 20ού αιώνα. Ζούμε σε έναν σύνθετο, διαρκώς μεταβαλλόμενο και γεμάτο υποχρεώσεις κόσμο. Στον κόσμο αυτό υπάρχουν πολλά διαφορετικά είδη εμπειριών, στα οποία οι άνθρωποι δύσκολα μπορούν να ανταποκριθούν. Τις περισσότερες φορές καταφέρνουμε να αντιμετωπίσουμε τη ζωή, άλλοτε όμως ένα γεγονός ή μία κατάσταση μας εμποδίζει να συνεχίσουμε, γιατί τη δεδομένη στιγμή δεν έχουμε τα μέσα να ξεπεράσουμε τις δυσκολίες. Συνήθως βρίσκουμε τρόπους να διαχειριστούμε τα προβλήματα της ζωής, συζητώντας με τους συγγενείς, τους φίλους, τους γείτονές μας, τους κληρικούς ή τον οικογενειακό γιατρό μας. Μερικές φορές, ωστόσο, είτε η συμβουλή τους δεν αρκεί είτε αισθανόμαστε αμηχανία ή ντροπή να τους μιλήσουμε για αυτό που μας απασχολεί ή απλώς δεν υπάρχει κοντά μας το κατάλληλο άτομο στο οποίο να στραφούμε. Σε τέτοιες στιγμές η συμβουλευτική αποδεικνύεται μία πραγματικά χρήσιμη επιλογή. Στους περισσότερους χώρους παρέχεται με αρκετά σύντομες διαδικασίες και στοιχίζει ελάχιστα ή καθόλου. Ο σύμβουλος δεν κάνει διάγνωση ούτε ετικετοποίηση· αντίθετα, προσπαθεί να είναι καλός ακροατής και να συνεργαστεί μαζί σας, ώστε να βρεθεί ο καλύτερος δυνατός τρόπος για την κατανόηση και τη λύση του προβλήματός σας. Για την πλειονότητα των ανθρώπων 1 έως 6 συναντήσεις με το σύμβουλο αρκούν για να τους βοηθήσουν πραγματικά. Οι συναντήσεις αυτές ίσως αποδειχθούν πολύτιμες. Αλλωστε σε ποια άλλη πτυχή της κοινωνικής μας ζωής μάς δίνεται η ευκαιρία να μας ακούσουν, να μας λάβουν σοβαρά υπόψη, να μας κατανοήσουν, να είμαστε για ώρες συνεχόμενες το κέντρο της προσοχής ενός ανθρώπου που ενδιαφέρεται για μας, χωρίς να μας ζητηθεί να ανταποδώσουμε με κάποιον τρόπο τη χειρονομία;

Η συμβουλευτική ως εργασία προσφέρει ικανοποίηση και ηθική ανταμοιβή στο σύμβουλο. Υπάρχουν περιπτώσεις που, με αυτή την ιδιότητα, *γνωρίζετε* ότι έχετε συμβάλει σημαντικά στην επίλυση των προβλημάτων ενός ατόμου. Σε κάθε περίπτωση, είναι προνόμιο να σας επιτρέπουν να είστε μάρτυρας και σύντροφος στην πορεία ενός ανθρώπου, ο οποίος προσπαθεί να αντιμετωπίσει τους χειρότερους φόβους του και τα διλήμματα που παρουσιάζονται στη ζωή του. Ο ρόλος του συμβούλου ενέχει διαρκώς προκλήσεις. Πάντοτε δίνεται το περιθώριο να μάθει κανείς περισσότερα. Από την πλευρά του ωραρίου απασχόλησης, η δουλειά του χαρακτηρί-

ζεται από ευελιξία. Υπάρχουν εξαιρετικοί σύμβουλοι που εργάζονται ως προσωπικό πλήρους απασχόλησης και άλλοι οι οποίοι παρέχουν αμισθί τις υπηρεσίες τους σε οργανισμούς που προσφέρουν εθελοντικές υπηρεσίες. Τέλος, συναντάται και η περίπτωση κάποιων ατόμων που έχουν την ευαισθησία να λειτουργούν ως σύμβουλοι μέσω άλλων επαγγελμάτων, όπως νοσοκόμοι, γιατροί, κληρικοί, κοινωνικοί λειτουργοί ή εκπαιδευτικοί.

Το βιβλίο αυτό πραγματεύεται τη συμβουλευτική. Είναι ένα έργο το οποίο εξαίρει τη δημιουργική απλότητα της συμβουλευτικής ως πολιτισμικής επινόησης που έχει συμβάλει σε πολύ μεγάλο βαθμό στη βελτίωση της ποιότητας ζωής εκατομμυρίων ανθρώπων. Όμως η λεπτότητα αυτού του ειδικού τύπου σχέσης βοήθειας έχει πλέον μετατραπεί σε έναν ανταγωνισμό μεταξύ «σχολών» θεραπειών, έχει διαιρεθεί από τους ερευνητές σε πολλούς επιμέρους τομείς και δίνει την εντύπωση ότι έχει «συσκευαστεί» για λόγους οικονομικής εκμετάλλευσης. Έχει αρχίσει να δημιουργείται από τους ίδιους τους ειδικούς θόρυβος γύρω από την εγκυρότητα των διάφορων προσεγγίσεων στη συμβουλευτική ή την εξειδίκευση, καθώς και ένταξη των μεθόδων της σε γραφειοκρατικούς κανονισμούς. Στόχος του βιβλίου αυτού είναι να παράσχει ένα πλαίσιο μέσα στο οποίο θα γίνουν κατανοητές όλες οι διαφορετικές πτυχές της συμβουλευτικής, όπως αυτή παρουσιάζεται στη σύγχρονη κοινωνία, χωρίς ωστόσο να αφαιρέσει τίποτε από την απλότητα και την άμεση αξία που αντιπροσωπεύει για τον άνθρωπο.

Το εισαγωγικό κεφάλαιο επικεντρώνεται στην περιγραφή των διάφορων μορφών που μπορεί να πάρει η συμβουλευτική. Θα ξεκινήσουμε με την αφήγηση της ιστορίας κάποιων ανθρώπων που αξιοποίησαν τις δυνατότητές της.

---

## Ιστορίες συμβουλευτικής

---

### **Η ιστορία της Πόλα: αντιμετωπίζοντας μια τραυματική εμπειρία**

Η Πόλα οδηγούσε το αυτοκίνητό της. Η φίλη της Μάριαν ήταν συνεπιβάτης. Ξαφνικά χτυπήθηκαν από κάποιο άλλο όχημα, το αυτοκίνητο πήρε πολλές στροφές στο δρόμο και η Πόλα σκέφτηκε: «Τώρα θα πεθάνω». Έπειτα από αυτό το τρομακτικό γεγονός η Πόλα βίωσε το περιστατικό σε φλας μπακ. Υπέφερε από εφιάλτες που διατάρασσαν τον ύπνο της. Έγινε ευερέθιστη και βρισκόταν πάντοτε σε επαγρύπνηση, σε κατάσταση συναγερμού. Αρχισε να απομακρύνεται όλο και περισσότερο από την οικογένεια και τους φίλους της και έπαψε να χρησιμοποιεί το αυτοκίνητό της. Η Πόλα κατέβαλε σκληρές προσπάθειες να ξεχάσει το ατύχημα, αλλά ήταν όλες ανεπιτυχείς. Όταν επισκέφτηκε ένα σύμβουλο, κλήθηκε να απαντήσει σε ένα ερωτηματολόγιο και της δόθηκε ένα χαρτί, στο οποίο θα έπρεπε για 10 λεπτά σε καθημερινή βάση και συγκεκριμένη ώρα να γράφει για το περιστατικό. Στην επόμενη συμβουλευτική συνεδρία, της ζητήθηκε να αφηγηθεί το περιστατικό στο κασετόφωνο σαν να συνέβαινε



την ίδια στιγμή, χρησιμοποιώντας α' πρόσωπο στην αφήγηση. Ο σύμβουλος της ζήτησε να ακούσει την κασέτα αυτή πολλές φορές στο σπίτι μέχρι να τη βαρεθεί. Στην τρίτη συνεδρία της πρότεινε έναν τρόπο για να αντιμετωπίσει τους εφιάλτες, μετατρέποντας το ατύχημα σε ένα φανταστικό παιχνίδι με ήρωες δύο χαρακτήρες κινούμενων σχεδίων. Στην τέταρτη συνεδρία ο σύμβουλος κάλεσε την Πόλα να θυμηθεί τις θετικές εμπειρίες της πριν από το ατύχημα. Της πρότεινε να ξεκινήσει πάλι να οδηγεί το αυτοκίνητό της, στην αρχή για περίπου 5 λεπτά την ημέρα και στη συνέχεια να αυξάνει σταδιακά το χρόνο που βρισκόταν στο τιμόνι. Κατά τη διάρκεια των συνεδριών ο σύμβουλος της άκουγε προσεκτικά όλα όσα του έλεγε, της συμπεριφερόταν με μεγάλο σεβασμό και ήταν βέβαιος ότι υπήρχαν πιθανότητες βελτίωσης της κατάστασής της. Ύστερα από 9 συνεδρίες τα συμπτώματα μετατραυματικού στρες της Πόλα είχαν σχεδόν εξολοκλήρου εξαφανιστεί και ήταν πλέον ικανή να ζήσει τη ζωή της όπως πριν. Για πληρέστερη αναφορά στην υπόθεση αυτή βλ. Scott (1997).

### **Η ιστορία της Μάιρα: κατάθλιψη**

Η Μάιρα Γκρίρσον έγραψε μια συγκινητική και ειλικρινή εξιστόρηση μιας περιόδου της ζωής της, όταν είχε παγιδευτεί σε κατάσταση βαριάς κατάθλιψης:

Το μόνο που ήξερα εκείνη την εποχή ήταν ότι αισθανόμουν την ανάγκη να επιστρέψω σε κάποιο ξεχασμένο, ασφαλές μέρος, το οποίο ένιωθα ότι υπήρξε κάποτε αλλά η ύπαρξή του δεν ήταν απτή, ώστε να μπορώ να την αναγνωρίσω. Αρχικά προσπάθησα να φτάσω στο μέρος αυτό με το να απομακρύνομαι από τον κόσμο σωματικά και ψυχικά. Έπαψα να μιλώ και να δέχομαι τροφή. Είχα βυθιστεί στην απελπισία που απειλούσε να με καταπιεί. Είχα αρχίσει να πλησιάζω το σκοτεινό εκείνο μέρος, που έμοιαζε να μου υπόσχεται πως θα ξεχάσω και θα δώσω ένα τέλος στον πόνο μου ... η ζωή μου ήταν ένας εφιάλτης, όπου το μούδιασμα που αισθανόμουν κάποιες φορές γινόταν ακόμα πιο έντονο από την προσωπική απώλεια, την κατάθλιψη, τη νοσηλεία και ένα βαθύ αίσθημα απομόνωσης και απώλειας του εαυτού μου. Δεν ταίριαζα πουθενά και μου ήταν δύσκολο να ζήσω στον κόσμο.

(Grierson 1990: 28-29)

Περιγράφει ένα σύμβουλο που συνάντησε σε πολλές συνεδρίες, καθώς επίσης και τον τρόπο που η σχέση της με τον άνθρωπο αυτό τη βοήθησε να αποκτήσει την αίσθηση ότι οι άλλοι άνθρωποι την αποδέχονται και να πιστέψει πως η ίδια είναι ένα δυνατό, αξιόλογο άτομο.

### **Η ιστορία του Μάθιου: τα πάντα μου φαίνονται βουνό**

Ο Μάθιου κατείχε διευθυντική θέση στην υγειονομική υπηρεσία. Ήταν 36 ετών, επι-

τυχημένος και δημοφιλής σε όλη τη διάρκεια της επαγγελματικής σταδιοδρομίας του και είχε έναν επιτυχημένο γάμο. Αισθανόταν παγιδευμένος στη δουλειά του, ωστόσο δεν μπορούσε να βρει διέξοδο. Ένωθε κατάθλιψη, είχε κακή ποιότητα ύπνου και ανέφερε επίσης ότι η σκέψη του γινόταν όλο και πιο συγκεχυμένη. Αισθανόταν πως η δουλειά του καταλάμβανε μεγάλο μέρος του χρόνου του και είχε ενοχές επειδή έδινε προτεραιότητα σε αυτή, αφήνοντας την οικογένειά του σε δεύτερη μοίρα. Είχε ξεκινήσει να χρησιμοποιεί το αλκοόλ και τον τζόγο ως μηχανισμούς αντιμετώπισης της κατάστασης αυτής. Όταν ολοκλήρωσε μία ομάδα σταθμισμένων μετρήσεων για την αντιμετώπιση του στρες, του άγχους και της κατάθλιψης στην αρχή της συμβουλευτικής διαδικασίας, τα αποτελέσματα υποδείκνυαν ένα επίπεδο καταπόνησης που συνήθως απαντά σε άτομα που νοσηλεύονται για θεραπεία σοβαρών ψυχικών διαταραχών. Έπειτα από 16 συνεδρίες ψυχοδυναμικής συμβουλευτικής, ο Μάθιου προσέγγισε με μεγαλύτερη κατανόηση τον τρόπο που κάποιες πτυχές της ζωής του (λόγου χάρη η αίσθηση που είχε ότι ως παιδί δεν ήταν αγαπητός) συνδέονταν άμεσα με τις εργασιακές και τις επαγγελματικές του σχέσεις. Ο Μάθιου κατάφερε να εκφράζει καλύτερα τις ανάγκες και τα συναισθήματά του και βρήκε τρόπους να παρέχει και να δέχεται υποστήριξη στην εργασία του. Ανέφερε επίσης ότι το αίσθημα ικανοποίησης και η αφοσίωση στη δουλειά του ενισχύθηκαν, αλλά και η σχέση του με τη σύζυγό του βελτιώθηκε. Η συμβουλευτική δεν άλλαξε τον Μάθιου ούτε εξάλλου και το περιβάλλον της εργασίας του, που εξακολούθησε να του δημιουργεί μεγάλη πίεση, τον βοήθησε ωστόσο να αποστασιοποιηθεί από όσα συνέβαιναν, να εξετάσει προσεκτικά τον εαυτό του και τις σχέσεις του με τους γύρω του, καθώς και να βρει τρόπους αποκατάστασης ενός βαθμού ισορροπίας στη ζωή του. Για πληρέστερη αναφορά στην υπόθεση αυτή βλ. Firth-Cozens (1992).

### **Η ιστορία της Λόρα: σε αναζήτηση του κατάλληλου συμβούλου**

Η Λόρα Άλεν επισκέφτηκε δύο συμβούλους. Ο πρώτος ήταν άντρας και καθόταν σε μια καρέκλα ψηλότερη από εκείνη που καθόταν η ίδια («για να είναι πάντοτε ανώτερός μου, τον οποίο έπρεπε να αντιμετωπίζω με “δέος”»). Ήταν ο «δρ Πάρκερ» και αρνούνταν κατηγορηματικά να αποκαλύψει το μικρό του όνομα. Μέσα από τις συνεδρίες τους ανταποκρινόταν ελάχιστα ή και καθόλου στη θλίψη και τον πόνο της. Στο τέλος της πρότεινε να νοσηλευτεί σε ψυχιατρείο. Τον έβρισε και όρμησε έξω από το γραφείο του. Η δεύτερη σύμβουλος της ήταν γυναίκα και είχε μια ζεστή, καθησυχαστική και μητρική παρουσία, η οποία ωστόσο απέφευγε οποιοδήποτε «δύσκολο» συναίσθημα ή τα δάκρυα. Έπειτα από 2-3 συνεδρίες η Λόρα κατέληξε πως είχε αρχίσει να δρα προστατευτικά προς τη σύμβουλό της, αποφεύγοντας οποιαδήποτε αναφορά που θα την έφερνε σε δύσκολη θέση. Η συγκεκριμένη σύμβουλος ήταν καλή και διακριτική, «αλλά τελικά δεν έγινε σημαντική πρόοδος». Οι εμπειρίες αυτές καταγράφονται στο βιβλίο της Allen (1990).

Αυτές είναι απλώς κάποιες ενδεικτικές ιστορίες ανθρώπων που έκαναν χρήση της συμβουλευτικής. Είναι οι αληθινές ιστορίες τους και μπορείτε να παρακολουθήσετε λεπτομερώς την εξέλιξή τους μέσα από τις πρωτότυπες σχετικές εκθέσεις.

## Τι είναι η συμβουλευτική;

Οι σύντομες περιγραφές των υποθέσεων που αναφέρθηκαν πιο πάνω συνιστούν παραδείγματα σχετικά με το τι μπορεί να συμβεί όταν κάποιος επισκέπεται ένα σύμβουλο. Τι είναι όμως συμβουλευτική; Ποιες είναι οι ιδέες και οι αρχές που συνδέουν τις κατά πολύ διαφορετικές εμπειρίες των ατόμων αυτών; Πώς μπορούμε να κατανοήσουμε και να ορίσουμε τη συμβουλευτική;

Δεν πρόκειται απλώς για μια διαδικασία μεταξύ δύο ανθρώπων. Είναι και ένας κοινωνικός θεσμός συνυφασμένος με την κουλτούρα των σύγχρονων βιομηχανικών κοινωνιών. Είναι μια ασχολία, επιστήμη ή ένα επάγγελμα σχετικά πρόσφατο. Στη Βρετανία, το Standing Council for the Advancement of Counselling – SCAC (Διαρκές Συμβούλιο για την Ανάπτυξη της Συμβουλευτικής) συστήθηκε το 1971 και μετονομάστηκε το 1976 σε British Association for Counselling – BAC (Βρετανική Εταιρεία Συμβουλευτικής). Ο αριθμός μελών της BAC από 1.000 που ήταν το 1977 αυξήθηκε σε 8.556 το 1992 (BAC 1977, 1992). Το 2001 μετονομάστηκε ξανά σε British Association for Counselling and Psychotherapy (Βρετανική Εταιρεία Συμβουλευτικής και Ψυχοθεραπείας) και η νέα χιλιετία τη βρήκε να αριθμεί 18.000 μέλη. Στις ΗΠΑ το πιο εξειδικευμένο Τμήμα 17 (Division 17 – Συμβουλευτική Ψυχολογία) της American Psychological Association (Αμερικανική Ψυχολογική Εταιρεία) αύξησε τον αριθμό μελών του από 645 το 1951 σε 2.695 το 1978 (Whiteley 1984). Τα στοιχεία αυτά είναι απλώς ενδεικτικά της έκτασης και της αύξησης του αριθμού των πιο καταρτισμένων και των επαγγελματιών συμβούλων στις προαναφερθείσες χώρες. Επιπλέον, υπάρχουν πολλά άτομα που δραστηριοποιούνται σε εθελοντικές οργανώσεις, χωρίς να είναι επαγγελματίες σύμβουλοι, οι οποίοι παρέχουν επικουρικές συμβουλευτικές υπηρεσίες και δεν εμφανίζονται στις συγκεκριμένες στατιστικές έρευνες. Η πλειονότητα των ανθρώπων που απασχολούνται σε επαγγέλματα τα οποία προσφέρουν «ανθρωπιστικές υπηρεσίες», συμπεριλαμβανομένων των νοσηλευτών, των εκπαιδευτικών, του κλήρου, της αστυνομίας και πολλών άλλων φορέων, θεωρεί ότι η συμβουλευτική είναι μέρος της δουλειάς τους. Η συμβουλευτική προστέθηκε πρόσφατα και διεύρυνε το φάσμα των επαγγελμάτων που παρέχουν «ανθρωπιστικές υπηρεσίες». Το νόημα και η θέση της στη σύγχρονη κουλτούρα εξελίσσονται διαρκώς.

Πλαίσιο

1.1

## Ποια είναι η ζήτηση για υπηρεσίες συμβουλευτικής;

Κατά πόσο μπορεί η εξάπλωση της συμβουλευτικής τα τελευταία 50 χρόνια να καλύψει την πιθανή ζήτησή της; Η απάντηση είναι πολύ δύσκολη για διάφορους λόγους. Δεν είναι εύκολο να υπολογιστεί η διαθεσιμότητα της συμβουλευτικής στην κοινωνία, αλλά ούτε και να εκτιμηθεί η πιθανή ζήτησή της. Επιπλέον, είναι σαφές ότι, καθώς αυξάνεται ο αριθμός των συμβούλων, οι επαγγελματίες που διακρίνονται για τις επιχειρηματικές ικανότητες και τη δημιουργικότητά τους πέτυχαν να ανοίξουν νέες αγορές για τις υπηρεσίες τους. Έτσι, η ζήτηση για τη συμβουλευτική μπορεί να θεωρηθεί ευθέως ανάλογη (έως κάποιο βαθμό) προς την προσφορά της.

Στις ΗΠΑ έχουν καταβληθεί αρκετές προσπάθειες για να εκτιμηθεί η αναλογία του πληθυσμού που κάνει χρήση των υπηρεσιών συμβουλευτικής. Παρά το γεγονός ότι οι μελέτες αυτές επικείμενες να χρησιμοποιήσουν τον όρο «ψυχοθεραπεία» για να περιγράψουν το είδος της δραστηριότητας που ερευνάται, ο ορισμός της ψυχοθεραπείας, όπως δίνεται στις μελέτες, συμπεριλαμβάνει τις περισσότερες μορφές συμβουλευτικής. Λόγου χάρη, οι Olfson και Pincus (1999) ανέλυσαν την Εθνική Έρευνα Ιατρικών Δαπανών που διεξήχθη το 1987, ως προς τη χρήση της ψυχοθεραπείας σε διαφορετικές ομάδες πληθυσμού. Η έρευνα αυτή βασίστηκε σε στοιχεία από δείγμα 38.000 ατόμων από όλη τη χώρα, το οποίο συνιστά αντιπροσωπευτικό δείγμα του συνολικού πληθυσμού. Οι συμμετέχοντες στην έρευνα ρωτήθηκαν σχετικά με τη χρήση από μέρους των υπηρεσιών συμβουλευτικής και ψυχοθεραπείας το διάστημα των προηγούμενων 12 μηνών. Το συμπέρασμα ήταν ότι, γενικά, ένα ποσοστό 3,1% του δείγματος είχε χρησιμοποιήσει τις υπηρεσίες αυτές κατά το συγκεκριμένο χρονικό διάστημα. Το μέσο αυτό μέγεθος απέκρυψε σημαντικές διαφορές μεταξύ των υποομάδων ως προς το φύλο (οι γυναίκες εμφάνισαν ποσοστό 3,6%, ενώ οι άντρες 2,5%), το μορφωτικό επίπεδο (άτομα με πανεπιστημιακή μόρφωση έκαναν χρήση των υπηρεσιών σε ποσοστό 5,4%, ενώ άτομα με στοιχειώδη μόρφωση σε 1,4%), τη φυλή (οι λευκοί σε ποσοστό 3,4%, οι μαύροι σε 1,4%) και την οικογενειακή κατάσταση (άτομα διαζευγμένα ή σε διάσταση σε ποσοστό 6,8%, ενώ οι παντρεμένοι σε 2,7%). Ωστόσο, το ποσοστό εκείνων που έκαναν ψυχοθεραπεία δεν παρουσίασε αξιόλογες διαφορές μεταξύ των ατόμων με διαφορετικά επίπεδα εισοδήματος. Τα μεγέθη αυτά πιθανόν δεν παρουσιάζουν τη σωστή εικόνα ως προς τη γενική χρήση της συμβουλευτικής. Αυτό συμβαίνει επειδή η δομή της συνέντευξης ενδέχεται να προδιέθεσε τους συμμετέχοντες για την απάντηση που επρόκειτο να δώσουν αναφορικά με την παροχή υπηρεσιών συμβουλευτικής/ψυχοθεραπείας στα κέντρα υγείας, παραλείποντας έτσι τις συμβουλευτικές υπηρεσίες της Εκκλησίας, των σχολείων, των πανεπιστημίων κ.λπ.

Είναι πιθανό η χρήση της συμβουλευτικής να επηρεάζεται από το πόσο προσβάσιμη είναι και από το κόστος της. Λόγου χάρη, στις συμβουλευτικές υπηρεσίες στο χώρο εργασίας και στα προγράμματα βοήθειας των υπαλλήλων (ΠΒΥ), όπου οι δωρεάν συμβουλευτικές υπηρεσίες διατίθενται ειδικά στους υπαλλήλους μιας εταιρείας ή ενός οργανισμού,

υπάρχει ένα μέσο επίπεδο ετήσιας χρήσης σε ποσοστό γύρω στο 7% (McLeod 2001). Στη μελέτη των Lueger κ.ά. (1999) αναφέρεται πως οι ερευνητές ανακάλυψαν ότι ένα ποσοστό μικρότερο του 10% των πελατών των οποίων οι συνεδρίες καλύπτονταν από την ασφάλισή τους δεν παρουσιάστηκαν στην πρώτη συνεδρία τους. Αντίθετα, το ποσοστό μη εμφάνισης των πελατών που κάλυπταν οι ίδιοι τα έξοδα των συνεδριών τους ήταν 35%. Επιπλέον, αυτή η τελευταία κατηγορία πελατών έκανε χρήση λιγότερων συνεδριών από εκείνους που είχαν επιστροφή χρημάτων από τον ασφαλιστικό φορέα τους.

Εάν διευρύνουμε τον ορισμό της συμβουλευτικής με τρόπο ώστε να συμπεριλάβουμε και την «ανεπίσημη» συμβουλευτική από επικουρικούς λειτουργούς και επαγγελματίες στο χώρο της υγείας, η αναλογία του πληθυσμού που χρησιμοποιεί υπηρεσίες συμβουλευτικής εμφανίζει σαφή αύξηση. Η μελέτη Kirkwood (2000), σε μια νησιωτική κοινότητα στη Σκωτία, επιχείρησε να ερευνήσει την εφαρμογή και της επίσημης συμβουλευτικής και των συμβουλευτικών δεξιοτήτων κάθε είδους φορέα παροχής «συμβουλευτικών» υπηρεσιών. Διαπιστώθηκε ότι σε διάστημα ενός έτους το 2,15% του πληθυσμού είχε χρησιμοποιήσει επίσημες υπηρεσίες συμβουλευτικής, ενώ το 23,1% δέχτηκε βοήθεια μέσω των συμβουλευτικών δεξιοτήτων επικουρικού λειτουργού, κοινωνικού λειτουργού ή επαγγελματία στο χώρο της υγείας. Σημειώτέον ότι στην κοινότητα που μελετήθηκε μόλις πρόσφατα είχαν ξεκινήσει να αναπτύσσονται οι υπηρεσίες συμβουλευτικής.

Πόσο μεγάλη είναι η πιθανή ζήτηση για τη συμβουλευτική; Μια έρευνα που έκαναν στη Βρετανία οι Goldberg και Huxley (1992) δείχνει πως ποσοστό της τάξης του 10% του πληθυσμού, σύμφωνα με το γιατρό τους, υποφέρουν από κάποιας μορφής γνωστό πρόβλημα ψυχικής υγείας, παράλληλα με ένα ποσοστό γύρω στο 28% του γενικού πληθυσμού που υποφέρει από σημαντική διαταραχή της ψυχικής υγείας. Φυσικά οι περιπτώσεις των ατόμων που έχει καταγράψει η συγκεκριμένη έρευνα δεν συνδέονται αναγκαστικά με προβλήματα με τα οποία μπορεί να ασχοληθεί η συμβουλευτική. Μεταξύ μάλιστα εκείνων που είχαν προβλήματα τα οποία μπορούσαν να λυθούν με τη βοήθεια της συμβουλευτικής, πολλοί ίσως να μην τη θεώρησαν αξιόπιστη ή έγκυρη μέθοδο που θα μπορούσε να τους βοηθήσει.

Ένα άλλο μέσο εκτίμησης της ζήτησης για τη συμβουλευτική και άλλες μορφές ψυχολογικών θεραπειών είναι η παρακολούθηση του χρόνου αναμονής. Είναι δύσκολο να βρεθούν δημοσιευμένες μελέτες σχετικά με το χρόνο αναμονής για τις θεραπείες αυτές στη Βρετανία. Ωστόσο δεν είναι ασύνηθες στους ειδικούς ψυχοθεραπευτικούς φορείς του ΕΣΥ ο χρόνος αναμονής να ξεπερνά τους 12 μήνες και οι αντίστοιχοι εθελοντικοί φορείς συμβουλευτικής να κλείνουν τις λίστες αναμονής ως ένα μέσο ελέγχου της ζήτησης.

Είναι συνεπώς εύλογο να συμπεράνει κανείς ότι στις δυτικές βιομηχανικές κοινωνίες η ετήσια αύξηση της συμβουλευτικής και της ψυχοθεραπείας, με τη στενή έννοια του όρου, είναι της τάξης του 4% του ενήλικου πληθυσμού ετησίως, με ένα άγνωστο επιπλέον ποσοστό εκείνων που επιθυμούν να βοηθηθούν από τη συμβουλευτική αλλά δεν καταφέρνουν να αποκτήσουν πρόσβαση στις υπηρεσίες, λόγω του κόστους, του χρόνου αναμονής και άλλων κωλυμάτων.

## Οι διαφορετικοί ορισμοί της συμβουλευτικής

Υπάρχουν κάποιοι ορισμοί που έχουν διατυπωθεί από επαγγελματικούς φορείς και προσωπικότητες στον τομέα της συμβουλευτικής:

Ο όρος «συμβουλευτική» συμπεριλαμβάνει την εργασία με άτομα και με σχέσεις, η οποία μπορεί να συνδέεται με την ανάπτυξη, την υποστήριξη κρίσεων, να είναι ψυχοθεραπευτική, καθοδηγητική ή να έχει στόχο την επίλυση προβλημάτων ... Η συμβουλευτική έχει σκοπό να δίνει στον «πελάτη» μια ευκαιρία να εξερευνήσει, να ανακαλύψει και να αποσαφηνίσει τους τρόπους που θα του παράσχουν μια ζωή πιο ικανοποιητική και δημιουργική.

(BAC 1984)

Η συμβουλευτική αντιπροσωπεύει μια επαγγελματική σχέση μεταξύ ενός καταρτισμένου συμβούλου και ενός πελάτη. Η σχέση αυτή είναι συνήθως πρόσωπο με πρόσωπο, παρόλο που ενίοτε ενδέχεται να συμμετέχουν περισσότερα από δύο άτομα. Είναι οργανωμένη με τέτοιον τρόπο, ώστε να βοηθά τους πελάτες να κατανοήσουν και να αποσαφηνίσουν τις απόψεις τους σχετικά με το εύρος ζωής τους και να μάθουν να επιτυγχάνουν τους στόχους που έχουν θέσει οι ίδιοι για τον εαυτό τους μέσα από σημαντικές και εμπειριστατωμένες επιλογές, καθώς και μέσω της επίλυσης προβλημάτων συναισθηματικής και διαπροσωπικής φύσης.

(Burks και Stefflre 1979: 14)

[Η συμβουλευτική είναι] μια αυστηρά καθορισμένη σχέση, κατά την οποία εφαρμόζονται μία ή περισσότερες θεωρίες ψυχολογίας και ένα συγκεκριμένο σύνολο επικοινωνιακών δεξιοτήτων, οι οποίες αλλάζουν με την εμπειρία, τη διαίσθηση και άλλους διαπροσωπικούς παράγοντες, ανάλογα με τις προσωπικές ανησυχίες, τα προβλήματα ή τις επιθυμίες των πελατών. Η κυρίαρχη φιλοσοφία της είναι πρώτα να διευκολύνει και στη συνέχεια να παρέχει συμβουλές ή να παρακινεί. Ενδέχεται να έχει πολύ σύντομη ή μακρά διάρκεια, να λαμβάνει χώρα σε χώρο του δημόσιου ή του ιδιωτικού τομέα, καθώς και να μην επεμβαίνει σε πρακτικά, ιατρικά και άλλα ζητήματα που σχετίζονται με την προσωπική υγεία. Είναι συγχρόνως μια ξεχωριστή δραστηριότητα με την οποία ασχολούνται άνθρωποι που συμφωνούν να αναλάβουν τους ρόλους του συμβούλου και του πελάτη και ... ένα εξελισσόμενο επάγγελμα ... Είναι μία υπηρεσία που την αναζητούν άνθρωποι οι οποίοι υποφέρουν από κάποια διαταραχή ή βρίσκονται σε σύγχυση και επιθυμούν να συζητήσουν και να επιλύσουν τα προβλήματά τους μέσα σε μια σχέση που θα είναι πιο πειθαρχημένη και εμπιστευτική από τη φιλία και ίσως θα τους στιγματίσει λιγότερο από τις σχέσεις βοήθειας που δημιουργούνται σε παραδοσιακό ιατρικό ή ψυχιατρικό περιβάλλον.

(Felthan και Dryden 1993: 6)

Από αυτούς τους ορισμούς μπορούμε να συναγάγουμε το συμπέρασμα ότι η συμβουλευτική μπορεί να έχει διαφορετικές έννοιες. Λόγου χάρη, οι Burks και Steffle (1979) υπογραμμίζουν την «επαγγελματική» σχέση και τη σημασία που έχει για τα άτομα να θέτουν οι ίδιοι στόχους. Ο ορισμός της BAC δίνει περισσότερο έμφαση στην εξερεύνηση και την κατανόηση και λιγότερο στη δράση. Οι Felthman και Dryden (1993) τονίζουν τις κοινές περιοχές μεταξύ συμβουλευτικής και άλλων μορφών παροχής βοήθειας, όπως είναι οι νοσηλευτικές υπηρεσίες, οι υπηρεσίες των κοινωνικών λειτουργών, ακόμα και η καθημερινή σχέση φιλίας. Τέτοιες αντιφατικές ερμηνείες και ορισμοί προκύπτουν μέσα από τη διαδικασία από την οποία δημιουργήθηκε και η συμβουλευτική στη σύγχρονη κοινωνία. Η συμβουλευτική εξελίχτηκε, άλλαξε με μεγάλη ταχύτητα κατά τη διάρκεια του 20ού αιώνα και τώρα εμπεριέχει πολλά διαφορετικά θέματα, εστιάζεται σε διαφορετικούς τομείς, συνδυάζει πολλές μεθόδους και σχολές. Στο Κεφάλαιο 2 εξετάζεται λεπτομερώς το πολιτισμικό και ιστορικό πλαίσιο μέσα στο οποίο γεννήθηκαν αυτοί οι ορισμοί. Έχει σημασία να έχουμε πάντοτε υπόψη μας πως οι ορισμοί της συμβουλευτικής που αναφέρονται εδώ έχουν ένα σημαντικό κοινό χαρακτηριστικό: είναι ιδωμένοι από την οπτική γωνία του *συμβούλου*. Αυτό σημαίνει ότι απηχούν κυρίως το σκοπό των επαγγελματικών φορέων, ο οποίος συνίσταται στο να καθιερώσει τη συμβουλευτική ως επαγγελματική ειδικότητα μέσα στη σύγχρονη κοινωνία. Μπορεί βέβαια να διατυπωθεί η άποψη πως η «συμβουλευτική» είναι ένας όρος καθημερινής χρήσης και εμπεριέχει έννοιες που υπερβαίνουν τέτοιου είδους «εξειδικευμένους» ορισμούς. Στην παράγραφο «Συμπεράσματα» του παρόντος κεφαλαίου δίνεται ένας ορισμός ιδωμένος από την «πλευρά του χρήστη» ή αλλιώς ένας «καθημερινός» ορισμός.

## Η σχέση μεταξύ συμβουλευτικής και ψυχοθεραπείας

Η παροχή υπηρεσιών συμβουλευτικής γίνεται κάτω από διαφορετικούς τίτλους. Για να χρησιμοποιήσουμε μια μεταφορά από τον κόσμο των επιχειρήσεων, υπάρχει ένα φάσμα ανταγωνιστικών προϊόντων που προσφέρουν στον καταναλωτή ή τον πελάτη λίγο ή πολύ την ίδια υπηρεσία. Το ανώτερο από τα προϊόντα αυτά πωλείται ως «ψυχοθεραπεία», υπηρεσία την οποία παρέχουν οι επαγγελματίες που συνήθως έχουν υψηλό επίπεδο κατάρτισης και εξειδίκευσης, συχνά μάλιστα με γνώσεις ιατρικής. Η ψυχοθεραπεία ενδέχεται να είναι μια μακροχρόνια διαδικασία. Συνεχώς αυξάνεται το ενδιαφέρον για «σύντομης διάρκειας» ψυχοθεραπεία, η οποία πιθανόν να αποτελείται από μια σειρά 10 ή 12 συνεδριών, ωστόσο πρέπει να αναφέρουμε πως η πλειονότητα των ψυχοθεραπευτών θα θεωρούσαν απαραίτητο οι πελάτες να ακολουθήσουν πρόγραμμα θεραπείας 1 έτους ή και για μεγαλύτερο διάστημα, ώστε να έχουν θετικά αποτελέσματα. Η πλέον ακριβή και αποκλειστική μορφή ψυχοθεραπείας παραμένει η κλασική φροϊδική ψυχανάλυση.

Έχει γίνει πολλή συζήτηση σχετικά με τις διαφορές μεταξύ συμβουλευτικής και ψυχοθεραπείας. Κάποιοι ίσως ισχυριστούν ότι μπορεί να γίνει σαφής διάκριση μεταξύ των δύο. Πιο συγκεκριμένα, η ψυχοθεραπεία συνιστά μια βαθύτερη, πιο θεμελιακή και σύνθετη διαδικασία αλλαγής για τους πελάτες που παρουσιάζουν σοβαρότερες διαταραχές. Άλλοι υποστηρίζουν πως κατά βάση η δουλειά συμβούλων και ψυχοθεραπευτών είναι η ίδια, δεδομένου ότι οι μέθοδοι και οι τεχνικές που χρησιμοποιούν αμφότεροι ταυτίζονται, ωστόσο είναι απαραίτητη η χρήση διαφορετικών τίτλων για να ανταποκριθούν στις απαιτήσεις των φορέων οι οποίοι τους απασχολούν. Λόγου χάρη, παραδοσιακά ο όρος ψυχοθεραπεία χρησιμοποιούνταν σε ιατρικό περιβάλλον, όπως ψυχιατρικές μονάδες, ενώ η συμβουλευτική ήταν ο όρος για τα άτομα που απασχολούνταν σε εκπαιδευτικό περιβάλλον, όπως τα φοιτητικά συμβουλευτικά κέντρα. Μια σημαντική διαφορά μεταξύ συμβουλευτικής και ψυχοθεραπείας είναι ότι στην πρώτη απασχολούνται σε μεγάλο βαθμό μη επαγγελματίες λειτουργοί εθελοντές, ενώ η δεύτερη συνιστά αποκλειστικά επαγγελματική απασχόληση. Ωστόσο, και οι δύο μπορούν να θεωρηθούν διακριτές δραστηριότητες ως προς την παροχή συμβουλών, τη φροντίδα και τη διδασκαλία.

## Η συμβουλευτική και άλλα επαγγέλματα παροχής βοήθειας

---

Υπάρχουν αρκετοί επαγγελματικοί τίτλοι που αναφέρονται σε άτομα τα οποία ασκούν το επάγγελμα της συμβουλευτικής. Ένας όρος που χρησιμοποιείται ευρέως είναι ο *συμβουλευτικός ψυχολόγος*. Αφορά το σύμβουλο ο οποίος έχει στοιχειώδη κατάρτιση στην ψυχολογία και χρησιμοποιεί ψυχολογικές μεθόδους και μοντέλα στον τρόπο προσέγγισης των πελατών. Ο τίτλος αυτός σαφώς εισάγει την επιστημονική γλώσσα στη συμβουλευτική, συνδέοντάς τη με μια συγκεκριμένη επιστημονική θεωρία. Υπάρχουν επίσης αρκετοί τίτλοι που αναφέρονται σε συμβούλους οι οποίοι εργάζονται με συγκεκριμένες πελατειακές ομάδες: για παράδειγμα, *σύμβουλος ψυχικής υγείας*, *σύμβουλος γάμου ή σύμβουλος σπουδαστών*. Η ειδοποιός διαφορά μεταξύ των επαγγελματιών αυτών είναι πως διαθέτουν ειδική κατάρτιση και γνώσεις που συμπληρώνουν τη γενική συμβουλευτική κατάρτισή τους.

Υπάρχουν και άλλες αρχές που παρέχουν υπηρεσίες συμβουλευτικής στο πλαίσιο μιας σχέσης που εστιάζεται κυρίως σε άλλα ζητήματα, εκτός συμβουλευτικής. Λόγου χάρη, ένας φοιτητής μπορεί να έχει έναν καθηγητή του ως το άτομο με το οποίο μοιράζεται τις ανησυχίες του με ασφάλεια. Μια νοσηλεύτρια δημοτικού νοσοκομείου μπορεί να επισκέπτεται κατ' οίκον έναν ασθενή στο τελευταίο στάδιο της ασθένειάς του, για να του προσφέρει ιατρική φροντίδα, αλλά καταλήγει να παρέχει ηθική υποστήριξη στη σύζυγο εκείνου. Στις περιπτώσεις αυτές πρέπει να εξετάσουμε τι συμβαίνει όταν ένας δάσκαλος ή ένας νοσηλεύτης χρησιμοποιούν τις συμβουλευτικές δεξιότητές τους χωρίς στην ουσία να αναπτύσσουν μια κανονική σχέση συμβούλου με



πελάτη. Παρέχουν υπηρεσίες συμβουλευτικής, χωρίς ωστόσο να είναι σύμβουλοι. Είναι χρήσιμο να κάνουμε αυτόν το διαχωρισμό, γιατί έτσι ο όρος «συμβουλευτική» (ή «ψυχοθεραπεία») χρησιμοποιείται σε περιπτώσεις που η συμβουλευτική σύμβαση είναι επίσημη και ο σύμβουλος δεν έχει κανενός άλλου είδους σχέση με τον πελάτη. Ωστόσο, υπάρχουν πολλές περιπτώσεις που είναι δύσκολο να τεθούν όρια μεταξύ συμβουλευτικής και απλής χρήσης συμβουλευτικών δεξιοτήτων. Η νοσηλεύτρια στο πιο πάνω παράδειγμα ενδέχεται να εργαστεί με τη σύζυγο σε μια σχέση συμβούλου και πελάτη για ένα αρκετά μεγάλο χρονικό διάστημα και οποιοσδήποτε ακούσει την κασέτα με τις ηχογραφημένες συνεδρίες τους ίσως να μην είναι ικανός να αντιληφθεί τη διαφορά μεταξύ αυτού που έκανε η νοσηλεύτρια και αυτού που πιθανόν θα μπορούσε να προσφέρει ένας σύμβουλος ειδικός σε θέματα απώλειας και πένθους. Από την οπτική γωνία του πελάτη ή του ασθενή, αυτό που ψάχνουν τα συγκεκριμένα άτομα, και λαμβάνουν, είναι μια σχέση συμβουλευτική, η οποία για τις δύο πλευρές λειτουργεί με τον ίδιο τρόπο όπως και στην περίπτωση που ο ασθενής ή ο πελάτης θα επισκεπτόταν έναν επαγγελματία θεραπευτή στο γραφείο του.

Πιθανότατα δεν είναι χρήσιμο να τίθενται αυστηρά όρια επαγγελματικής οριοθέτησης, τα οποία θα απαγόρευαν στους δασκάλους, τις νοσηλεύτριες, τους επιτηρητές ή τους κοινωνικούς λειτουργούς να αναλαμβάνουν καθήκοντα συμβούλου για τους πελάτες τους. Παρ' όλ' αυτά είναι εξίσου σημαντικό να παραδεχτούμε ότι όταν εκείνοι που επιχειρούν να βοηθήσουν μπερδέψουν τους ρόλους τους, μέσω της προσπάθειας να λειτουργήσουν ως σύμβουλοι και συγχρόνως, για παράδειγμα, ως δάσκαλοι ή νοσηλεύτριες, μπορούν να προκαλέσουν σύγχυση στους πελάτες τους ή και να τους βλάψουν. Το ζήτημα αυτό συζητείται περαιτέρω στο Κεφάλαιο 10. Εάν η συμβουλευτική διαδικασία προσεγγίσει τομείς που ο λειτουργός δεν είναι ικανός ή αρμόδιος να χειριστεί με την κατάρτισή του, η σύγχυση των ρόλων ενδέχεται να βλάψει και τον ίδιο αλλά και τον πελάτη του. Οι δυσκολίες που ενέχει μια προσπάθεια διάκρισης μεταξύ της συμβουλευτικής και της απλής χρήσης των συμβουλευτικών δεξιοτήτων έχουν αποτελέσει αντικείμενο μεγάλης συζήτησης (βλ. Bond 1989).

Είναι ακόμα πιο δύσκολο να ορίσουμε διάφορες υποκατηγορίες συμβουλευτικής ή ψυχοθεραπείας, όπως η υπνοθεραπεία και ένα ευρύτατο φάσμα δραστηριοτήτων στο χώρο της θεραπείας. Η χρήση της ύπνωσης ως μέσου παροχής βοήθειας στους ανθρώπους με συναισθηματικές δυσκολίες και προβλήματα συμπεριφοράς ανάγεται στον 18ο αιώνα. Ωστόσο, για διάφορους λόγους η ύπνωση δεν έγινε ποτέ αποδεκτή στη συμβατική ψυχοθεραπευτική ή συμβουλευτική σκέψη. Φυσικά η κατάρτιση της πλειονότητας των ατόμων που αυτοαποκαλούνται «υπνοθεραπευτές» δεν θα μπορούσε να αναγνωριστεί ή να γίνει αποδεκτή από τους κύριους επαγγελματικούς φορείς που σχετίζονται με τη συμβουλευτική ή την ψυχοθεραπεία. Όμοια, οι προσεγγίσεις για τη θεραπεία των ασθενών οι οποίες ενδέχεται να συμπεριλαμβάνουν τεχνικές όπως ο διαλογισμός, η προσευχή, η χρήση μασάζ, καθώς και σκεύασμα φαρμάκων με βότανα γενικά θεωρούνται πως βρίσκονται εκτός της συμβατικής συμβουλευτικής. Η θεωρητική βάση και

οι πρακτικές τεχνικές που συνδέονται με την υποθεραπεία αλλά και με τη θεραπεία, επί του παρόντος, δεν ενσωματώνονται εύκολα στη νοοτροπία και τις μεθόδους εργασίας των περισσότερων συμβούλων και ψυχοθεραπευτών, παρόλο που πολλοί σύμβουλοι εκδηλώνουν ενδιαφέρον για τις προοπτικές αυτές και έχουν γίνει αρκετές προσπάθειες να γεφυρωθεί αυτό το χάσμα (Sheikh και Sheikh 1989· Graham 1990· Sollod 1993).

Ανακεφαλαιώνοντας, μπορούμε να πούμε πως δεν είναι εύκολη υπόθεση να ορίσουμε τη συμβουλευτική. Αυτό εν μέρει δυσχεραίνεται όσους στρέφονται σε αυτήν, γιατί υπάρχουν πολλές περιπτώσεις που δυσκολεύονται να γνωρίζουν επακριβώς τι τους προσφέρει, όταν επισκέπτονται κάποιον που αποδίδει στον εαυτό του την ιδιότητα του «συμβούλου». Από την άλλη πλευρά, το γεγονός ότι η συμβουλευτική επηρεαζόταν και εξακολουθεί να επηρεάζεται, αλλά και να διαμορφώνεται ανάλογα με τις παραδόσεις και τις προσεγγίσεις παροχής βοήθειας, που είναι τόσο πολλές και διαφορετικές μεταξύ τους, της προσδίδει πολλή από τη ζωτικότητα και την ενέργεια που τη χαρακτηρίζει. Το ζήτημα «Τι είναι η συμβουλευτική;» συζητείται σφαιρικά στο βιβλίο του Felthan (1995).

## Το φάσμα θεωριών και πρακτικών στη συμβουλευτική

Περισσότερα από 400 πρότυπα συμβουλευτικής και ψυχοθεραπείας έχουν αναφερθεί (Karasu 1986). Το γεγονός ότι αυτό το επιστημονικό πεδίο είναι σχετικά πρόσφατο οδηγεί στο συμπέρασμα πως δεν έχει παρέλθει μεγάλο χρονικό διάστημα, ώστε οι νέες ιδέες που εμφανίστηκαν μεταξύ 1950 και 1970 να ενσωματωθούν σε μια σύνθετη επιστημονική προσέγγιση. Κάποια στοιχεία οδηγούν στη δημιουργία μιας ισχυρής τάσης προς την ενσωμάτωση και την ενοποίηση των προσεγγίσεων της δεκαετίας του 1980 (βλ. Κεφάλαιο 6). Ωστόσο, παρ' όλο το κίνημα που έχει δημιουργηθεί υπέρ της ενοποίησης και της σύνθεσης των θεωριών, είναι ευρέως αποδεκτό ότι οι τρεις «βασικές» προσεγγίσεις, η ψυχοδυναμική, η γνωσιακή-συμπεριφοριστική και η ανθρωπιστική (βλ. Κεφάλαια 3, 4 και 5), αντιπροσωπεύουν θεμελιακά διαφορετικούς τρόπους θεώρησης των ανθρώπων, καθώς και των συναισθηματικών δυσκολιών και των προβλημάτων συμπεριφοράς τους.

Υπάρχει επίσης ευρύ φάσμα συμβουλευτικών πρακτικών, όπως είναι η προσωπική επαφή, η συμβουλευτική θεραπεία σε ομάδες με ζευγάρια και οικογένειες, η τηλεφωνική επαφή ή ακόμα και μέσω βιβλίων και εγχειρίδιων αυτοβοήθειας.

Ο συνδυασμός των πολιτισμικών, οικονομικών και κοινωνικών δυνάμεων που συντέλεσε στη διαμόρφωση των διάφορων θεωριών συμβουλευτικής δημιούργησε επίσης ευρύ φάσμα χώρων όπου ασκείται η συμβουλευτική, καθώς και ομάδες πελατών στις οποίες απευθύνεται. Υπάρχουν, λόγω χάρη, πολλοί φορείς παροχής συμβουλευτικών υπηρεσιών οι οποίοι συστήνονται από, ή συνδέονται με, οργανισμούς που έχουν κύριο μέλημα την παροχή ιατρικής και υγειονομικής περίθαλψης. Οι οργανισμοί αυτοί μπορούν να είναι χώροι που προσφέρουν υπηρεσίες ψυχικής υγείας/ ψυχιατρείας, των

οποίων οι πελάτες υποφέρουν από σοβαρές διαταραχές, ή χώροι πρωτοβάθμιας περίθαλψης, ενώ η συμβουλευτική μπορεί να παρέχεται ακόμα και από νοσηλεύτριες δημοτικών νοσοκομείων. Τα τελευταία χρόνια η ειδική συμβουλευτική έχει αναπτυχθεί και απευθύνεται σε ανθρώπους με ιδιαίτερα προβλήματα υγείας, όπως το AIDS, ο καρκίνος και διάφορες άλλες γενετικές διαταραχές. Η συμβουλευτική έχει επίσης διαδραματίσει σημαντικό ρόλο σε πολλά κέντρα και κλινικές που παρέχουν εναλλακτικές ή συμπληρωματικές προσεγγίσεις στον τομέα της υγείας. Συνεπώς, στην ιστορική τους διαδρομή η συμβουλευτική και η ψυχοθεραπεία συμπορεύτηκαν με την ιατρική. Ακόμα και όταν οι σύμβουλοι και οι φορείς παροχής συμβουλευτικών υπηρεσιών εργάζονται ανεξάρτητα από ιατρικούς οργανισμούς είθισται να δημιουργούν κάποια μορφή σύνδεσης με ιατρικές και ψυχιατρικές υπηρεσίες, ώστε να εξασφαλίζουν τη μεταφορά των πελατών οι οποίοι ενδέχεται να χρίζουν ιατρικής ή νοσηλευτικής περίθαλψης.

Επιπλέον, η συμβουλευτική κατέχει μια θέση στον κόσμο της εργασίας. Υπάρχουν πολλοί φορείς παροχής συμβουλευτικών υπηρεσιών με σκοπό να βοηθήσουν τους ανθρώπους να ξεπεράσουν δυσκολίες, διλήμματα ή ανησυχίες σχετικές με τον εργασιακό ρόλο τους. Οι φορείς αυτοί παρέχουν επαγγελματικό προσανατολισμό, συμβουλευτικές υπηρεσίες σπουδαστών και προγράμματα ενίσχυσης υπαλλήλων ή συμβουλευτικές υπηρεσίες για το χώρο εργασίας, τις οποίες προσφέρουν μεγάλοι οργανισμοί στη βιομηχανία και τον δημόσιο τομέα. Είτε πρόκειται για στέλεχος, για ταχυδρομικό υπάλληλο ή για φοιτητή, οι σύμβουλοι μπορούν να τους προσφέρουν βοήθεια, ώστε να αντιμετωπίσουν το στρες και το άγχος που προκαλεί η εργασία, να συμφιλιωθούν με την αλλαγή και να πάρουν αποφάσεις για την επαγγελματική σταδιοδρομία τους.

Υπάρχει όμως και ένας άλλος τομέας στη συμβουλευτική που δεν εστιάζει κυρίως στην επίλυση των προβλημάτων, αλλά ασχολείται με την εξερεύνηση της έννοιας και της ανάπτυξης της συνειδητότητας. Αυτή η μορφή συμβουλευτικής συναντάται κυρίως σε ιδιωτικά γραφεία και σε «κέντρα ανάπτυξης».

Αρκετοί φορείς παροχής συμβουλευτικών υπηρεσιών εξελίχθηκαν, ώστε να πληρούν τις ανάγκες των ανθρώπων που υφίστανται τραυματικά περιστατικά ή γεγονότα που διακόπηκαν ξαφνικά στην εξέλιξη της ζωής και στους κοινωνικούς ρόλους τους. Μεταξύ αυτών των φορέων και των οργανισμών ξεχωρίζουν εκείνοι που παρέχουν συμβουλευτικές υπηρεσίες σε τομείς όπως η διάλυση γάμων, ο βιασμός και η απώλεια αγαπημένου προσώπου. Η παρουσία του συμβούλου σε αυτούς τους φορείς έχει γίνει απαραίτητη, εξαιτίας των κοινωνικών προβλημάτων. Για παράδειγμα, η αλλαγή των αντιλήψεων γύρω από το γάμο, ο αναπροσδιορισμός των ρόλων του άντρα και της γυναίκας, τα νέα πρότυπα γάμου και οικογενειακής ζωής και η νομοθεσία που διευκολύνει τη διαδικασία του διαζυγίου συνιστούν σημαντικότερες κοινωνικές και πολιτισμικές αλλαγές του προηγούμενου αιώνα. Η συμβουλευτική παρέχει στα άτομα έναν τρόπο να αντιμετωπίζουν τις αλλαγές στο κοινωνικό τοπίο.

Ένα ακόμα πεδίο συμβουλευτικής δραστηριότητας εντοπίζεται στον τομέα των διάφορων μορφών εξάρτησης. Υπάρχει ένα φάσμα συμβουλευτικών προσεγγίσεων

που βοηθά ανθρώπους με προβλήματα χρήσης ναρκωτικών και αλκοόλ ή εθισμού στο φαγητό και το κάπνισμα. Ο κοινωνικός ρόλος του συμβούλου φαίνεται καθαρά στη δουλειά του σε αυτούς τους τομείς. Σε κάποιους από αυτούς, όπως στον τομέα εργασίας με άτομα που κάνουν χρήση σκληρών ναρκωτικών ουσιών, οι σύμβουλοι λειτουργούν παράλληλα προς μια σειρά νομικών περιορισμών και ηθικών αποφάσεων. Για παράδειγμα, η κατοχή και η χρήση ηρωίνης δεν θεωρείται από τους περισσότερους ανθρώπους ηθικά σωστή και συνιστά ποινικό αδίκημα σύμφωνα με το νόμο. Επομένως, ο σύμβουλος που εργάζεται με κάποιον εξαρτημένο από την ηρωίνη δεν αναζητεί απλώς τρόπους για να τον βοηθήσει να ζήσει μια «ζωή πιο ικανοποιητική και δημιουργική» (BAC 1984), αλλά ενεργεί ως μεσολαβητής μεταξύ των ανταγωνιστικών ορισμών ως προς το τι συνιστά έναν κοινωνικά αποδεκτό «τρόπο ζωής». Σε άλλες μορφές συμβουλευτικής για προβλήματα εθισμού, όπως στο φαγητό, το αλκοόλ και το κάπνισμα, η εν λόγω συμπεριφορά ενισχύεται σημαντικά από τις διαφημιστικές εκστρατείες των βιομηχανιών τροφίμων, ποτών και καπνού. Τα ποσοστά ασθενειών που συνδέονται με την κατανάλωση αλκοόλ και καπνού θα μπορούσαν να μειωθούν αποτελεσματικά μέσω της αύξησης του φόρου και όχι του αριθμού των συμβούλων, μια αντίληψη που αναμφίβολα εγείρει ερωτηματικά ως προς το ρόλο της συμβουλευτικής σε σχέση με άλλα μέσα ελέγχου της συμπεριφοράς.

Το φάσμα των τομέων της συμβουλευτικής εξετάζεται λεπτομερώς στο βιβλίο των Woolfe κ.ά. (2002), καθώς και σε εκείνο των Palmer και McMahon (1997). Είναι σημαντικό να αναγνωρίσουμε ότι η συμβουλευτική δεν είναι απλώς μια διαδικασία ατομικής μάθησης, αλλά και μια κοινωνική δραστηριότητα που έχει κοινωνική σημασία. Συχνά οι άνθρωποι στρέφονται σε αυτή σε μια μεταβατική φάση της ζωής τους, όπως η μετάβαση από την παιδική ηλικία στην ενηλικίωση, από το γάμο στο διαζύγιο, από την εξάρτηση στην απεξάρτηση. Επιπλέον, η συμβουλευτική είναι ένα μέσο πολιτισμικά αποδεκτό που καθιστά δυνατή την προσαρμογή του ατόμου στους κοινωνικούς θεσμούς. Σπάνια οι σύμβουλοι λειτουργούν ως μάνατζερ ή στελέχη που έχουν θέσεις εξουσίας σε πανεπιστήμια, επιχειρήσεις ή κοινότητες. Αντίθετα, κρατούν έναν πιο «αμυδρό» ρόλο, όταν ασχολούνται με τα άτομα που βρίσκονται στα άκρα των θεσμών αυτών και κινδυνεύουν να βρεθούν στο περιθώριο.

## Οι στόχοι της συμβουλευτικής

Οι ιδέες σχετικά με τους στόχους της συμβουλευτικής και της θεραπείας ενισχύουν την ύπαρξη διαφορετικών θεωρητικών μοντέλων και κοινωνικών σκοπών που συζητήθηκαν πιο πάνω. Κάποιοι από τους στόχους αυτούς, τους οποίους υποστηρίζουν ανοικτά ή όχι οι σύμβουλοι, είναι οι ακόλουθοι:

- *Ενόραση*. Η απόκτηση της κατανόησης της προέλευσης και της εξέλιξης των συναισθηματικών δυσκολιών, που οδηγούν στην αύξηση της ικανότητας ελέγχου των

αισθημάτων και των πράξεων μέσω της λογικής (Freud: «Εκεί που βρισκόταν το Εκείνο θα βρεθεί το Εγώ»).

- *Η σχέση με τους άλλους ανθρώπους.* Το να γίνει κανείς καλύτερος και ικανός να διατηρεί σημαντικές και ικανοποιητικές σχέσεις με τους ανθρώπους, π.χ. σχέσεις στην οικογένεια ή στο χώρο εργασίας.
- *Αυτογνωσία (αντεπίγνωση).* Το να αποκτήσει κανείς επίγνωση των σκέψεων και των αισθημάτων που έχει αποκλείσει ή αρνηθεί, ή να αναπτύξει μια ακριβέστερη αίσθηση του πώς τον αντιλαμβάνονται οι άλλοι.
- *Αυτοαποδοχή.* Η ανάπτυξη θετικής στάσης προς τον εαυτό μας και της ικανότητας να αναγνωρίζουμε την εμπειρία που αποτέλεσε αντικείμενο αυτοκριτικής και απόρριψης.
- *Αυτοπραγμάτωση ή εξεταστικότητα.* Το να δρα κάποιος σύμφωνα με τις δυνατότητές του και να καταφέρνει να ενσωματώνει πτυχές του εαυτού του που προηγουμένως ήταν σε σύγκρουση.
- *Διαφώτιση.* Η παροχή βοήθειας προς τον πελάτη ώστε να κατακτήσει ένα υψηλότερο επίπεδο πνευματικής αφύπνισης.
- *Επίλυση προβλημάτων.* Η εξεύρεση λύσης για ένα συγκεκριμένο πρόβλημα, το οποίο ο πελάτης δεν είχε καταφέρει να επιλύσει μόνος του. Η απόκτηση μιας γενικότερης ικανότητας στην επίλυση προβλημάτων.
- *Ψυχολογική εκπαίδευση.* Η παροχή βοήθειας προς τον πελάτη ώστε να κατακτήσει ιδέες και τεχνικές, με τις οποίες θα μπορέσει να κατανοήσει και να ελέγξει τη συμπεριφορά του.
- *Απόκτηση κοινωνικών δεξιοτήτων.* Το να μάθει κανείς να χειρίζεται επιτυχώς κοινωνικές και διαπροσωπικές δεξιότητες, όπως η διατήρηση οπτικής επαφής, οι σωστοί κανόνες επικοινωνίας στη συζήτηση, η διεκδικητικότητα και ο έλεγχος θυμού.
- *Γνωστική αλλαγή.* Η τροποποίηση ή η αντικατάσταση μη λογικών πεποιθήσεων ή προτύπων σκέψεων που χαρακτηρίζονται από δυσκολία προσαρμογής και συνδέονται με την αυτοκαταστροφική συμπεριφορά.
- *Αλλαγή συμπεριφοράς.* Η μετατροπή ή η αντικατάσταση προτύπων συμπεριφοράς που είναι αυτοκαταστροφικά ή χαρακτηρίζονται από δυσκολία προσαρμογής.
- *Συστημική αλλαγή.* Η εισαγωγή της αλλαγής στον τρόπο λειτουργίας των κοινωνικών (π.χ. οικογενειακών) συστημάτων.
- *Ενδυνάμωση.* Η άσκηση των δεξιοτήτων, η επίγνωση και η γνώση που θα βοηθήσουν τον πελάτη να αποκτήσει τον έλεγχο της ζωής του.
- *Επανόρθωση.* Παροχή βοήθειας στον πελάτη, ώστε να συμφιλιωθεί με την προηγούμενη αυτοκαταστροφική συμπεριφορά.
- *Παραγωγικότητα και κοινωνική δράση.* Το να εμπνεύσεις σε έναν άνθρωπο την επιθυμία και την ικανότητα να νοιάζεται για τους άλλους, να μεταδίδει τη γνώση και να συμβάλλει στο συλλογικό καλό, μέσω της πολιτικής στράτευσης και της εργασίας στο πλαίσιο της κοινότητας.

Ο σύμβουλος ή ο φορέας παροχής συμβουλευτικών υπηρεσιών δεν θα επιχειρήσουν να επιτύχουν όλους τους στόχους που αναφέρονται στην πιο πάνω λίστα. Συνολικά, οι σύμβουλοι με ψυχοδυναμικό προσανατολισμό εστιάζουν κυρίως στην ενόραση, οι επαγγελματίες της ανθρωπιστικής προσέγγισης έχουν στόχο να προωθήσουν την αυτοαποδοχή και την ατομική ελευθερία και οι θεραπευτές της γνωσιακής-συμπεριφοριστικής προσέγγισης ασχολούνται κυρίως με τη διαχείριση και τον έλεγχο της συμπεριφοράς. Ωστόσο, κάθε έγκυρη συμβουλευτική προσέγγιση θα πρέπει να είναι αρκετά ευέλικτη, ώστε ο πελάτης να καταφέρει να αξιοποιήσει τη θεραπευτική σχέση σαν το έδαφος όπου θα εξερευνήσει τις πτυχές της ζωής του που συνδέονται περισσότερο με την προσωπική του ευημερία σε συγκεκριμένη χρονική στιγμή.

## Η συμβουλευτική ως διεπιστημονικό πεδίο μελέτης

Παρόλο που η συμβουλευτική και η ψυχοθεραπεία αρχικά ξεπήδησαν από την ψυχιατρική, πρόσφατα κατέληξαν να θεωρούνται εφαρμοσμένοι κλάδοι της ακαδημαϊκής επιστήμης της ψυχολογίας. Σε κάποιες ευρωπαϊκές χώρες το πτυχίο ψυχολογίας είναι απαραίτητη προϋπόθεση για να εκπαιδευτεί κάποιος στην ψυχοθεραπεία. Ο όρος «συμβουλευτική ψυχολογία» είναι σε ευρεία χρήση στις ΗΠΑ αλλά και στη Βρετανία, όπου χρησιμοποιείται όλο και περισσότερο. Τα βιβλία ψυχολογίας καλύπτουν σε μεγάλη έκταση το έργο των Freud, Rogers και Wolpe. Το γεγονός ότι η συμβουλευτική και η ψυχοθεραπεία βασίζονται στην ψυχιατρική και την ψυχολογία τούς προσέδωσε τον τίτλο των εφαρμοσμένων επιστημών. Ωστόσο, παρά την πολύ μεγάλη αξία που έχουν οι απόψεις της ψυχολογίας για την άσκηση της συμβουλευτικής, είναι βασικό να αναγνωρίσουμε πως συμμετέχουν ενεργά και άλλες επιστήμες.

Κάποιες από τις σημαντικότερες αντιλήψεις στη συμβουλευτική και την ψυχοθεραπεία έχουν τις ρίζες τους στη φιλοσοφία. Η ιδέα του «ασυνείδητου» χρησιμοποιήθηκε στη φιλοσοφία του 19ου αιώνα (Ellenberger 1970), λίγα χρόνια πριν ο Freud ξεκινήσει να χρησιμοποιεί τον όρο στη θεωρία του. Οι ιδέες της φαινομενολογίας και της αυθεντικότητας είχαν αναπτυχθεί από τους υπαρξιστές, όπως ο Heidegger και Husserl, πολύ πριν αυτές επηρεάσουν τον Rogers και άλλους θεραπευτές της ανθρω-

Φιλοσοφικές προσεγγίσεις της συμβουλευτικής  
εξετάζονται λεπτομερώς στο Κεφάλαιο II

πιστικής προσέγγισης. Ο τομέας της ηθικής φιλοσοφίας έχει επίσης συμβάλει στη συμβουλευτική, δεδομένου ότι της παρείχε ένα πλαίσιο χειρισμού των δεοντολογικών ζητημάτων (βλ. Κεφάλαιο 15).

Ένα άλλο πεδίο μελέτης που επηρέασε σημαντικά τη συμβουλευτική θεωρία και πρακτική είναι η θρησκεία. Αρκετοί φορείς παροχής συμβουλευτικών υπηρεσιών είτε ξεκίνησαν την παροχή των υπηρεσιών αυτών μέσω της Εκκλησίας είτε βοηθήθηκαν στην ίδρυσή τους από άτομα που είχαν σχέση με τη θρησκεία. Πολλές από τις

σημαντικότερες προσωπικότητες στην ιστορία της συμβουλευτικής και της ψυχοθεραπείας είχαν προΐστορία στον θρησκευτικό χώρο και επιχείρησαν να ενσωματώσουν στο έργο του συμβούλου την αναζήτηση πνευματικού νοήματος. Ο Jung είχε την πλέον σημαντική συμβολή στον τομέα αυτό. Παρόλο που ο χώρος της συμβουλευτικής έχει διαποτιστεί με την ιουδαϊκή και τη χριστιανική σκέψη και πίστη, αυξάνεται συνεχώς το ενδιαφέρον ορισμένων συμβούλων για τη σχετικότητα ιδεών και πρακτικών άλλων θρησκειών, όπως ο ζεν βουδισμός (Suzuki κ.ά. 1970· Ramaswami και Sheikh 1989).

Η τρίτη σφαίρα διανοητικής δραστηριότητας που εξακολουθεί να ασκεί σημαντική επιρροή στη συμβουλευτική είναι οι τέχνες. Υπάρχει ισχυρή παράδοση στη συμβουλευτική και την ψυχοθεραπεία να χρησιμοποιούνται μέθοδοι και τεχνικές από το θέατρο, τη γλυπτική, το χορό και τις οπτικές τέχνες, ώστε να μπορέσουν οι πελάτες να εκφράσουν τα αισθήματά τους και τα πρότυπα σχέσεων που αναπτύσσουν. Πρόσφατα το ψυχόδραμα και η θεραπεία μέσω τέχνης καθιερώθηκαν ως ειδικές συμβουλευτικές προσεγγίσεις, με τα δικά τους ξεχωριστά θεωρητικά μοντέλα, τμήματα κατάρτισης και επαγγελματικά περιοδικά. Όμοια, η επαφή μεταξύ συμβουλευτικής και λογοτεχνίας αποδείχτηκε πολύτιμη, πρώτιστα κυρίως μέσω της αποδοχής ότι η γλώσσα συνιστά το βασικό όχημα για το θεραπευτικό έργο και από το ότι οι ποιητές, οι μυθιστοριογράφοι και οι κριτικοί λογοτεχνίας έχουν πολλά να πουν για τη χρήση της. Συγκεκριμένες τεχνικές που βασίζονται στη χρήση της γλώσσας έχουν επίσης εφαρμοστεί στη συμβουλευτική, όπως η αυτοβιογραφία, η συγγραφή ημερολογίου και ποίησης και η βιβλιοθεραπεία.

Η συμβουλευτική είναι από πολλές απόψεις ένας ασυνήθιστος τομέας εργασίας, δεδομένου ότι συμπεριλαμβάνει ένα σύνολο άκρως ανταγωνιστικών θεωρητικών αντιλήψεων, ένα ευρύ φάσμα πρακτικών εφαρμογών και δημιουργικής συμβολής από πολλές επιστήμες. Οι Thorne και Dryden (1993) επιμελήθηκαν μια συλλογή βιογραφικών δοκιμίων που τα έγραψαν οι σύμβουλοι και αναφέρονται στους τρόπους με τους οποίους χρησιμοποίησαν την προηγούμενη κατάρτισή τους σε επιστήμες όπως η οικολογία, η θεολογία και η κοινωνική ανθρωπολογία, με σκοπό να κοινοποιήσουν τον τρόπο που ασκούν τη συμβουλευτική. Το πεδίο της συμβουλευτικής και της ψυχοθεραπείας συνιστά τη σύνθεση ιδεών από τις θετικές επιστήμες, τη φιλοσοφία, τη θρησκεία και την τέχνη. Πρόκειται για έναν διεπιστημονικό τομέα ο οποίος δεν είναι δυνατό να ενσωματωθεί κατάλληλα ή να συνυπολογιστεί σε οποιονδήποτε από τους επιστημονικούς κλάδους που τον διαμόρφωσαν. Μια προσέγγιση της συμβουλευτικής που ήταν, για παράδειγμα, φύσει καθαρά επιστημονική ή καθαρά θρησκευτική δεν θα θεωρούνταν πλέον συμβουλευτική εάν αρνούνταν τον βασικό τομέα της εμπειρίας του πελάτη και του επαγγελματία.

## Ένας ορισμός της συμβουλευτικής που επικεντρώνεται στο χρήστη

Στα προηγούμενα τμήματα αυτού του κεφαλαίου αναφέρθηκαν κάποιοι από τους ευρέως αποδεκτούς ορισμούς της συμβουλευτικής και υπογραμμίστηκαν οι σύνθετοι τρόποι με τους οποίους αυτή εντοπίζεται στη σύγχρονη κοινωνία. Ωστόσο, ενώ είναι σημαντικό να μπορούμε να κατανοήσουμε τη διαφοροποίηση που υπάρχει στο σύνολο της συμβουλευτικής θεωρίας, πρακτικής και των διάφορων ιδεών, αξιών και παραδόσεων στις οποίες επικεντρώνεται η βιβλιογραφία της συμβουλευτικής, υπάρχει ο κίνδυνος η πολυπλοκότητα αυτή να προκαλέσει σύγχυση και να χαθεί η ουσιαστική απλότητα της συμβουλευτικής. Το βιβλίο αυτό επιχειρεί μια εισαγωγή στη συμβουλευτική, η οποία θα επιτρέψει σε εκείνους που θα το διαβάσουν να κατανοήσουν τα κοινά σημεία όλων, αλλά και την αξία των επιμέρους προσεγγίσεων.

Ένα από τα βασικά κοινά χαρακτηριστικά είναι το ότι η συμβουλευτική μπορεί να βοηθήσει μόνο εάν ο πελάτης θέλει να βοηθηθεί. Λαμβάνει χώρα όταν ένας άνθρωπος με πρόβλημα καλεί και επιτρέπει σε κάποιον άλλο να αποκτήσει ένα είδος σχέσης μαζί του. Εάν κάποιος δεν είναι έτοιμος να απευθύνει αυτή την πρόσκληση, ακόμα και εάν οι ειδικοί σύμβουλοι καταβάλουν την καλύτερη δυνατή προσπάθεια για μεγάλο χρονικό διάστημα, αυτό δεν μπορεί να θεωρηθεί συμβουλευτική.

Επίσης, πρέπει να κατανοήσουμε τη συμβουλευτική εντός ενός κοινωνικού και πολιτισμικού πλαισίου: ο «σύμβουλος» και ο «πελάτης» συνιστούν κοινωνικούς ρόλους και ο τρόπος με τον οποίο οι συμμετέχοντες χειρίζονται τους στόχους και το έργο της συμβουλευτικής διαμορφώνεται σύμφωνα με την κουλτούρα μέσα στην οποία ζουν. Πόσοι από εμάς έχουν προγόνους που ήταν σύμβουλοι ή ψυχοθεραπευτές ή ήξεραν σε τι συνίστατο η δουλειά ενός συμβούλου ή ενός ψυχοθεραπευτή; Από πολλές απόψεις, η συμβουλευτική αποτελεί προϊόν του νεωτερισμού που εμφανίστηκε στα τέλη του 20ού αιώνα (βλ. Κεφάλαιο 2).

Τα υπόλοιπα κεφάλαια αυτού του βιβλίου ασχολούνται με την κατανόηση της συμβουλευτικής από την οπτική γωνία του χρήστη και της κοινωνίας. Αυτός ο τρόπος αντιμετώπισης της συμβουλευτικής ξεκινά με την ευχή ή την πρόθεση του «πελάτη» και μπορεί να συνοψιστεί ως εξής:

- Η συμβουλευτική είναι μια δραστηριότητα που λαμβάνει χώρα όταν ένας άνθρωπος με πρόβλημα καλεί και επιτρέπει σε κάποιον άλλο να αποκτήσει ένα είδος σχέσης μαζί του.
- Κάποιος αναζητεί τέτοιου είδους σχέση όταν συναντά «κάποιο πρόβλημα στη ζωή του», το οποίο δεν κατάφερε να επιλύσει με τους συνήθεις τρόπους και που είχε αποτέλεσμα να αποκλειστεί από την πλήρη συμμετοχή του στην κοινωνική ζωή.
- Κάποιος που επιθυμεί υπηρεσίες συμβουλευτικής καλεί έναν άλλο άνθρωπο να του διαθέσει χρόνο και χώρο, καθώς και να του παράσχει προϋποθέσεις που δεν



είναι εύκολα διαθέσιμες στην καθημερινή ζωή: άδεια να μιλήσει ελεύθερα, σεβασμό στη διαφορετικότητα, εχεμύθεια και επιβεβαίωση.

- *Άδεια να μιλήσει ελεύθερα.* Το άτομο μπορεί να αφηγηθεί την ιστορία του, του προσφέρεται ενθάρρυνση να εκφράσει πλευρές της εμπειρίας του που είχαν αποσιωπηθεί, να μιλήσει με τον τρόπο του και όταν το θελήσει, καθώς και να εκφράσει τα συναισθήματα και τις ευαισθησίες του.
- *Σεβασμός στη διαφορετικότητα.* Ο σύμβουλος βάζει σε δεύτερη μοίρα, στο βαθμό που αυτό είναι δυνατό, τη δική του θέση στα ζητήματα που θέτει ο πελάτης, καθώς και τις ανάγκες του τη δεδομένη στιγμή, έτσι ώστε να επικεντρωθεί όσο μπορεί περισσότερο στο έργο του, να βοηθήσει δηλαδή τον πελάτη να διατυπώσει και να ενεργήσει σύμφωνα με τις προσωπικές αξίες και επιθυμίες του.
- *Εχεμύθεια.* Όλα τα θέματα που συζητούνται είναι εμπιστευτικά: ο σύμβουλος αναλαμβάνει την υποχρέωση να μην κοινοποιήσει όσα μαθαίνει από τον πελάτη σε οποιαδήποτε άλλα άτομα του περιβάλλοντός του.
- *Επιβεβαίωση.* Ο σύμβουλος επικυρώνει μια σχέση που εκφράζει ένα σύνολο βασικών αξιών: ειλικρίνεια, ακεραιότητα, φροντίδα, πίστη στην αξία κάθε ατόμου ξεχωριστά, δέσμευση για διάλογο και συνεργασία, αμοιβαιότητα, αλληλοεξάρτηση, αίσθηση του κοινού καλού.

Αυτές είναι απλές αρχές, αλλά όλες μαζί διαμορφώνουν το έδαφος για υποστήριξη, συλλογισμό και ανανέωση που χαρακτηρίζει τις σύγχρονες κοινωνίες. Σε αυτόν το χώρο, πελάτης και σύμβουλος κάνουν χρήση όλων των διαθέσιμων μέσων (συζήτηση, ιδέες, θεωρίες, τελετουργικά, διαφορετικά επίπεδα συνειδητότητας, αλγόριθμοι για την επίλυση προβλημάτων, πραγματείες, τεχνολογίες) με στόχο να επιλυθεί ικανοποιητικά το αρχικό πρόβλημα που ήταν η αφορμή να αναζητήσει λύσεις μέσω της συμβουλευτικής.

Τα πιθανά αποτελέσματα της συμβουλευτικής διαδικασίας μπορούν να χωριστούν σε 3 μεγάλες κατηγορίες:

1. *Επίλυση* του αρχικού προβλήματος, η οποία ενδέχεται να σημαίνει πως το άτομο κατανόησε το πρόβλημα ή είδε τις πτυχές του, έφτασε στην προσωπική αποδοχή του προβλήματος ή του διλήμματος και ενήργησε έτσι ώστε να αλλάξει την κατάσταση η οποία δημιούργησε το πρόβλημα.
2. *Μάθηση.* Μέσω της συμβουλευτικής διαδικασίας το άτομο μπορεί να αποκτήσει νέες γνώσεις, δεξιότητες και στρατηγικές που θα το διευκολύνουν να χειριστεί παρόμοιες δυσκολίες, οι οποίες είναι πιθανό να προκύψουν στο μέλλον.
3. *Κοινωνική ενσωμάτωση.* Η συμβουλευτική ενισχύει την ενέργεια και την ικανότητα του ατόμου να συμβάλει στην ευημερία των άλλων ανθρώπων και στο κοινωνικό καλό.

## Συμπεράσματα

---

Στόχος αυτού του κεφαλαίου ήταν να δώσει μια εικόνα του σύνθετου μωσαϊκού της σύγχρονης συμβουλευτικής. Αποτυπώνει την εικόνα της σε μια δεδομένη χρονική στιγμή και αναμφίβολα μια παρόμοια έρευνα 20 ή 30 χρόνια αργότερα θα είναι αρκετά διαφορετική. Ίσως η σύγχρονη εικόνα με την πρώτη ματιά να φαίνεται αποσπασματική και συγκεχυμένη. Παρ' όλ' αυτά, πίσω από τις πολλαπλές θεωρίες και τους τομείς εφαρμογής υπάρχει ένα ενιαίο θέμα. Η συμβουλευτική είναι μια δραστηριότητα που αναδύθηκε τον 20ό αιώνα στη δυτική βιομηχανική κοινωνία ως μέσο προφύλαξης και προστασίας του ατόμου έναντι των αναγκών των μεγάλων, γραφειοκρατικών θεσμών και για πολλούς έχει καταλάβει στην κοινωνία τη θέση που άλλοτε κατείχαν η θρησκεία ή η ζωή σε μικρές κοινότητες. Στην αστική κοινωνία η συμβουλευτική παρέχει έναν τρόπο να γνωριστούμε και να μας ακούσουν.

Τις ρίζες της συμβουλευτικής αποτελεί ένα σύνολο πολιτισμικών και ιστορικών διεργασιών, οι οποίες θα συζητηθούν στο επόμενο κεφάλαιο. Σε άλλα κεφάλαια του βιβλίου θα εξεταστούν κάποιες προσεγγίσεις –φεμινιστικές, πολυπολιτισμικές, συστημικές, αφηγηματικές– οι οποίες απομακρύνονται από το άτομο και κινούνται προς την κατεύθυνση της θέσης του ως μέλους μιας κουλτούρας.

## Σύνοψη κεφαλαίου

---

- Η συμβουλευτική είναι μια μορφή παροχής βοήθειας που εστιάζεται στις ανάγκες και τους στόχους του ατόμου.
- Η απήχηση της συμβουλευτικής αντανakλά την καταπόνηση και τον κατακερματισμό της ζωής στη σύγχρονη κοινωνία.
- Υπάρχουν πολλοί ορισμοί για τη συμβουλευτική, καθένας από τους οποίους δίνει έμφαση σε διαφορετικές πτυχές του ρόλου και της διαδικασίας της.
- Η συμβουλευτική μοιάζει, αλλά και διαφέρει από άλλες μορφές παροχής βοήθειας, όπως η ψυχοθεραπεία, η κοινωνική εργασία και η ψυχιατρική περίθαλψη.
- Υπάρχουν πολλές ανταγωνιστικές θεωρίες συμβουλευτικής, καθώς και διαφορετικοί χώροι άσκησης της.
- Το ευρύ φάσμα της συμβουλευτικής γίνεται εμφανές και από τις ρίζες που έχει στους επιστημονικούς κλάδους της φιλοσοφίας, της θρησκείας και της τέχνης, καθώς και στην ψυχολογία και την ψυχιατρική.
- Το ευρύ φάσμα και η ανομοιογένεια που παρουσιάζει η συμβουλευτική μπορεί να θεωρηθεί το δυνατό σημείο της, εφόσον αντανakλά την ευαισθησία της στις τεράστιες αποκλίσεις της ανθρώπινης εμπειρίας.
- Τα κοινά στοιχεία που αναδεικνύονται μέσα από τις διαφορετικές μεθόδους πα-

ροχής υπηρεσιών συμβουλευτικής μπορούν να γίνουν καλύτερα κατανοητά εάν επιχειρήσουμε να την ορίσουμε από την οπτική γωνία της κοινωνίας και του χρήστη.

### Θέματα για σκέψη και συζήτηση

1. Διαβάστε τους ορισμούς που δίνονται για τη συμβουλευτική σε αυτό το κεφάλαιο. Πιστεύετε ότι αποδίδουν την έννοιά της, όπως την αντιλαμβάνεστε; Ποιο είναι το στοιχείο που θα επιθυμούσατε να προσθέσετε ή να αφαιρέσετε από τους ορισμούς; Πώς θα μπορούσαν οι ορισμοί αυτοί να σας επηρεάσουν εάν είχατε απόλυτη ανάγκη από συναισθηματική βοήθεια και υποστήριξη; Πώς θα μπορούσαν να σας επηρεάσουν αν ήσαστε μέλος μιας μειονοτικής εθνικής ομάδας, αν ήσαστε ομοφυλόφιλος άντρας ή γυναίκα ή άτομο με αναπηρία – αν δηλαδή δεν αντιμετωπίζατε τα πράγματα σύμφωνα με την κυρίαρχη κουλτούρα;
2. Ο Feltham (1995: 163) έχει υποστηρίξει: «Πρέπει να γίνει σαφής διαχωρισμός ... μεταξύ της συμβουλευτικής και της θεραπείας ως ενός είδους χόμπι προσωπικής ωρίμανσης (“ψυχαγωγικές θεραπευτικές μέθοδοι”), ενός υποκατάστατου θρησκευτικής εξομολόγησης, και της συμβουλευτικής ως επαγγέλματος υγείας, δημόσιου ή ελεγχόμενου από το κράτος, το οποίο δίνει απαντήσεις σε επείγοντα προβλήματα ψυχικής υγείας. Μπορεί να είναι κατάλληλος χώρος για ελεύθερα επιλεγμένες θεραπείες προσωπικής ωρίμανσης, αλλά δεν ξέρω πώς θα μπορούσε (ή εάν θα έπρεπε) το κράτος να δημιουργεί τέτοιους χώρους». Συμφωνείτε με αυτή την άποψη; Πόσο σαφής είναι ο διαχωρισμός μεταξύ των «ψυχαγωγικών θεραπευτικών μεθόδων» και της συμβουλευτικής ως επαγγέλματος υγείας;
3. Οι περισσότερες γραπτές αναφορές και οι θεωρίες που αφορούν τη συμβουλευτική είναι ιδωμένες από την οπτική γωνία της ψυχολογίας. Για να κατανοήσετε πόσο μπορούν άλλοι επιστημονικοί κλάδοι να φωτίσουν πτυχές της συμβουλευτικής, επιλέξτε έναν κλάδο που γνωρίζετε και προσπαθήστε να εφαρμόσετε τις θεωρίες του στη συμβουλευτική. Λόγου χάρη, σκεφτείτε πώς θα μπορούσε να συνδεθεί με τη συμβουλευτική μια θεωρία οικονομικών, αρχιτεκτονικής, βιολογίας ή μανάτζμεντ.
4. Φτιάξτε έναν κατάλογο όλων των πεδίων στα οποία εφαρμόζεται η συμβουλευτική. Μπορείτε να τα κατηγοριοποιήσετε σε διαφορετικά πεδία; Υπάρχουν πιθανοί τομείς εφαρμογής της συμβουλευτικής που δεν συμπεριλαμβάνονται στον κατάλογο; Εάν έχετε ήδη διαβάσει τα επόμενα κεφάλαια σχετικά με τις διαφορετικές προσεγγίσεις στη συμβουλευτική, σκεφτείτε ποιες θεωρητικές προσεγγίσεις ταιριάζουν σε κάθε πεδίο.
5. Δημιουργήστε έναν κατάλογο που θα περιλαμβάνει όλες τις διαφορετικές μορ-

φές συμβουλευτικής, με την πλέον ευρεία έννοια της λέξης, οι οποίες είναι διαθέσιμες στην πόλη ή την κοινότητα όπου ζείτε. Παράλληλα, αναφέρετε και τις ομάδες ανθρώπων που είναι πιο πιθανό να κάνουν χρήση καθεμιάς από αυτές. Τι σας λέει αυτό για το σύνδεσμο που υπάρχει μεταξύ συμβουλευτικής και κοινωνικής θέσης, ηλικίας, φύλου και εθνικότητας;

6. Φανταστείτε πως είστε κάποιος που αναζητεί βοήθεια, λόγω συναισθηματικών ή ψυχολογικών δυσκολιών που συναντάτε στη ζωή σας. Ψάχνετε έναν κατάλογο φορέων παροχής υπηρεσιών υγείας ή συμβουλευέστε τον Χρυσό Οδηγό και ανακαλύψτε πως υπάρχουν αρκετές διαφορετικές μορφές παροχής βοήθειας: η συμβουλευτική ψυχολογία, η ψυχοθεραπεία, η πνευματική θεραπεία, ένα κέντρο προσωπικής ωρίμανσης κ.λπ. Ποιες είναι οι αντίθετες εικόνες και προσδοκίες που σας δημιουργεί καθεμιά από αυτές τις μορφές παροχής βοήθειας;

## 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 χάρη, 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 μάντιες 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, λόγω χάρη, μέσω της εξομολόγησης της Καθολικής Εκκλησίας. Ο McNeill (1951) αναφέρεται σε αυτή την παλιά συνήθεια επισύλωσης – 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 χειρίζονταν 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

κοινότητες, 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 μέσων παροχής βοήθειας, καθοδήγησης και υποστήριξης για την αντιμετώπιση της σύγχυσης ή των διλημάτων 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 κατάστασή 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 αντιμετωπιζόνταν ως χώροι εγκλεισμού των παραφρόνων και ήταν σπάνιες οι προσπάθειες θεραπευτικών παρεμβάσεων. Σε κάποια άσυλα που διηύθυναν οι Κουάκεροι, όπως το Tuke στα Άσυλα York, αναπτύχθηκε αυτό που είναι γνωστό ως «ηθική θεραπευτική αγωγή» (Scull 1981a). Ωστόσο, στα περισσότερα ιδρύματα οι παράφρονες αντιμετωπιζόνταν 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 τους 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 συντέλεσε 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 αντιμετώπισης της (Szasz 1971· Kirsch 1978· Spanos 1978). Διατυπώθηκαν διάφορες ιατρικές και βιολογικές ερμηνείες της ψυχασθένειας, όπως η φρεναλογία (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 χάρη, γινόταν μεγάλη συζήτηση σχετικά με το αν ήταν σάφρων 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 ανέκυψαν 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 ανάμειξη της αγοράς στην εξέλιξη των υπηρεσιών αυτών.
3. Τα ψυχικά ασθενή άτομα αντιμετωπιζόνταν 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 θεμελιακά 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 «παράφρονων» 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 ανακαλυφθούν 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 εφαρμόζαν, 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 «ένας 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 ευρέως 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 προσώπιό 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] εκκοσμικευμένη κοινωνία, η σχέση με την εξουσία βασίζεται 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, λόγω 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.

## Η εξάπλωση της ψυχοθεραπείας στις ΗΠΑ

Ο Freud έτρεφε ιδιαίτερη απέχθεια προς την αμερικανική κοινωνία. Επισκέφτηκε τις ΗΠΑ το 1909, μαζί με τον Jung και τον Ferenczi, με σκοπό να δώσει κάποιες διαλέξεις και να παραλάβει ένα τιμητικό πτυχίο στο Πανεπιστήμιο Clark, και αργότερα έγραψε πως η Αμερική ήταν ένα «γιγαντιαίο λάθος» (Gay 1988). Όμως η αμερικανική κουλτούρα απηχούσε τις ιδέες της ψυχανάλυσης και όταν η άνοδος του φασισμού στην Ευρώπη οδήγησε εξέχοντες αναλυτές, όπως οι Ferenczi, Rank και Erikson, να μετακομίσουν στη Νέα Υόρκη και τη Βοστώνη, διαπίστωσαν πως εκεί υπήρχε πρόθυμη πελατεία. Σε σύγκριση με την Ευρώπη, η αμερικανική κοινωνία επέδειξε πολύ μεγαλύτερη κοινωνική κινητικότητα, με ανθρώπους που ζούσαν, εργάζονταν και παντρεύονταν εκτός της γειτονιάς, της πόλης όπου μεγάλωσαν, της κοινωνικής τάξης ή της εθνικής ομάδας στην οποία ανήκαν. Υπήρχαν επομένως πολλά άτομα που αντιμετώπιζαν προβλήματα στη δημιουργία ικανοποιητικών σχέσεων ή στην αίσθηση ασφάλειας ως προς την προσωπική ταυτότητά τους. Επιπλέον, υπήρχε η εμμονή του «αμερικανικού ονείρου», ότι όλοι μπορούσαν να βελτιωθούν, και η έμφαση δινόταν στην επιδίωξη της ευτυχίας του ατόμου ως θεμιτού στόχου ζωής. Η ψυχοθεραπεία παρείχε μία θεμελιώδη, ριζοσπαστική μέθοδο αυτοβελτίωσης. Οι ψυχαναλυτές που πήγαν στις ΗΠΑ κατά τη δεκαετία του 1930 διαπίστωσαν πως ήδη οι άνθρωποι αντιμετώπιζαν την ψυχολογία με ιδιαίτερο ενδιαφέρον, όπως αποδείκνυαν τα βιβλία αυτοβοή-

θειας του Samuel Smiles και τα γραπτά του συμπεριφοριστή J. B. Watson. Υπήρχε επίσης ισχυρή παράδοση στην εφαρμοσμένη ψυχολογία, την οποία προώθησαν οι ακαδημαϊκοί ψυχολόγοι με την απασχόλησή τους στον αμερικανικό στρατό κατά τον Α΄ Παγκόσμιο πόλεμο. Τα ψυχολογικά τεστ χρησιμοποιούνταν ευρέως στην εκπαίδευση, την επιλογή αντικειμένου εργασίας και την επαγγελματική καθοδήγηση, γεγονός που σήμαινε ότι η χρήση της ψυχολογίας με σκοπό την παροχή βοήθειας σε συνηθισμένους ανθρώπους ήταν σε γενικές γραμμές δεδομένη.

Οι ψυχαναλυτές ασκούσαν μεγάλη γοητεία στους Αμερικανούς, αλλά η αφοροίωσή τους στην κουλτούρα αυτή απαιτούσε την «αμερικανοποίηση» της φροϊδικής σκέψης. Ο Freud είχε ζήσει σε μια ιεραρχικά δομημένη κοινωνία, στην οποία κυριαρχούσε ο διαχωρισμός των κοινωνικών τάξεων. Η σκέψη του είχε διαμορφωθεί μέσα από την κλασική εκπαίδευση και τη βιολογική επιστήμη, ενώ παράλληλα διαπνεόταν από απαισιοδοξία, λόγω της εβραϊκής καταγωγής του, δεδομένου ότι ζούσε σε μια εποχή έντονου αντισημιτισμού. Συνεπώς, πραγματευόταν θέματα που δεν ταίριαζαν με τις εμπειρίες των ανθρώπων στις ΗΠΑ. Ως αποτέλεσμα, στη δεκαετία του 1950 έκανε την εμφάνισή της μια ολόκληρη σειρά συγγραφέων οι οποίοι επιχείρησαν να ερμηνεύσουν εκ νέου τον Freud, με γνώμονα τις δικές τους πολιτισμικές αξίες. Οι κυριότεροι από τους συγγραφείς αυτούς ήταν οι Carl Rogers, Eric Berne, Albert Ellis, Aaron Beck και Abraham Maslow. Πολλοί από τους ευρωπαίους αναλυτές που πήγαν στις ΗΠΑ, όπως οι Erikson και Fromm, κατάφεραν να επαναπροσδιορίσουν την ψυχανάλυση με βάση μια ευρύτερη κοινωνική και πολιτισμική θεώρηση, συμβάλλοντας κατ' αυτό τον τρόπο στο να γίνει πιο αποδεκτή από την αμερικανική πελατεία.

Στην αμερικανική κουλτούρα, μία από τις κυριότερες εστίες αντίστασης προς την ψυχανάλυση βρισκόταν στην ακαδημαϊκή ψυχολογία. Παρόλο που ο William James (1890), ένας από τους πρώτους ακαδημαϊκούς που βοήθησε την ψυχολογία να γίνει αποδεκτή από την ακαδημαϊκή κοινότητα των αμερικανικών πανεπιστημίων, μελέτησε πολύ προσεκτικά τις ιδέες του Freud, οι αμερικανοί ακαδημαϊκοί ψυχολόγοι ακολουθούσαν πιστά μια συμπεριφοριστική προσέγγιση που είχε εμφανιστεί γύρω στο 1918. Η προσέγγιση αυτή έδινε έμφαση περισσότερο στη χρήση επιστημονικών μεθόδων, όπως οι μετρήσεις και τα εργαστηριακά πειράματα, και προσανατολιζόταν κυρίως στη μελέτη παρατηρήσιμης συμπεριφοράς και λιγότερο στις σκοτεινές εσωτερικές διεργασίες, όπως είναι τα όνειρα, οι φαντασιώσεις και οι παρορμήσεις. Συνεπώς, το συμπεριφοριστικό ακαδημαϊκό σύστημα αντιτίθετο πεισματικά στην ψυχανάλυση και αρνούταν να την αναγνωρίσει ως αντικείμενο άξιο μελέτης. Παρά το γεγονός ότι κάποια ακαδημαϊκά τμήματα ψυχιατρικής επέδειξαν ένα περιορισμένο, πράγματι, ενδιαφέρον για την ψυχανάλυση, οι περισσότεροι επαγγελματίες και συγγραφείς ήταν υποχρεωμένοι να εργάζονται σε ιδιωτικά γραφεία ή εντός του περιβάλλοντος των νοσοκομείων, χωρίς κάποια ακαδημαϊκή βάση. Όταν οι Rogers, Berne και Ellis ανέπτυξαν διαφορετικά αμερικανικά είδη ψυχοθεραπείας στις δεκαετίες του 1950 και 1960, αρχικά έγινε πολύ λίγη συζήτηση σε ακαδημαϊκό επίπεδο γύρω από το

έργο και τις ιδέες τους. Ιδιαίτερη συμβολή του Rogers αποτέλεσε η επινόηση συστηματικών μεθόδων έρευνας πάνω στις διεργασίες και τα αποτελέσματα της θεραπείας. Ο αντίκτυπος της καινοτομίας αυτής ήταν να ενισχυθεί η εγκυρότητα της θεραπείας ως εγχείρημα κοινωνικά αποδεκτό, προσδίδοντάς της την αξιοπιστία και τη θέση που κατέχει οποιαδήποτε εφαρμοσμένη επιστήμη. Το 1947 ο Rogers έγινε ο πρώτος θεραπευτής που κατέλαβε το αξίωμα του Προέδρου της Αμερικανικής Ψυχολογικής Εταιρείας (Whiteley 1984). Η καταξίωση της θεραπείας ως εφαρμοσμένης επιστήμης προωθήθηκε ακόμα περισσότερο με την εισαγωγή των γνωσιακών-συμπεριφοριστικών προσεγγίσεων στο πεδίο της θεραπείας τη δεκαετία του 1960, οι οποίες εισήγαγαν με τη σειρά τους τη γλώσσα και τις υποθέσεις της συμπεριφοριστικής ψυχολογίας και την εικόνα του «επιστήμονα-επαγγελματία» (βλ. Κεφάλαιο 5).

Η ανάπτυξη της ψυχοθεραπείας στις ΗΠΑ αντανάκλα την τεράστια εξάπλωση του «εμπορίου της παραφροσύνης». Η αδυναμία του κρατικού συστήματος υγείας της χώρας αυτής υποδηλώνει ότι, ως επί το πλείστον, στη συμβουλευτική και τη θεραπεία κυριαρχούσαν θεωρίες και προσεγγίσεις που αναπτύχθηκαν στο πλαίσιο της ιδιωτικής πρακτικής. Η επιρροή και η αίγλη του μοντέλου του ιδιωτικού γραφείου ήταν τέτοιες, ώστε ακόμα και οι φορείς συμβουλευτικής που ενεργοποιούνταν εθελοντικά ή σε εκπαιδευτικό περιβάλλον ακολούθησαν το πρότυπό της. Στον τομέα της κοινωνικής πρόνοιας η κατά περίπτωση προσέγγιση επηρεάστηκε σημαντικά από την ψυχοθεραπευτική πρακτική.

## Η εκκοσμίκευση της κοινωνίας

Σε αυτό το σημείο αξίζει επίσης να εξετάσουμε τη σχέση μεταξύ της οργανωμένης θρησκείας και της ιστορικής εξέλιξης της συμβουλευτικής και της ψυχοθεραπείας. Ο Halpoms (1965) έχει καταγράψει σε απόλυτους αριθμούς την αντιστοιχία που υπάρχει στη μείωση του κλήρου και στην αύξηση των συμβούλων κατά τη διάρκεια του 20ού αιώνα στη Βρετανία. Ισχυρίζεται ότι η θρησκευτική πίστη αντικαθίσταται από ένα σύνολο πεποιθήσεων και αξιών τις οποίες ο ίδιος ονομάζει «πίστη των συμβούλων». Οι Nelson και Torgrey (1973) περιέγραψαν κάποιους από τους τρόπους με τους οποίους η θεραπεία ανέλαβε το έργο της θρησκείας σε μερικούς τομείς της ζωής, όπως να εξηγεί γεγονότα που δύσκολα γίνονται κατανοητά, να δίνει απαντήσεις στο υπαρξιακό ερώτημα «Για ποιο λόγο βρίσκομαι εδώ;», να προσδιορίζει τις κοινωνικές αξίες και να προσφέρει συνήθεις τρόπους συνάντησης με άλλους ανθρώπους. Ο Holifield (1983) κατέγραψε τις διεργασίες μέσω των οποίων κάποιοι από τους πρώτους «ψυχοθεραπευτές» στις ΗΠΑ στην πραγματικότητα ανήκαν στην Εκκλησία, αλλά σταδιακά μετασηματίστηκαν σε ξεχωριστό κλάδο.

Οι ρίζες της συμβουλευτικής και της ψυχοθεραπείας ως προς τη θρησκευτική «θεραπεία των ψυχών» συζητήθηκαν στην αρχή του παρόντος κεφαλαίου. Οι ομοιότητες

μεταξύ της θεραπείας και, λόγω χάρη, της εξομολόγησης της Καθολικής Εκκλησίας είναι εμφανείς. Είναι επίσης σαφές ότι στις παραδοσιακές, μη βιομηχανοποιημένες κοινωνίες η συναισθηματική και ψυχολογική επούλωση – θεραπεία γίνεται μέσα σε θρησκευτικό πλαίσιο. Ωστόσο, μέχρι και πριν από λίγο καιρό δεν ήταν πολλοί οι θεραπευτές που παραδέχονταν ότι η θρησκεία και η πνευματικότητα έχουν οποιαδήποτε σχέση με τη συμβουλευτική και την ψυχοθεραπεία. Ήταν σαν η πίεση που ασκούσαν για να καθιερωθεί η θεραπεία ως ξεχωριστό και ανεξάρτητο επάγγελμα να υποδηλώνει ότι οι θεραπευτές έπρεπε να θέσουν σαφέστατα όρια μεταξύ του επαγγέλματός τους και του έργου που επιτελούσε ένας παπάς ή ένας πάστορας. Φυσικά, υπάρχουν σημαντικές διαφορές. Και πάλι, όμως, εντοπίζονται και σημεία όπου η θεραπεία και η εξομολόγηση συγκλίνουν. Για να δώσει λοιπόν το στίγμα της ως προϊόντος στην αγορά του 20ού αιώνα, για να δημιουργήσει μια «βιομηχανία» ψυχικής υγείας (Kovel 1981), η θεραπεία θέλησε να διαφοροποιηθεί από τη θρησκεία. Σε γενικές γραμμές, οι συμβατικές θεωρίες της συμβουλευτικής και της ψυχοθεραπείας δεν ασχολούνται με τις θρησκευτικές ή πνευματικές διαστάσεις της ζωής. Η θεραπεία έχει ενσωματωθεί σε μια επιστημονική θεώρηση του κόσμου, ακόμα και αν, όπως ισχυρίζεται ο Halpoms (1965), οι θεωρίες γύρω από τη θεραπεία μπορούν να σενιστούν και μια μορφή «πίστης». Η ζωή και το έργο του Carl Rogers χρησιμεύουν ως παράδειγμα για να κατανοήσουμε τις εντάσεις που αναπτύχθηκαν μεταξύ θρησκείας και επιστήμης ως προς την εξέλιξη της συμβουλευτικής.

## Ο ρόλος του Carl Rogers

Η πρώτη περίοδος της ζωής του Carl Rogers (1902-1987), ιδρυτή της πελατοκεντρικής ή προσωποκεντρικής προσέγγισης στη συμβουλευτική και θεραπεία (βλ. Κεφάλαιο 6), περιλαμβάνει πολλά από τα θέματα που έχουν ήδη αναφερθεί. Ο Rogers (Rogers 1961· Kirschenbaum 1979) μεγάλωσε σε μια επαρχιακή κοινότητα των μεσοδυτικών πολιτειών της Αμερικής, σε μια αυστηρά θρησκευόμενη οικογένεια προτεσταντών, όπου υπήρχε έντονη αποδοκιμασία για δραστηριότητες όπως τα τυχερά παιχνίδια ή η παρακολούθηση θεατρικών παραστάσεων. Από την ηλικία των 14 ετών ο Rogers επέδειξε ζωηρό ενδιαφέρον για την επιστημονική καλλιέργεια, διεξάγοντας πειράματα σε σοδειές και φυτά, και η ενασχόλησή του αυτή λειτούργησε ως υποκατάστατο των απαγορευμένων δραστηριοτήτων. Αποφάσισε να γίνει πάστορας και στην ηλικία των 20 ετών, όταν προετοιμαζόταν για το χρίσμα, εκμυσώπησε την Ομοσπονδία Χριστιανών Φοιτητών στο Παγκόσμιο Συνέδριο στην Κίνα. Η επαφή του με άλλες κουλτούρες και πεποιθήσεις τον επηρέασαν τόσο ώστε να απομακρυνθεί από τον αυστηρό θρησκευτικό προσανατολισμό των γονέων του και όταν εισήχθη στη θεολογική σχολή επέλεξε την πιο φιλελεύθερη ιερατική σχολή, τη Θεολογική Ιερατική Σχολή. Ωστόσο, αφού εξερεύνησε την πίστη του στην αντίστοιχη φοιτητική «ομάδα συνά-

ντησης», αποφάσισε να ακολουθήσει άλλη επαγγελματική σταδιοδρομία. Έτσι, ξεκίνησε η κατάρτισή του ως ψυχολόγου στο Πανεπιστήμιο Columbia, όπου ήρθε σε επαφή με τις ιδέες του προοδευτικού κινήματος εκπαίδευσης, το οποίο έδινε έμφαση στην εμπιστοσύνη και την ελευθερία της μάθησης και της ανάπτυξης, που είναι έμφυτες σε κάθε παιδί ή μαθητή.

Μέσα από την αφήγηση της πρώτης αυτής περιόδου της ζωής του Rogers διαπιστώνουμε πώς οι δύο διαφορετικές επιρροές της θρησκείας και της επιστήμης συνδυάστηκαν στη σταδιοδρομία του ως θεραπευτή. Απέδειξε το σεβασμό του προς την επιστημονική αυστηρότητα με την ανάμειξή του στην έρευνα, όπου ήταν ένας από τους πρώτους που χρησιμοποίησε τη μαγνητοφώνηση θεραπευτικών συνεδριών και ανέπτυξε ευρύ φάσμα μεθόδων έρευνας των διάφορων σταδίων της θεραπευτικής διαδικασίας. Η επιρροή της προτεσταντικής σκέψης στην πελατοκεντρική θεωρία του φαίνεται καθαρά στην έμφαση που δίνει στην ικανότητα κάθε ατόμου ξεχωριστά να φτάσει σε ένα στάδιο κατανόησης της μοίρας του, χρησιμοποιώντας κυρίως τα συναισθήματα και τη διαίσθησή του και όχι τόσο μια επιστημονική θεωρία ή τη λογική. Η πελατοκεντρική προσέγγιση εστιάζεται επίσης περισσότερο στη συμπεριφορά του ατόμου στο παρόν και λιγότερο σε γεγονότα του παρελθόντος. Έχει υποστηριχθεί (Sollod 1978: 96) πως ο προτεσταντισμός που ενυπάρχει στην πελατοκεντρική προσέγγιση μπορεί να συγκριθεί με την ψυχανάλυση, όπου «η εμπιστοσύνη βρίσκεται στην εκπαιδευμένη λογική του θεραπευτή (ραβίνου) και στις ταλμουδικές ερμηνείες των σύνθετων φαινομένων».

Μετά την περάτωση των σπουδών του ως κλινικού ψυχολόγου, ο Rogers εργάστηκε κατά κύριο λόγο με παιδιά και εφήβους που υπέφεραν από ψυχικές διαταραχές, σε συνεργασία με τις οικογένειές τους, στο τμήμα μελετών για παιδιά με προβλήματα του Συλλόγου για την Πρόληψη της Βίαιης Συμπεριφοράς προς τα Παιδιά στο Rochester, πολιτεία της Νέας Υόρκης. Παρόλο που μελέτησε τη θεραπεία με ψυχοδυναμικό προσανατολισμό κοντά στον Jessie Taft, οπαδό του Otto Rank (Sollod 1978), και επηρεάστηκε από τις ιδέες του Alfred Adler (Watts 1998), δεν θεώρησε τον εαυτό του οπαδό κάποιας συγκεκριμένης προσέγγισης. Κατά το διάστημα που εργάστηκε στο Rochester (μεταξύ 1928 και 1940) κατάφερε να εξελίξει τη δική του διαφορετική προσέγγιση με οδηγό την αίσθησή του τι λειτουργεί βοηθητικά για τους πελάτες του. Ως προς το κλινικό έργο του ο Rogers ήταν, ακόμα και από την εποχή που σπούδαζε στο Πανεπιστήμιο Columbia, διαπιστωμένος από τις αξίες της αμερικανικής κουλτούρας και συνεπώς η θεωρία του εμπεριέχει πολλά στοιχεία του εν λόγω πολιτισμικού πλαισίου. Έχει ειπωθεί (Meadow 1964), λόγου χάρη, ότι η πελατοκεντρική θεραπεία έχει υιοθετήσει «βασικούς κανόνες της αμερικανικής κουλτούρας», όπως είναι η έλλειψη εμπιστοσύνης σε ειδικούς και άτομα εξουσίας, η έμφαση πρώτα στη μέθοδο και μετά στη θεωρία, η ιδιαίτερη σημασία στις ανάγκες των ατόμων και δευτερευόντως στους κοινούς σκοπούς της κοινωνίας, η έλλειψη ενδιαφέροντος για το παρελθόν και η προτεραιότητα της ανεξαρτησίας και της αυτονομίας. Ο Bartlett-



Lennard (1998) εστίασε την προσοχή του στις ομοιότητες μεταξύ της προσέγγισης του Rogers και της φιλοσοφίας του πολιτικού κινήματος «Νιου Ντιλ» (New Deal) στις ΗΠΑ τη δεκαετία του 1930.

## Η θεραπεία ως απάντηση στον «άδειο εαυτό»

Ένας από τους σημαντικότερους συγγραφείς στην ιστορία της ψυχοθεραπείας ήταν και ο Philip Cushman (1990, 1992, 1995). Η προσέγγισή του περιλάμβανε την εξέταση των βασικών πολιτισμικών παραγόντων κατά τον 19ο και τον 20ό αιώνα, ιδίως στις ΗΠΑ, παράγοντες που οδήγησαν στην εμφάνιση και την εξάπλωση της θεραπείας. Η άποψή του συνοψίζεται στις εξής θέσεις: πρώτον, ότι η Αμερική ήταν ένα νέο έθνος όπου κατά τον 19ο αιώνα οι άνθρωποι υπόκειντο σε μαζικές κοινωνικές αλλαγές και μεταβολές· και, δεύτερον, πως οι πρόδρομοι της ψυχοθεραπείας, όπως ο μεσμερισμός ή το κίνημα αφύπνισης, ήταν στην ουσία προσπάθειες για να βρεθεί το νόημα και η σταθερότητα σε μια εποχή τεράστιας κοινωνικής αβεβαιότητας. Την ίδια εκείνη εποχή το καπιταλιστικό σύστημα, που κυριαρχούσε σαφώς περισσότερο στις ΗΠΑ απ' ό,τι στις ευρωπαϊκές χώρες, απαιτούσε από τα άτομα να προσαρμοστούν στις συνθήκες που επικρατούσαν στις επιμέρους αγορές του οικονομικού συστήματος. Οι άνθρωποι έπρεπε να μάθουν πώς να πουλούν όχι μόνο αγαθά και υπηρεσίες αλλά κυρίως τον ίδιο τους τον εαυτό. Τα βιβλία και τα φυλλάδια αυτοβελτίωσης ήταν πολύ δημοφιλή. Παρ' όλ' αυτά, η ψυχοθεραπεία παρείχε έναν τρόπο που θα βοηθούσε πιο αποτελεσματικά τα άτομα να αποκτήσουν την κατάλληλη προσωπικότητα.

Το μέγεθος της κοινωνικής κινητικότητας στην Αμερική υποδήλωνε ότι οι παραδοσιακές κοινωνικές δομές, όπως η οικογένεια και η κοινότητα, άρχισαν να υφίστανται διάβρωση. Παράλληλα, μάλιστα, η αίσθηση ότι το άτομο έχει έναν προορισμό και ανήκει κάπου, που συνδέεται με αυτές τις δομές, χάθηκε. Σύμφωνα με τον Cushman (1990), μία βασική εμπειρία πολλών Αμερικανών ήταν η λεγόμενη εμπειρία του «άδειου εαυτού»:

Έχει διαμορφωθεί ένας εαυτός ο οποίος βιώνει τη σημαντική απουσία της κοινότητας, της παράδοσης και ενός κοινού νοήματος. Βιώνει αυτές τις κοινωνικές απουσίες ... ως έλλειψη προσωπικής πεποίθησης και αξίας και τις ενσωματώνει σαν χρόνια, αμετάβλητη συναισθηματική δίψα. Ως εκ τούτου, ο εαυτός που διαμορφώθηκε μετά τον Β' Παγκόσμιο πόλεμο επιθυμεί διακαώς να αποκτήσει και να καταναλώσει και με αυτό τον –ασυνείδητο– τρόπο προσπαθεί να αντισταθμίσει όλα όσα έχασε στο παρελθόν.

(Cushman 1990: 600)

Σύμφωνα με τον Cushman, οι δύο σημαντικότερες πολιτισμικές απαντήσεις στον

άδειο εαυτό είναι η ψυχοθεραπεία και ο καταναλωτισμός. Για να ικανοποιήσει την «αμετάβλητη συναισθηματική δίψα», ο πολίτης μιας ανεπτυγμένης καπιταλιστικής οικονομίας έχει την επιλογή να κλείσει ραντεβού με ένα θεραπευτή ή, ενδεχομένως, να αγοράσει καινούργιο αυτοκίνητο.

## Η εξάπλωση της συμβουλευτικής στα τέλη του 20ού αιώνα

Μέχρι σήμερα, η συζήτηση επικεντρώθηκε στην εξέλιξη της ψυχοθεραπείας ως επαγγέλματος κατά τον 19ο και στις αρχές του 20ού αιώνα. Η συμβουλευτική ως ξεχωριστό επάγγελμα ωρίμασε μόλις στη δεκαετία του 1950 και συνεπώς η κατανόηση της ιστορίας της ψυχοθεραπείας είναι απαραίτητη για να βρούμε τον συνδετικό κρίκο μεταξύ της συμβουλευτικής και των παλιότερων μορφών της επούλωσης – θεραπείας και της περίθαλψης. Παρόλο που από πολλές απόψεις η συμβουλευτική μπορεί να θεωρηθεί προέκταση της ψυχοθεραπείας, τρόπος προώθησης της τελευταίας σε ομάδες καταναλωτών, υπάρχουν τουλάχιστον ακόμα δύο σημαντικά ιστορικά στοιχεία που τη διαφοροποιούν από την ψυχοθεραπεία: η συμμετοχή της συμβουλευτικής στο εκπαιδευτικό σύστημα και ο ρόλος που διαδραματίζει σε φορείς που ενεργοποιούνται εθελοντικά στον τομέα αυτό.

Οι διαφορετικές μορφές συμβουλευτικής έκαναν την εμφάνισή τους στα σχολεία και τα πανεπιστήμια στις δεκαετίες του 1920 και 1930 ως επαγγελματική καθοδήγηση, καθώς και ως υπηρεσία που απευθυνόταν σε νέους με δυσκολίες προσαρμογής στη σχολική και την πανεπιστημιακή ζωή. Τα ψυχολογικά τεστ και οι αξιολογήσεις ήταν συνδεδεμένα με αυτές τις δραστηριότητες, πάντοτε όμως τα προβλήματα ή τα αποτελέσματα των τεστ των φοιτητών συζητιούνταν ή ερμηνεύονταν (Whiteley 1984).

Επιπλέον, η συμβουλευτική έχει πολύ βαθιές ρίζες στον τομέα παροχής εθελοντικών υπηρεσιών. Ενδεικτικά αναφέρουμε πως ο μεγαλύτερος αποκλειστικός φορέας παροχής συμβουλευτικών υπηρεσιών στη Βρετανία, το Εθνικό Συμβούλιο Καθοδήγησης Γάμου (National Marriage Guidance Council – RELATE), συστήθηκε κατά τη δεκαετία του 1940 από μια ομάδα ανθρώπων οι οποίοι ανησυχούσαν για την πρόσφατη, τότε, απειλή του πολέμου προς το γάμο (Lewis κ.ά. 1992). Όμοια, άλλες ομάδες εθελοντών σύστησαν φορείς παροχής υπηρεσιών συμβουλευτικής, για παράδειγμα, ειδικούς σε περιπτώσεις βιασμού, απώλειας και πένθους και σε ζητήματα που σχετίζονται με τα ομοφυλόφιλα άτομα, άντρες και γυναίκες, καθώς και με την κακοποίηση ανηλίκων.

Η συνύπαρξη παραδόσεων εκπαιδευτικού και εθελοντικού χαρακτήρα με τις ισχυρά ψυχοθεραπευτικές και, σχετικά διεσπαρμένες, θρησκευτικές παραδόσεις υποδηλώνει πως ανέκαθεν υπήρχε μια μορφή συμβουλευτικής που εστιάζει το βλέμμα της στα τρέχοντα κοινωνικά προβλήματα κάθε εποχής. Επίσης, η συμβουλευτική υφίσταται και εκτός του ιατρικού καθεστώτος, ενώ η ψυχοθεραπεία είναι άρρηκτα συνδεδεμένη με την παροχή υγειονομικής περίθαλψης μέσω της ψυχιατρικής,

καθώς και με επαγγέλματα που σχετίζονται με την ιατρική, όπως είναι η κλινική ψυχολογία και η κοινωνική ψυχιατρική πρόνοια. Και, τέλος, η συμβουλευτική έχει αποκτήσει έναν μη επαγγελματικό χαρακτήρα που ευδοκμεί στις τοπικές κοινότητες ως μέσο διασφάλισης εθελοντών λειτουργιών και χρηματοδότησης. Συνεπώς, παρόλο που οι σύμβουλοι και οι ψυχοθεραπευτές διαθέτουν σχεδόν τις ίδιες δεξιότητες και τείνουν να ασχολούνται με παρόμοιες ομάδες πελατών, από πολιτισμική άποψη τοποθετούνται σε σχετικά διαφορετικά πεδία. Δυστυχώς, όμως, δεν υπάρχει καμία ολοκληρωμένη πολιτισμική μελέτη της ιστορίας της συμβουλευτικής για να προβούμε σε περαιτέρω διαπιστώσεις.

Τι οδήγησε στην ταχύτερη εξάπλωση της συμβουλευτικής τα τελευταία 25 χρόνια; Αναμφίβολα, στη Βρετανία και τις ΗΠΑ ο αριθμός των συμβούλων και η γενικότερη διαθεσιμότητα υπηρεσιών συμβουλευτικής αυξήθηκαν σημαντικά από τη δεκαετία του 1970. Οι παράγοντες που ευθύνονται για την αύξηση αυτή είναι αρκετοί και συνοψίζονται ως εξής:

- Σε έναν μεταμοντέρνο κόσμο, τα άτομα έχουν αυτόματα επίγνωση των διαθέσιμων επιλογών σχετικά με την ταυτότητά τους. Ο εαυτός έχει ένα «σχέδιο» και η συμβουλευτική είναι ένας τρόπος αυτόματης επιλογής ταυτότητας (Giddens 1991).
- Επαγγέλματα σχετικά με την περίθαλψη και τους ανθρώπους, όπως η νοσηλευτική, η ιατρική, η διδασκαλία και η κοινωνική εργασία, τα οποία είχαν έναν συμβουλευτικό ρόλο κατά τις δεκαετίες του 1970 και 1980, συρρικνώθηκαν οικονομικά και διαχειριστικά. Όσοι ασκούσαν τα επαγγέλματα αυτά δεν είχαν πλέον το χρόνο να ακούσουν τα προβλήματα των πελατών τους. Για να διατηρήσουν την ποιότητα της επαφής με αυτούς, πολλοί μετεκπαιδεύτηκαν στη συμβουλευτική και, κατά συνέπεια, δημιούργησαν ειδικευμένους ρόλους συμβούλου εντός των φορέων στους οποίους απασχολούνται.
- Πολλοί σύμβουλοι διαθέτουν επιχειρηματικό πνεύμα και αξιοποιούν τις υπηρεσίες τους σε νέες ομάδες καταναλωτών. Λόγου χάρη, ο διευθυντής προσωπικού μιας μεγάλης εταιρείας διαθέτει αρχείο με διαφημιστικά φυλλάδια συμβούλων και φορέων παροχής υπηρεσιών συμβουλευτικής που προθεμποποιούνται να προσφέρουν τις υπηρεσίες τους στους υπαλλήλους της εταιρείας.
- Η συμβουλευτική διαφημίζεται τακτικά από τα μέσα μαζικής ενημέρωσης και τις περισσότερες φορές η διαφήμιση αυτή είναι θετική.
- Εξακολουθούμε να ζούμε σε μια κατακερματισμένη και αποξενωμένη κοινωνία, όπου υπάρχουν άνθρωποι που αισθάνονται την έλλειψη ενός συστήματος συναισθηματικής και κοινωνικής υποστήριξης. Σε μια μεγάλη πόλη, για παράδειγμα, ίσως υπάρχουν πολεοπηθείς ομάδες προσφύγων. Όλο και περισσότεροι άνθρωποι ζουν μόνοι.

Συνεπώς, υπάρχουν πολλοί παράγοντες που ενδέχεται να συνδέονται με την εξάπλωση της συμβουλευτικής. Είναι σαφές ότι η συμβουλευτική αναπτύχθηκε κυρίως ως

Πλαίσιο

2.1

## Από την ψυχοθεραπεία στην ψυχοτεχνολογία: η αναδιαμόρφωση της θεραπείας από το «σύστημα ελεγχόμενης περίθαλψης»

Έπικρατεί η άποψη ότι η συμβουλευτική και η ψυχοθεραπεία βρίσκονται διαρκώς σε μια διαδικασία αναδιάρθρωσης, με στόχο να ανταποκριθούν στην κοινωνική, πολιτική και τεχνολογική αλλαγή. Μία από τις πλέον σημαντικές διαστάσεις της κοινωνικής αλλαγής τα τελευταία 30 χρόνια ήταν η ανάγκη ύπαρξης προϋπολογισμού για τον τομέα της υγείας, λόγω του γηράσκοντος πληθυσμού, των αυξανόμενων δαπανών για τις ιατρικές θεραπευτικές αγωγές που συνδέονται με τις εξελίξεις στην τεχνολογία και της γενικής προσδοκίας για βελτίωση των προτύπων και της ποιότητας της υγειονομικής περίθαλψης. Οι παράγοντες αυτοί άσκησαν πιέσεις για τον έλεγχο και την «κατανομή» της υγειονομικής περίθαλψης που παρέχεται σε διαφορετικές περιοχές. Στις ΗΠΑ η πολιτική αυτή είναι γνωστή ως «σύστημα ελεγχόμενης περίθαλψης». Ενδεικτικά αναφέρουμε το παράδειγμα των ασφαλιστικών εταιρειών, οι οποίες για τις υπηρεσίες συμβουλευτικής και ψυχοθεραπείας ακολουθούν την εξής πολιτική: επιβάλλουν αυστηρό έλεγχο στον αριθμό των διαθέσιμων θεραπευτικών συνεδριών, παρακολουθούν στενά την απόδοση των θεραπειών και αποζημιώνουν μόνο τους θεραπευτές των οποίων οι ασθενείς πάσχουν από συγκεκριμένες διαταραχές και η θεραπευτική προσέγγιση που ακολουθούν, σύμφωνα με έρευνες, λειτουργεί αποτελεσματικά στην αντιμετώπιση των διαταραχών αυτών. Πολλοί συγγραφείς, αμερικανοί σύμβουλοι και ψυχοθεραπευτές έχουν επικρίνει έντονα την τάση αυτή, θεωρώντας την ως απομάκρυνση από την επαγγελματική αυτονομία και τη δεοντολογική «πελατοκεντρική» προσέγγιση, η οποία μπορεί να περιγραφεί ως ψυχοτεχνολογία (τεχνικές και μετρήσεις) και όχι ως μια σχέση επούλωσης – θεραπείας. Οι Cushman και Gilford (1999: 25) υποστηρίζουν τα ακόλουθα:

Στο σύστημα ελεγχόμενης περίθαλψης ο θεραπευτής εμφανίζεται απρόσωπος, ένα άτομο που λειτουργεί σχεδόν μηχανικά, σαν ηλεκτρονικός υπολογιστής, χωρίς ατομικά χαρακτηριστικά ... οι θεραπευτές μοιάζουν με προγραμματισμένους υπολογιστές, που υφίστανται προσαρμογές από τους ανωτέρους τους κατόπιν «επιθεώρησης», για να ρυθμίσουν καλύτερα τα αποτελέσματά τους ... Αντίστοιχα, ο ασθενής εμφανίζεται ως συγκαταβατικός αποδέκτης των ειδικών γνώσεων και τεχνικών που του παρουσιάζονται. Οι ασθενείς μοιάζουν ταλαιπωρημένοι από προβλήματα που μπορούν εύκολα να γίνουν κατανοητά, να ταξινομηθούν και να θεραπευτούν από αγνώστους.

Για τους Cushman και Gilford η αποδοχή του συστήματος ελεγχόμενης περίθαλψης από τους ανθρώπους είναι το επόμενο στάδιο στην εξέλιξη του «άδειου εαυτού», όπου οι επιφανειακοί «πολυσχιδείς εαυτοί» πολλαπλασιάζονται ώστε να αντιμετωπίσουν την πολυπλοκότητα της σύγχρονης ζωής. Σε γραπτά τους το 1999 ανέφεραν: «Στην εποχή που ακολούθησε τον Β΄ Παγκόσμιο πόλεμο ... χρειάστηκε να περάσουμε ... σχεδόν 16 χρόνια ρομαντικής κενότητας που αντικατοπτριζόταν στα πρόσωπα του Richard Nixon και του Ronald Reagan. Τώρα έχουμε τον πολυσχιδή Bill Clinton» (σ. 29). Διατυπώνουν μάλιστα το ερώτημα εάν οι θεραπευτές πρέπει να συμβιβάζονται με τον τρόπο που παρουσιάζονται τα πράγματα στο σύστημα ελεγχόμενης περίθαλψης ή εάν διαφαίνεται κάποιος τρόπος αντίστασης.

απάντηση στις απαιτήσεις και τις πιέσεις της κοινωνίας και όχι τόσο επειδή η έρευνα ή κάποια άλλα στοιχεία απέδειξαν την αποτελεσματικότητά της. Τι σημαίνει, όμως, η άποψη ότι η συμβουλευτική έχει αυτή την κοινωνική δομή; Ποια είναι η κοινωνική σημασία της συμβουλευτικής;

## Η κοινωνική σημασία της συμβουλευτικής

Ο ιστορικός απολογισμός που θα διαβάσετε είναι αναπόφευκτα ελλιπής και αποσπασματικός. Δεν έχουν γίνει αρκετές έρευνες ούτε υπήρξε ακαδημαϊκό ενδιαφέρον για την κατανόηση του φαινομένου της συμβουλευτικής και της ψυχοθεραπείας στην κοινωνία του 20ού αιώνα. Ως παράδειγμα αναφέρουμε ότι το μεγαλύτερο μέρος της ιστορικής βιβλιογραφίας που υπάρχει σχετικά με την εξάπλωση της ψυχοθεραπείας στον 20ό αιώνα εστιάζεται αποκλειστικά στο τι συνέβη στην Αμερική. Η μελέτη της ιστορίας της θεραπείας στις ευρωπαϊκές χώρες μπορεί αναμφίβολα να φέρει στο φως διαφορετικά θέματα, καθώς και παράγοντες που συντέλεσαν στην εξάπλωσή της. Ωστόσο, ακόμα και από αυτή την περιορισμένη μελέτη των ιστορικών παραγόντων μπορούμε να συναγάγουμε το συμπέρασμα ότι η μορφή της σύγχρονης θεωρίας και πρακτικής έχει επηρεαστεί από πολιτισμικές δυνάμεις (Woolfe 1983· Pilgrim 1990· Salmon 1991· Cushman 1995). Συγκεκριμένα, η συμβολή κυρίαρχων προσωπικοτήτων στην ιστορία της συμβουλευτικής, όπως οι Freud και Rogers, δεν συνίσταται τόσο στο ότι επινόησαν νέες θεωρίες όσο στο ότι άρθρωσαν και διατύπωσαν έναν τρόπο σκέψης και εργασίας που είχε αρχίσει να αποκρυσταλλώνεται στην κουλτούρα της εποχής τους. Ο ιστορικός απολογισμός φέρνει επίσης στην επιφάνεια και φωτίζει όλες τις πτυχές της συμβουλευτικής πρακτικής. Τα βασικά αυτά θέματα αφορούν, πρώτον, τον τρόπο που κατανοούμε την *κοινωνική σημασία* της συμβουλευτικής και, δεύτερον, την *εικόνα του προσώπου*, όπως την προβάλλουν οι διάφορες συμβουλευτικές θεωρίες.

Από τη μελέτη σχετικά με τις απαρχές της ψυχιατρικής είναι σαφές ότι τα πρώτα χρόνια η ψυχιατρική περίθαλψη έδινε έμφαση στον έλεγχο των ατόμων που δημιουργούσαν αναστάτωση στην ομαλή λειτουργία της κοινωνίας. Παρόλο που στην ψυχιατρική έχουν αλλάξει πολλά έκτοτε, ακόμα και σήμερα στις περισσότερες χώρες οι ψυχίατροι έχουν την εξουσία να επιβάλλουν υποχρεωτική νοσηλεία. Στο άλλο άκρο βρίσκονται οι θεραπευτές με ανθρωπιστικό προσανατολισμό, οι οποίοι έχουν στόχο την «αυτοπραγμάτωση» και λαμβάνουν ως δεδομένο ότι οι πελάτες τους είναι υπεύθυνοι για τη ζωή και τις πράξεις τους. Οι σύμβουλοι και οι οργανισμοί παροχής συμβουλευτικών υπηρεσιών έχουν την έντονη τάση να τοποθετούνται σαφώς υπέρ της ατομικής ελευθερίας και της απελευθέρωσης στη διαδικασία αυτή. Ωστόσο, στην πράξη ασκούνται πιέσεις για συμμόρφωση προς τις κοινωνικές επιταγές, καθώς και έλεγχος σε όλες τις μορφές παροχής συμβουλευτικών υπηρεσιών. Οι αξίες και οι πεποιθήσεις

του συμβούλου είναι πιο άμεσες και συγκεκριμένες ως προς το ποιος τύπος συμπεριφοράς είναι κοινωνικά αποδεκτός ή απορριπτός από το μέρος του πελάτη. Λιγότερο σαφής είναι η επιρροή εκείνου του φορέα ή ατόμου που αποζημιώνει το σύμβουλο για τις υπηρεσίες του, ειδικά όταν οι υπηρεσίες αυτές παρέχονται σε πανεπιστήμια, επιχειρήσεις ή εθελοντικούς φορείς, όπου η αμοιβή δεν καταβάλλεται από το άτομο που μετέχει στις συνεδρίες. Τέλος, σε εξαιρετικές περιπτώσεις, που οι πελάτες απειλούν να προβούν σε βίαιες ενέργειες εναντίον των ιδίων ή άλλων ατόμων, ασκούνται έντονες πιέσεις στο σύμβουλο να πάρει τον έλεγχο της κατάστασης στα χέρια του και του επιβάλλονται κυρώσεις εάν δεν αναλάβει δράση.

Ορισμένοι συγγραφείς θεωρούν ότι η προσέγγισή τους στη συμβουλευτική και την ψυχοθεραπεία συνιστά κριτική στους υφιστάμενους κοινωνικούς κανόνες ή ακόμα και ένα μέσο κοινωνικής αλλαγής. Ο ριζοσπάστης ψυχαναλυτής Kovel (1981), λόγου χάρι, υποστήριξε ότι η κλασική φροϊδική θεωρία είναι ένα ισχυρό εργαλείο πολιτικής αλλαγής και εξέφρασε τη λύπη του για τους τρόπους με τους οποίους, ιδιαίτερα στις ΗΠΑ, οι μεταφροϊδικοί θεωρητικοί δεύτερης γενιάς διαχειρίστηκαν τις ιδέες του Freud:

Κατ' ανάγκη αγνόησαν την εκπληκτική κριτική ικανότητα του Freud να βλέπει κάτω από, αλλά και πέρα από, την καθεστηκυία τάξη, ενώ αναγκαστικά ενισχύθηκε ό,τι ήταν συμβατό με τις προηγμένες καπιταλιστικές σχέσεις – η απελευθέρωση μικρής ποσότητας επιθυμίας μαζί με τον τεχνικό έλεγχο και τη διαστροφή της.

Το επιχείρημα ότι η ριζοσπαστική πλευρά της φροϊδικής θεωρίας έχει χαθεί ανήκει και πάλι στον Holland (1977), ενώ η ιδέα της συμβουλευτικής ή της θεραπείας ως οχήματος για την κοινωνική αλλαγή έχει διατυπωθεί από τον Rogers (1978). Στη σύγχρονη πρακτική η συμμαχία που υπάρχει μεταξύ θεραπείας και κοινωνικής αλλαγής είναι περισσότερο έργο των φεμινιστριών, των ομοφυλόφιλων συμβούλων και των επαγγελματιών που είναι μέλη μειονοτικών εθνικών ομάδων (βλ. Κεφάλαιο 7). Ωστόσο, όλες οι προσπάθειες να γίνει πιο ριζοσπαστική η συμβουλευτική μοιραία έρχονται αντιμέτωπες με την ίδια αντίφαση, την αναζήτηση δηλαδή της κοινωνικής αλλαγής διαμέσου της εξατομίκευσης ή της ανάλυσης των κοινωνικών προβλημάτων μέσω της ψυχολογίας (Conrad 1981).

Άλλη μία σημαντικότατη πλευρά της κοινωνικής φύσης της συμβουλευτικής αφορά την κατανομή της εξουσίας μεταξύ πελάτη και συμβούλου. Αν ανατρέξουμε στην ιστορία, θα δούμε ότι η σχέση συμβούλου-πελάτη έχει διαμορφωθεί επάνω στα αντίστοιχα μοντέλα σχέσης γιατρού-ασθενή και ιερέα-ενορήτη. Παραδοσιακά, οι γιατροί και οι ιερείς θεωρούνταν ειδικοί και πρόσωπα εξουσίας και οι άνθρωποι που τους συμβουλευόνταν περίμεναν από εκείνους να τους δώσουν απαντήσεις. Αντίθετα, στον κόσμο της συμβουλευτικής πολλοί επαγγελματίες ασπάζονται την «ενδυνάμωση» των πελατών και λίγο ή πολύ θα συμφωνούσαν με την πεποίθηση του Carl Rogers ότι «ο πελάτης είναι εκείνος που γνωρίζει τι είναι σωστό». Παρ' όλ' αυτά, οι συνθήκες στις περισσότερες συνεντεύξεις στο πλαίσιο της συμβουλευτικής αναπαράγουν πλευρές

της σχέσης εξουσίας γιατρού-ασθενή. Η συνάντηση πραγματοποιείται «στην έδρα» του συμβούλου, ο οποίος έχει την εξουσία να ξεκινήσει και να τερματίσει μία συνεδρία. Ο σύμβουλος γνωρίζει τα πάντα για τον πελάτη, ενώ ο πελάτης γνωρίζει ελάχιστα στοιχεία για εκείνον. Ορισμένοι σύμβουλοι είναι τόσο πεπεισμένοι ότι η έλλειψη ισορροπίας ως προς την εξουσία στη σχέση συμβούλου-πελάτη δεν λειτουργεί θετικά για τον τελευταίο, ώστε έχουν ταχθεί υπέρ της δημιουργίας των δικτύων αυτοβοήθειας (βλ Κεφάλαιο 17), όπου οι άνθρωποι βοηθούν εκ περιτροπής ο ένας τον άλλο. Εδώ αξίζει να σημειωθεί ότι αριθμητικά οι περισσότερες επαφές στο πλαίσιο της συμβουλευτικής έχουν γίνει μέσω φορέων παροχής συμβουλευτικών υπηρεσιών διά τηλεφώνου, σε περιπτώσεις που ο πελάτης έχει μεγαλύτερο έλεγχο ως προς τις πληροφορίες που θα αποκαλύψει στο συνομιλητή του και ως προς τη διάρκεια της συνεδρίας.

Η πολιτική διάσταση της συμβουλευτικής παρουσιάζεται διεξοδικά στο Κεφάλαιο 14

Πολλοί συγγραφείς τα τελευταία χρόνια έχουν εστιάσει στους τρόπους με τους οποίους η εξουσία μπορεί να ασκηθεί καταχρηστικά σε μια σχέση συμβουλευτικής, για παράδειγμα, μέσω της σεξουαλικής εκμετάλλευσης των πελατών. Ένας από τους συγγραφείς αυτούς, ο Masson (1988, 1992), έχει συγκεντρώσει πολύ υλικό σχετικά με περιπτώσεις εκμετάλλευσης πελατών. Ισχυρίζεται ότι αυτό το είδος εκμετάλλευσης δεν συνιστά απλώς τυχαίο παράπτωμα που εμπίπτει στα αντιδεοντολογικά πρότυπα συμπεριφοράς, αλλά στην πραγματικότητα ενυπάρχει ως αναπόφευκτη συνέπεια σε κάθε σύμβαση θεραπευτικής διαδικασίας. Ο Masson (1988: 296) έχει γράψει ότι «το ίδιο το επάγγελμα είναι διεφθαρμένο ... Ο βασικός μηχανισμός της ψυχοθεραπείας είναι το κέρδος από τον πόνο ενός άλλου ανθρώπου» και εισηγείται την ιδέα της κατάργησής της. Ενώ είναι λίγοι εκείνοι που συμφωνούν με αυτή την απόψη που συνιστά απόλυτη καταδίκη της ψυχοθεραπείας, ενώπιον των συντριπτικών στοιχείων που παρουσιάζει ο Masson είναι αδύνατο να αρνηθεί κανείς ότι τα επιχειρήματά του χρήζουν ιδιαίτερης προσοχής. Το γεγονός ότι τόσο πολλά παραδείγματα εκμετάλλευσης πελατών, όπως αποκάλυψε ο Masson (1988, 1992), σχετίζονται με περιπτώσεις αντρών που εκμεταλλεύονται γυναίκες, δημιουργεί την ανάγκη να τις παραβάλουμε με το γενικότερο κοινωνικό φαινόμενο της βίας των αντρών απέναντι στις γυναίκες, η οποία εκφράζεται με την άσκηση σωματικής βίας, το βιασμό και την πορνογραφία.

Η κοινωνική φύση της συμβουλευτικής επηρεάζει το έργο του συμβούλου με τρεις τρόπους: Πρώτον, η κίνηση ενός ανθρώπου να επισκεφτεί κάποιον σύμβουλο και η διαδικασία αλλαγής που προκύπτει στη συνέχεια θα έχει πάντοτε αντίκτυπο στον κοινωνικό του περίγυρο. Δεύτερον, η εξουσία και το κύρος του συμβούλου προέρχονται από το γεγονός ότι έχει αναλάβει έναν κοινωνικά αποδεκτό ρόλο, αυτόν του ανθρώπου που «επουλώνει τραύματα» ή «παρέχει βοήθεια». Ποιον από τους δύο παραπάνω ρόλους θα αναλάβει ο σύμβουλος, αυτό εξαρτάται από το κοινωνικό πλαίσιο. Λόγου χάρη, οι θεραπευτές που εργάζονται στα νοσοκομεία χρησιμοποιούν τη γλώσσα της

επισημής για να περιγράψουν τη δουλειά τους, ενώ αντίθετα εκείνοι που απασχολούνται σε ολιστικές κλινικές ή κλινικές εναλλακτικών μεθόδων θεραπείας υιοθετούν τη γλώσσα της ωρίμανσης και της πνευματικότητας. Τρίτον, ο πελάτης και ο σύμβουλος αναπαριστούν μέσα στη σχέση τους τις διαφορετικές μορφές κοινωνικής αλληλεπίδρασης που χρησιμοποιούν στην καθημερινότητά τους.

Αυτές οι τρεις διαστάσεις στην κοινωνική και πολιτισμική βάση της συμβουλευτικής στην πράξη συνδέονται μεταξύ τους και αλληλεπιδρούν. Ένα παράδειγμα για το πώς οι ιδέες αυτές συντίθενται για να συμβάλουν στην κατανόηση του τρόπου που λειτουργεί ο σύμβουλος μέσα σε ένα κοινωνικό πλαίσιο δίνουν οι Bergner και Staggs (1987) μέσα από το μοντέλο «πιστοποίησης επιπέδου». Υποστηρίζουν ότι οι θεραπευτές θεωρούνται άτομα κύρους μέσα στην κοινότητα. Η ιδιότητα του θεραπευτή συμβαδίζει με την αποδοχή ότι το άτομο αυτό είναι λογικό, σημαντικό, έντιμο και αξιόπιστο. Συνεπώς, οποιεσδήποτε ιδιότητες ή χαρακτηριστικά προσδώσει ο σύμβουλος στον πελάτη είναι πιθανό να γίνουν πιστευτά ή αποδεκτά. Οι Bergner και Staggs (1987) επισημαίνουν ότι σε μία θετική θεραπευτική σχέση ο θεραπευτής συμπεριφέρεται προς τον πελάτη σαν ο τελευταίος να είναι κάποιος που μιλά λογικά και αξίζει την προσοχή του, κάποιος που έχει το θένος και τη δύναμη να επιλέξει. Ο πελάτης που θα διαπιστώσει ότι ένα άτομο με κύρος (όπως ο σύμβουλος ή ο θεραπευτής του) του προσδίδει τέτοιου είδους χαρακτηριστικά θα αισθανθεί ότι «μέσα από αυτή τη διαδικασία αποκτά νέες θέσεις ή "επίπεδα" που του δίνουν πολλές πιθανότητες να συμμετέχει πλήρως στην κοινωνία» (Bergner και Staggs 1987: 315). Ο Frank (1974: 272) επαναλαμβάνει την ίδια άποψη, λέγοντας ότι «εφόσον ο θεραπευτής αντιπροσωπεύει την ευρύτερη κοινωνία, όλες οι μορφές θεραπείας βοηθούν στην αντιμετώπιση της απομόνωσης του ασθενή και αποκαθιστούν την αίσθηση συνεκτικότητας με την ομάδα του· ως εκ τούτου τον βοηθά να επανακτήσει το νόημα της ζωής του». Από αυτή την άποψη, η θεραπεία συνιστά μία κοινωνική διεργασία που παρέχει στους ανθρώπους την πιστοποίηση ότι είναι ψυχικά υγιή και αξιόλογα μέλη της κοινωνίας. Η διεργασία αυτή είναι το αντίθετο από την «ετικετοποίηση», σύμφωνα με την οποία οι άνθρωποι που θεωρούνται «ψυχικά ασθενείς» στιγματίζονται ως επικίνδυνοι, παράλογοι και περιθωριακοί (Scheff 1974).

## Εικόνες του προσώπου μέσα από τις συμβουλευτικές προσεγγίσεις

Πρακτικά, μία συμβουλευτική προσέγγιση, όπως είναι η ψυχαναλυτική ή η συμπεριφοριστική θεραπεία, μπορεί να αποτελείται απλώς από ένα σύνολο στρατηγικών για την παροχή βοήθειας στα άτομα που τη χρειάζονται. Κάτω όμως από τις στρατηγικές αυτές κάθε προσέγγιση αντανακλά έναν διαφορετικό τρόπο θεώρησης των ανθρώπων, μία εικόνα του τι σημαίνει να είσαι άνθρωπος, μια «ηθική άποψη» (Christopher 1996). Παλιότερα, την εποχή της λειτουργίας των ασύλων, οι παράφρονες θεωρούνταν



σαν ζώα, χωρίς λογική, ανίκανοι να επικοινωνήσουν, εκτός ελέγχου. Κάποιες από αυτές τις έννοιες εξακολουθούσαν να υφίστανται και στη φροϊδική εικόνα του προσώπου, με τη διαφορά ότι στην ψυχανάλυση το ζώο/Εκείνο (id) ήταν απλώς ένα, συνήθως κρυμμένο, κομμάτι της προσωπικότητας. Η συμπεριφοριστική εικόνα του προσώπου έχει συχνά περιγραφεί ως «μηχανιστική»: οι πελάτες είναι σαν μηχανές που έχουν υποστεί βλάβη, αλλά μπορούν να επισκευαστούν. Στη γνωσιακή προσέγγιση, η εικόνα του πελάτη που μετέχει στη συμβουλευτική διαδικασία είναι και πάλι μηχανιστική, αλλά χρησιμοποιεί τη μεταφορά της σύγχρονης μηχανής, του ηλεκτρονικού υπολογιστή. Ο πελάτης είναι σαν ένας ηλεκτρονικός υπολογιστής που δεν έχει προγραμματιστεί σωστά, ωστόσο μπορεί να ρυθμιστεί εάν οι μη λογικές εντολές αντικατασταθούν από αντίστοιχες λογικές. Η ανθρωπιστική εικόνα δανείζεται στοιχεία από τον κόσμο της βοτανικής: ο Rogers, λόγου χάρη, χρησιμοποιεί μεταφορές που παραπέμπουν στην ανάπτυξη των φυτών και στις συνθήκες που είτε διευκολύνουν είτε παρεμποδίζουν την ανάπτυξή τους.

Καθεμιά από τις εικόνες του εαυτού έχει μια προϊστορία. Γενικά, η συμβουλευτική αναδύθηκε μέσα από ένα μακρύ ιστορικό ταξίδι προς την κατεύθυνση του αυτάρκους *ατομικισμού* (Baumeister 1987· Logan 1987· Cushman 1990, 1995). Η βαθιά ατομικιστική φύση των περισσότερων –αν όχι όλων– συμβουλευτικών προσεγγίσεων περιορίζει τη δυνατότητα εφαρμογής τους σε πελάτες που ταυτίζονται με συλλογικές πολιτισμικές παραδόσεις.

Το ερώτημα σχετικά με το είδος του κόσμου που οι διάφορες προσεγγίσεις παρουσιάζουν εκτείνεται πέρα από την απλή αναγνώριση των διαφορετικών «μεταφορών» ή εικόνων του εαυτού που βρίσκονται στο κέντρο των διαφορετικών θεωρητικών συστημάτων. Υπάρχει επίσης το ερώτημα εάν το μοντέλο της συμβουλευτικής αντανακλά την πραγματικότητα του κόσμου, όπως τον βιώνουμε. Λόγου χάρη, η ψυχαναλυτική θεωρία ήταν το προϊόν μιας κοινωνίας στην οποία κυριαρχούσαν εμφανώς οι άντρες, ενώ πολλές γυναίκες συγγραφείς και επαγγελματίες δήλωσαν πως σε αυτή ελάχιστα ήταν τα στοιχεία που ταυτίζονταν με την πραγματικότητα των γυναικών. Οι ανθρωπιστικές προσεγγίσεις απεικονίζουν μία θετική, αισιόδοξη άποψη του κόσμου, την οποία ορισμένοι επέκριναν υποστηρίζοντας ότι συνιστά άρνηση της τραγωδίας, της απώλειας και του θανάτου. Θα μπορούσε κάποιος να προσθέσει επίσης ότι, στην ουσία, όλες οι συμβουλευτικές θεωρίες εμπεριέχουν μία μεσοαστική, ιουδαϊκή-χριστιανική, χαρακτηριστική της λευκής φυλής θεώρηση της ζωής.

Η σημασία της εικόνας του προσώπου ή του κόσμου στη συμβουλευτική, όπως παρουσιάζεται μέσα από μία συγκεκριμένη προσέγγιση ή θεωρία, έγκειται στη συνειδητοποίηση ότι δεν ζούμε σε έναν κοινωνικό κόσμο όπου κυριαρχεί ένα ενιαίο σύνολο ιδεών που καλύπτει όλους τους τομείς. Βασικό μέρος της πορείας που διανύει κάποιος για να γίνει σύμβουλος είναι η επιλογή μίας από τις εκδοχές της πραγματικότητας, η οποία είναι λογική και κατάλληλη για να ζήσουμε σε αυτή. Αλλά ανεξάρτητα από την εκδοχή που θα επιλέξει, αυτό που πρέπει να γίνει κατανοητό είναι ότι

συνιστά μόνο μία από αρκετές άλλες εναλλακτικές εκδοχές. Ο πελάτης, για παράδειγμα, μπορεί να βλέπει τον κόσμο με έναν ουσιαστικά διαφορετικό τρόπο και ίσως αυτό το είδος φιλοσοφικής ασυμβατότητας να είναι κρίσιμο σημείο για την επιτυχία της συμβουλευτικής διαδικασίας. Η Van Deurzen-Smith (1988: 1) γράφει ότι:

κάθε συμβουλευτική προσέγγιση βασίζεται σε ένα σύνολο ιδεών και πεποιθήσεων για τη ζωή, τον κόσμο, τους ανθρώπους... Οι πελάτες θα αντλήσουν όφελος μόνο υπό την προϋπόθεση ότι θα αισθανθούν ικανοί να συμβαδίσουν με τα βασικά αξιώματα.

Οι ποικίλες μεταφορές, εικόνες ή βασικά αξιώματα σχετικά με την πραγματικότητα που βρίσκονται στη βάση των διαφορετικών συμβουλευτικών προσεγγίσεων μπορούν να καταστήσουν δύσκολη ή και αδύνατη τη συμφιλίωση ή το συνδυασμό ορισμένων προσεγγίσεων, όπως φαίνεται και από τη διαμάχη μεταξύ Rogers και Skinner σχετικά με τη φύση της επιλογής (Kirschenbaum και Henderson 1990). Ιστορικά, η ανάπτυξη της συμβουλευτικής θεωρίας αποδίδεται εν μέρει στις εντάσεις μεταξύ των ανταγωνιστικών ιδεολογιών ή εικόνων του ατόμου. Η αντίθεση που υπάρχει ανάμεσα στη βιολογική σύλληψη του ανθρώπου και στην αντίστοιχη κοινωνική/επαρξιακή γίνεται εμφανής σε πολλές θεωρητικές διαμάχες στον τομέα αυτό. Ο Bakan (1966) υποστήριξε ότι οι ψυχολογικές θεωρίες και οι θεραπείες που πηγάζουν από αυτές μπορούν να χωριστούν σε δύο ομάδες. Η πρώτη περιλαμβάνει εκείνες που θεμελιακά ασχολούνται με την κατανόηση του *μυστηρίου* της ζωής, ενώ η δεύτερη συγκεντρώνει θεωρίες που έχουν στόχο τους τη *γνώση και τον έλεγχο* της ζωής. Ο Bakan (1966) θεωρεί ότι το σύμπλεγμα «μυστήριο – γνώση και έλεγχος» ευθύνεται για πολλές διαμάχες και ζητήματα, τα οποία πραγματεύονται η ψυχολογία και η θεραπεία.

Τέλος, υπάρχει και το ερώτημα του τρόπου με τον οποίο η εικόνα του προσώπου χρησιμοποιείται στη θεραπευτική σχέση, εάν δηλαδή η εικόνα που έχει ο σύμβουλος επιβάλλεται στον πελάτη, ως μία αυστηρή δομή στην οποία η ζωή του τελευταίου εντάσσεται διά της βίας, ή εάν «η αποκάλυψη της εικόνας του προσώπου... συντελείται *ανάμεσα* στο θεραπευτή και τον πελάτη ή *ανάμεσα* στα μέλη μιας ομάδας» (Friedman 1982).

## Συμπεράσματα

Για να κατανοήσουμε τους τρόπους με τους οποίους η συμβουλευτική γίνεται αντιληπτή και ασκείται ως επάγγελμα, πρέπει να μελετήσουμε την ιστορία της και το ρόλο της στη σύγχρονη κοινωνία. Τα μέλη της κοινωνίας ή οι πελάτες που καταφθάνουν στο γραφείο του συμβούλου για την πρώτη συνάντησή τους σε γενικές γραμμές γνωρίζουν ελάχιστα για το τι πρέπει να προσδοκούν από τη συνάντηση αυτή. Λίγοι μπορούν να προσδιορίσουν τις διαφορές μεταξύ ψυχιάτρου, ψυχολόγου, συμβούλου και ψυχοθεραπευτή, πόσο μάλλον να ξεχωρίσουν τις διαφορετικές διαθέσιμες εναλλα-

κτικές προσεγγίσεις της συμβουλευτικής. Όμως, πίσω από την έλλειψη ενημέρωσης υπάρχει ένα σύνολο πολιτισμικών εικόνων, το οποίο ενδέχεται να περιλαμβάνει και το φόβο της παραφροσύνης, της ντροπής για όποιον αποφασίσει να ζητήσει βοήθεια, την τελετουργία της εξομολόγησης και την εικόνα του γιατρού ως θεραπευτή. Σε μία πολυπολιτισμική κοινωνία το φάσμα των εικόνων ενδέχεται, πράγματι, να είναι πολύ ευρύ. Ο σύμβουλος επηρεάζεται από αυτές τις πολιτισμικές εικόνες, όπως εξάλλου και από το ότι γίνεται κοινωνός της γλώσσας και της ιδεολογίας μιας συγκεκριμένης συμβουλευτικής προσέγγισης ή των άγραφων κανόνων και αξιών ενός φορέα παροχής υπηρεσιών συμβουλευτικής. Για να κατανοήσουμε τη συμβουλευτική, πρέπει να διευρύνουμε τον ορίζοντα πέρα από τους τοίχους του δωματίου συνέντευξης και να αφομοιώσουμε το ευρύτερο κοινωνικό περιβάλλον μέσα στο οποίο το δωμάτιο συνέντευξης κατέχει τον δικό του χώρο. Στα επόμενα κεφάλαια θα αναπτυχθεί περαιτέρω η συγκεκριμένη κριτική θεώρηση μέσω της εξέτασης ορισμένων από τους σημαντικότερους τομείς της σύγχρονης θεωρίας και πράξης.

## Σύνοψη κεφαλαίου

- Η συμβουλευτική έκανε την εμφάνισή της στο δεύτερο μισό του 20ού αιώνα. Για να κατανοήσουμε τι είναι η συμβουλευτική και σε τι συνίσταται το έργο του συμβούλου, πρέπει να εκτιμήσουμε τις ιστορικές ρίζες και την ανάπτυξη αυτής της μορφής παροχής βοήθειας.
- Στις εποχές που προηγήθηκαν της βιομηχανικής, οι άνθρωποι με συναισθηματικά προβλήματα απευθύνονταν για βοήθεια στον ιερέα τους ή σε άλλα μέλη της κοινότητάς τους.
- Τον 19ο αιώνα, μετά τη Βιομηχανική Επανάσταση και την αυξανόμενη τάση εκκοσμίκευσης της κοινωνίας, αναδύθηκαν νέοι θεσμοί και επαγγέλματα που ασχολήθηκαν με προβλήματα «ψυχικής ασθένειας».
- Στα μέσα του 19ου αιώνα ο μεσμερισμός (ύπνωση) ήταν μια ευρέως διαδεδομένη μορφή ψυχολογικής θεραπείας.
- Προς τα τέλη του 19ου αιώνα ο Freud ενέταξε πολλές διαφορετικές πτυχές της ψυχολογικής, ιατρικής και φιλοσοφικής σκέψης στο πρώτο πλήρως ανεπτυγμένο σύστημα ψυχοθεραπείας, γνωστό ως ψυχανάλυση.
- Η ψυχανάλυση παρέμεινε περιθωριακή δραστηριότητα μέχρι τη στιγμή που υιοθετήθηκε από πολλά τμήματα της αμερικανικής κοινωνίας στις δεκαετίες του 1920 και 1930.
- Η πελατοκεντρική θεωρία του Carl Rogers συνιστούσε μια πιο δημοφιλή, προσβάσιμη προσέγγιση, η οποία συνέβαλε σημαντικά στο να φέρει τη συμβουλευτική κοντά στις μάζες.
- Η ταχεία εξάπλωση και απήχηση της συμβουλευτικής στις ΗΠΑ μπορεί να απο-