

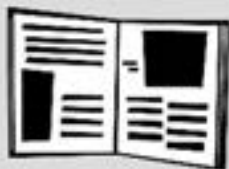


Gestalt NEWS Foundation

ΕΞΑΜΗΝΙΑΙΟ ΦΥΛΛΟ ΕΝΗΜΕΡΩΣΗΣ ΚΑΙ ΕΠΙΚΟΙΝΩΝΙΑΣ ΤΟΥ ΚΕΝΤΡΟΥ ΨΥΧΟΘΕΡΑΠΕΙΑΣ
& ΕΚΠΑΙΔΕΥΣΗΣ GESTALT FOUNDATION ΙΟΥΝΙΟΣ 2009 ΤΕΥΧΟΣ 10^ο



- ➔ Αντί Editorial.....2
- ➔ Μια άλλη περιγραφή του Gestalt Foundation.....2
- ➔ Ψυχολογία και εκπαίδευση.....3
- ➔ Η κοινοτική προσέγγιση στην εκπαίδευση Ψυχαναλυτών ομάδας.....6
- ➔ Συστημικό Κέντρο Εκπαίδευσης & Ψυχολογικής Στήριξης ΣΚΕΨΥ.....6
- ➔ 10 Χρόνια Gestalt!.....8-10
- ➔ Διαφοροποίηση και κοινωνική εντροπία.....11
- ➔ Ψυχοθεραπεία και κοινωνική ευθύνη.....12
- ➔ Επαγγελματικός εθελοντισμός & Gestalt.....14
- ➔ Ελληνική Εταιρεία Νόσου Αλτσχάιμερ.....14
- ➔ Η κοινωνική ευθύνη του θεραπευτή.....15
- ➔ Μια συνεργασία Πρόσκληση Πρόκληση.....16
- ➔ Η Τέχνη της στιγμής.....16



Όσοι ενδιαφέρεστε να συμμετάσχετε σε επόμενα τεύχη είστε καλοδεχούμενοι! Επικοινωνήστε με τη γραμματεία του Gestalt Foundation (τηλ.:2310-283588, 210 7254010, e-mail: thessaloniki@gestaltfoundation.gr και athina@gestaltfoundation.gr) και δηλώστε το ενδιαφέρον να συμμετάσχετε ή απλά για να μας πείτε τη γνώμη σας ή και τις ιδέες σας.

Μας ενδιαφέρει!

Ηλιάνα Κυνηγοπούλου **ΟΡΓΑΝΙΣΜΟΙ & ΣΥΜΒΟΥΛΕΥΤΙΚΗ GESTALT**

ΣΕΛ.13

Harm Siemens **Η ΑΞΙΑ ΤΗΣ ΣΥΝΕΧΙΖΟΜΕΝΗΣ ΔΙΑΔΙΚΑΣΙΑΣ ΤΗΣ ΔΕΣΜΕΥΣΗΣ**

ΣΕΛ.8

10 ΧΡΟΝΙΑ

Αλέξης Χαρισιάδης **ΥΠΑΡΞΙΣΜΟΣ & ΘΕΡΑΠΕΥΤΙΚΗ ΠΡΑΚΤΙΚΗ**

ΣΕΛ.7

Δέσποινα Μπάλλιου **ΑΠΟΦΕΙΣ ΚΑΙ ΣΤΑΣΕΙΣ ΣΤΗ ΔΙΑΔΙΚΑΣΙΑ ΤΗΣ ΜΑΘΗΣΗΣ**

ΣΕΛ.5

Μαρία Μαυρίδου **GESTALT & ΕΚΠΑΙΔΕΥΣΗ**

ΣΕΛ.3

Όλγα Δάσιου **ΑΝΘΡΩΠΙΝΑ ΔΙΚΑΙΩΜΑΤΑ...**

ΚΑΘΗΜΕΡΙΝΑ ΣΕΛ.4

Ομαδική παρουσίαση **Ο ΘΕΡΑΠΕΥΤΗΣ GESTALT μέσα στον χρόνο**

ΣΕΛ.2

Παύλος Ζηρογιάννης **ΔΕΟΝΤΟΛΟΓΙΑ ΓΙΑΤΙ;**

ΣΕΛ.11



Καλωσόρισμα στον αναγνώστη!

Δέκα χρόνια GESTALT FOUNDATION

Μία εικόνα, χίλιες λέξεις, δέκα τεύχη, μία δεκαετία... Σε αυτό το editorial αποφάσισα να αφήσω τις εικόνες να μιλήσουν. Αυτή η καλλιτεχνική δημιουργία από τη νέα μας γραφίστρια (Σοφία, καλώς ήλθε!) αποτελείται από όλες τις φωτογραφίες που χρησιμοποιήσαμε σε αυτά τα δέκα τεύχη του GFNews μαζί με κάποιες παραλειπούμενες! Κι αντί να μονολογήσω, κάλεσα τις συνεταίρες μου και συνιδρύτριες του Gestalt Foundation να μιλήσουμε για αυτήν την πορεία στο εδώ και τώρα μας! Μπορείτε να μας βρείτε στην κεντρική σελίδα του τεύχους. Οι υπόλοιπες σελίδες ολοκληρώνουν το αφιέρωμα με σχόλια από εκδηλώσεις και δραστηριότητες για τα 10 χρόνια του Gestalt Foundation.

Καλή Ανάγνωση,
Καλή μας Συνέχεια!
Αντωνία Κωνσταντινίδου

Μια...άλλη περιγραφή του Gestalt Foundation!

Το παρακάτω ευρηματικό, μπριζικό κείμενο δημιουργήθηκε από την έκκλησή μας στον Αναστάση να γράψει κάτι για το φυλλάδιο που ετοιμάσαμε για τα 10 μας χρόνια.

Μετά από σκέψεις και συζητήσεις αποφασίσαμε να μην το βάλουμε για λόγους πολιτικής. Επίσης, αποφασίσαμε να μη στερήσουμε αυτήν τη δημιουργική κι αυθόρμητη έκφραση από την κοινότητα του Gestalt Foundation. Απολαύστε το!

Gestalt...(Guest Alt! Alt?! Τι λέει ο Fritz ρε? κατοχή έχουμε?... Όχι...ε Τότε?...).

Πρόσκληση σε...προσοχή... σε **επίγνωση**, να δεις τι έχεις **ανάγκη** (έτσι εντάξει!...) Πρόσκληση σε...πάρτυ (Θα έχει χορό! Πώς θα **κινηθώ** που βούλιαξα στον καναπέ?..) Πάρτυ, Participation, συμμετοχή. **Συν+μετέχω...** δημιουργία, επικοινωνία...**Επαφή...** (Είναι κι άλλοι! Αγχώθηκα, πάω στο μπουφέ για καναπέ) **Επαφή με Επίγνωση** της ανάγκης (Σωστά, αλλιώς θα γίνω 100 κιλά!...θα χορέψω, να **χαρώ** κιόλας... Ααα, έχει πολύ **μασούλημα**...για Αργότερα...Ο.Κ.)

Στο **Εδώ και Τώρα**...Be my guest (...Special Guest...Επίσημος Προσκεκλημένος...δηλαδή, πώς λέμε «Μούρη»...Α ρε **Perls** είσαι μεγάλη...«**Μορφή**»)...Η απάντηση στην πρόσκληση...(**Ευθύνη** και **Επιλογή** δική...τού καθενός)

Μετά τιμής!

Αναστάσης Μαυρομιχάλης, απόφοιτος Gestalt Foundation

Ο ΘΕΡΑΠΕΥΤΗΣ GESTALT μέσα στο χρόνο

Ίι άάεθρ δάηι δόθδός
4^ο Υγι δόΕ άόάέι ίθεός

Κάέ ς αί άοϊ ηΰ ι υίί ςο
έΥί ςο «-ηΰίί τ» όδς
Gestalt δάηάδ Υί δ άέ
άδουί άά όσ «άαρ έάέ
φ ηά». Ί ι υίί τ -ηΰίί τ
υδτ ι δτ ηάστ εΰεά Υί έηυ δτ ι ά
Υήέάέόά άδ άορ ι ά όθ άθέρόάθ ά ό,
ί ά Υ-άέάδέγι ς άά όθ άδ έθ άγθ έάέόθ
άδτ όσάγθ ά ό. Ί ι υίί τ -ηΰίί τ δτ ι
ι δτ ηάστ ά όάι όάόάθεάέ άττ άθ άδόάθ
Εηέ δ ητ -η ηρότ οι άί ά άτ γι ά άτ άαρ
έάέφ ηά θυ ό ί ά άτ γι ά άτ «άέάθέάέ
ούά» δτ ι ς Gestalt δάηι τ γόά ςρ
δ άέέθρ ςο ςέέθρ.

άό-ι έθρεέά δάηέόύόάηι ι ά ς άέόι ηά-
όέυόρ ά δάηΰι ά ςρ ι ι ι έίςέά άι άί έηρ-
δύι έάέόδ άηάόδ θέρ έάι ά δΰέτ ό ά έάέθ
υι ά ς ς άέόι ηάέέυόρ ά. Άί ΰι άόά όσ όδ
δτ εθόό ςο ί. Άό ηέθρ άί Υό όστ ά άγθ δ ηυ-
ούάι η ηάό άά όά άάάι Υί ά ςο Άδ ηρ δ ςο έάέ
ςο Άι άηέθρ. Άθ άέθ ητ ό άί Υό υόάόούδ δτ ι
άέθρ άηάθρ άί ι θεό ό.

ς έθθ ηθε ςο Gestalt άθ άέ
όοι άάάάι Υί ς ι ά ς έθ ς θ έθ έθ ςο,
ά ό Ό. Έάηέ. Ί Έάηέθρ άάί Υί άό Άάη-
ι άί υό Άάηάθ δτ ι ό έάέάθ όά όθ
όδτ όάγθ ά ό ό ςρ ι ς ς έθ έθ έάέί έέθ
ί ςόά ςρ άδ άάάάέι άέέθρ ά ό έάηέηά
όάί ςο-άί άέόδρ. Ί όάί Υί άό
έέ έόθρ, άί άθ άδ έέυό έάέ άί όδ υ-
όάέθ ό έάηάδ άόθρ δτ ι ίγθ όάά άδ υ
ά όδ ί άά έάέ Υερόά έάέ άι γέάθ ά όά
θ ηρ ά -ηΰί έ ςο έάηέηάό ά ό ό ςρ
Άό ηέθρ. Άάί άθ έάέ θυ ό έ-άθ δτ ι

Ό ςρ έί έ θ υί θε έάέθρ ςρ άδτ -ρ άάόθ
έάόά ς άδ έθρ ς, ς ι ς-άί έθρ, ς έθ έθ έάές
ί άδ ητ έι θε. ς ςο-ι έάηάδ άθ άάί έθ έάέάέ
έέ έόθρ Ό ηυέ ό έγθ έάέ έάί θε έθ ςο ςο-ά-
ί ΰέό ςο. Έάδΰ ςρ ι ςο-άί άέόέθρ έάυ ηθε ι έ
τ ηι Υό έάέ όά Υί όόέά έάέί ά ςρ άί γι ς
όοι δάηέτ ηΰι ό άάυι τ ό. Ί Ό ηυέ όάέθι υη-
ό υόάι θε δ έθρ έάυ ηθε ά ό άάό ά γ. ΰ έάότ έ
όοι δάηέτ ηΰο Υ-ι δτ άέ έι έέθρ άέθρ. ΰ ητ έ
υδ υό ά άόοι άθ ςρ, τ έι ς-άί έθτ τ ΰθ όί άό,
ς έάηάδ άόέθρ ό-Υό ς, ς ι άάάθ άό ς έάέ
άί όά άάάθ άό ς-ΰ ηέάί τ ι υί ςο όά όά Υί τ έθ
δτ ι δ ηέ άά δ δ η-άί. Ό ςρ έί έ θ υί θε άδ έ
έηάσ γόά ά δτ ι άγι ά ά ό Έά ηόγθ έ ό, έάέ ςο
έι έέθρ, υέέ Υί ά όάέ υι άτ τ ς ι θε όοι δά-
ηέτ ηΰ δ ηΰθ έέ δ ηρ όά ί ά άθ έ έάόάί τ ς ς
δ ηέ ςρ άέέΰ τ οι ά, ς άέθρ ά ηθε έάέόότ
δάηάέέυι έάέθ ηΰθ άέί ά ςρ άί έάέέγθ τ οι ά

συνεχίζεται σελ. 13

Σ' αυτό το τεύχος συνεργάστηκαν:

Εκδοτική ομάδα:
Αντωνία Κωνσταντινίδου
Υπεύθυνη έκδοσης
Μαρίνα Βαμβακά
Συντάκτρια ύλης
Ζωή Μπαχταλιά
Γραμματειακή υποστήριξη

K&D Webber
Μετάφραση

Σοφία Μαμαλίγκα
Σελιδοποίηση
www.mamalinga.gr

Εκτύπωση: Dot-Print
Γκέρτσου & Εθνομαρτήρων 15 -Κοζάνη 50100
τηλ.: 2461038417

GESTALT & ΕΚΠΑΙΔΕΥΣΗ



Το Βιωματικό Εργαστήριο για τα Ανθρώπινα Δικαιώματα υπήρξε ένα πιλοτικό πρόγραμμα που διοργάνωσε το Gestalt Foundation σε συνεργασία με την Εθνική Επιτροπή για την Unesco και το Υπουργείο Παιδείας και αφορούσε την ευαισθητοποίηση εκπαιδευτικών δευτεροβάθμιας εκπαίδευσης, αναφορικά με θέματα Ανθρωπίνων Δικαιωμάτων και επίλυσης συγκρούσεων.

Η πρόκληση, για όσους από τους ψυχοθεραπευτές Gestalt συμμετείχαμε στο εγχείρημα αυτό, ήταν να δημιουργήσουμε μια βιωματική συνθήκη ώστε να δούμε καταρχάς πώς βιώνουν οι ίδιοι οι εκπαιδευτικοί τη διδασκαλία και πώς τα Ανθρώπινα δικαιώματα, όπως το δικαίωμα της ελευθερίας της σκέψης και έκφρασης, βρίσκουν εφαρμογή μέσα στη σχολική τάξη.

Έτσι, στις 20-21/1/2007, 30 άνθρωποι, ψυχολόγοι και εκπαιδευτικοί στην πλειοψηφία τους, από δημόσια σχολεία της Β. Ελλάδος, βρέθηκαν να αλληλεπιδρούν καταθέτοντας την εμπειρία μιας πλούσιας θητείας στην εκπαίδευση.

Αυτό που φάνηκε ότι έλειπε ως τότε, ήταν ο ουσιαστικός διάλογος, τον οποίο

διευκόλυνε η φαινομενολογία της όλης συνθήκης: το ότι ήταν καθισμένοι στον ίδιο κύκλο, σε ίσες αποστάσεις και μιλούσαν από ισοδύναμες θέσεις, τους κινητοποιούσε τόσο γνωστικά όσο και συναισθηματικά και τους έδινε ένα άλλο μοντέλο μάθησης, που στηρίζονταν στις αρχές της ισότητας και του αμοιβαίου σεβασμού του ενός προς τον άλλον.

Επρόκειτο λοιπόν για μια **βιωματική μάθηση**, για την οποία χρησιμοποιήσαμε εναλλακτικές ασκήσεις. Μια από αυτές ήταν το «**εκπαιδευτικό τραπεζομάντιλο**», ένα είδος γραπτής συζήτησης όπου πάνω σε ένα μεγάλο χαρτί οι εκπαιδευτικοί κατέγραφαν τις σκέψεις τους απαντώντας σε ερωτήματα, δίχως να μιλούν μεταξύ τους. Οι απαντήσεις τους παρουσιάζουν ιδιαίτερο ενδιαφέρον:

Για παράδειγμα, στο ερώτημα «ποιοί είναι οι φόβοι μου;» Αυτοί αφορούσαν το αν θα καταφέρουν ξεπερνώντας οι ίδιοι τις προκαταλήψεις και τα στερεότυπά τους να μεταδώσουν τη γνώση τού τι είναι ανθρώπινα δικαιώματα στους μαθητές, ώστε να τους κινητοποιήσουν. Το γεγονός αυτό είναι ενδεικτικό της τάσης του εκπαιδευτικού, να παίρνει πάνω του όλη την ευθύνη της διαδικα-

σίας και να ξεχνά το άλλο μέρος της σχέσης, δηλαδή τον μαθητή, όπως και τις άλλες διαστάσεις της εκπαιδευτικής συνθήκης, δηλαδή τα συναισθήματα του μαθητή, την ετοιμότητά του για μάθηση, το κλίμα της τάξης κ.λπ.

Εξάλλου, οι **συγκρούσεις** ήταν ο μεγαλύτερος φόβος όλων και το κοινό αδύναμο σημείο τους.

Η προσέγγιση Gestalt δέχεται ότι οι συγκρούσεις σε μια σχέση δεν οφείλονται τόσο στο γεγονός ότι οι ανάγκες, π.χ. του εκπαιδευτικού είναι διαφορετικές από τις ανάγκες του μαθητή, όσο στο ότι ο εκπαιδευτικός δεν μπορεί να δεχτεί ότι οι ανάγκες του είναι διαφορετικές από αυτές του μαθητή του και αντίστροφα, για τον απλό λόγο ότι διαφέρει η θέση, ο ρόλος και η εμπειρία τους.

Προσκαλέσαμε λοιπόν τους εκπαιδευτικούς να μπουν για λίγο στα παπούτσια των μαθητών τους και όταν αυτό συνέβη προχώρησαν σε ενδιαφέρουσες διαπιστώσεις:

Διαπίστωσαν για παράδειγμα πόσο διαφέρει το προσωπικό βίωμα του κάθε «μαθητή» που μοιράζονταν την ίδια εμπειρία μάθηματος, αλλά και ο τρόπος

που αυτό ερμηνεύονταν από τους υπόλοιπους.

Κυρίως, όμως, συνειδητοποιήσαν πόσο καθοριστικό ρόλο παίζει η στάση του εκπαιδευτικού απέναντι στο μαθητή σε συνθήκες σύγκρουσης, όταν ο πρώτος δεν διστάζει να βγει από την ασφάλεια της θέσης του και να προχωρήσει σε ένα αυθεντικό διάλογο (I Thou) με τον μαθητή, δίχως να ασκεί πάνω του εξουσία, να τον κρίνει ή να τον ερμηνεύει -απλά τον αποδέχεται για αυτό που ακριβώς είναι.

“...Είμαι αυτό που είμαι
Είσαι αυτό που είσαι...”

μας υπενθυμίζει ο Fritz Perls. Στο σημείο αυτό και εμείς συνειδητοποιούμε πως η εκπαιδευτική πράξη και η ψυχοθεραπεία έχουν κοινό έδαφος:

την ανθρώπινη σχέση!

Μαρία Μαυρίδου
Ψυχολόγος -
Ψυχοθεραπεύτρια Gestalt

Λέξεις κλειδιά :
διδασκαλία,
μάθηση,
γνώση-σχέση,
δράση,
αυτενέργεια,
δεξιότητες,
ομάδα

Τόσο δια- χρονικά, όσο και στις σημερινές συνθήκες, αναδύονται ερωτήματα που αφορούν την εκπαίδευση. Τα κυριότερα από αυτά συνοψίζονται γύρω από δύο κοινούς άξονες :

A - το θέμα της Μάθησης και της Διδασκαλίας

B - τους Εξωτερικούς Παράγοντες που επηρεάζουν τη Μάθηση και τη Διδασκαλία.

A - Είναι κοινώς αποδεκτή πλέον η άποψη ότι η Διδασκαλία δεν μπορεί να θεωρηθεί ολοκληρωμένη με μοναδικό κριτήριο την ύπαρξη και αυθεντία του διδάσκοντα. Όλα τα άτομα που συμμετέχουν στην εκπαιδευτική πράξη βρίσκονται σε σχέση αλληλεξάρτησης. Λειτουργούν δηλαδή ως ομάδα. Επομένως, η άριστη γνώση του αντικείμενου από το διδάσκοντα είναι μεν απαραίτητη, αλλά δεν αρκεί. Η μεταδοτικότητα του καθηγητή είναι πολύ χρήσιμη, αλλά δεν φτάνει. Η διδασκαλία στο Ακροατήριο δεν απαντά στις σύγχρονες ανάγκες της εκπαίδευσης. Το μοντέλο του καθηγητή που έχει άριστη γνώση του αντι-

ΨΥΧΟΛΟΓΙΑ & ΕΚΠΑΙΔΕΥΣΗ

Δημήτρης Τακόπουλος, Διευθυντής Φροντιστηρίων ΕΛΙΞ

κειμένου, που έχει μεταδοτικότητα και διδάσκει σε Ακροατήριο δεν είναι πλέον η καλύτερη απάντηση στην Εκπαίδευση. Γνωρίζουμε εξαιρετικούς Πανεπιστημιακούς δασκάλους που ακόμη και σε αμφιθέατρα με διακόσια άτομα προσπαθούν να κάνουν μάθημα με κέντρο το διδασκόμενο. Με ερωτήσεις από το φοιτητή και απαντήσεις από τον καθηγητή. Στη δουλειά μας στα Φροντιστήρια ΕΛΙΞ -στη Θεσσαλονίκη- εδώ και πολλά χρόνια με οργανωμένο και συστηματικό τρόπο κάνουμε μάθημα σε ομάδα.

Εφαρμόζουμε τα τυπικά χαρακτηριστικά της διδασκαλίας σε ομάδα -οι μαθητές γύρω από ένα τραπέζι, ο καθηγητής μαζί τους- αλλά προσπαθούμε συνεχώς να βελτιώνουμε και τα ουσιαστικά χαρακτηριστικά της διδασκαλίας στην ομάδα (ερωτήσεις από το μαθητή, συνέργεια, διαδραστικότητα, αλληλεπίδραση, ελεύθερη έκφραση...). Το βασικό μας επιχείρημα είναι ότι για να μπορέσει κάποιος να αναπτυχθεί στις πολύ δύσκολες κοινωνικές συνθήκες απαιτείται να έχει προσωπικότητα και δεξιότητες επικοινωνίας και δράσης. Η ομαδοσυνεργατική διδασκαλία προσφέρει στους μαθητές αυτήν την ευκαιρία.

Ορισμένα από τα ερωτήματα βέβαια παραμένουν. Πώς αναπτύσσεται ο νους και μέσα από ποιες διαδικασίες -κοινωνικές, διδακτικές, ατομικές- η ανά-

πτυξη αυτή συνδέεται με το «**τι και το πώς**» μαθαίνει ο κάθε μαθητής. Οι θεωρίες αφορούν τους ειδικούς, αλλά ενδιαφέρουν και εμάς. Σταθήκαμε τα τελευταία χρόνια σε μια ιδιαίτερα ενδιαφέρουσα πρόταση, που αφορά στη μετάβαση από τη Διδακτική του Αντικείμενου στη Διδακτική του Ενεργού Υποκειμένου.

Η Ψυχολογία βέβαια είναι η επιστήμη που έστρεψε τη Διδακτική και την Παιδαγωγική προς το Υποκείμενο, δηλαδή το μαθητή και την ενεργό συμμετοχή και δράση του. Πρωταρχικός στόχος είναι η διαμόρφωση της σχέσης εκπαιδευτικών και μαθητών, η οποία εσφαλμένα έχει περιοριστεί στη μετάδοση πληροφοριών -γνώσεων. Η σχέση όμως είναι σημαντικότερη και από τη γνώση και από την αγωγή, δεδομένου ότι αυτή αποτελεί το υπόβαθρο για την αγωγή και στη συνέχεια τη μόρφωση και το πέρασμα στην αυτενέργεια. Χάρη σε πορίσματα της Ψυχολογίας προβάλλεται έντονα η αναθεώρηση των παραδοσιακών τρόπων διδασκαλίας και η μετατόπιση του κέντρου βάρους από τη γνώση στη σχέση και από εκεί στην ομάδα και στο σύνολο.

B- Η Γνώση, η σχέση, η εκπαίδευση έχουν βέβαια αξία καθαυτές. Ωστόσο αξία έχουν και οι στόχοι, οι σπουδές, το

επάγγελμα, και τελικά η δικαίωση. Είναι στάδια από τα οποία περνάνε οι νέοι άνθρωποι σ' ένα περιβάλλον που αλλάζει ραγδαία. Σ' ένα περιβάλλον στο οποίο:

-Η αξία των στόχων έχει σχετικοποιηθεί

-Οι Σπουδές δε σημαίνουν αυτόματα επαγγελματική αποκατάσταση όπως παλιότερα

-Η ανεργία καλπάζει αλλά και όταν υπάρχει εργασία τίποτα δεν είναι δεδομένο και σίγουρο

-Οι Πληροφορίες είναι πάρα πολλές, η επικοινωνία στο διαδίκτυο ταχύτατη

Ένας μαθητής μέσα σε όλες αυτές τις ενδιαφέρουσες (θετικές ή αρνητικές) καταστάσεις πρέπει να δώσει και Πανελλαδικές Εξετάσεις για να περάσει στο Πανεπιστήμιο. Το άγχος των μαθητών δεν οφείλεται στις Εξετάσεις, δηλαδή στη διαδικασία την ίδια. Οφείλεται στο ότι ένας άνθρωπος 17 χρόνων έχει να διαχειριστεί όλα τα παραπάνω θέματα που είναι παρόντα και δεν μπορούμε να μην τα λάβουμε υπόψη μας. Γι' αυτό στη διαδικασία προς τις Πανελλαδικές Εξετάσεις δεν αρκεί πλέον μια απλοϊκή αντιμετώπιση «να μάθει το παιδί την ύλη».

Η διαχείριση του συνόλου των θεμάτων αυτών, λοιπόν, δεν αφορά μόνο την

κλασική εκπαίδευση. Εδώ εμπλέκονται οι φίλοι μας οι Ψυχολόγοι και οι Σύμβουλοι. Η συνεργασία των Φροντιστηρίων ΕΛΙΕ με την Gestalt, στο σημείο αυτό, μας βοήθησε πάρα πολύ καθώς φώτισε πλευρές και ανάγκες των μαθητών. Έγινε κατανοητό ότι εκτός από την άριστη γνώση του αντικειμένου, απαιτούνται και άλλα πράγματα. Προσπαθούμε συνεχώς να γινόμαστε καλύτεροι στο σύνολο των απαιτήσεων που υπάρχουν. Εύχομαι και ελπίζω όλοι οι φορείς της εκπαίδευσης να αντιμετωπίσουν την δουλειά τους από μία πιο σφαιρική σκοπιά. Να βοηθήσουν ουσιαστικά τους νέους ανθρώπους στις σύγχρονες συνθήκες.

Αγαπητές φίλες και φίλοι, πριν απ' όλα θερμές ευχές στο Gestalt Foundation:

Να τα Εκταστίσετε, να συνεχίσετε τα δυναμικά και άξια στελέχη της το ευεργετικό σας έργο και τη σημαντική κοινωνική σας παρέμβαση. **Χρόνια σας Πολλά!**

Θα ήθελα, να συνεχίσει, να εκφράσω τις θερμές μου ευχαριστίες, στα στελέχη της Gestalt, για την τιμή και τη χαρά που μου δίνετε με την επιλογή μου, στη σημερινή ημερίδα, ως εκπροσώπου του Προγράμματος «Βιωματικό Εργαστήριο, με στόχο την Ευαισθητοποίηση σε θέματα Επίλυσης Συγκρούσεων στο σχολείο, με άξονα τα Ανθρώπινα Δικαιώματα». Ένα πρόγραμμα σημαντικό, που έλαβε χώρα στη Θεσσαλονίκη στις 20-21. 01.2007 με συνεργασία της Διεύθυνσης Διεθνών Σχέσεων του ΥΠ.Ε.Π.Θ., της Ελληνικής Εθνικής Επιτροπής για την UNESCO και του Gestalt Foundation και με Ημερίδα Αξιολόγησης στις 3 Ιουνίου 2007.

Θα ξεκινήσω από το τέλος. Στις αρχές Σεπτεμβρίου φέτος έκλεινα έναν κύκλο εξακτινωμένου προγράμματος Επιμόρφωσης Νεοδιόριστων Φιλολόγων στο Νομό Κιλκίς. Είχαμε περάσει 20 σημαντικές και γόνιμες ώρες μαζί, 21 νέες συναδέλφισσες, συνάδελφοι κι εγώ επιμορφώτρια και σχολική σύμβουλος του κλάδου τους στο νομό. Είχαμε βρεθεί 22 ατομικότητες, 22 ξεχωριστοί άνθρωποι με τις σκέψεις, τις προτεραιότητές τους, τα καθημερινά προγράμματα που είχαμε αφήσει ο καθένας πίσω, για να βρίσκεται «στο καθήκον εκεί». Ήρθε η τελευταία ώρα, του αποχωρισμού. Μια νέα συνάδελφος σηκώθηκε κι άρχισε να διακινεί ένα λευκό χαρτί προτρέποντας όλους να καταθέσουν τις διευθύνσεις τους για να «μη χαθούν». «Εγώ δεν είμαι εδώ;», αστειεύτηκα και πήρα κι εγώ μέρος στην κυκλοφορία, αναπαραγωγή και διανομή του καταγραμμένου πλέον χαρτιού. Η ώρα τελειώνει... Αλλά έχοντας την εμπειρία απ' το Βιωματικό Εργαστήριο της Gestalt ...εγώ... δεν μπορούσα να κλείσω αυτόν τον κύκλο, ζύμωσης, συγκρούσεων, συγκλίσεων, γόνιμης συνεργασίας, προβληματισμών,

ΑΝΘΡΩΠΙΝΑ ΔΙΚΑΙΩΜΑΤΑ ... ΚΑΘΗΜΕΡΙΝΑ

Μια μικρή κατάθεση αγάπης κι εμπειρίας στην επετειακή ημερίδα της Gestalt Foundation για τα 10 χρόνια από την ίδρυσή της, Θεσσαλονίκη, 12 Οκτώβρη 2008

Δρ. Όλγα Ν. Δάσιου - Σχολική Σύμβουλος Φιλολόγων Νομού Κιλκίς



γνωριμίας μ' ένα «χαίρετε». Μέσα σε τέσσερις ημέρες είχαμε μετατραπεί σε μια δυνατή ομάδα με συνοχή, επικοινωνιακούς διαύλους ανοικτούς, θέληση για κοινές προσπάθειες μέσα από «ανοιχτές πόρτες». «Αυτή η φωτοτυπημένη «ατζέντα μας» ως είναι ο συνεκτικός κρίκος μας. Δείτε το σημειολογικά. Κάτι δώσαμε και κάτι πήραμε αυτές τις ημέρες κοινής συνύπαρξης. Και δεν είναι μόνο οι διευθύνσεις μας», είπα στις νέες συναδέλφισσες, στους νέους συναδέλφους. Και χωρίσαμε σε μια φορτισμένη συγκινησιακά ατμόσφαιρα, όχι μ' ένα απλό «γεια». Ήταν κάτι απ' όσα κουβαλώ μαζί μου ως εμπειρία απ' την επαφή μου και τη γνωριμία μου με τη Gestalt, από τις τρεις αξεχαστες μέρες που έζησα με τους ανθρώπους της, επίσης με την υπέροχη στη φλεγόμενη ευαισθησία της Βέρα Δηλάρη του ΥΠ.Ε.Π.Θ., τις συναδέλφισσές μου και τους συναδέλφους μου.

Ήταν πρώτα ο κύκλος... Άνθρωποι καθισμένοι ο ένας δίπλα στον άλλον, σε άμεση επαφή, ισότιμα, αντικριστά κι όχι αντίθετα, ιεραρχικά κατεβασμένοι από τους υπηρεσιακούς θώκους - ρόλους μας. Ήταν η ζεστασιά, η φιλική διάθεση, το υπέροχο συναίσθημα ότι γίνεσαι κατανοητή/ κατανοητός, αποδεκτή/ αποδεκτός, η προσφώνηση με τα μικρά ονόματα που μας «ξίνιζε» εμάς, τους εθισμένους στον πληθυντικό και στην επίκληση του ιεραρχικού μας αξιώματος. Ο «κύριος», η «κυρία», ο «κύριος διευθυντής», η «κυρία διευθύντρια» ήμασταν ο Κώστας, ο Γιάννης, η Βάλια, η Όλγα, η Κάτια, η Μαρία, η Ιωάννα...

Ύστερα ήρθαν τα «Ζευγάρια». Εσωτερικές συγκρούσεις... Πώς να λειτουργήσω ως «αντιπαθούσα» το συνάδελφο που με διάλεξε ως «αντιπαθητική», ενώ τόσο μου είναι συμπαθής; «Γιατί εμένα;», τον ρωτώ με έκπληξη; Αλλά πώς να εκφράσω το δυσκολότερο, ότι η «συμπαθούσα» - συνάδελφος στα ζευγάρια «όσον συμπαθούνται» μου φαίνεται στην επιλογή της ρηχής, με κριτήριο μόνο πως «είμαστε κι οι δυο δραστήριες»; Κι η έπαρση; Η αλαζονεία; Δεν είναι τείχος; Γιατί δε διαλέγω κι αφήνομαι να με διαλέξουν;

Ηρεμία και Θυμός μαζί...

Ύστερα, η συγκλονιστική εμπειρία του «τραπεζομάντιλου». Καταγράφουμε κυκλικά τι νιώθουμε και σκεφτόμαστε πάνω σε θέματα - άξονες που ορίζουν οι συνεργάτριες της Gestalt και συγκλονιζόμαστε όταν διαβάζουμε στο αναρτημένο πια «τραπεζομάντιλο» τις απόψεις όλων, συνειδητοποιώντας την ομοιότητα των βιωμάτων, των συναισθημάτων, των αγωνιών, των απογοητεύσεων, των εξάρσεων... «Σα να τα έγραφα εγώ...».

Σε μια ομάδα συζήτησης, για την αντιμετώπιση μιας συγκρουσιακής κατάστασης σε μια σχολική τάξη, που ακολουθεί συνειδητοποιώ την ποικιλία των προσεγγίσεων κι ανακαλύπτω... ανθρώπους με αδιαφανείς ως τότε εσωτερικές πτυχές... Κι ακούω την Αντωνία «εγώ είμαι η ψυχολόγος εδώ μέσα» και συνειδητοποιώ τη σύγκρουση με -κι από- την υπέρβαση ορίων... Τόσο χρήσιμη εμπειρία στην άσκηση ενός καθήκοντος με διαχείριση ανθρώπινου δυναμικού...

Και...τι κάνει μια καθηγήτρια σε μια διδακτική ώρα νεοελληνικής ιστορίας με μαθητές -ρόλους [τους άλλους συναδέλφους και συναδέλφισσες]- η άτακτη μαθήτρια, ο κατά φαντασίαν ασθενής, ο απαιτητικός αριστούχος, ο ενοχλητικός, ο αδιάφορος, η ερωτευμένη που κοιτάζει συνέχεια έξω απ' το παράθυρο; Θα λειτουργήσει ως γέφυρα μεταξύ του Γεώργιου Καραϊσκάκη και του «γηπέδου του Ολυμπιακού», της Επανάστασης του '21 και του «ερωτικού δεσμού του ηθοποιού με το μοντέλο», η «μαιευτική» ερώτηση - σφήνα «αλήθεια, έπαιζαν ποδόσφαιρο οι αγωνιστές του '21;» και το «Ποια ήταν, αλήθεια, τα γνωστά μεγάλα ερωτικά ειδύλλια στην Επανάσταση;» Μάλλον λειτουργεί, κάτι κινείται κι η Μαρία καταγράφει, δίνοντας ένα ελπιδοφόρο μήνυμα σ' ένα κείμενό της -που αναπαράγει συστηματικά τώρα πια προς ενίσχυση των συναδέλφων μου-, ότι μία κοινωνική ψυχολόγος αποτιμώ ως κέρδη στοιχεία της διδακτικής πράξης που εμείς οι εκπαιδευτικοί υποτιμούμε και αφήνομε αναξιοποίητα...

Κύκλος. Η Κάτια με ρωτά γιατί

εκφράζω συναισθήματα με την αναφορά κινηματογραφικών ταινιών, μουσικών έργων ή πινάκων ζωγραφικής. Γιατί; Αποθησαυρίζω το ερώτημα... Εκείνες, τα «κορίτσια» του Gestalt, περιγράφουν με τόση ακρίβεια, ζεστασιά, αμεσότητα, συγκίνηση το πώς αισθάνονται... Και μου αρέσει τόσο πολύ. Στους συναδέλφους μου, στην περιοχή της ευθύνης μου διαβάζω τώρα πια το κείμενό της για τη σύγκρουση ρόλων...

Μια γραμμή σ' ένα λευκό χαρτί. Κάνει κύκλο. Επιστρέφοντας έχει πάρει η καθεμιά, ο καθένας μας μια εκφραστική, μεταφυσικά σχεδόν δηλωτική του Είναι μας ζωγραφιά. Ο ένας, οι πολλοί... Το άτομο, η ομάδα... Η σύγκρουση, η επικοινωνία... Το κέρδος, ο στοχασμός. Στο γραφείο μου έχω πάντα το κοχύλι και το κομμάτι σπάγκου απ' το κουβάρι που κόψαμε και πήραμε μαζί μας αποχωριζόμενοι από την ημερίδα αξιολόγησης του προγράμματος, τον Ιούνιο του 2007.

Μια Μαθητική Παράσταση του 4^{ου} Γυμνασίου Συκεών στην Τελετή Λήξης του σχολικού έτους 2006-2007, την Πέμπτη 17 Μάη 2007, «ΑΝΘΡΩΠΙΝΑ ΔΙΚΑΙΩΜΑΤΑ... ΚΑΘΗΜΕΡΙΝΑ -19 Ιστορίες Καθημερινής Τρέλας και... Ανθρωπίνων Δικαιωμάτων σε 19 Σκηνές», της Όλγας Ν. Δάσιου, διευθύντριας τότε του σχολείου, στα πλαίσια της ένταξής του στο ASP- Network - UNESCO και του προγράμματος της συνδιοργάνωσης με τη Gestalt, ήταν το πρώτο «ορατό» αποτέλεσμα. Όπως κι ο εμπλουτισμός του συμβουλευτικού μου πλέον έργου με υλικό και κείμενά της.

Γυρνώ στους συναδέλφους που αποχαιρετούσα το φετινό Σεπτέμβρη... Φεύγοντας όλοι μου έσφιγγαν το χέρι μ' ένα «Ευχαριστούμε πολύ». Χαιρόμουν, αλλά δεν κατάλαβα καλά γιατί μ' ευχαριστούσαν. Αυτό, όμως, το «Ευχαριστώ» το χαρίζω ολόψυχα, μ' όλες μου τις ευχές στη Gestalt.

Σας ευχαριστώ για το ανεκτίμητο έργο σας, σας εύχομαι τα καλύτερα κι εύχομαι πάντα να εισπράττετε την ίδια ευγνωμοσύνη, όπως και τη δική μου, απ' όλους όσους συνεργάζονται μαζί σας!

Δέσποινα Μπάλλιου

ΑΠΟΨΕΙΣ & ΣΤΑΣΕΙΣ ΣΤΗ ΔΙΑΔΙΚΑΣΙΑ ΤΗΣ ΜΑΘΗΣΗΣ



Είναι αλήθεια ότι κάθε ψυχοθεραπευτική προσέγγιση και ως εκ τούτου κάθε σχολή, διαφέρει όχι μόνο στο θεωρητικό και μεθοδολογικό περιεχόμενο, αλλά και στη διαδικασία, στον τρόπο μέσα από τον οποίο μεταφέρει και επικοινωνεί αυτό το περιεχόμενο.

Κατά συνέπεια το θεωρητικό μεθοδολογικό περιεχόμενο (δηλ. η θεωρία και η φιλοσοφία) δεν μπορεί να απέχει από τη διαδικασία εκπαίδευσης.

Έτσι, λοιπόν, σ' αυτήν την παρουσίαση θα προσπαθήσω να θίξω κάποια από τα σημαντικά σημεία της διαδικασίας που ακολουθείται κατά την εκπαίδευση στην ψυχοθεραπεία, σύμφωνα με τη θεωρία Gestalt.

Κατ' αρχάς, η θεραπεία Gestalt είναι μια προσέγγιση βιωματική, που σημαίνει ότι εστιάζει στην άμεση επαφή με το "τι" και "πώς" σκέφτεται το άτομο, αισθάνεται και ενεργεί στο παρόν.

Ως εκ τούτου στην εκπαίδευση μιλάμε για βιωματική, εμπειρική μάθηση όπου η γνώση δημιουργείται μέσα από τη μετατροπή της εμπειρίας. Ο D. Kolb, βασισμένος στον Kurt Lewin, μας δίνει τέσσερα στάδια με τη μορφή του κύκλου της βιωματικής μάθησης. Τέσσερα στάδια, τα οποία μπορούν να ερμηνευτούν και ως «εκπαιδευτικός κύκλος», όπου ο κύκλος μετακινείται από την άμεση εμπειρία που παρέχει τη βάση για παρατήρηση και συλλογισμό (reflection). Αυτές οι παρατηρήσεις και οι συλλογισμοί αφομοιώνονται και οδηγούν στη δόμηση των σχετικών αφηρημένων εννοιών, παράγοντας υποθέσεις (implications) για δράση, με τις οποίες το άτομο μπορεί να πειραματισθεί και οι οποίες με τη σειρά τους θα δημιουργήσουν νέες εμπειρίες.

Οι εκπαιδευόμενοι, λοιπόν, στη διαδικασία της βιωματικής μάθησης, φέρνοντας τις προσωπικές τους εμπειρίες στην ομαδική διαδικασία και μέσα από την επίγνωση των συναισθημάτων των αισθήσεων και των σκέψεών τους, νοηματοδοτούν την εμπειρία τους και αποκτούν γνώση για τη θεραπευτική διαδικασία.

Θα ήταν, όμως, επικίνδυνο, και αν μη τι άλλο αλαζονικό, να πιστεύουμε ότι κάποιος χρησιμοποιώντας μόνο την εμπειρία του, τις αισθήσεις και τα συναισθήματά του θα

μπορούσε με ασφάλεια να παράγει ψυχοθεραπεία (τότε για παράδειγμα όλοι οι θεραπευόμενοι θα μπορούσαν να γίνουν ψυχοθεραπευτές, πράγμα που δεν γίνεται).

Η διαδικασία της εκμάθησης της ψυχοθεραπείας απαιτεί τη μελέτη της θεωρίας. Ο Kurt Lewin, θεωρητικός της Gestalt, υποστηρίζει ότι δεν υπάρχει τίποτα καλύτερο και τίποτα πιο πρακτικό από μια καλή θεωρία. Χωρίς μια καλή θεωρία, μένουμε χωρίς κατεύθυνση και καθοδήγηση. Η καλή θεωρία όπως γράφει ο Yontef είναι καθαρή, συνεχής και κάνει τη διαφορά.

Η καλή θεωρία εμπεριέχει διαδικασία, δεν είναι κάτι μόνιμο συμβαγές, δεν είναι πράγμα, δεν είναι δόγμα, εμπεριέχει την αναγνώριση των αδυναμιών της και των συνολοκληρωτών πλευρών της. Είναι μια διαδικασία που σταθερά δοκιμάζει, αλλάζει και βελτιώνει.

Είναι σημαντικό, λοιπόν, στη διαδικασία της εκπαίδευσης, η εμπειρία να συνδέεται με τη συγκεκριμένη θεωρία της Gestalt, να ενισχύεται το μήσημα και η αφομοίωσή της, αφενός, και να δίνεται χώρος στη δημιουργική της εξέλιξη. Εφόσον, η θεραπεία Gestalt, είναι μια ολιστική προσέγγιση και υποστηρίζει τη θεωρία του πεδίου, η διδασκαλία της πρέπει να είναι ολιστική. Τι σημαίνει αυτό; Σημαίνει πως η γνώση σημαντικών επιστημονικών τομέων της γενικής ψυχοθεραπευτικής κοινότητας (π.χ. DSM) είναι εξίσου ουσιαστική και λαμβάνεται υπ' όψιν και αξιοποιείται κατά τη διαδικασία της εκπαίδευσης, αν πρόκειται ο εκπαιδευόμενος να λειτουργήσει στην ιδιωτική πρακτική με βάση τη γνώση.



Παραμένουμε λοιπόν συγχρόνως πιστοί στις αρχές μας, δηλαδή, στη μοναδικότητα του ατόμου, των συναισθημάτων και των σκέψεών του (του εκπαιδευόμενου στην προκειμένη περίπτωση), ενώ παράλληλα εμμένουμε σε ένα καλό επαγγελματικό και ακαδημαϊκό υπόβαθρο. Στηρίζουμε, με άλλα λόγια, την ατομικότητα, το κίνητρο και τη δημιουργικότητα του εκπαιδευόμενου και παράλληλα δίνουμε χώρο και αξία στην τυπική

εκπαίδευση που περιλαμβάνει συγκεκριμένους στόχους, διαδικασίες και καθήκοντα.

Η ψυχοθεραπεία Gestalt δεν μπορεί να συνάδει με την εκπαίδευσή της παρά μόνο εάν ακολουθεί τις αρχές της υπαρξιακής μεθοδολογίας και του διαλόγου. Αυτές οι αρχές τείνουν να κατανοούν την εκπαιδευτική διαδικασία ως μια σχέση μεταξύ του εκπαιδευτή και του εκπαιδευόμενου. Μια σχέση βασισμένη στην παρουσία, στην συμπερίληψη και τον αμοιβαίο διάλογο μεταξύ του ατόμου που διδάσκει και του ατόμου που μαθαίνει. Όπως λένε οι Polsters, όταν όλα εξελίσσονται καλά σε αυτήν τη συνάντηση, είναι δύσκολο να ξεχωρίσει κανείς ποιος είναι ο εκπαιδευτής και ποιος ο εκπαιδευόμενος. (Δεν θα μείνω παραπάνω σε αυτή τη σχέση γιατί υπάρχει παρουσίαση εκπαιδευόμενων με αυτό το θέμα που θα φωτίσουν περισσότερο αυτόν τον τομέα.)

Ο ακρογωνιαίος λίθος της θεραπείας Gestalt είναι η αρχή ότι η επαφή είναι η πρώτη πραγματικότητα και ότι όλες οι ανθρωπίνες δραστηριότητες σχετίζονται με την αλληλεπίδραση του οργανισμού με το περιβάλλον του. Τι είδους περιβάλλον λοιπόν διευκολύνει την μάθηση και την ανάπτυξη;

Κατ' αρχάς, αυτό το ιδανικό περιβάλλον απαιτεί την ευαισθησία του εκπαιδευτή όσον αφορά στο φαινομενολογικό πεδίο του εκπαιδευόμενου. Η στάση και ο ρόλος που αναλαμβάνει ο εκπαιδευτής είναι κεντρικός και ουσιαστικός π.χ. ο ενθουσιασμός, η αμυντικότητα, ο σεβασμός στη διαφωνία, η ευθύτητα, ο σαρκασμός, η ευαισθησία του απέναντι στο αίσθημα ντροπής και ούτω καθεξής είναι πολύ ισχυρά συναισθήματα και διαδραματίζουν πολύ σημαντικό ρόλο κατά τη μάθηση. Βάζουν το έδαφος και διαμορφώνουν την εμπιστοσύνη του εκπαιδευόμενου στον εαυτό του, προάγουν την αυτογνωσία και την αυτοεκτίμησή του, ενθαρρύνουν την όρεξή του, τονώνουν τον ενθουσιασμό του, εξάπτουν την περιέργειά του, διεγείρουν το κίνητρο και την αυτονομία του, συντελούν στο αίσθημα ασφάλειας, στη μελέτη και στη θεώρηση νέων ιδεών.

Όπως, επίσης, είναι ζωτικής σημασίας για τον εκπαιδευτή να τιμά το προσωπικό στυλ του εκπαιδευόμενου και να τον βοηθά να εναρμονίζει τη μεθοδολογία με τις ικανότητες και τις αξίες του.

Σύμφωνα με τον Otto Rank, το να διδάξει κανείς ψυχοθεραπεία ση-

μαίνει να δίνει στον επίδοξο θεραπευτή τη δυνατότητα να γίνει, όπως λέει, ένας αριστοτέχνης:

«Ένας καλλιτέχνης που χρησιμοποιεί τις προσωπικές του ικανότητες και χαρίσματα ως βασικούς πόρους επίγνωσης και θεραπευτικής επαφής».

Ως εκ τούτου, ωθούμε τους εκπαιδευόμενους να αναγνωρίσουν, να κατανοήσουν και να αξιοποιήσουν τις γνώσεις και αυτά που ήδη ξέρουν και ενδεχομένως δεν έχουν αποσαφηνίσει. Αυτό όμως δε φτάνει, τους ενθαρρύνουμε να μάθουν ότι γνωρίζουμε, ότι θεωρούμε απαραίτητο γι' αυτούς, ακόμη και αν οι εκπαιδευόμενοι δεν το γνωρίζουν.

Σύμφωνα με το M. Miller συνηγορούμε στη δημιουργία ενός περιβάλλοντος, που διευκολύνει τη μάθηση και την ανάπτυξη, δεν υιοθετούμε, όμως, την άποψη ότι οι εκπαιδευόμενοι αποφασίζουν τι θέλουν να μάθουν φτιάχνοντας το δικό τους curriculum και διαλέγοντας τις δικές τους μεθόδους. Είναι σαν να τους λέμε, όπως λέει ο Miller, «αφήστε τους να φάνε ένα κομμάτι cake».

Όπως υποστηρίζει ο Rousseau, ο στόχος της εκπαίδευσης είναι πράγματι αυτοπροσδιορισμός, παρόλα αυτά, οι μαθητές χρειάζεται να διδάσκονται πώς να αυτοπροσδιορίζονται.

Η διαδικασία μάθησης της ψυχοθεραπείας περιλαμβάνει προσωπική ανάπτυξη, θεωρητική κατάρτιση βασισμένη σε συγκεκριμένο curriculum assembled by teachers, πρακτική εμπειρία, εποπτεία και συνεχιζόμενη εκπαίδευση.

Στόχος της είναι όχι να μεταφέρει ένα μηχανιστικό μοντέλο που οδηγεί τον εκπαιδευόμενο στο «κάνω ψυχοθεραπεία», αλλά να δημιουργήσει ένα σχεσιακό πλαίσιο που οδηγεί στο «είμαι ψυχοθεραπευτής». Εκπαιδευτές και εκπαιδευόμενοι έρχονται να συναντηθούν και να ζήσουν τον κύκλο της επαφής (προεπαφή επαφή τελική επαφή μεταεπαφή).

Αρχίζοντας από τον ενθουσιασμό και την αγωνία, πηγαίνοντας στο «τι κάνουμε τώρα» και φθάνοντας στο «ποιοι είμαστε».

Μιλώντας προσωπικά για τη μέχρι τώρα εμπειρία μου, ως εκπαιδευτρια, η διαδικασία της εκπαίδευσης Gestalt περιέχει την πρόκληση για τη συνάντηση με το καινούργιο, το διαφορετικό, τη διαρκή εξέλιξη της επαφής και τη δημιουργική αφομοίωση του περιεχόμενου.



Η ΚΟΙΝΟΤΙΚΗ ΠΡΟΣΕΓΓΙΣΗ ΣΤΗΝ ΕΚΠΑΙΔΕΥΣΗ ΨΥΧΑΝΑΛΥΤΩΝ ΟΜΑΔΑΣ

Σκανδαλιάρη
Θεμελίνα

Για την Ομαδικoαναλυτική Προσέγγιση, η Εκπαίδευση αποτελεί πρωτίστως μία αναπτυξιακή και όχι μόνο διδακτικού τύπου εμπειρία. Για τον λόγο αυτό η εκπαιδευτική μεθοδολογία προσβλέπει «σε μία ολιστική εμπειρία μάθησης και ωρίμανσης» (Hearst, 1995, Berh 1995) με σκοπό την καλλιέργεια της προσωπικότητας και τη συγκρότηση της ταυτότητας του Ψυχαναλυτού Ομάδος.

Καθοριστικό ρόλο, όσον αφορά την εκπαιδευτική διαδικασία, έχει ο τρόπος απόκτησης της γνώσης και της μάθησης, καθώς και ο τρόπος μετάδοσής τους, δηλαδή η διδασκαλία.

Ο Ι. Κ. Τσέγκος αναφερόμενος στη διαδικασία της μάθησης υπογραμμίζει ότι «η γνώση (Knowledge) σε αντίθεση με την πληροφόρηση (information) είναι μία διαδικασία σύνθετη, η οποία προϋποθέτει σ' ένα κάποιο βαθμό την απομάθηση, συνδέεται με το αντικείμενο, αλλά κυρίως αφορά το υποκείμενο που την επιδιώκει. Αποκτάται, κυρίως, μέσω της εμπειρίας, η οποία επηρεάζεται σημαντικά από την αλληλεπίδραση με τους άλλους, κατά προτίμηση με περισσότερους από έναν, καθώς και από το πλαίσιο το οποίο πρέπει να είναι κατάλληλο προς το επιτελούμενο έργο (ο.π. 1995°, σελ.118).

Η Εκπαιδευτική Κοινότητα Ψυχαναλυτών Ομάδας του Ινστιτούτου Ομαδικής Ανάλυσης Αθηνών

Η Εκπαίδευση Ψυχαναλυτών Ομάδας του Ινστιτούτου Ομαδικής Ανάλυσης Αθηνών, η οποία οργανώθηκε το 1982 και συνδυάζει τον καθιερωμένο τρόπο εκπαίδευσης στην Ομαδική Ανάλυση, όπως διαμορφώθηκε από τον Foulkes και τους συνεργάτες του στο Ινστιτούτο του Λονδίνου, με τις βασικές αρχές της Θεραπευτικής Κοινότητας. Ως εκ τούτου, χαρακτηριστικό της εκπαίδευσης είναι η λειτουργία της ως Εκπαιδευτική Κοινότητα. Βασική πεποίθηση αποτελεί το γεγονός

ότι κάθε άνθρωπος μαθαίνει καλύτερα, όταν μαζί με άλλους, εμπλέκεται ενεργά σε πολλές και διαφορετικές δραστηριότητες, ζει, αισθάνεται και αντεπεξέρχεται στα ποικίλα επίπεδα του σχετιζομένου όπου συμμετέχει συνεχώς.

Κατ' αντιστοιχία, λοιπόν, ένα εκπαιδευτικό πρόγραμμα χρειάζεται να περιλαμβάνει μία ποικιλία δραστηριοτήτων ώστε να παρέχει στους σπουδαστές την ευκαιρία να δοκιμάσουν να μάθουν και να αναδειξουν όχι μόνο τις επαγγελματικές τους δεξιότητες αλλά και ορισμένα προσωπικά ποιοτικά χαρακτηριστικά (δημιουργικότητα αυτενέργεια, υπευθυνότητα, ενδιαφέρον, φαντασία, κριτική σκέψη). Ως το πλέον κατάλληλο σχήμα απεδείχθη το Κοινοτικό, εφόσον περιλαμβάνει πολλές και διαφορετικές ομαδικές δραστηριότητες οι οποίες είναι οργανωμένες κατά τέτοιο τρόπο ώστε τα μέλη του να ωθούνται να λειτουργούν σε πολλαπλά επίπεδα συμμετέχοντας ενεργά και δημιουργικά και όχι ως παθητικοί και ουδέτεροι ακροατές.

Με το εκπαιδευτικό κοινοτικό σχήμα επιτελείται στον εκπαιδευτικό τομέα η ρήση του S.H. Foulkes σχετικά με την αρχή της Ομαδικής Ανάλυσης, που συνίσταται στην εκπαίδευση του Εγώ εν Δράσει (The Ego Training in Action).

Ως Εκπαιδευτική Κοινότητα ορίζεται «ο χώρος εκπαίδευσης ο οποίος με σαφήνεια, υπευθυνότητα και ευελιξία κινητοποιεί το υγιές και πραγματικό τμήμα του Εγώ των εκπαιδευομένων και εκπαιδευτών με σκοπό την προσωπική εξέλιξη αλλά και την εύρυθμη λειτουργία του χώρου επιδιώκοντας να αποκομίσουν τα μέγιστα σε γνώσεις και εμπειρίες, στο σχετιζομαι και στο συντονίζω» (Γ.Κ.Τσέγκος, 2002).

ΒΑΣΙΚΕΣ ΕΚΠΑΙΔΕΥΤΙΚΕΣ ΔΡΑΣΤΗΡΙΟΤΗΤΕΣ

- Προσωπική Θεραπεία σε Μεικτή Αναλυτική Ομάδα
- Εποπτευόμενη Κλινική Άσκηση

(ομάδα σπουδαστών με έμπειρο παρατηρητή)

- Θεωρητικά Σεμινάρια
- Συμμετοχή σε Σεμινάρια και Συνέδρια
- Γραπτές Εργασίες
- Συγκρότηση Αναλυτικής Ομάδας από Το Σπουδαστή
- Συμμετοχή στις Ομάδες Προσωπικού των Θεραπευτικών Τμημάτων του Α.Ψ.Κ.

ΚΟΙΝΟΤΙΚΕΣ ΔΡΑΣΤΗΡΙΟΤΗΤΕΣ

- Ομάδα Ευαισθησίας
- Ομάδα Αυτοεκτίμησης
- Διεκπαιδευτικές Συναντήσεις
- Συμπόσια
- Οργανωτικές Συναντήσεις
- Οργανωτικές Δραστηριότητες (ανάλογα με το έτος εκπαίδευσης)

Το συνολικό εκπαιδευτικό πρόγραμμα πραγματοποιείται όχι απλώς διά της συμμετοχής των σπουδαστών σε έναν αριθμό ομάδων, αλλά με την έντονη αίσθηση ότι ο σπουδαστής είναι μέλος της Κοινότητας, πράγμα το οποίο συνεπάγεται την ανάληψη διαφόρων υπευθυνοτήτων από τον ίδιο ώστε να πραγματοποιούνται οι στόχοι της (Τσέγκος, 2002). Κατ' αυτόν τον τρόπο παρέχεται ένα αρκετά σαφές παιδαγωγικό περιβάλλον, το οποίο αποσκοπεί όχι στο να παράσχει πληροφορίες ή θεωρίες από καθέδρα, αλλά μία ζωντανή και αδογμάτιστη γνώση, καλλιεργώντας την αποδοχή και κυρίως τη λεπτεπίλεπτη τέχνη της απομάθησης - μάθησης. Από αυτές τις προσεγγίσεις και τους πειραματισμούς προέκυψαν και μερικές ενδιαφέρουσες επινοήσεις όπως μία νέα μέθοδος εποπτείας. (Tsegos, 1995a).

Συμπερασματικά, ο Κοινοτικός τρόπος εκπαίδευσης και απόκτησης κλινικής εμπειρίας:

α. Επιταχύνει την ωριμαντική διαδικασία των σπουδαστών, σταθεροποιώντας τις προσωπικές αλλαγές τους σε σχέση με τον Εαυτό, τις διαπροσωπικές σχέσεις και την πραγματικότητα

β. Εξυπηρετεί σημαντικές παραμέτρους όπως:

- Επιλογή
- Καταλληλότητα
- Επίγνωση του Εαυτού
- Γνώση
- Δημιουργικότητα
- Δεξιότητες

Αυτό επιτυγχάνεται μέσω:

Της επαφής του κάθε εκπαιδευόμενου με τις δικές του προσωπικές εμπειρίες και συγκρουσιακές καταστάσεις, τις οποίες, προφανώς, καλείται να τις αναγνωρίσει και, κατά το δυνατόν, να τις επιλύσει (Θεραπεία - Κλινική Άσκηση).

Της συνεχούς εναλλαγής των ρόλων (ανηλικού - συνομηλικού - ενηλικού) και των επιπέδων λειτουργίας (πραγματικό - συμβολικό - φαντασικό) και εναλλαγής μεταξύ δομημένων και αδόμητων καταστάσεων. Η συνεχής αυτή εναλλαγή συντελεί στη δημιουργία μαθησιακής δομής.

Μέσω της βιωματικής εμπειρίας του σχετιζομαι, που προσφέρει το κοινοτικό εκπαιδευτικό σχήμα, αλλά του οργανισμού ως όλου, μέσω των συναντήσεων προσωπικού και των μεγάλων συναντήσεων ευαισθησίας.

Η Κοινοτική προσέγγιση στην εκπαίδευση των Ψυχαναλυτών Ομάδας αποσκοπεί όχι μόνον στην απόκτηση γνώσεων και δεξιοτήτων, οι οποίες, συνήθως, έχουν ως αποτέλεσμα εκπαιδευόμενους καθηλωμένους στο ρόλο του αδαούς, ανίσχυρου και ανηλικού και εκπαιδευτές καθηλωμένους στο ρόλο του ενηλικού, οι οποίοι κρατούν την απόλυτη αλήθεια και ασκούν εξουσία.

Αντιθέτως, παράλληλα με τις γνώσεις και τις δεξιότητες επιδιώκεται μέσω της καλλιέργειας της εμπιστοσύνης και του διαρκούς και πολλαπλώς σχετιζομαι η ωριμαντική εξέλιξη εκπαιδευομένων και εκπαιδευτών, παράγοντας σημαντικός στην τελική διαμόρφωση της επαγγελματικής ταυτότητας

Συστημικό Κέντρο Εκπαίδευσης και Ψυχολογικής Υποστήριξης ΣΚΕΨΥ

ΑΕΔΑΕΛΑΟΣ: 4 Ύα + 1 δñĩ έάάñέέέέέ-άδĩ δ έέü Ύα ò

Το Συστημικό Κέντρο Εκπαίδευσης και Ψυχολογικής Υποστήριξης ιδρύθηκε το Δεκέμβριο του 1998 από τον Μανώλη Τσαγκαράκη και το Γιώργο Οικονόμου.

Το Πλαίσιο, η Διαδικασία, το Βίωμα συνιστούν τους τρεις κατευθυντήριους άξονες - συστημικές έννοιες, που διαπνέουν το σύνολο της Εκπαίδευσης.

μεταξύ των μελών του ΣΚΕΨΥ, δηλαδή των εκπαιδευομένων και των εκπαιδευτών. Οι σχέσεις και το βίωμα νοηματοδοτούν την εκπαιδευτική εμπειρία συμβάλλοντας στην οργάνωση και την ανεκτική πορεία του εκπαιδευτικού οργανισμού και των μελών του.

Πρακτική απεικόνιση του σχεδίου Εκπαίδευσης γίνεται κυρίως στο Πρόγραμμα Λειτουργίας το οποίο πε-

ριλαμβάνει τη φιλοσοφία και τους στόχους, το Εκπαιδευτικό Πρόγραμμα Ειδίκευσης, το Θεματολόγιο Εκπαιδευτικής Ύλης και το Οργανόγραμμα Λειτουργίας του Κέντρου.

Στις Εφαρμογές του Προγράμματος Ειδίκευσης, η βιωματική εμπειρία αποτελεί κοινό σημείο για όλες τις μορφές με τις οποίες πραγματοποιείται η Εκπαίδευση στο ΣΚΕΨΥ: η θεωρητική διδασκαλία συνδέεται με τις Βιωματικές Ασκήσεις, η Πρακτική Άσκηση και η Εποπτεία με ανάδειξη και αξιοποίηση των αυτοαναφορικών και συνηχητικών στοιχείων. Το ίδιο γίνεται και με τα Εργαστήρια Τεχνικής Κατάρτισης. Η Πρακτική Άσκηση, ειδικότερα, γίνεται στα πλαίσια του Κέντρου και αφορά α) στη χρήση μονοδρομημένου καθρέφτη και β) στην παρακολούθηση ομαδικής θεραπείας από τη θέση της τρίτης

Ο ΥΠΑΡΞΙΣΜΟΣ και η ΘΕΡΑΠΕΥΤΙΚΗ ΠΡΑΚΤΙΚΗ

Αλέξης Χαρισιάδης, M.Sc. Συμβουλευτικής Ψυχολογίας, MBA. Ίδρυτικό μέλος του «γίνεσθαι» της Ελληνική Ομάδας Υπαρξιακής Ψυχολογίας.



Το πρώτο πράγμα που χρειάζεται να τονίσουμε είναι ότι δεν υπάρχει μία και μόνη υπαρξιακή προσέγγιση στην ψυχοθεραπεία. Στην υπαρξιακή ψυχολογία δεν υπάρχει ένας Φρόυντ, ή ένας Καρλ Ρότζερς που να έχει σφραγίσει με την προσωπικότητα και την θεωρητική του δουλειά την όλη προσέγγιση. Αντίθετα, υπάρχουν πολλά και σημαντικά ονόματα που έχουν συνεισφέρει και καθορίσει αυτό που ονομάζουμε υπαρξιακή ψυχολογία δημιουργώντας όμως μια πληθώρα απόψεων, που από τη μία εμπλουτίζουν, αλλά από την άλλη κάνουν πιο πολύπλοκη την κατανόηση της ουσίας αυτής της προσέγγισης.

Φιλοσοφική Προέλευση

Η υπαρξιακή ψυχολογία έχει φιλοσοφική προέλευση. Δεν ξεκίνησε από ψυχολόγους ή τουλάχιστον από ψυχολόγους με τη σύγχρονη έννοια του όρου. Ο Υπαρξισμός είναι ένα φιλοσοφικό ρεύμα που ξεκίνησε τον 19ο αιώνα και έφθασε στο αποκορύφωμά του κατά το τέλος του δεύτερου παγκόσμιου πολέμου και τη δεκαετία του '50. Πήρε το όνομά του εκ των υστέρων έχοντας ως πιο γνωστό εκπρόσωπο, τουλάχιστον ως προς το ευρύτερο κοινό, τον Ζαν Πολ Σαρτρ (1905-1980). Όμως, οι πιο σημαντικοί φιλόσοφοι, που χαρακτηρίστηκαν υπαρξιακοί, είναι για τον 19ο αιώνα ο Σέρεν Κίρκεγκορ (1813-1855) και ο Φρίντριχ Νίτσε (1844-1900). Ενώ για τον 20ο αιώνα, ο αναμφισβήτητος σημαντικότερος για τον υπαρξισμό φιλόσοφος είναι ο Μάρτιν Χάιντεγκερ (1889-1976).

Η Ψυχολογία ως Φιλοσοφική Ανθρωπολογία

Ο σύγχρονος ορισμός της ψυχολογίας, λέει, πως η ψυχολογία είναι η επιστήμη του νου και της συμπεριφοράς ενώ ψυχολόγος είναι αυτός που ασχολείται με την κατανόηση της συμπε-

ριφοράς του ανθρώπου. Ο ορισμός αυτός ενώ εξυπηρετεί θαυμάσια την επιστημονική έμφαση της σύγχρονης ψυχολογίας, για τον υπαρξισμό δεν επαρκεί, ώστε να ασχοληθεί και να καλύψει τη βαθύτερη ουσία της ανθρώπινης ύπαρξης. Του τι δηλαδή σημαίνει να είμαι και να υπάρχω ως άνθρωπος. Μιλώντας λοιπόν για ψυχολογία, ο υπαρξισμός κοιτάζει προς τα πίσω, στον 19ο αιώνα, όπου η ψυχολογία δεν είχε διαχωριστεί από τη φιλοσοφία αλλά πήγαζε και συνυπήρχε μαζί της. Στο πλαίσιο αυτό, αλλά και για τη συνέχεια της παρουσίας αυτής, όταν μιλάμε για ψυχολογία ή για ψυχολόγο θα εννοούμε μια επιστήμη που θα μπορούσε να χαρακτηριστεί ως «φιλοσοφική ανθρωπολογία».

Τραγικότητα αλλά και Μεγαλείο της Ύπαρξης

Ένα πρώτο κεφάλαιο με το οποίο ασχολείται ο Υπαρξισμός είναι η Τραγικότητα και, θα πρόσθετα εγώ, το Μεγαλείο της ύπαρξης. Ο υπαρξισμός είναι κατά μία άποψη μια «ενοχλητική» προσέγγιση. Μας θυμίζει αυτά που θέλουμε να ξεχάσουμε. Όμως αν πολλά από τα υπαρξιακά δεδομένα είναι όντως δυσάρεστα και ιδιαίτερα δύσκολα να τα κοιτάξει κατάματα κανείς, ο υπαρξισμός θεωρεί πως υπάρχει νόημα και αξία στο να μπορεί κάποιος τουλάχιστον να τα αγιάξει. Φυσικά το πιο προφανές «δύσκολο θέμα» είναι ο θάνατος. Όντως, είναι το θεμελιώδες στοιχείο με το οποίο χρωματίζονται όλες οι άλλες παράμετροι της ζωής μας. Χρωματίζεται η ίδια μας η ζωή. Και φυσικά η επαφή με το θέμα αυτό είναι πηγή υπαρξιακού άγχους και αγωνίας. Ενίοτε τρόμου και απελπισίας.

Κάθε επαφή με τα υπαρξιακά δεδομένα είναι πηγή άγχους. Αλλά το άγχος αυτό δεν είναι προς θεραπεία. Δεν είναι νευρωτικό άγχος (αν και μπορεί εύκολα να μετατραπεί σε τέτοιο). Είναι

υπαρξιακό άγχος. Συνυφασμένο δηλαδή με τη φύση μας που, αν και δυσάρεστο, μπορεί να εξυπηρετήσει έναν πολύ συγκεκριμένο και ουσιαστικό σκοπό. Μας φέρνει σε επαφή με την ίδια μας την ύπαρξη. Με τον πραγματικό μας εαυτό. Ο Κίρκεγκορ λέει πως το άγχος εξατομικεύει. Μας κάνει άτομα. Αυτό συνδέεται άμεσα με ένα άλλο σημαντικό στοιχείο της Υπαρξιακής Ψυχολογίας, δηλαδή την Αυθεντικότητα.

Αυθεντικότητα

Η αυθεντικότητα είναι μία πολύ σημαντική αλλά ταυτόχρονα και παρεξηγημένη έννοια. Στην πιο απλή της μορφή σημαίνει να είναι το άτομο αληθινό και πιστό προς τον εαυτό του. Να είναι ο εαυτός του. Η έννοια αυτή, που με την υπαρξιακή της μορφή προέρχεται από τον Χάιντεγκερ, υπαινίσσεται πως ο άνθρωπος μπορεί να ζει αυθεντικά αλλά και μη-αυθεντικά. Αυτό δεν σημαίνει πως υπάρχουν αυθεντικοί ή μη-αυθεντικοί άνθρωποι. Όλοι μας έχουμε τις αυθεντικές και τις μη-αυθεντικές μας στιγμές. Για τον Χάιντεγκερ ο άνθρωπος βρίσκεται σε κατάσταση μη-αυθεντικότητας όταν χάνει τον εαυτό του μέσα στην καθημερινότητα και τις ζωές, τις γνώμες και τις απόψεις των άλλων. Και γίνεται αυθεντικός όταν συνειδητοποιεί τη δική του καθαρά ύπαρξη, που ενώ φυσικά συνδέεται και εξαρτάται από τους άλλους, αποτελεί ταυτόχρονα και μια μοναδικότητα. Αυτή η συνειδητοποίηση, σύμφωνα με τον Χάιντεγκερ έρχεται κυρίως από τη συνειδητοποίηση της θνητότητάς μας αλλά και από την επαφή με την υπαρξιακή αγωνία. Κατά κάποιο τρόπο λοιπόν το τίμημα της αυθεντικότητας είναι η υπαρξιακή αγωνία. Ή, για να το θέσουμε θετικά, η υπαρξιακή αγωνία μπορεί να οδηγήσει σε μια περισσότερο αυθεντική ζωή.

Εκπαίδευση στην Υπαρξιακή Ψυχοθεραπεία

Κλείνοντας θα ήθελα να τονίσω τρία σημεία τα οποία και θεωρώ εξαιρετικής σημασίας για το θέμα μας. Το πρώτο είναι πως ο εκπαιδευόμενος θεραπευτής, αλλά θα έλεγα και οι θεραπευτές εν γένει, χρειάζεται να θυμάται πως δεν μπορεί και ούτε χρειάζεται να «θεραπεύει» την ανθρώπινη κατάσταση. Και μιλώντας για ανθρώπινη κατάσταση εννοώ φυσικά τα υπαρξιακά δεδομένα. Ο αγώνας αυτός, σε τελική ανάλυση, είναι όχι μόνο μάταιος αλλά και μη θεραπευτικός, αν και η επιθυμία μας να κινηθούμε προς αυτήν την κατεύθυνση είναι απόλυτα κατανοητή και εν τέλει πολύ ανθρώπινη.

Το δεύτερο σημείο που θα ήθελα να τονίσω, και το οποίο συνδέεται με το πρώτο, είναι πως επειδή χρειάζεται ο θεραπευτής να είναι εξοικειωμένος με αυτό που αποκαλούμε «ανθρώπινη κατάσταση», ο ψυχοθεραπευτής δεν μπορεί να βασίζει την εκπαίδευσή του αποκλειστικά και μόνο στην επιστήμη της ψυχολογίας, αλλά χρειάζεται μια πολύ ευρύτερη παιδεία που θα περιλαμβάνει γνώσεις φιλοσοφίας, κοινωνιολογίας, εξοικείωση με την ιστορία και θα πρόσθετα, ουσιαστική επαφή με την τέχνη καθώς αυτή αποκρυσταλλώνει όλο το φάσμα της ανθρώπινης εμπειρίας. Αποτελεί αποτυπωμένο βίωμα.

Τέλος, το τρίτο σημείο που θα ήθελα να τονίσω και το οποίο πιστεύω πως είναι το σημαντικότερο απ' όλα, όσον αφορά την εκπαίδευση του θεραπευτή, είναι πως αυτό που διαφοροποιεί τον καλό θεραπευτή από τους υπόλοιπους δεν είναι τόσο αυτό που κάνει όσο αυτό που είναι. Γίνεται έτσι κατανοητό το πόσο μακροχρόνια, πολύπλευρη και ουσιαστική χρειάζεται να είναι η εκπαίδευση αυτού που θέλει να λέγεται αλλά κυρίως να είναι ψυχοθεραπευτής.

καρέκλας. Και στις δύο περιπτώσεις το βιωματικό μέρος πραγματοποιείται με την άμεση εποπτεία που έπεται των θεραπευτικών συνεδριών.

Η Ολομέλεια αποτελεί μία ιδιαίτερη δραστηριότητα μέσα στο εκπαιδευτικό σύστημα. Συνεδριάζει 2-3 φορές το χρόνο. Χαρακτηριστικό της είναι ότι σ' αυτή συμμετέχουν εκπαιδευόμενοι και εκπαιδευτές σε σχέση ισοτιμίας. Συντονίζεται απ' τους εκπαιδευόμενους και εστιάζεται στη διαδικασία των σχέσεων, τη βιωματική εμπειρία και τη νοηματοδότηση του βιώματος.

Το Προκαταρκτικό έτος είναι έτος κατά βάση εποπτικό και εισαγωγικό στη συστημική θεωρία και σκέψη. Βασική επιδίωξη της εκπαιδευτικής **μεθοδολογίας** αφορά στην:

- εκδήλωση των ικανοτήτων των εκπαιδευόμενων
- εξοικείωση με το συστημικό τρόπο σκέψης
- σύνθεση ενός προσωπικού τρόπου προσέγγισης της γνώσης και της θεραπείας
- παρατήρηση του εαυτού ως μέρους του συστήματος το οποίο ο ίδιος ο εκπαιδευόμενος παρατηρεί

Με την παρατήρηση του εαυτού εντός του θεραπευτικού συστήματος, ο εκπαιδευόμενος ψυχοθεραπευτής μαθαίνει να συνδυάζει τη **θεραπευτική σκέψη και στάση**, που εφαρμόζει στο επαγγελματικό περιβάλλον του με την **εκπαιδευτική θεωρία και πράξη**, που βιώνει στο περιβάλλον της εκπαίδευσης. Εμπιστεύεται και αναγνωρίζει, σε ένα ασφαλές εκπαιδευτικό περιβάλλον, αυτό που θα εμπιστευόνταν οι δικοί του θεραπευόμενοι στη θερα-

πειυτική συνεδρία μαζί του. Στη διάρκεια των τεσσάρων χρόνων της εκπαίδευσής του, έχει τη δυνατότητα να βιώσει, μέσα στην εκπαιδευτική σχέση, αυτό το οποίο θα βιώσει ως επαγγελματίας θεραπευτής στο πλαίσιο μιας πενήνταεπτης συνεδρίας.

Η εφαρμογή της μεθοδολογίας αποτελεί προϋπόθεση για να επιτευχθούν οι **κυριότεροι στόχοι** της Εκπαίδευσης, που προσανατολίζουν τον εκπαιδευόμενο να συνθέσει τα προσωπικά με τα επαγγελματικά στοιχεία της ταυτότητάς του, να εξελιχθεί και να ωριμάσει. Τόσο στην πραγματοποίηση της μεθοδολογίας όσο και την επίτευξη των στόχων συμβάλλει η προσωπική θεραπεία του εκπαιδευόμενου, η οποία θεωρείται απαραίτητη.

Δέκα και κάτι χρόνια πριν, ξεκινούσαμε την πορεία μας. Με αποσκευές τις, μέχρι τότε, εμπειρίες κι εκπαιδευτικές μας αρχίσουμε να οργανώνουμε ένα εκπαιδευτικό πρόγραμμα στην ψυχοθεραπευτική προσέγγιση Gestalt. Όραμά μας ήταν να δημιουργήσουμε ένα ολοκληρωμένο κι αναγνωρισμένο εκπαιδευτικό πρόγραμμα. Σε μία περίοδο που τα οργανωμένα εκπαιδευτικά προγράμματα στην ψυχοθεραπεία ήταν ελάχιστα, ξεκινήσαμε ένα ταξίδι δημιουργίας κι εξέλιξης που ξεπέρασε κάθε προσδοκία μας.

Δέκα και κάτι χρόνια μετά, το εκπαιδευτικό μας πρόγραμμα στην ψυχοθεραπεία Gestalt είναι αναγνωρισμένο από την EAGT (European Association for Gestalt Therapy) και την EAP (European Association for Psychotherapy) και το Gestalt Foundation χαιρεί εκτίμησης από συναδέλφους και φορείς σε Ελλάδα και εξωτερικό, όπως φάνηκε κι από την επιτυχημένη διοργάνωση του 9^{ου} Πανερωπαϊκού Συνεδρίου Θεραπείας Gestalt "Exploring Human Conflict" (Σεπτέμβριος 2007, Αθήνα). Εκτός από το εκπαιδευτικό πρόγραμμα διοργανώνουμε πλειάδα σεμιναρίων, ομάδων κι εκδηλώσεων κάθε χρόνο, με αποκορύφωμα το ετήσιο Τετράημερο Εργαστήριο με εκπαιδευτικές και βιωματικές ομάδες. Συνεχίζουμε τις συνεργασίες μας με 16 φορείς σε όλη την Ελλάδα προσφέροντας εθελοντική εργασία κι ευκαιρίες περαιτέρω εξειδίκευσης στους εκπαιδευόμενους και αποφοίτους μας. Συμμετέχουμε σε προγράμματα παρέμβασης στο ευρύτερο κοινωνικό πεδίο όπως και όποτε μπορούμε. Εξελίσσουμε τα προγράμματα συνεχιζόμενης εκπαίδευσης με ομάδες εποπτείας και εξειδικευμένα κλινικά και εκπαιδευτικά σεμινάρια. Η ιστοσελίδα του Κέντρου συνεχίζει επίσης να εξελίσσεται και η εφημερίδα μας συμπληρώνει το 10^ο τεύχος και τον 5^ο χρόνο λειτουργίας της.

Καθώς «τίποτε καλό δεν είναι δωρεάν», όπως λέει κι ο Μπουκάι, όλα αυτά χρειάζονται πολλή δουλειά και αφοσίωση. Γι' αυτό, αισθάνομαι προσωπικά ευγνώμων στις συνεταίρες και συνιδρύτριες του Gestalt Foundation, Γιάννα, Δέσποινα και Κάτια που συνεχίζουν σταθερά να μοιράζονται μαζί μου το έργο και την ευθύνη της αρχικής δημιουργίας μας.

Όπως αισθάνομαι ευγνώμων απέναντι σε όλους τους ανθρώπους που μας στηρίζουν, συνεργάζονται και μας αγαπούν με τις δυνατότητες και τους περιορισμούς μας.

Αυτή η διαδρομή είχε πολλαπλά τοπία κι εναλλαγές τόσο στο δρόμο, όσο και στους συνοδοιπόρους. Όλα αυτά τα χρόνια το Gestalt Foundation λειτούργησε και συνεχίζει να λειτουργεί ως φορέας επικοινωνίας κι ανταλλαγής, ως δημιουργός αρχή συζητήσεων, προβληματισμών και πολλών καινοτόμων ενεργειών και συνεργασιών.

Άνθρωποι ήρθαν κι έμειναν συνοδοιπόροι μας από την αρχή έως σήμερα, άλλοι έμειναν για λίγο και μετά έφυγαν, άλλοι κράτησαν μία επικριτική στάση, ενώ άλλοι προτίμησαν μία διακριτική απόσταση.

Η κάθε επαφή και συνεργασία, θεωρώ ότι με βοήθησαν και μας βοήθησαν να εξελιχθούμε και να σκιαγραφήσουμε το προφίλ μας, το οποίο συνεχίζουμε να το σμιλεύουμε μέσα από τις εμπειρίες μας. Κάθε ναι και κάθε όχι μας βοήθησε να οριοθετηθούμε και να διαμορφώσουμε με μεγαλύτερη σαφήνεια τις αρχές και τη φιλοσοφία μας και να αποφασίζουμε τις ενέργειες εκείνες που κρίνουμε ότι θα τις πραγματοποιήσουμε.

Γι' αυτό, σας ευχαριστώ όλους όσοι μοιραστήκαμε ένα μέρος της δημιουργίας και της εξέλιξης του Gestalt Foundation, καθώς με βοηθήσατε και μας βοηθήσατε να αλλάξουμε, να προοδεύσουμε, και να μεγαλώσουμε.

Καλή μας συνέχεια!

Αντωνία Κωνσταντινίδου



(Μέρος της ομιλίας)

Harm Siemens

Η ΑΞΙΑ ΤΗΣ ΣΥΝΕΧΙΖΟΜΕΝΗΣ ΔΙΑΔΙΚΑΣΙΑΣ ΤΗΣ ΔΕΣΜΕΥΣΗΣ

Σήμερα, γιορτάζουμε τη 10^η επέτειο του Gestalt Foundation, και ειδικότερα τιμούμε τους ανθρώπους που δημιούργησαν αυτή τη σχολή για την εκπαίδευση και τη θεραπεία Gestalt.

Η σχολή ξεκίνησε από μία μπερδεμένη κατάσταση, μέσα σε αβέβαιες συνθήκες, αλλά η Κάτια, η Δέσποινα, η Γιάννα και η Αντωνία είπαν «ναι» μεταξύ τους. Όλες τους είχαν μία ισχυρή πεποίθηση πως μπορούσαν να διαχειριστούν τη διαδικασία ίδρυσης μίας τέτοιας σχολής. Ήδη σε ένα πρώιμο στάδιο, κατόρθωσαν να χτίσουν, να δημιουργήσουν ένα δίκτυο: δε δούλεψαν σε απομόνωση. Αυτό το δίκτυο τις στήριξε ώστε να φθάσουν τους δυναμικούς τους στόχους. Μπόρεσαν, επίσης, να βρουν καλούς υποστηρικτικούς διοικητικούς συνεργάτες που με τη σειρά τους υποστήριξαν επίσης την ποιότητα της σχολής.

Επιστρέφοντας στις 4 ιδρύτριες, είχαν όλες ένα διαφορετικό στυλ στη θεραπεία και τη διδασκαλία, εννοώντας δηλαδή ότι είχαν μια διαφορετική μορφή αυθεντικής, προσωπικής έκφρασης και επικοινωνίας, όμως όλες είχαν την επίγνωση των επαγγελματικών στόχων του ινστιτούτου.

Η σχολή προσκάλεσε ενδιαφέροντες εκπαιδευτές εκτός Ελλάδας. Η γνώση και το όραμα που έφεραν αυτοί οι εκπαιδευτές στη σχολή ενσωματώθηκαν στο πρόγραμμα των σπουδαστών τους.

Αυτό που έλεγα προηγουμένως ήταν ότι τα ιδρυτικά

μέλη ήταν όλες δεσμευμένες στην ευθύνη που ανέλαβαν όταν ξεκίνησαν τον Οργανισμό.

Η δέσμευση δεν είναι μία τεχνική. Είναι η διαδικασία του να μένεις (πιστός/-ή) σε ένα προηγούμενο «ναι».

Η δέσμευση είναι που κάνει έναν άνθρωπο έμπιστο, ακόμη και αν κάποιος διατάζει και δεν ξέρει πώς να προχωρήσει παρακάτω.

Η δέσμευση είναι που κάνει έναν άνθρωπο δυνατό, εάν αυτός ή αυτή δε φοβάται την επανατροφοδότηση (feedback).

Χρειάζομαστε το διανοητικό διάλογο (ανταλλαγή απόψεων). Η αλήθεια αναδύεται από την πάλη των ιδεών και περιλαμβάνει επαρκές feedback.

Η επανατροφοδότηση χρειάζεται πάντα να στηρίζει το άτομο, να το διευκολύνει να προχωρήσει μπροστά.

Τα μέλη του Gestalt Foundation ξεκίνησαν με μία ισχυρή δέσμευση και συνέχισαν τη δουλειά τους για τη σχολή στην εκπαίδευση και την εφαρμογή της Θεραπείας Gestalt με την ίδια ισχυρή δέσμευση.

Και συνεχίζουν και σήμερα το έργο τους.

Η ενέργεια του να μένεις δεσμευμένος σε έναν στόχο ταιριάζει με τις δυνατότητες και τις δεξιότητες του ατόμου που προκύπτουν από την οικογένεια καταγωγής και αναπτύσσεται μέσω της επαγγελματικής εκπαίδευσης.

Στη δική μου οικογένεια, για παράδειγμα, υπήρχε πάντα, μία δύναμη, για να αντιμετωπιστεί οποιοδήποτε πρόβλημα παρουσιαζόταν, μία δύναμη για συνέχεια υπό οποιοσδήποτε συνθήκες, ειδικά κατά τη διάρκεια της δύσκολης ζωής στον Β' Παγκόσμιο Πόλεμο.



Νομίζω και σχεδόν γνωρίζω στα σίγουρα πως πρώτα από όλα χρωστάω την έμπνευσή μου να δεσμεύω τον εαυτό μου στη δουλειά μου, στη δουλειά Gestalt με τους ανθρώπους σε αυτήν τη δύναμη του πατέρα και της μητέρας μου να αντιμετωπίζουν προβλήματα.

Και μία δεύτερη πηγή της έμπνευσής μου ήταν οι Gestalt δάσκαλοί μου, πολλοί από τους οποίους ήταν πρωτεργάτες της εφαρμογής της Θεραπείας Gestalt. Αλλά η δέσμευση εμπεριέχεται σε ένα πολύ δυνατότερο πεδίο. Ένα πεδίο με όρους Gestalt είναι, όπως γνωρίζετε, μία ολότητα αμοιβαία επιδρώντων δυνάμεων που σχηματίζουν μαζί ένα ενοποιημένο αλληλεπιδραστικό σύνολο. Δε βρίσκουμε μόνο στη δυτική Χριστιανική κουλτούρα τη βασική έννοια της συμπόνιας, μία ισχυρή δέσμευση να στηρίζουμε τους συνανθρώπους μας που βρίσκονται σε ανάγκη, ως μία σημαντική πλευρά ενός πολιτισμού.

Από αμνημονεύτων χρόνων, βρίσκουμε και στις ανατολικές κουλτούρες, επίσης, τη σκέψη της συμπόνιας. Για παράδειγμα, στη σχολή του Βουδισμού. Αυτή η σχολή υιοθέτησε την αρχή της μακροπρόθεσμης δέσμευσης στη συμπόνια. Αυτή η δέσμευση είναι το

10 ΧΡΟΝΙΑ

GESTALT FOUNDATION...

αγωνίας, ενθουσιασμού, δέσμευσης στο όραμα, στη δημιουργία και την εξέλιξη ενός Κέντρου Ψυχοθεραπείας & Εκπαίδευσης με στόχο την αναγνώριση, την εξάπλωση και την εκπαίδευση της ψυχοθεραπευτικής προσέγγισης που βιώσαμε, πιστέψαμε και αγαπήσαμε. 10 χρόνια ανοδικής πορείας, εξέλιξης και επιτυχίας.

Μια συλλογική διαδρομή με τη Γιάννα, την Αντωνία και την Κάτια, κτίζοντας, γκρεμίζοντας, μασώντας, αφομοιώνοντας. Μοιραστήκαμε το όραμα δεσμευμένες στην ευθύνη, ενωμένες στην κρίση. Ακούραστες στη δημιουργία καταφέραμε να υλοποιήσουμε αυτό το όνειρο ζωής. Συνοδοιπόροι μας στενοί συνεργάτες, εκπαιδευόμενοι, φορείς και όχι μόνο, που μας στηρίζουν, μας διδάσκουν, μας αγαπούν, μας εμπιστεύονται. Τους ευχαριστώ όλους.

Τι σημαίνει όμως δημιουργία ενός εκπαιδευτικού προγράμματος στην ψυχοθεραπεία; Είναι μια πολύπλοκη διαδικασία που περιλαμβάνει "τι" και "πώς". Στόχος ήταν και παραμένει τόσο η διδασκαλία της θεωρίας και της μεθοδολογίας της ψυχοθεραπευτικής προσέγγισης Gestalt όσο και η εμπλοκή των εκπαιδευομένων στο να βιώσουν και να χρησιμοποιήσουν έννοιες και δεξιότητες με ένα τρόπο ουσιαστικό στην επαγγελματική τους πρακτική, σχηματίζοντας έτσι το δικό τους μοναδικό και υπεύθυνο επαγγελματικό στυλ.

Με αυτή τη βάση έχουμε οργανώσει το εκπαιδευτικό μας πρόγραμμα και νομίζω πως τα έχουμε καταφέρει και συνεχίζουμε με τη βαθιά δέσμευση, την υπευθυνότητα, τη σοβαρότητα και το ήθος που απαιτείται για την ψυχοθεραπεία και την εκπαίδευσή της.

Δέσποινα Μπάλλιου

Η φετινή μας χρονιά σηματοδοτήθηκε από την επέτειο των 10 χρόνων της λειτουργίας του Gestalt Foundation. Κοιτάζοντας πίσω μου νιώθω δέος συνειδητοποιώντας όλο αυτόν τον απίστευτο όγκο δουλειάς που έχουμε πραγματοποιήσει αυτήν τη δεκαετία.

Υλοποιήσαμε ένα εκπαιδευτικό πρόγραμμα που η οργάνωση και ο σχεδιασμός του βασίστηκε πάνω στα σύγχρονα, διεθνή πρότυπα ψυχοθεραπείας και που πιστοποιήθηκε από την Ευρωπαϊκή Ένωση Ψυχοθεραπείας.

Μέσα από τη συνεργασία με Έλληνες και ξένους εκπαιδευτές και επόπτες καθώς και με την ενημέρωση από συνέδρια και τη διεθνή βιβλιογραφία, παραμένουμε σε μια δυναμική και συνεχή αξιολόγηση, εκτίμηση, δημιουργική προσαρμογή και εξέλιξη ως προς το περιεχόμενο και τη διαδικασία τόσο του εκπαιδευτικού μας προγράμματος όσο και της προσωπικής μας εξέλιξης.

Ήμασταν και παραμένουμε σε επαφή και εγρήγορη ως προς τα θέματα και τις αλλαγές που προτάσσουν οι σύγχρονες κοινωνικές ανάγκες και τον τρόπο που επηρεάζουν τις μεθόδους και τις εφαρμογές στον τομέα της εκπαίδευσης και της ψυχοθεραπείας.

Ερχόμενη στο παρόν, νιώθω ευγνωμοσύνη και αγάπη για όλους εκείνους που μας συντρόφευσαν κατά τη διάρκεια αυτής της δύσκολης αλλά και δημιουργικής πορείας, διότι όλα αυτά δε θα μπορούσαν να πραγματοποιηθούν χωρίς την αμέριστη υποστήριξή τους και θέλω από καρδιάς να ευχαριστήσω έναν-έναν, και τους παλιούς και τους καινούργιους.

Θα ήθελα, επίσης, να ευχαριστήσω τις συνεργάτιδες μου για τους ισχυρούς δεσμούς εμπιστοσύνης και αφοσίωσης που αναπτύξαμε αυτά τα χρόνια καθώς και δέσμευση ως προς τις ιδέες και τους σκοπούς που θέσαμε τόσο σε συνειδητό όσο και σε ασυνειδητό επίπεδο.

Όμως η εγγύηση και το άνοιγμα του ορίζοντά μας στο μέλλον είναι οι εκπαιδευόμενοι και οι απόφοιτοί μας που μας έχουν τιμήσει με την επιλογή τους.

"Σας ευχαριστώ όλους"

Γιάννα Γιαμαρέλου

κλειδί, σύμφωνα με τον Βουδισμό, για την εξέλιξη και τη συνειδητότητα. Το κίνημα του Βουδισμού είναι η ενσάρκωση της συμπόνιας της διάρκειας, της αντοχής και της δέσμευσης.

Δεν είμαι Βουδιστής και δε γνωρίζω πολλά για αυτό, αλλά όταν δούλευα στην Ινδία, δουλεύοντας με τους ανθρώπους και ακούγοντάς τους να μιλούν για τον Βουδισμό, με άγγιξαν με την απλότητά τους και τον

Πολλοί από τους πρωτοπόρους, συμπεριλαμβανομένου και του Fritz Perls, στην φιλοσοφία και την πρακτική της Gestalt εμπνεύστηκαν από τις αρχές του Βουδισμού.

Τώρα, ας κάνω μία σύνδεση με το εδώ και τώρα αυτής της ημερίδας που γιορτάζει τα 10^α γενέθλια του Gestalt Foundation. Κι επιτρέψτε μου να δώσω ένα όραμα για το μέλλον της Gestalt δουλειάς μας, ας πούμε ένα όραμα για τα επόμενα 10 χρόνια.

Το κεντρικό θέμα της ομιλίας μου για σήμερα είναι:

Η αξία της δέσμευσης ως μια συνεχής διαδικασία.

Για εμένα, η σημαντική συνεισφορά με τους εθελοντικούς κοινωνικούς φορείς είναι κάτι το εκπληκτικό.

Εθελοντές (μέλη των φορέων, το προσωπικό, οι εκπαιδευόμενοι και οι απόφοιτοι του Gestalt Foundation) είναι εξ' ορισμού δεσμευμένοι στα καθήκοντά τους.

Οι εθελοντές παίρνουν μέρος σε μία συνεχιζόμενη διαδικασία δέσμευσης, μία δέσμευση που υποστηρίζεται από όραμα, συμπόνια, διάρκεια, αντοχή και

εκπαίδευση.

Η εκπαίδευση στην προσέγγιση Gestalt είναι, φυσικά, εκπαίδευση στην επίγνωση. Νομίζω πως ένας /μία εθελοντής/-ρια που έμαθε και ενσωμάτωσε τις αρχές της Gestalt, θα ήθελε να διδάξει, να δείξει, να μεταβιβάσει αυτές τις αρχές στους άλλους με τον έναν ή με τον άλλον τρόπο, θέτοντας απλά τις αρχές της Gestalt σε πράξη, ανεξάρτητα από το τι είδους εθελοντική εργασία κάνει.

Δείχνοντας τη δέσμευσή του/της ο/η εθελοντής/-ρια διαδίδει τη συνεχιζόμενη διαδικασία της δέσμευσης,



τρόπο με τον οποίο αποδέχονταν τον εαυτό τους και τους άλλους.

Η βασική αρχή είναι στη ρίζα της ένα θέμα της καρδιάς ή μία κατάσταση της συνειδησης και βρίσκει την ξεκάθαρη ενσάρκωσή της στις πραγματικές ανθρώπινες ζωές. Οι άνθρωποι παίρνουν τη δέσμευση να καλλιεργήσουν αυτήν τη συνθήκη στη συνειδητότητά τους, τόσο για τους εαυτούς τους όσο και για τους άλλους. Η λάμψη δεν ανήκει μόνο σε εμάς. Γνωρίζουν: Υπάρχω σε όλους τους άλλους και όλοι οι άλλοι υπάρχουν σε εμένα.



που θα παραληφθεί και θα μεταδοθεί από άλλους.

Το πρώτο συμβάν μετά την ομιλία μου σχετίζεται με τη δημιουργία μιας «Τράπεζας Αίματος» και θα ακούσετε περισσότερα για αυτό σε λίγο.

Το πρώτο πάνελ συζήτησης του σημερινού προγράμματος έχει να κάνει με την «Κοινωνική Ευθύνη του Ψυχοθεραπευτή». Είμαι ευτυχής που το Gestalt Foundation άρχισε να σχετίζεται με διαφορετικές ψυχοθεραπευτικές προσεγγίσεις.

Θεωρώ πως είναι πραγματικά δική μας η κοινωνική ευθύνη, να εξασφαλίσουμε ότι τόσο η ψυχοθεραπεία Gestalt όσο και οι άλλες σχολές ψυχοθεραπείας θα γνωριστούν και θα αναπτύξουν αμοιβαίο σεβασμό στο δυναμικό τους, και θα ανοίξουν ώστε να μάθουν από τα επιτεύγματα η μία της άλλης, χωρίς να χάσουν την ταυτότητά τους. Εύχομαι πως στο μέλλον θα συμπεριληφθούν επίσης και επαγγελματίες σχετικών ειδικοτήτων που μέχρι σήμερα είχαν καμία ή μικρή σχέση με τη θεραπεία Gestalt.

Δημοσιεύσεις πάνω στη θεωρία, τη μέθοδο και την πρακτική της Gestalt σε επαγγελματικά περιοδικά, ως βοήθημα των επαγγελματιών διαφόρων κατευθύνσεων και κλάδων θα βοηθήσουν να δοθεί περισσότερη προσοχή στη δουλειά μας σύμφωνα με τη θεραπεία Gestalt, τα συμπεράσματα και η αποτελεσματικότητά της σε διάφορες περιπτώσεις προβλημάτων.

Σκέφτομαι τις εκδόσεις που αφορούν στις εφαρμογές

10 ΧΡΟΝΙΑ

πριν... Σεπτέμβριος 2008 και κάτι ακόμη...
Σαν όνειρο μου φαίνεται...

Ένα ταξίδι ζωής με βάση το όραμα μιας οργανωμένης εκπαίδευσης στην ψυχοθεραπεία Gestalt που τόσο μας μαγνήτισε στα χρόνια των σπουδών μας. Με οδηγό και πυξίδα την πίστη στον άνθρωπο και τις δυνατότητές του και κυρίαρχο μέλημα την κοινωνική προσφορά... Αντωνία, Γιάννα, Δέσποινα, συνάδελφοι και συνοδοιπόροι σε αυτήν τη δημιουργική πορεία νομίζω «καλά τα καταφέραμε»... -ως τώρα τουλάχιστον-. Μακάρι και στο μέλλον να σταθούμε αντάξιες της εμπιστοσύνης και της αγάπης που εισπράττουμε όλα αυτά τα χρόνια από όλους εσάς, τους πελάτες, εκπαιδευμένους, συνεργάτες και φορείς που μας στηρίζατε και μας στηρίζουν, που πιστέψατε σε εμάς και που συνδέσατε τις ζωές σας μαζί μας.

Ένα μεγάλο ευχαριστώ από καρδιάς σε μια ατελείωτη λίστα ανθρώπων «φάρων» στην πορεία μας και «θέρμης» στην καρδιά μας, που δυναμικά «μοιράζονται» σημαντικά κομμάτια αυτής της εξέλιξης.

Προσωπικά, ένα ιδιαίτερο, βαθύ και ειλικρινές «ευχαριστώ» στους γονείς μου, Ολυμπία και Στέλλιο, που πίστεψαν, στήριξαν, ενθάρρυναν, φιλοξένησαν, παρότρυναν και, κυρίως, εμφύσησαν στην όλη προσπάθεια ανθρωπιά και συνεχή παρουσία. Ευγνωμονώ! Ένα ζεστό ευχαριστώ στην αδερφή μου Χριστίνα για την ιδιαίτερα διακριτική και αδιάκοπη συμπαράσταση σε κάθε «εδώ και τώρα» αυτής της πορείας. Τέλος, ένα ξεχωριστό ευχαριστώ και μια βαθιά αναγνώριση στη συνεισφορά της Μαρίας Φαρμάκη, τόσο για την ουσιαστική και πολυδιάστατη στήριξη στο ξεκίνημα αυτής της προσπάθειας, όσο και στο μοναδικό τρόπο συμπόρευσης αυτήν τη δεκαετία. Γιώργο Δίπλα, Harm, Dick, Nurith, Ken, Peter... αφήνετε το «στίγμα» σας στο χάρτη μας... έμπνευση, διδασκαλία, μοίρασμα...

Μάγδα, Σπύρο, Γιώργο, Παναγιώτη, Sue, John, Joe... ανεξίτηλα «σημεία επαφής»...

Λίνα, Αννέτα, Ζωή, Ειρήνη, Εύα, Εμμανουέλα, Μαριαλένα, Νικόλα, Έλσα... χωρίς εσάς... Ένα ευχαριστώ απλά δε φτάνει...

Το όραμα εξακολουθεί να υπάρχει, η δημιουργία... ως ευχηθούμε να συνεχίσει να εξελίσσεται...

Κάτια Χατζηλάκου



της θεραπείας Gestalt ή στις αρχές της Gestalt και την επίδρασή τους σε διαφορετικές ομάδες ανθρώπων υπό διαφορετικές συνθήκες.

Θα τολμούσα να πω πως είναι ένα μέρος της δέσμευσής μας να μεταδώσουμε τις γνώσεις, την εμπειρία και τις δεξιότητές μας στους άλλους μέσω αναφορών σχετικών με θέματα όπως: πώς εμείς οι θεραπευτές Gestalt δουλεύουμε με νέους ανθρώπους που έχουν την τάση να γίνουν μεταιχμιακοί; Πώς δουλεύουμε με ανθρώπους υπό κατάθλιψη, ανθρώπους με τραύμα, ανθρώπους με σύνδρομο άγχους, με καταναγκαστικές διαταραχές, με ψυχοσωματικά προβλήματα; Και πώς εμείς, ως θεραπευτές Gestalt, δουλεύουμε με διαφορετικές προβληματικές ευάλωτων στην κοινωνία μας ομάδων; Στις ημέρες μας, ως κοινοί πολίτες, δεν μπορούμε να λέμε πια πως δεν έχουμε σχέση με την ολοένα αυξανόμενη ομάδα ευάλωτων συνανθρώπων μας που αντιμετωπίζουμε καθημερινά στους δρόμους ή στις εφημερίδες. Δεν μπορούμε να πούμε: αυτό δεν είναι δική μου δουλειά. Για αυτούς τους λόγους, είναι σημαντικό να οργανώνεται η εκπαίδευση στην Gestalt και σεμινάρια/εργαστήρια με θέμα το πώς να δουλεύουμε με αυτές τις ομάδες.

Σε σύνδεση με το προσωπικό μου Gestalt όραμα για την ανάπτυξη της δουλειάς Gestalt όπως τη βλέπω για τα επόμενα 10 χρόνια, θα ήθελα να εκφράσω το σεβασμό μου για την αξιοσημείωτη ζωντάνια του Gestalt

Foundation στην Ελλάδα.

Σε αυτόν τον εορτασμό της 10^{ης} επετείου, το προσωπικό και οι συνεργάτες του Ινστιτούτου έχουν ήδη πραγματοποιήσει πολλούς από τους στόχους τους και μοιάζει να μην υπάρχει τέλος στη διαδικασία δέσμευσής τους και στην επέκταση των δραστηριοτήτων τους. Για αυτόν τον λόγο, το κεντρικό θέμα και το πρόγραμμα αυτής της ημέρας αποτελούν μία εξαιρετική επιλογή. Δεν έχω καμία αμφιβολία ότι πολλές από τις επιθυμίες μου για το μέλλον βρίσκονται λίγο πριν την επίτευξή τους, όσον αφορά στο Gestalt Foundation στην Ελλάδα.

Θα ήθελα να προσθέσω στην ομιλία μου μία από τις ισχυρότερες προσωπικές μου ευχές, η οποία είναι να στηθεί και να εγκαθιδρυθεί ένα διεθνές, ακόμα και διηπειρωτικό, δίκτυο Gestalt που θα περιλαμβάνει άτομα, ομάδες και φορείς. «Επαφή είναι η αναγνώριση της διαφορετικότητας», είναι ένα ρητό του Fritz Perls, του θεμελιωτή της θεραπείας Gestalt.

Επαφή χωρίς όρια σημαίνει μία βαθιά, ευρεία και αμοιβαία έμπνευση της θεωρίας και της πρακτικής Gestalt.

Δεν ταξιδεύω μόνο στην Ελλάδα, στη Θεσσαλονίκη, για να σας συναντώ σε ειδικές περιστάσεις, όπως σήμερα που μοιράζομαι απόψεις και εμπειρίες μαζί σας. Η δέσμευσή μου επεκτείνεται σε πολλές Ευρωπαϊκές χώρες, όπως επίσης και σε χώρες εκτός Ευρώπης, όπου συμμετέχω σε ποικίλα εκπαιδευτικά

προγράμματα Gestalt. Αυτό διευρύνει την επίγνωση, τη συνειδητότητα, την έμπνευση και τη δέσμευσή μου.

Τελειώνοντας, υπάρχει μία ακόμα προσωπική μου ευχή που θα ήθελα να μοιραστώ μαζί σας ενόψει των βασικών λέξεων της σημερινής μου ομιλίας: την αξία της συνεχούς διαδικασίας της δέσμευσης.

Εύχομαι οι πρωτοπόροι της Gestalt και οι σημερινοί εκπαιδευτές, καθώς έρχεται το πλήρωμα του χρόνου, να αναθέσουν με εμπιστοσύνη τη δουλειά τους στη νέα γενιά των ψυχοθεραπευτών Gestalt, οι οποίοι θα συνεχίσουν την ανάπτυξη και τη διεύρυνση της καλής δουλειάς. Όπως μπορούμε να δούμε στο σημερινό πρόγραμμα, έχει να γίνει πολλή δουλειά.

Ένας Φλαμανδός συνάδελφος είπε κάποτε: «Ως δάσκαλος μπορείς να δεις τα αστέρια των διαδόχων σου να αρχίζουν να λάμπουν πιο φωτεινά στον ουρανό και το δικό σου αστέρι να αργοσβήνει. Οι εκπαιδευτές και οι δάσκαλοι Gestalt θα πρέπει να είναι ευγνώμονες για τη διαδικασία της εξέλιξης».

Ελπίζω πως η δάδα θα μεταδοθεί πολλές φορές σε νέες γενιές συναδέλφων οι οποίοι θα έχουν επίγνωση της αξίας της συνεισφοράς τους σε μια συνεχή διαδικασία δέσμευσης.

Σας εύχομαι μία ευχάριστη και γεμάτη έμπνευση ημέρα γιορτής και μοιράσματος!

Σας ευχαριστώ.

Harm Siemens, Οκτώβριος 2008, Θεσσαλονίκη

ΔΕΟΝΤΟΛΟΓΙΑ Γιατί; Η Δεοντολογία στην εκπαίδευση της Ψυχοθεραπείας

Παύλος Ζαρογιάννης

Δεοντολογία, ή επαγγελματική ηθική.

Η Δεοντολογία οφείλει όχι μόνο να υπονοείται, αλλά και να αποτελεί σημαντικό μέρος της ψυχοθεραπευτικής εκπαίδευσης. Γιατί όμως; Γιατί είναι απαραίτητη η Δεοντολογία; Είναι απαραίτητη η Δεοντολογία στην εκπαίδευση της Ψυχοθεραπείας; Η Δεοντολογία είναι **απολύτως απαραίτητη. Ωστόσο, δεν επαρκεί.** Δεν είναι αρκετή από μόνη της. Θα επανέλθω σε αυτό αργότερα. Στην εκπαίδευση της Ψυχοθεραπείας η Δεοντολογία είναι απολύτως απαραίτητη. Αυτό έχει να κάνει με τη **φύση του επαγγέλματος** στο οποίο ο μελλοντικός ψυχοθεραπευτής εκπαιδεύεται. Το επάγγελμα του Ψυχοθεραπευτή είναι, εκτός των άλλων, αδύνατο, δύσκολο, απαιτητικό, ιδιαίτερο, μοναδικό, μοναχικό, αμφιλεγόμενο, επισφαλές, οριακό. Πολλές φορές κινείται ανάμεσα στο κοινωνικά αποδεκτό, την κοινωνική νόρμα/ φυσιολογικότητα και την προσωπική διαφοροποίηση, την απόκλιση, την ιδιαιτερότητα. Και ως τέτοιο το επάγγελμα του ψυχοθεραπευτή χρειάζεται να **προστατευτεί** από εξωτερικούς παράγοντες και εσωτερικούς κινδύνους. Είναι ακριβώς αυτή η **επισφαλής ιδιαιτερότητα** του επαγγέλματος του Ψυχοθεραπευτή που καθιστά αναγκαία την ύπαρξη Δεοντολογίας. Με **εξωτερικούς παράγοντες**, εννοώ όλες τις κοινωνικές (οικογενειακές), πολιτικές, νομικές παραμέτρους που επηρεάζουν ή μπορεί να επηρεάσουν την ψυχοθεραπευτική πράξη. Με **εσωτερικούς παράγοντες**, εννοώ, κυρίως, την ενδεχόμενη αυθαιρεσία και αλαζονεία του ψυχοθεραπευτή, την αίσθηση παντοδυναμίας, που μπορεί να εμφανιστεί και να στρεβλώσει τη δουλειά του.

Η Δεοντολογία μπορεί, λοιπόν, να **λειπουργήσει σε 2 επίπεδα:**

- Από τη μία πλευρά, μας βοηθά να διαμορφώσουμε ένα **«κοινωνικό πρόσωπο»**, εφόσον δεν είμαστε μόνοι μας, σε κενό αέρος, ώστε να μπορούμε να λογοδοτήσουμε για τη δουλειά μας ή να την υποστηρίξουμε, αν χρειαστεί (ποιοι είμαστε, πώς και με ποιες συνθήκες δουλεύουμε...)

- Και από την άλλη πλευρά, μας βοηθά να χαράξουμε ένα **πλαίσιο** μέσα στο οποίο μπορούμε να προσφέρουμε τις υπηρεσίες μας στους πελάτες μας, **προστατεύοντας και προφυλάσσοντας** εμάς, τον άλλον, τη σχέση μας, καθώς και τη δουλειά που πρόκειται να λάβει χώρα, από αυθαιρεσίες, λάθη, κακοδιαχείριση, κατάχρηση εξουσίας, χειραγώγηση, εκμετάλλευση, κλπ. Συνεπώς:

Α) η Δεοντολογία **δε συνοδεύει απλά** την ψυχοθεραπευτική πράξη, αλλά και προηγείται αυτής, εφόσον **την καθιστά δυνατή**. Αν δεν υπάρχουν βασικοί δεοντολογικοί κανόνες, τότε δεν εξασφαλίζεται ο ελάχιστος χώρος, ώστε να αρχίσει να ασκείται η ψυχοθεραπεία.

β) η Δεοντολογία έχει προληπτικό χαρακτήρα ως προς την αποφυγή λαθών και συγκρούσεων.

Κάτω από αυτό το πρίσμα, η Δεοντολογία δεν μπορεί παρά να αποτελεί συστατικό στοιχείο και της ψυχοθεραπευτικής εκπαίδευσης. Ο μελλοντικός θεραπευτής χρειάζεται να γνωρίσει και να γνωρίζει τον Κώδικα Δεοντολογίας του επαγγέλματος στο οποίο εκπαιδεύεται, να τον μελετήσει, να εξοικειωθεί με αυτόν, με στόχο να τον αφομοιώσει, ώστε:

- να μάθει να εξετάζει θέματα που θα προκύψουν στην εργασία του και κάτω από το πρίσμα της δεοντολογίας
- να **ευαισθητοποιηθεί**, να αναρωτηθεί και να προβληματιστεί γύρω από θεμελιώδη θέματα δεοντολογίας, όπως διατήρηση της αυτονομίας, αποφυγή

βλαβών, παροχή φροντίδας, ισότιμη μεταχείριση

- να απαντήσει ενδεχομένως σε κάποια από αυτά

- να **προετοιμαστεί**, όσο είναι δυνατόν, ως προς την εφαρμογή της δεοντολογίας στη θεραπευτική πράξη

- να αναπτύξει την ετοιμότητα να παρατηρεί συνεχώς τη συμπεριφορά του

- να αποκτήσει, τέλος, **«δεοντολογική επάρκεια»** και επαγγελματική **υπευθυνότητα**

Η Ηθική

Ωστόσο, όπως ανέφερα παραπάνω, η Δεοντολογία είναι μεν απαραίτητη και αναγκαία, αλλά δεν επαρκεί. Τολμώ να πω, ότι η Δεοντολογία από μόνη της δεν μπορεί να σταθεί, αν δεν υπάρχει κάτι άλλο που να τη στηρίζει και να την υποστηρίζει. Και αυτό είναι η Ηθική, η **προσωπική ηθική** ή με άλλα λόγια η φρόνηση, η αρετή, το **ήθος** του θεραπευτή. Όπως επισημαίνει ο Θ. Τζαβάρας, μεταφέροντας τη σκέψη του γάλλου φιλόσοφου Paul Ricoeur, «Προτού κωδικοποιηθούν οι κανόνες άσκησης των συγκεκριμένων επαγγελμάτων, είτε προς τα άτομα/ ασθενείς, είτε προς την κοινωνία και το κράτος, δηλαδή προτού δημιουργηθεί το πλαίσιο μιας δεοντολογικής ηθικής, το υποκείμενο/ θεραπευτής καλείται να αντιμετωπίσει την ανάγκη μιας πιο θεμελιακής ηθικής, της σώφρονος/ έμφρονος ηθικής, όπως την αποκαλεί. Ο Ricoeur συνδέει αυτήν την ηθική με την Ελληνική αρετή της φρονήσεως...» (Τζαβάρας, 1998, σελ. 75). Απέναντι στις τόσες και τόσες Δεοντολογίες και τους Κώδικες, τις δεοντολογικές υποχρεώσεις και εντολές, τους κανόνες και κανονισμούς, απέναντι στη Δεοντολογία ως ένα εξωτερικό αξιακό σύστημα, θα ήθελα να αντιπαραβάλω την ηθική του θεραπευτή ως **εσωτερικό αξιακό σύστημα** με βιωμένες αξίες και αρετές, το θεραπευτικό του ήθος, το ο-

ποίο καλείται να αναπτύξει και να καλλιεργήσει ο εκπαιδευόμενος θεραπευτής κατά τη διάρκεια της εκπαίδευσής του και το οποίο θα βρει την έκφρασή του στη θεραπευτική του στάση. Άλλωστε, τι είναι η ίδια η ψυχοθεραπεία, αν όχι, πρωτίτως και κυρίως, ηθική στάση και μετά οτιδήποτε άλλο, δηλαδή, γνώσεις, θεωρίες, τεχνικές, μέθοδος, επιστήμη!

Και ακριβώς αυτή τη **στάση** του μελλοντικού θεραπευτή καλείται να ενεργοποιήσει και να καλλιεργήσει η εκπαίδευση στην Ψυχοθεραπεία. Τη στάση που, όχι μόνο τιμά και σέβεται τον πόνο του άλλου, το κάλεσμά του για βοήθεια, το αίτημά του για ανακούφιση, αλλά που, επίσης, τιμά και σέβεται το Πρόσωπο πίσω και πέρα από τη διαταραχή και το σύμπτωμα. Τη στάση που διευκολύνει το πέρασμα από το εν ενεργεία άτομο στο εν δυνάμει πρόσωπο. Παραφράζοντας τα λόγια της F. Dolto, (Ε. Κούκη, 1998, σελ. 183) θα έλεγα λοιπόν ότι «Ηθική είναι ο σεβασμός των νόμων που διέπουν την ανάπτυξη του πελάτη μου», δηλαδή, η ενεργητική προσπάθειά μου να διασφαλίσω στον πελάτη μου τις κατάλληλες συνθήκες, ώστε να αναδυθεί από το πάσχος υποκείμενο το λανθάνον δυναμικό του, η αλήθεια του.

Με αυτήν την έννοια, λοιπόν, η ηθική του εκπαιδευόμενου θεραπευτή, το ήθος του, αποτελεί αναπόσπαστο στοιχείο της **ταυτότητάς** του και ως τέτοιο δεν μπορεί παρά να βρίσκεται στο κέντρο της εκπαίδευσής του. Σ' αυτήν την ηθική μπορεί να βασιστεί και να εδραιωθεί οποιαδήποτε δεοντολογία, αλλιώς θα παραμένει ένα εξωτερικό σύνολο κανόνων, ξένο και άψυχο, το οποίο, απλά, καλούμαι να ακολουθήσω, κάτι σαν το γράμμα του νόμου δηλαδή, χωρίς όμως το πνεύμα του.

Αθήνα, 2008



Αναλογιστήκατε ποτέ πόση τεράστια ενέργεια χρειάζεται για να ξεκινήσει αυτός ο όγκος σίδερου; Ή, ακόμη, αν φανταστούμε τη μπουλντόζα να κυλάει σε μια κατηφόρα, πόσο δύσκολο είναι, πόση ενέργεια απαιτείται για να τη σταματήσουμε;

Αυτό μας δίνει και την έννοια της εντροπίας στη φυσική, που αντικατοπτρίζει **την τάση ενός συστήματος να διατηρεί την κινητική του κατάσταση. Ή, αν το δούμε αλλιώς, εντροπία είναι η τάση του συ-**

ΔΙΑΦΟΡΟΠΟΙΗΣΗ ΚΑΙ ΚΟΙΝΩΝΙΚΗ ΕΝΤΡΟΠΙΑ

Πέτρος Θεοδώρου

Για να δούμε την έννοια της εντροπίας, αρχικά, ας σκεφτούμε μια μπουλντόζα.

στήματος προς μια κατάσταση ισορροπίας, που απαιτεί τη δυνατόν λιγότερη κατανάλωση ενέργειας (εντροπία είναι το μέγεθος που εκφράζει το μέτρο της «αδράνείας» του).

Για να ξεκινήσουμε ή να σταματήσουμε τη μπουλντόζα χρειάζεται τεράστια προσπάθεια: η μπουλντόζα φαίνεται να «προτιμάει» να παραμείνει ακίνητη, ή, αν ήδη τσουλάει, να μη σταματήσει.

Σύμφωνα με αυτόν τον ορισμό, αν δεν κάνω κάτι εγώ, ένας «εξωτερικός» παράγοντας, η μπουλντόζα παραμένει ακίνητη, ή δεν σταματάει αν δεν κάνω κάτι με τα φρένα.

Ένα σύστημα λοιπόν, όσο πιο ανοιχτό είναι προς τα «έξω», τόσο λιγότερη εντροπία μπορεί να αναπτύξει, αφού με το να είναι ανοιχτό δέχεται ενέργεια «από έξω».

Αν στραφούμε τώρα στα ανθρώπινα σύνολα, πιστεύω ότι πολλές από τις καταναλωτικές - τεχνοκρατικές κοινωνίες εμφανίζουν «εντροπία», ως ένα σύστημα στοιχείων που τείνει να διατηρήσει την κατάστασή του αμετάβλητη για να επιβιώσει.

Εάέ ᾱ ο̄υᾱ Υᾱε̄ ᾱ φ̄ η̄ά̄ ε̄άε̄ ε̄Υε̄ᾱ ᾱδ̄ ο̄ῑ ᾱί̄ ς̄
ό̄ᾱῑ ρ̄ Υί̄ά̄ ε̄άε̄ί̄ γ̄η̄ᾱε̄ φ̄ η̄ά̄ ῑά̄ δ̄ί̄ε̄ε̄Υο̄
ᾱδ̄ ᾱῑ ᾱΥο̄δ̄ί̄ ο̄ί̄ ᾱς̄ᾱί̄ γ̄ί̄ ο̄ά̄ᾱῩη̄ᾱί̄ ᾱί̄ Υε̄ε̄ί̄ ο̄ά̄.
ς̄ ε̄ᾱῡ η̄ᾱ ο̄ί̄ ς̄-Υί̄ ο̄δ̄ ο̄ά̄β̄ά̄ᾱε̄ ῑά̄ ῑά̄ ο̄
δ̄ η̄ί̄ ε̄άε̄ᾱβ̄

Ᾱβ̄ ᾱε̄ᾱο̄ῑ ᾱο̄ῡῑ ῑά̄ ᾱβ̄ ᾱε̄ᾱε̄β̄ε̄ᾱᾱ ῡο̄ε̄ί̄ ε̄δ̄ ᾱη̄ᾱ-
ό̄ῡᾱη̄ᾱδ̄ ᾱᾱη̄ᾱδ̄ ᾱη̄η̄ε̄ί̄ ο̄άε̄ ο̄ο̄ς̄ῑ δ̄ η̄ά̄ᾱῑ ᾱ-
ᾱᾱῡο̄ς̄ᾱ ο̄ᾱ ῑ Υε̄ε̄ί̄ ῑ ῑά̄; ¼ε̄ά̄ ῡο̄ά̄ ᾱί̄ ῡ η̄β̄
ᾱο̄ῑ ᾱά̄ῑ ο̄ᾱᾱς̄ᾱ γ̄ί̄ ο̄άε̄
Ᾱᾱ ο̄ᾱε̄ί̄ ε̄ ς̄ε̄β̄ε̄ᾱῑ ᾱί̄ ῡ η̄β̄ ε̄-ε̄ᾱδ̄ ᾱ η̄η̄Ῡᾱδ̄; ο̄ο̄ ῡ
ᾱᾱδ̄ ρ̄β̄ῑ ᾱο̄ᾱί̄ ε̄ί̄ ο̄η̄ᾱο̄ῑ Υί̄ ε̄ί̄ δ̄ ῡο̄ᾱς̄ ᾱᾱη̄η̄
ο̄ε̄ᾱōāēōā δ̄ ᾱη̄āēēūī ρ̄ ᾱᾱη̄η̄ēΥēāī ᾱ ῑά̄ ᾱβ̄ ᾱ-
ōāī āēī γ̄η̄āōāī ε̄āā ς̄ ο̄ς̄ῑ āη̄ē ρ̄ δ̄ āη̄ī ο̄ōāī ς̄
ῑ δ̄ ῡο̄āς̄ ᾱāη̄η̄ ᾱβ̄ ᾱēōāī ῑ Υēēί̄ ῑ).

**ῑ ᾱο̄ ο̄η̄āāΥί̄ ā ī ē ο̄ōῡ-ῑ ē ī ᾱο̄ ρ̄ ῑ ᾱο̄
ο̄δ̄ η̄β̄-ῑ āēā δ̄ āη̄āēēūī ῑ ᾱο̄;**

Ο̄ς̄ Gestalt āī ο̄ēāγ̄ί̄ ο̄ῑ ᾱ ῑ Υο̄ά̄ ο̄ā āāp
ε̄āē φ̄ η̄ά̄, ῡ-ε̄ āā ᾱ āāp ε̄āē φ̄ η̄ά̄. ¼-ε̄ ῡο̄ē
ῑ δ̄ ī η̄ί̄ γ̄ῑ ῑ ᾱ ī ā āēāī δ̄ ī ρ̄ōī ο̄ῑ ᾱ ο̄ā ᾱ ī Ῡēāō
ῑ ᾱο̄ ᾱῑ Υο̄ῡ ο̄, āēēῩ ῡōēāβ̄ ᾱōōā δ̄ āη̄η̄ī ōā āā
ā ī āāōōī ᾱōī Υο̄ά̄ ōā ī-ρ̄ η̄ī.

δ̄ ī ēēΥō āδ̄ ῡ ο̄ā ο̄ōī ρ̄ēāēō ī ᾱο̄ δ̄ ī ο̄ Ῡ-ī ο̄ī δ̄ ā-
āē ῡ āβ̄ ī δ̄ ī η̄ί̄ γ̄ῑ ῑ ᾱ āδ̄ āī āāōāī γ̄ī. ς̄
δ̄ η̄ī ο̄ῡ δ̄ ē ρ̄ ῑ ᾱο̄ āī δ̄ āη̄η̄ āāī āβ̄ āēōāōāē ρ̄.
Āāī ς̄ōī āī ōāēāī āāī ῡī āōōā ōāī Υί̄ ā āā-ῡ-
η̄āī Υί̄ ρ̄ āāēāēη̄ē Υί̄ ī ο̄ς̄ī āβ̄ ī Υο̄ά̄ ōā
-η̄ī ī. Āāī Ῡ-āēōς̄ī āōāī ο̄ōī ī-η̄ī ī δ̄ ῡōī ī
η̄ōēī ῡō. x̄η̄āāōāēāη̄ī ī ī āī δ̄ ī ο̄ ī ī Ῡēāēī ā
ī āēῡ āβ̄, δ̄ ī ο̄ āāī η̄āē ς̄ ā ρ̄ ī ā-ᾱη̄Ῡ ēāē
ā ī ο̄ ī ā, δ̄ ī ο̄ ēῩāāēāāῩō ēāēāī āēāāῩō ς̄.

Ᾱβ̄ ᾱōōā āāη̄η̄ρ̄ ο̄ ā ī ī ā āāāāōōā. ς̄
δ̄ η̄ī āēāō ρ̄ ī ᾱο̄ āβ̄ āēī ā δ̄ Ῡ ī ā δ̄ āη̄āēῩō ī ā
ōōī ā-η̄āī ο̄ī ā. Ī āη̄ker ēῩāē ς̄ ā ρ̄ ī Ῡη̄āēī ῡī ī
ā ī āāōōī ς̄ō. ς̄ ā ρ̄ Ῡ-āēōς̄ī ο̄Ῡō ς̄ ī ā ōā-
δ̄ η̄ά̄āī āφ̄ ī āōāē



Ειρήνη Κιλέτσι

ΕΠΑΓΓΕΛΜΑΤΙΚΟΣ ΕΘΕΛΟΝΤΙΣΜΟΣ & GESTALT

X Χαιρετίζω με τη σειρά μου την ημερίδα για τα δέκα χρόνια λειτουργίας του Gestalt Foundation. Είμαι ιδιαίτερα χαρούμενη που βρίσκομαι σήμερα εδώ, αφού έχω διανύσει όλη αυτή τη διαδρομή των δέκα χρόνων, αρχικά ως εκπαιδευόμενη και εθελόντρια και στη συνέχεια ως ψυχοθεραπεύτρια και επόπτρια στη δράση που αναφέρω παρακάτω.

Εδώ και ένα χρόνο το Gestalt Foundation συνεργάζεται με το Σύλλογο Γονέων και Παιδιών με Σακχαρώδη Διαβήτη Βορείου Ελλάδος. Είναι μία ακόμη δράση στα πλαίσια του επαγγελματικού εθελοντισμού και της πρακτικής άσκησης των εκπαιδευομένων.

Ο σακχαρώδης διαβήτης και ιδιαίτερα ο Τύπου Ι ή αλλιώς νεανικός διαβήτης, πέρα από το ότι είναι μια χρόνια νόσος, έχει να κάνει κυρίως με παιδιά ή εφήβους. Αυτό το γεγονός σε συνδυασμό με τη χρονιότητα της ασθένειας δημιουργεί μια σειρά από θέματα, προβληματισμούς και συναισθήματα που δεν είναι πάντα ξεκάθαρα, που αφορούν σε όλη την οικογένεια όπως και στον κοινωνικό περίγυρο. Είναι ένα θέμα που με κάποιον τρόπο μας αφορά όλους.

Στα πλαίσια της συνεργασίας μας με το σύλλογο πραγματοποιήσαμε δύο διαλέξεις, η πρώτη απευθυνόταν σε γονείς μικρών κυρίως παιδιών και η δεύτερη, που πραγματοποιήθηκε στην ημερίδα του συλλόγου, με θέμα «Γλυκιά Ζωή στην εφηβεία», σε ευρύτερο κοινό. Η πιο σημαντική δράση ωστόσο είναι η διεξαγωγή ομάδων ψυχολογικής στήριξης από επαγγελματίες ψυχολόγους εθελοντές καθ' όλη τη διάρκεια της περσινής χρονιάς. Οι ομάδες απευθύνονται τόσο στους γονείς όσο και στους νέους. Επίσης υπάρχει η δυνατότητα ατομικών συναντήσεων.

Παρόλο που είναι η πρώτη φορά που γίνεται μια τέτοια συνεργασία, υπήρξε μεγάλη ανταπόκριση από τα μέλη του συλλόγου. Η συζήτηση και η επικοινωνία, το μοίρασμα και η συνειδητοποίηση, όχι μόνο των ιατρικών συνεπειών, αλλά κυρίως των ψυχολογικών επιπτώσεων, η έκφραση συναισθημάτων που αφορούν στη ζωή με το διαβήτη και η διαχείρισή τους, υπήρξαν από τα μεγαλύτερα οφέλη κατά τα λεγόμενα των συμμετεχόντων. Φόβοι, αγωνίες, ευθύνη, χαρά, αποδοχή της νόσου κ.ά. είναι που βρίσκουν το χώρο τους. Είναι που μέσα από τη διαδικασία των ομάδων φωτίζεται η ψυχολογική πλευρά ενός θέματος, που ως επί το πλείστον προσεγγίζεται καθαρά ιατρικά.

Τελειώνοντας θέλω να τονίσω τον ενθουσιασμό, το μεράκι και τον επαγγελματισμό των συναδέλφων που συμμετείχαν, τόσο στις συγκεκριμένες δραστηριότητες, όσο και στην εποπτική διαδικασία, εκφράζοντας την επιθυμία όλων μας για μια περαιτέρω δημιουργική συνεργασία. Αυτός είναι ο τρόπος που εμείς βιώσαμε το πάντρεμα της ψυχοθεραπείας με την κοινωνία!

Σας ευχαριστώ.

ΕΛΛΗΝΙΚΗ ΕΤΑΙΡΕΙΑ ΝΟΣΟΥ ΑΛΤΣΧΑΪΜΕΡ και ΣΥΓΓΕΝΩΝ ΔΙΑΤΑΡΑΧΩΝ

ΜΑΡΙΑ ΒΑΣΙΛΟΓΛΟΥ, Ψυχολόγος

Η Ελληνική Εταιρεία Νόσου Alzheimer και Συγγενών Διαταραχών ιδρύθηκε το 1995 στη Θεσσαλονίκη, από ομάδα επιστημόνων με πρόεδρο την κα Μάγδα Τσολάκη, βασίστηκε στον εθελοντισμό και έχει μη κερδοσκοπικό χαρακτήρα. Τα μέλη της ξεπερνούν σήμερα τα 2500 άτομα και το επιστημονικό της προσωπικό απαρτίζεται από νευρολόγους, εξειδικευμένους ψυχολόγους, βιολόγους και άλλες ειδικότητες. Επίσης η ΕΕΝΑΣΔ το 1996-1997 έγινε μέλος της Ευρωπαϊκής και Διεθνούς Εταιρείας Alzheimer και πρόσφατα έγινε συνένωση όλων των σωματείων της ανά την Ελλάδα που αποτελούν την Ελληνική Ομοσπονδία με πρόεδρο την κα Μάγδα Τσολάκη. Ακόμα από το 1997 εκδίδεται τριμηνιαίο περιοδικό για τη νόσο, το 1998 ιδρύονται τα υπολοίπα σωματεία σε όλη την Ελλάδα και το 2000 διοργανώθηκε το 1^ο Πανελλήνιο Συνέδριο στη Θεσσαλονίκη, το οποίο πραγματοποιείται ανά δύο χρόνια. Αυτή την περίοδο διοργανώνουμε το 6^ο Πανελλήνιο Διεπιστημονικό Συνέδριο που θα πραγματοποιηθεί στις 19-22 Φεβρουαρίου 2009 στο GRAND HOTEL στη Θεσσαλονίκη, ενώ το Μάρτιο του 2010 έχουμε τη χαρά να διοργανώσουμε το Παγκόσμιο Συνέδριο στην πόλη μας, στο οποίο είστε όλοι ευπρόσδεκτοι.

Στόχος της εταιρείας είναι να προσφέρει υπηρεσίες δωρεάν σε ασθενείς με άνοια και στους περιθάλποντές τους. Οι υπηρεσίες στοχεύουν στη βελτίωση της ποιότητας ζωής τους, γεγονός που επιτυγχάνεται μέσω της πρόληψης, της έγκαιρης διάγνωσης και της ορθής επιλογής θεραπείας. Για τους ασθενείς προσφέρουμε νευροψυχολογική εκτίμηση, που θα βοηθήσει στο να τεθεί διάγνωση, στο να παρακολουθείται ο ασθενής κατά την εξέλιξη της νόσου και να ελέγχεται η αποτελεσματικότητα της φαρμακευτικής και μη φαρμακευτικής θεραπείας. Επίσης προσφέρονται γνωστικά θεραπευτικά προγράμματα που στοχεύουν, για τους ασθενείς με ήπια άνοια, στην αναχαίτιση της γνωστικής έκπτωσης καθώς επίσης και ψυχοθεραπευτικά προγράμματα για πιο σοβαρά στάδια της νόσου, τα οποία στοχεύουν στη διατήρηση της ψυχικής ισορροπίας. Τα γνωστικά και ψυχοθεραπευτικά προγράμματα έχουν δώσει θετικά ερευνητικά δεδομένα για την αποτελεσματικότητά τους. Όσον αφορά τους συγγενείς προσφέρεται εκπαίδευση στη νόσο και στον τρόπο χειρισμού των δυσκολιών που προκαλεί στην καθημερινή ζωή, επίσης ψυχολογική υποστήριξη στους περιθάλποντες, αλλά και σε ολόκληρη την οικογένεια καθώς και εκμάθηση τεχνικών χαλάρωσης για τη διαχείριση του

άγχους. Όλες αυτές οι υπηρεσίες προσφέρονται δωρεάν στα Κέντρα Ημέρας της εταιρείας (Αγ.Ελένη, Χαρίσειο και ΚΗΦΗ) καθώς και στο Ιατρείο Μνήμης και Άνοιας στο νοσοκομείο Παπανικολάου στο οποίο ηγείται η κα Τσολάκη σε συνεργασία με ψυχολόγους και άλλους επαγγελματίες υγείας, ενώ παράλληλα διεξάγεται έρευνα για την αιτιολογία της νόσου. Επίσης από το 2001 η ΕΕΝΑΣΔ συνεργάζεται με το GESTALT Foundation και θεωρούμε αυτή τη συνεργασία ως σημαντικό στοιχείο για την ψυχοθεραπευτική υποστήριξη των ασθενών μας. Η μέθοδος GESTALT έχει βοηθήσει τους ασθενείς μας με συμπεριφορικά και ψυχολογικά προβλήματα να έχουν καλύτερη συναισθηματική διάθεση, καλύτερη επικοινωνία με τους περιθάλποντές τους και περισσότερη ηρεμία. Φαίνεται ότι στα πλαίσια της θεραπείας GESTALT οι ασθενείς μας βρίσκουν την ευκαιρία να εκφραστούν και να συνειδητοποιήσουν τα συναισθηματικά τους απέναντι σε πρόσωπα και καταστάσεις και έτσι μπορούν να συνειδητοποιήσουν τι καλό υπάρχει στη ζωή τους. Αυτό τους δίνει δύναμη και είναι ένα σημείο αναφοράς μέσα στο χάος και την ανασφάλεια που βιώνουν στα πλαίσια της άνοιας.

Η ΚΟΙΝΩΝΙΚΗ ΕΥΘΥΝΗ ΤΟΥ ΘΕΡΑΠΕΥΤΗ

Φελέκη
Κασσιανή

Ολοι μας συμφωνούμε με το όραμα μιας δίκαιης κοινωνίας, που διέπεται από αξίες, όπως αλληλεγγύη, αμοιβαία κατανόηση, αποδοχή της διαφορετικότητας, νοιάξιμο, κοινωνική ευθύνη και συμμετοχή των πολιτών.

Πώς όμως διαμορφώνονται αυτές οι αξίες και πόσο αυτονόητη και δεδομένη είναι η παρουσία τους στα άτομα;

Πρόκειται για ένα πολύπλοκο και σύνθετο θέμα, όπου εμπλέκονται και αλληλεπιδρούν δύο παράμετροι: η κοινωνική και η ψυχική. Η ψυχική μας οργάνωση επηρεάζει τη φύση της εμπλοκής μας στην κοινωνία και αντίστροφα, το κοινωνικό πλαίσιο επιδρά στη διαμόρφωση του ψυχισμού μας.

Αποφεύγοντας τον κίνδυνο του αναγωγισμού, θα ήθελα να εστιάσω στην ψυχική παράμετρο που αποτελεί και το αντικείμενο της δουλειάς μας, ως θεραπευτές.

Για την ψυχανάλυση, το νοιάξιμο και η κατανόηση, που αποτελούν το υπόβαθρο μιας αυθεντικής ηθικής, δεν είναι δεδομένα αλλά αποτελούν αναπτυξιακό επίτευγμα που αναπτύσσεται και καλλιεργείται μέσα στην οικογένεια.

Είναι, κατ' εξοχήν, η μάνα (με τη βοήθεια του πατέρα), αυτή που αναλαμβάνει τη βασική λειτουργία της διαμόρφωσης των συναισθηματικών αξιών, της ψυχικής νοηματοδότησης των ανθρώπινων σχέσεων, τη δημιουργία, δηλαδή, ψυχικών δεσμών με τους ανθρώπους μέσα και έξω από την οικογένεια.

Ο άνθρωπος γεννιέται με τη δυνατότητα για βαθιές ουσιαστικές σχέσεις που μας συνδέουν συναισθηματικά με τους άλλους, αλλά είναι η ικανότητα της μάνας να κατανοεί τις συναισθηματικές του ανάγκες που θα επιτρέψει στο παιδί να αναπτύξει την ικανότητά του να σχετίζεται με τους άλλους, να κατανοεί την ψυχική κατάσταση του άλλου, να νοιάζεται τον άλλον και να λειτουργεί με βάση, όχι μόνον τις δικές του ανάγκες, αλλά και τις ανάγκες του άλλου.

Η ικανότητά του να νοηματοδοτεί τον κόσμο και να ζει δημιουργικά μέσα σε αυτόν εξαρτάται από τη μητρική λειτουργία. Χωρίς όλα τα παραπάνω, δηλαδή, χωρίς κατανόηση και αλληλεγγύη, οι ανθρώπινες σχέσεις μετατρέπονται σε σχέσεις εξουσίας.

Διαφορετικά, μιλάμε για προσαρμογή του ατόμου, για εξωτερική επιβολή, δηλαδή για μια συμβατική ηθική, που στην καλύτερη περι-

πτωση αποτελεί πεφωτισμένο συμφέρον και, στη χειρότερη, βασίζεται πάνω στο φόβο.

Η αίσθηση της κοινωνικής ευθύνης δεν επιβάλλεται με νόμους, αλλά οργανώνεται και αναπτύσσεται μέσα από τις πρωταρχικές σχέσεις του ανθρώπου, μέσα στην οικογένεια. Στην εποχή μας, η κυριαρχία του οικονομικού μοντέλου και οι πολιτισμικές αλλαγές που έχει επιφέρει, οδηγούν σε μια εκτόπιση των αξιών που διέπουν τις διαπροσωπικές-συναισθηματικές σχέσεις των ανθρώπων.

Γινόμαστε μάρτυρες μιας ανατροπής αυτών των αξιών και της αντικατάστασής τους από αξίες όπως το χρήμα, η δίψα για εξουσία, επιτυχία, καριέρα, δημοσιότητα, life style, αξίες που μέσω της διαφήμισης και των Μ.Μ.Ε., υπόσχονται προσωπική ευτυχία και ευημερία. Σ' αυτήν τη νέα τάξη πραγμάτων, οι γυναίκες και οι άντρες καλούνται να αναλάβουν νέους ρόλους που τους φέρνουν σε σύγκρουση με τη γονεϊκή λειτουργία, όπως περιγράφηκε πιο πάνω.

Οι σύγχρονες ψυχαναλυτικές έρευνες συνδέουν την αποτυχία της γονεϊκής λειτουργίας με την ολοένα παρατηρούμενη αύξηση των ψυχικών παθήσεων, της εγκληματικότητας, της χρήσης ουσιών. Η έλλειψη χρόνου ενασχόλησης με τα παιδιά, η αστάθεια της οικογένειας, η συναισθηματική, φυσική και επιβλεπτική παραμέληση σχετίζονται με αυξημένο κίνδυνο για διαταραχές προσωπικότητας, κατάθλιψη, αποτυχία κοινωνικοποίησης και παραπτωματική συμπεριφορά. Οι σχετικές έρευνες προβλέπουν συνεχή αύξηση των ανωτέρω στα επόμενα χρόνια.

Συνοψίζοντας, θα έλεγα ότι οι απαιτήσεις του σύγχρονου τρόπου ζωής πλήττουν την ουσία της μητρικής λειτουργίας, που είναι η ανάπτυξη στο παιδί της ικανότητάς του να νοιάζεται για το συνάνθρωπό του, να κατανοεί τον κόσμο και να ζει δημιουργικά. Η τραγωδία του σύγχρονου ανθρώπου συμπυκνώνεται στην αντίφαση, ότι ενώ κατέχει τα πάντα, δεν μπορεί να αντλήσει ικανοποίηση από αυτά και βιώνει την έλλειψη νοήματος, ως ψυχικό κενό.

Από αυτό το κενό προσπαθεί να απαλλαγεί ο σύγχρονος δυτικός πολιτισμός, μέσω της μανιακής ψευδαισθήσης ότι οι δεσμοί των ανθρώπων μπορούν να υποκατασταθούν από χάπια (όπως προφήτευσε ο Χάξλεϊ στον

Θαυμαστό καινούργιο κόσμο), κατανάλωση, εξουσία.

Οι κοινωνίες μας περιγράφονται ως μαρνακές, καθώς στην προσπάθειά τους να ελέγξουν την πολυπλοκότητα των συναισθηματικών σχέσεων, την αβεβαιότητα, το φόβο, τον πόνο των απωλειών και των διαφύσεων που είναι σύμφυτες με την ανθρώπινη φύση, προβάλλουν την απόκτηση υλικών αγαθών και την ατομικιστική επιτυχία, σαν εγγύηση ευτυχίας.

Μπροστά σ' αυτήν την κατάσταση, εμείς, οι επιστήμονες της ψυχικής υγείας, πέρα από την κοινωνική ευθύνη μας σαν πολίτες, έχουμε επιπλέον την ευθύνη μέσα από την εμπειρία και τη θεωρητική μας επεξεργασία, να πληροφορήσουμε την κοινωνία για τους κινδύνους που συνεπάγεται ο σύγχρονος τρόπος ζωής και να λειτουργήσουμε συμβουλευτικά στην ανάληψη μέτρων που θα βοηθήσουν την οικογένεια στην καλύτερη δυνατή επιτέλεση της αποστολής της.

Όσον αφορά στο χώρο των υπηρεσιών ψυχικής υγείας, ο κύριος προσανατολισμός να είναι η έμφαση στις ανθρώπινες σχέσεις και όχι μόνον οι βιολογικές προσεγγίσεις και οι φαρμακευτικές θεραπείες. Από αυτήν την άποψη, αυτή η ημερίδα αποτελεί μια πράξη κοινωνικής ευθύνης.

Τέλος, και σημαντικότερη όλων, είναι η ίδια η δουλειά με τους θεραπευόμενούς μας. Μέσα στην ψυχαναλυτική σχέση, ο ψυχαναλυτής σε μια λειτουργία ανάλογη με τη μητρική, προσπαθεί να κατανοήσει τις ψυχικές ανάγκες του αναλυόμενου, δίνοντάς του τη δυνατότητα να νιώσει, για πρώτη ίσως φορά στη ζωή του, ότι κάποιος τον αποδέχεται και προσπαθεί να τον κατανοήσει. Η βίωση αυτής της διαφορετικής σχέσης (διορθωτική εμπειρία) θα του επιτρέψει να αναγνωρίσει τη δική του συμμετοχή και να αναλάβει την ευθύνη του στη διαμόρφωση των σχέσεών του με τους άλλους, ώστε να ενταχθεί στο δίκτυο των ευρύτερων ανθρώπινων σχέσεων, έχοντας τη δυνατότητα να επικοινωνεί, να κατανοεί, να νοιάζεται γι' αυτούς, να ζήσει, δηλαδή, τη ζωή του με νόημα και δημιουργικότητα.

Από αυτήν την άποψη, η θεραπευτική δουλειά μας αποτελεί μια ύψιστη πράξη κοινωνικής ευθύνης.

ΨΥΧΟΘΕΡΑΠΕΙΑ ΚΑΙ ΚΟΙΝΩΝΙΑ ΕΠΑΓΓΕΛΜΑΤΙΚΟΣ ΕΘΕΛΟΝΤΙΣΜΟΣ

Πριν αναφερθώ στο κομμάτι του εθελοντισμού, θέλω να κάνω μια σύνδεση της Gestalt με τον εθελοντισμό.

Μετά από ένα σημαντικό γεγονός στην προσωπική μου ζωή ζήτησα βοήθεια από τους ειδικούς της Gestalt. Παρακολούθησα ομάδα αυτογνωσίας και μέσα απ' αυτή τη διαδικασία ανακάλυψα τις ικανότητές μου, τα όριά μου, μπόρεσα να δεχτώ τη διαφορετικότητά μου. Έμαθα να ακούω και να επικοινωνώ.

Σ' αυτό το ταξίδι της γνώσης του εαυτού μου, ένιωσα έντονη την ανάγκη της προσφοράς κι έτσι αναζήτησα ομάδες εθελοντισμού. Απ' όλες τις ομάδες που μου προτάθηκαν επέλεξα την ομάδα εθελοντών της Εταιρείας για την Σκλήρυνση κατά Πλάκας.

Μετά την παρακολούθηση ενός προγράμματος εκπαίδευσης εθελοντών από ψυχολόγους Gestalt εντάχθηκα στην ομάδα. Οι πάσχοντες που επισκεπτόμαστε έχουν κινητικά προβλήματα γι' αυτό οι επισκέψεις γίνονται στο χώρο τους.

Η πρώτη επίσκεψη που έκανα ήταν συγκλονιστική. Νομίζω ότι δεν θα την ξεχάσω ποτέ. Είναι απίστευτο με πόση αξιοπρέπεια αντιμετωπίζουν την κατάστασή τους αυτοί οι άνθρωποι. Έχουν τη δύναμη να δοξάζουν το Θεό.

Ξεκίνησα τον εθελοντισμό για να προσφέρω και τελικά αυτά που παίρνω είναι πολύ περισσότερα απ' όσα δίνω. Έμαθα να βλέπω τη ζωή διαφορετικά να ζω ουσιαστικά.

ΑΝΔΡΙΚΟΥ ΖΑΦΕΙΡΙΑ

Πτυχιούχος ΤΕΙ Θεσσαλονίκης, Τεχνολόγος Ιατρικών Εργαστηρίων, Εθελόντρια στην Ελληνική Εταιρία για τη Σκλήρυνση κατά Πλάκας.

Έγινα πιο αισιόδοξη.

Βλέπω πόσο χαρούμενοι είναι όταν τους επισκεπτόμαστε και με πόση ανυπομονησία μας περιμένουν. Μας θεωρούν τα μάτια τους στον έξω κόσμο. Αυτό μας τιμά ιδιαίτερα και μας κάνει να νιώθουμε ότι ο εθελοντισμός θέλει συνέπεια, συνέχεια και ευθύνη.

Αναπτύχθηκαν ισχυροί δεσμοί με τους ασθενείς και με τους οικείους τους, που κι αυτοί έχουν ανάγκη στήριξης, καθώς και με τα άλλα μέλη της ομάδας των εθελοντών κι έτσι έγινα πιο πλούσια σαν άνθρωπος, γιατί από τον καθένα πήρα κάτι σημαντικό και διαφορετικό και τους ευχαριστώ γι' αυτό.

Φυσικά δεν είναι όλα τόσο εύκολα. Πολλές φορές τα συναισθήματα που μας δημιουργούνται είναι πολύ έντονα και δεν μπορούμε να τα διαχειριστούμε. Γι' αυτό το λόγο μια φορά το μήνα έχουμε συνάντηση για ψυχολογική υποστήριξη. Αυτό το έργο το επιτελεί άριστα η κα Ράμα Σαντιμόν κι έτσι το ταξίδι προς την αυτογνωσία συνεχίζεται.

Κλείνοντας θέλω να σας παροτρύνω να γίνετε εθελοντές όπου ο καθένας μπορεί και αντέχει.

Σας ευχαριστώ

ΜΙΑ ΣΥΝΕΡΓΑΣΙΑ ΠΡΟΣΚΛΗΣΗ - ΠΡΟΚΛΗΣΗ

Κατερίνα Σιαμπάνη

10 Χρόνια Gestalt Foundation

Το 2001 είναι η χρονιά που το Gestalt Foundation ξεκίνησε τη συνεργασία με την Ελληνική Εταιρεία Νόσου Alzheimer και Συγγενών Διαταραχών. Το 2005, 21 Σεπτεμβρίου, **Παγκόσμια Ημέρα της Νόσου Alzheimer** η Ελληνική Εταιρεία για τη νόσο γιόρτασε τα 10 χρόνια από την ίδρυσή της. Περίπου τρία χρόνια αργότερα, 12 Οκτωβρίου του 2008, το Gestalt Foundation γιορτάζει τα 10 χρόνια από την ίδρυσή του. Θα έλεγα λοιπόν, ότι είμαστε συνοδοιπόροι στην προσπάθεια αντιμετώπισης μιας νόσου με την οποία ζουν περίπου 5,4 εκατομμύρια πολίτες της Ευρωπαϊκής Ένωσης.

Στην Ελλάδα μόνο υπάρχουν 141.000 άτομα που πάσχουν από κάποια μορφή άνοιας και αυτός ο αριθμός τείνει να αυξηθεί με τη γήρανση του πληθυσμού σε όλα τα κράτη μέλη της Ευρώπης. Οι ερευνητές έχουν προβλέψει το διπλασιασμό αυτών των αριθμών μέχρι το 2040 στη Δυτική Ευρώπη και τον τριπλασιασμό στην Ανατολική Ευρώπη.

Τα 8 περίπου χρόνια αυτής της συνεργασίας πολλοί από εμάς, τους εκπαιδευόμενους και τους απόφοιτους του Gestalt Foundation, ήρθαμε σε επαφή με τον «κόσμο της άνοιας» στα πλαίσια της πρακτικής μας άσκησης. Όταν μου ζητήθηκε από το Gestalt Foundation να μιλήσω σήμερα εδώ για την εμπειρία μου αυτή, δύο λέξεις ήρθαν στο μυαλό μου.

Πρόσκληση και πρόκληση. Η πρόσκληση μας δόθηκε τόσο από το Gestalt Foundation, όσο και από την Ελληνική Εταιρεία Νόσου Alzheimer και Συναφών Διαταραχών. Μια πρόσκληση που περιέχει μέχρι σήμερα την εμπιστοσύνη, τη στήριξη και τη συμμετοχή όσων από εμάς ανταποκριθήκαμε σε αυτήν σε διαλέξεις, σε ομάδες ψυχολογικής στήριξης περιθαλπόντων και ασθενών, σε εποπτείες, σε Συνέδρια και συνεργασίες με την Επιστημονική Επιτροπή της Ελληνικής Εταιρείας Νόσου Alzheimer και Συναφών Διαταραχών.

Η πρόκληση αφορά το ότι προσκληθήκαμε να δοκιμάσουμε την εφαρμογή της ψυχοθεραπείας Gestalt σ' ένα χώρο άγνωστο και ιδιαίτερα απαιτητικό, καθώς η άνοια δεν στερεί απλώς από το άτομο την ικανότητά του να θυμάται ονόματα και πρόσωπα, να προγραμματίζει τις εργασίες του ή να κάνει υπολογισμούς. Του αφαιρεί σταδιακά την προσωπικότητά του, τις γνωστικές του λειτουργίες και τις αγαπημένες του αναμνήσεις.

Και είναι γνωστό σε όσους ασχολούνται με την ψυχοθεραπεία ότι προϋπόθεση για τη συμμετοχή ενός ατόμου στην ψυχοθεραπευτική διαδικασία είναι η καλή νοητική του κατάσταση, όπως η ικανότητά του να επικοινωνήσει και να επεξεργαστεί πληροφορίες. Κάτω από αυτό το πρίσμα θα μπορούσε κάποιος να ισχυριστεί ότι είναι αδύνατη η εφαρμογή κάποιας ψυχοθεραπευτικής παρέμβασης σε άτομα που αντιμετωπίζουν απώλειες σημαντικών λειτουργιών, όπως η μνήμη, η προσοχή και η συγκέντρωση.

Παρόλα αυτά, εντυφώνοντας στη βιβλιογραφία διαπιστώσαμε ότι και άλλοι πριν από εμάς οι οποίοι ασχολήθηκαν με ψυχοθεραπευτικές παρεμβάσεις σε άτομα που βιώνουν σημαντικές απώλειες γνωστικών λειτουργιών, ενθαρρύνονται και υποστηρίζουν τις ωφέλειες της ψυχοθεραπείας. Σε γενικές γραμμές αυτό που διαπιστώσαμε και από την δική μας εμπειρία: η ψυχοθεραπευτική παρέμβαση που λαμβάνει υπόψη τις νοητικές απώλειες του ατόμου και προσαρμόζεται σε αυτές, μπορεί να το ωφελήσει βοηθώντας το να διαχειριστεί τους φόβους και το άγχος που βιώνει. Οι στόχοι της ψυχοθεραπείας σε αυτές τις περιπτώσεις μπορούν να είναι το να βοηθηθεί το άτομο που πάσχει από άνοια να καλλιεργήσει την αίσθηση της ταυτότητάς του, να εκφράσει τα συναισθηματικά του, να πάρει συναισθηματική στήριξη από τον θεραπευτή (ή και από μέλη της ομάδας, όταν η ψυχοθεραπευτική παρέμβαση γίνεται σε ομάδα) και να διατηρήσει τις υπάρχουσες νοητικές του ικανότητες.

Επιπλέον, η πρόκληση αφορά και την εφαρμογή προγραμμάτων ψυχοθεραπευτικής παρέμβασης στους περιθαλπόντες των ατόμων που πάσχουν από άνοια και αυτό γιατί η πλειοψηφία τους είναι άτομα της τρίτης ηλικίας που καλούνται από τις συνθήκες να

φροντίσουν το σύζυγο ή τη σύζυγο που πάσχει από άνοια. Η πρόκληση εδώ, αφορά θα έλεγα μια στερεότυπη αντίληψη που συχνά ακούω να κυριαρχεί. Ότι δηλαδή, είναι αδύνατον ή μάταιο να κάνεις ψυχοθεραπεία σε ηλικιωμένα άτομα. Οι αντιστάσεις και οι αντιλήψεις τους είναι πλέον παγιωμένες και άκαμπτες. Και αυτό είναι μια πραγματικότητα.

Από την άλλη πλευρά υπάρχει και η πραγματικότητα της φροντίδας του ατόμου που πάσχει από άνοια και που είναι μια δύσκολη, απαιτητική και επίπονη διαδικασία η οποία συχνά έχει σαν αποτέλεσμα τη σωματική και συναισθηματική εξάντληση του περιθαλπόντα. Η απαιτητική φύση της φροντίδας του πάσχοντα αναγκάζει το μέλος ή τα μέλη της οικογένειας να αναλάβουν σημαντικό λειτουργικό ρόλο που πολλές φορές απαιτεί απασχόληση πλήρους ωραρίου και απεριόριστο ψυχικό σθένος από την πλευρά του περιθαλπόντα. Για το λόγο αυτό και οι περιθαλπόντες χρειάζονται παρεμβάσεις, καθώς η ψυχική τους υγεία θα πρέπει να θεωρείται ίσης σπουδαιότητας με τη σωματική τους, εφόσον η υγεία των ασθενών εξαρτάται από τη δική τους φροντίδα.

Ευτυχώς κάναμε την υπέρβαση και δοκιμάσαμε να εφαρμόσουμε τη ψυχοθεραπεία Gestalt σε ομάδες περιθαλπόντων. Τις παρατηρήσεις από την εμπειρία μας αυτή τις παρουσιάσαμε στο 9^ο Πανευρωπαϊκό Συνέδριο της Gestalt. Μια πλούσια, δύσκολη και απαιτητική διαδικασία. Και ταυτόχρονα ιδιαίτερα σημαντική για τους περιθαλπόντες. Παρ' όλη τη δυσκολία και σήμερα είμαι διατεθειμένη να ξαναδοκιμάσω, γιατί πιστεύω ότι οι περιθαλπόντες χρειάζονται στήριξη για να διαχειριστούν τα συναισθήματα που βιώνουν και ψυχολογική υποστήριξη για να διαπραγματευτούν με τον εαυτό τους την ανάληψη ολοκληρωτικής ευθύνης του ατόμου που νοσεί, να αποδεχθούν τη διαφορετικότητά του και να ανακουφίσουν ένα τουλάχιστον μέρος της συναισθηματικής πίεσης που βιώνουν.

Κλείνοντας, θέλω να σας διαβάσω ένα απόσπασμα από ένα γράμμα που έλαβα αρχές Σεπτεμβρίου του 2006, από ένα μέλος της ομάδας περιθαλπόντων, που κάναμε τότε μαζί με την καλή συνάδελφο και συνεργάτη Δήμητρα Ζιώγα. Η κυρία που μου το έστειλε συμμετείχε ανελλιπώς και τα τρία χρόνια λειτουργίας της ομάδας και φροντίζει το σύζυγό της που πάσχει από την νόσο Alzheimer. Για λόγους δεοντολογίας δεν θα αναφέρω το όνομά της και έχω την συναίνεσή της γι' αυτό.

«...Αυτή τη στιγμή έχω μπρος μου ένα απίθανο τοπίο, που είναι το μόνο που βλέπω όλο το καλοκαίρι, μια καταπράσινη έκταση με δένδρα και μια μουντή σήμερα θάλασσα. Στο βάθος ο Χορτιάτης και η γραμμή της καμένης καπμένης Χαλκιδικής.

Τη θάλασσα μόνον την κοιτάζω, δεν την άγγιξα εδώ και χρόνια και έχω υποσχεθεί στον εαυτό μου, αν ο Θεός μου δώσει χρόνια και υγεία, ένα καλοκαίρι να νοικιάσω ένα σπίτι δίπλα στη θάλασσα και να 'μαι συνεχώς στην αγκαλιά της. Όνειρα μιας εβδομηντάρας.

Θα 'θελα αυτές τις στιγμές, τις δύσκολες, να είχα σκεφθεί νέα σαν ήμουν, όμως είναι τόσο ανέμελα τα νιάτα! Ίσως είχα κάνει στη ζωή μου περισσότερα για μένα, χωρίς αυτό να σημαίνει ότι μετανιώνω για όσα έδωσα.

Κάποιες φορές ονειρεύομαι να βρεθώ στην πολύβουη πόλη και άλλες πάλι μου αρέσει η μοναξιά μου, γιατί μπορώ να σκέφτομαι όχι πεσιμιστικά, αλλά αισιόδοξα, γεμάτη αγάπη για τους ανθρώπους και λύπη για τα βάσανά τους, που είναι μεγαλύτερα από τα δικά μου...

Σας σκέφτομαι με αγάπη και ανυπομονώ να βρεθώ κοντά σας, να νιώσω τη ζεστασιά της αγάπης που μας συνέδεσε, να ακούσω τη φωνή σας, να χαρώ με τις χαρές σας και να συμμεριστώ τη λύπη σας...

Σε κούρασα ίσως πηγαίνοντας από το ένα θέμα στο άλλο, όμως μήπως και η διάθεσή μου δεν παλαντζάει; Χαρμολύπη, όπως είπε κάποιος, είναι τα συναισθήματά μου. Θεώρησε το γράμμα μου σαν ανάγκη να μιλήσω με κάποιον, μίλησα τόσο λίγο το καλοκαίρι. Είμαι ελεύθερη και συγχρόνως σε μια φυλακή με άορατα κάγκελα, αλλά αδιαπέραστα.

Σ' ευχαριστώ που μ' άκουσες ακόμη μια φορά.

Καλή αντάμωση. Ευχαριστώ για όλα».

ΑΝΤΑΠΟΚΡΙΣΕΙΣ...



Είνα από τα πολλά πράγματα για τα οποία η ψυχοθεραπεία Gestalt ξεχωρίζει και με κάνει να χαίρομαι, που είμαι θερμή υποστηρίκτριά της, είναι το βίωμα του παρόντος. Τι σημαίνει όμως να ζει κανείς στο παρόν; Στο εδώ και τώρα; Και πώς αυτό μπορεί να λειτουργήσει θεραπευτικά; Δεν έχω απαντήσεις. Μπορώ όμως να μοιραστώ το πώς τα βιώνω εγώ όλα αυτά. Εξάλλου συμφωνώ με τον Fritz Perls, ότι η μάθηση είναι μια διαδικασία ανακάλυψης. Ίδού λοιπόν τα δικά μου προσωπικά ευρήματα.

Θεωρώ ότι το να μπορέσει κάποιος να αφεθεί στη διαδικασία της στιγμής, χωρίς να σκέφτεται αυτό που πέρασε ή αυτό που θα ακολουθήσει, είναι ένα υπέροχο

Η ΤΕΧΝΗ ΤΗΣ ΣΤΙΓΜΗΣ

εγχείρημα. Να είναι απλά στη διαδικασία. Το «να αφήνομαι» προϋποθέτει το να έχω εμπιστοσύνη σε αυτό που θα συμβεί. Κανείς δεν μας έχει μάθει και εκπαιδεύσει στο να ζούμε τη ζωή την ώρα που εξελίσσεται. Αντιθέτως βρισκόμαστε μόνιμα χαμένοι στις προσδοκίες μας για το μέλλον και καταντά η αναμονή να κλέβει όλη την ενέργειά μας και να ζούμε περιμένοντας, ούτε εμείς στο τέλος ξέρουμε τι. Άλλοτε πάλι είμαστε τόσο προσκολλημένοι στο παρελθόν που αγνοούμε το θησαυρό που κρύβεται στο τώρα και ξεχνάμε να ζήσουμε.

Η λέξη ωραίο ετυμολογικά σημαίνει αυτό που είναι στην ώρα του. Οτιδήποτε δεν είναι στην ώρα του δεν είναι ωραίο. Και αναρωτιέμαι με αφορμή τα παραπάνω, όλες οι ανησυχίες μας, οι προσδοκίες μας, τα άγχη μας, τα «τι θα γίνει αν», οι φόβοι μας, ανήκουν στο τώρα ή απλά

συμβαίνουν γιατί δεν είμαστε στο τώρα;

Και εδώ έρχεται ο ρόλος του θεραπευτή Gestalt που προκαλεί τον πελάτη του να εστιάσει στο τώρα, στο τι αισθάνεται τη δεδομένη στιγμή. Και τότε όλα αλλάζουν και παίρνουν άλλη σημασία... Θεωρώ τύχη για έναν θεραπευτή να έχει στη θεραπευτική του φαρέτρα ένα τόσο δυνατό όπλο. Στη στιγμή ανακαλύπτεις την εμπνευσή και είναι αυτό που σου επιτρέπει να πας παραπέρα. **ΕΔΩ ΚΑΙ ΤΩΡΑ** λοιπόν, η ζωή μας καλεί να ζήσουμε με επίγνωση. Να τη ζήσουμε στην ώρα της και όχι πριν ή μετά!

ΣΑΟΥΛΗ ΚΥΡΙΑΚΗ
Εκπαιδευόμενη του Gestalt Foundation στο
2^ο έτος