



- ➔ ΕΚΔΟΤΙΚΟ ΣΗΜΕΙΩΜΑ .....2
- ➔ ΤΑΞΙΔΙ ΣΤΑ ΚΥΘΗΡΑ ....2 & 10
- ➔ GESTALT ΣΤΟΝ ΕΡΓΑΣΙΑΚΟ ΧΩΡΟ .....3
- ➔ ΔΕΚΑ ΧΡΟΝΙΑ ΤΑΞΙΔΙ .....4-5
- ➔ Η ΚΟΙΝΩΝΙΚΗ ΕΥΘΥΝΗ ΣΤΗΝ ΨΥΧΟΘΕΡΑΠΕΙΑ .....4 & 8
- ➔ ΑΠΟ ΤΗΝ ΚΑΤΑΝΟΗΣΗ ΤΗΣ ΘΕΩΡΙΑΣ ΣΤΗΝ ΠΡΑΞΗ .....5
- ➔ ΛΙΓΑ ΛΟΓΙΑ ΓΙΑ ΤΗ ΔΡΑΜΑΤΟΘΕΡΑΠΕΙΑ .....6
- ➔ ΕΚΠΑΙΔΕΥΣΗ ΚΑΙ ΕΘΕΛΟΝΤΙΣΜΟΣ .....7
- ➔ Ο ΔΡΟΜΟΣ ΓΙΑ ΤΗΝ ΨΥΧΟΘΕΡΑΠΕΙΑΙ .....9
- ➔ ΣΚΕΨΕΙΣ ΓΙΑ ΤΟ ΠΑΡΑΔΟΣΕΟ ΤΟΥ ΧΡΟΝΟΥ .....10
- ➔ ΗΜΕΡΑ ΑΙΜΟΔΟΣΙΑΣ .....11

# Δέκα χρόνια GESTALT FOUNDATION



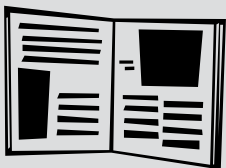
Το Gestalt Foundation συμπλήρωσε ήδη δέκα χρόνια παρουσίας στο χώρο της ψυχοθεραπείας και της εκπαίδευσης Gestalt στον ελληνικό χώρο στην Αθήνα και τη Θεσσαλονίκη. Με αφορμή τα δέκα χρόνια της διαδρομής του, διοργάνωσε δύο ημερίδες: στις 7 Νοεμβρίου 2008, στην αίθουσα «Πάυλος Ζάννας» του Κινηματογράφου «Ολύμπιον» στη Θεσσα-



λονίκη, με θέμα «Ψυχοθεραπεία και Κοινωνία» και στις 23 Νοεμβρίου 2008, στο Πολιτιστικό Κέντρο του "University of Indianapolis" στην Αθήνα, με θέμα «Εκπαίδευση και Ψυχοθεραπεία».

Η συμμετοχή και προσέλευση του κοινού ήταν συγκινητική και αθρόα. Μέλη της οικογένειας Gestalt, από την Ελλάδα και το εξωτερικό, αλλά και φίλοι – συνεργάτες από άλλους χώρους, με έναν κοινό στόχο, αυτόν της προσφοράς του ανθρώπου για το συνάνθρωπο και την αγάπη γι' αυτό που κάνουν.

Το τεύχος αυτό, όπως και το επόμενο, είναι, κατά κύριο λόγο, αφιερωμένο σ' αυτές τις δύο ημερίδες, σε μια προσπάθεια να μοιραστούμε μαζί σας αυτά που έγιναν εκεί, μέσα από τα μάτια και την καρδιά όσων ήταν παρόντες.



Όσοι ενδιαφέρεστε να συμμετάσχετε σε επόμενα τεύχη, είστε καλοδεχούμενοι! Επικοινωνήστε με τη γραμματεία του Gestalt Foundation (τηλέφωνο: 2310-283588, 2107254010, email: thessaloniki@gestaltfoundation.gr, 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!**



## Εκδοτικό σημείωμα



Δεκέμβριος  
2008

**Ο** χειμώνας έφτασε για τα καλά και το 2008 περνάει το κατώφλι, αφήνοντας την επόμενη χρονιά

στην αρχή της. Αργήσαμε φέτος να εκδώσουμε αυτό το τεύχος αλλά για...καλό σκοπό!

**Π**εριμέναμε να ολοκληρωθούν οι δύο ημερίδες που διοργανώσαμε για τον εορτασμό των 10 μας χρόνων. Παρουσιάσεις που έγιναν θα αποτελέσουν το βασικό τμήμα αυτού και του επόμενου τεύχους.

**Ό**ταν τις αποφασίσαμε, δεν ξέραμε πόσο επίκαιρα θα ήταν τα κεντρικά μας θέματα: «Ψυχοθεραπεία και Κοινωνία» και «Εκπαίδευση στην Ψυχοθεραπεία». Θέματα που προβληματίσαν εμάς όλα αυτά τα χρόνια, αλλά είναι και από τα κεντρικά θέματα που απασχολούν την ελληνική κοινωνία σήμερα.

**Α**υτό για το οποίο χαίρομαι ιδιαίτερα, είναι η ανταπόκριση και η συμμετοχή σας που γίνεται όλο και πιο ενεργή. Εκπαιδευόμενοι, εκπαιδευτές, συμμετέχοντες σε βιωματικά σεμινάρια και ομάδες μας στέλνετε καταγραφές εμπειριών, μηνύματα και προβληματισμούς.

**Ο** θεσμός των «ανταποκρίσεων» επεκτάθηκε έτσι, ώστε να καταλαμβάνει ένα αξιοσέβαστο μερίδιο της ύλης.

**Ε**λπίζω να συνεχίσετε να ανταποκρίνεστε στο κάλεσμά μας και το "GFNews" να συνεχίσει να λειτουργεί ως χώρος μοιράσματος, πληροφόρησης κι επικοινωνίας.

**Ε**ίναι ένας ακόμα τρόπος που μέσα από το όραμά μας "δημιουργούμε" κι όλοι μαζί "εξελισσόμαστε"!

**Εύχομαι καλή ανάγνωση,  
καλό χειμώνα και καλή χρονιά!**

**Αντωνία Κωνσταντινίδου**

Υ.Σ. Ευχαριστώ την Έλενα Αντωνίου για την "ανάγνωση" της φωτογραφίας μου, που τραβήχτηκε στην υπέροχη βεράντα του Πολιτιστικού Κέντρου του "University of Indianapolis" στην Αθήνα, στις 23/11/08.

*Η Αντωνία Κωνσταντινίδου είναι Κοινωνική και Κλινική Ψυχολόγος (Α.Π.Θ.), Ψυχοθεραπεύτρια, Εκπαιδύτρια κι Επόπτρια Gestalt. Είναι συνιδρύτρια του Gestalt Foundation κι από τα μόνιμα μέλη του εκπαιδευτικού προγράμματος. Ζει κι εργάζεται στη Θεσσαλονίκη και την Αθήνα όπου ασκεί το επάγγελμά της ιδιωτικά από το 1994 έως σήμερα.*

## το Ταξίδι στα Κύθηρα με... τα Ταξίδια της Ζωής του Καθενός μας

«Τα ταξίδια της ζωής του καθενός μας»... ένα σεμινάριο που στάθηκε η αφορμή για ένα «ταξίδι στα Κύθηρα», ταξίδι σε τόπους και χρόνους, διαδικασία αναζήτησης... με εικόνες και στιγμές που είδε, ένιωσε κι αισθάνθηκε ο καθένας μας ξεχωριστά, μέσα σ' ένα σκηνικό που στ' αλήθεια μας ενέπνευσε για επαφή και αλλαγή.

Στιγμές που σήμερα «μοιραζόμαστε» μαζί σας.

Κάτια Χατζηλάκου – Μαρίνα Φαρμάκη, Συντονίστριες σεμιναρίου

### ΚΥΘΗΡΑ ΚΑΛΟΚΑΙΡΙ 2008

**Μ**ου ζήτησαν να γράψω κάτι για το βιωματικό σεμινάριο των Κυθήρων, μόνο που δεν ξέρω τι να αναφέρω και τι να αφήσω. Δύσκολο να περιγράψει κανείς την πληθώρα συναισθημάτων, τον κοινό τρόπο σκέψης με βαθιά κατανόηση, το ξεδίπλωμα του μικρόκοσμου στον οποίο ο καθένας ζει, την ανεξίτηλα μαγευτική ικανότητα του νησιού να διεγείρει όλες τις αισθήσεις σε υπέρτατο βαθμό.

Ένα μόνο έχει μείνει χαραγμένο άμεσα στην ψυχή μου. Το μεγαλείο που ένιωσα. Όσο υπερβολικό κι αν ακούγεται, δεν υπάρχει άλλη έννοια τόσο κοντά σε ό,τι βιώσαμε. Στα Κύθηρα, λοιπόν, έμαθα τη δύναμη που προσφέρει απλόχερα η αδυναμία, την αίσθηση, όταν το συναίσθημα αγγίζει χορδές επιδέξια κρυμμένες, βγάζοντας έναν καθάριο κρυστάλλινο ήχο, το μαλάκωμα του πόνου που αναβλύζει μέσα από βαθιά ριζωμένες κακοποιήσεις, τη σιωπή και το βουβό κλάμα που

φέρνει λύτρωση και, φυσικά, την ανεκτίμητη αξία των φάρων που φωτίζουν τις καρδιές μας.

Ο καθένας από εμάς έγινε ναύτης, λοστρόμος, θερμαστής, ανιχνευτής, παρατηρητής και καπετάνιος σε ένα τα-

ζοντάς το ψιθυριστές φωνές που ανασαίνανε... Ξεπηδήσαμε όλοι μαζί και ο καθένας χώρια από θάλασσας αφρό, κύματα μοναχικά που βρεθήκαμε όλοι μαζί και κάναμε μια τρικυμία, μια φουρτούνα που τάραιξε συθέμελα το μέσα μας.

Τελειώνοντας το ταξίδι αυ-



ξίδι μοναδικό και παράλληλα μακρινό σε χώρες που δεν υπάρχουν σε κανέναν χάρτη αλλά μόνο μέσα στους συνοδοιπόρους μου, σε λίγες ώρες που μοιάζανε μέρες, ίσως και χρόνια. Αφήνοντας όποια άγκυρα μας κρατούσε δυνατά στερεωμένους στη γη, πετάξαμε οι ψυχές μας πάνω από τα Κύθηρα, σε έναν ουρανό καταγάλανο, με μερικά σύννεφα για να ξαποστάσουμε, ενώ ο ήλιος χάιδευε, σχεδόν με αγάπη, τα πρόσωπά μας. Τα δάκρυα που πέσανε πότισαν το χόμα γεμί-

τό, είχε ήδη χαρίσει ο ένας στον άλλο ένα πράσινο φυλλάκι τόσο δα μικρό, για να στολίσει ο καθένας την ψυχούλα του. Να είστε όλοι καλά, γεροί και δυνατοί, μονάκριβοι και πολυαγαπημένοι φίλοι μου, για να χαρίζουμε σε όλους μας μικρές και ταπεινές στιγμές ευτυχίας σε μια ακρογιαλιά ονειρών.

Κάτια και Μαίρη  
Σας ευχαριστώ,  
**Αντώνης**

**Το ταξίδι στα Κύθηρα  
συνεχίζεται στη σελίδα 10**

### Εκδοτική Ομάδα:

**Αντωνία Κωνσταντινίδου**  
Υπεύθυνη έκδοσης

**Μαρίνα Βαμβακά**  
Συντάκτρια ύλης &  
Σελιδοποίηση

**Ζωή Μπαχταλιά**  
Μετάφραση

### Σ' αυτό το τεύχος συνεργάστηκαν:

ΑΝΤΩΝΗΣ • ΑΜΑΛΙΑ ΑΠΟΣΤΟΛΟΥ • ΓΙΑΝΝΑ ΓΙΑΜΑΡΕΛΟΥ  
• ΖΩΗ ΓΡΑΜΜΑΤΟΓΛΟΥ • ANNA EMMANOYHΛΙΔΟΥ  
• ΛΙΑ ΖΩΓΡΑΦΟΥ • ΧΡΙΣΤΙΝΑ ΙΑΚΩΒΙΔΟΥ • ΓΙΩΡΓΟΣ ΚΑΛΑΙΤΖΗΣ  
• ΥΒΟΝΝΗ ΚΑΠΟΝ • ΒΙΚΥ ΚΑΤΣΑΜΑΚΑ • ΓΙΑΝΝΗΣ ΚΑΤΣΙΓΙΑΝ-  
ΝΗΣ • ΚΩΣΤΑΣ ΚΩΝΣΤΑΝΤΙΝΟΣ • ΜΑΡΙΑ ΣΚΟΡΔΟΥ • ΚΑΤΙΑ  
ΣΟΥΡΕΦ • ΓΙΩΡΓΟΣ ΣΤΑΜΑΤΗΣ • ΑΛΕΞΑΝΔΡΟΣ ΤΡΙΑΝΤΑ-  
ΦΥΛΛΙΔΗΣ • ΚΑΤΙΑ ΧΑΤΖΗΛΑΚΟΥ • ΜΑΡΙΑ ΦΑΡΜΑΚΗ

### • Εκτύπωση: "Dot-Print"

Γκέρτσου & Εθνομαρτύρων 15 - Κοζάνη 50100  
Τηλ.2461038417

## Ημερίδα Αθήνας

### Η ΘΕΡΑΠΕΙΑ GESTALT ΕΡΓΑΛΕΙΟ ΕΚΠΑΙΔΕΥΣΗΣ

Γιώργος Σταμάτης, B.A., M.A., H.S.D., Σύμβουλος Επιχειρήσεων Διδάσκων στο Οικονομικό Πανεπιστήμιο Αθηνών, Απόφοιτος Gestalt in Organizations

Όταν δύο διαφορετικοί κόσμοι συναντιούνται...

Αυτό συμβολίζει και τη φιλοσοφία της παρουσίας αυτής, γιατί συνδέει δυο διαφορετικούς κόσμους: την ψυχοθεραπεία με τις επιχειρήσεις και τους οργανισμούς.

ΑΠΟ ΤΗΝ ΨΥΧΟΘΕΡΑΠΕΙΑ ΣΤΗ ΣΥΜΒΟΥΛΕΥΤΙΚΗ ΕΠΙΧΕΙΡΗΣΕΩΝ (CONSULTING – COACHING)

Προς τα τέλη της δεκαετίας του 1950, με πρωτοπόρους τους Edwin Nevis και Richard Wallen, εφαρμόζεται η Συμβουλευτική Επιχειρήσεων και η ανάπτυξη Οργανισμών με βάση τις αντιλήψεις και τις έννοιες της ψυχοθεραπευτικής προσέγγισης Gestalt.

#### ΠΟΙΕΣ ΕΙΝΑΙ ΟΙ «ΕΣΩΤΕΡΙΚΕΣ» ΑΝΑΓΚΕΣ ΤΩΝ ΕΠΙΧΕΙΡΗΣΕΩΝ ΚΑΙ ΟΡΓΑΝΙΣΜΩΝ

- Αποτελεσματική Επικοινωνία
- Ομαδική Συνεργασία
- Διαχείριση Συγκρούσεων
- Προσαρμογή στις Αλλαγές
- Ανάπτυξη ηγετικών ικανοτήτων
- Υγιής Διαχείριση της εξουσίας
- «Επανεμφάνιση» της δημιουργικότητας

#### ΤΙ ΑΝΑΖΗΤΟΥΝ ΟΙ ΕΠΙΧΕΙΡΗΣΕΙΣ & ΟΙ ΟΡΓΑΝΙΣΜΟΙ ΓΙΑ ΤΗΝ ΚΑΛΥΨΗ ΤΩΝ ΑΝΑΓΚΩΝ ΑΥΤΩΝ;

- Δεξιότητες
- Εργαλεία
- Εκπαίδευση
- Υποστήριξη

#### ΠΩΣ «ΕΡΧΕΤΑΙ» ΛΟΙΠΟΝ Η GESTALT ΝΑ ΚΑΛΥΨΕΙ ΤΙΣ ΠΙΟ ΠΑΝΩ ΑΝΑΓΚΕΣ ΚΑΙ ΤΑ ΑΙΤΗΜΑΤΑ ΤΩΝ ΕΠΙΧΕΙΡΗΣΕΩΝ ΚΑΙ ΟΡΓΑΝΙΣΜΩΝ;

#### ΠΩΣ ΓΙΝΕΤΑΙ ΔΗΛΑΔΗ Η ΨΥΧΟΘΕΡΑΠΕΥΤΙΚΗ ΠΡΟΣΕΓΓΙΣΗ GESTALT ΕΡΓΑΛΕΙΟ ΕΚΠΑΙΔΕΥΣΗΣ ΣΤΟΝ ΕΡΓΑΣΙΑΚΟ ΧΩΡΟ:

(Α) Εκπαιδευόμενος Εκπαιδευτής και Συμβούλους...

(Β) που εκπαιδεύουν και υποστηρίζουν Επιχειρήσεις και Οργανισμούς

#### A. ΕΚΠΑΙΔΕΥΟΝΤΑΣ ΕΚΠΑΙΔΕΥΤΕΣ ΚΑΙ ΣΥΜΒΟΥΛΟΥΣ...

I. ΜΕ ΒΑΣΗ ΤΗΝ ΠΡΟΣΕΓΓΙΣΗ GESTALT, που είναι:

- Φαινομενολογική
- Υπαρξιακή
- Ολιστική
- Βιωματική

II. ΜΕ ΘΕΩΡΗΤΙΚΑ ΕΦΟΔΙΑ, ΟΠΩΣ:

- Η θεωρία πεδίου (field theory)
- Η θεωρία των συστημάτων (systems theory)

• Η θεωρία των αλλαγών (the paradoxical theory of change)

III. ΜΕ ΤΕΧΝΙΚΕΣ, που δημιουργήθηκαν από την εμπειρία μέσα σε Επιχειρήσεις και Οργανισμούς

#### ... ΩΣΤΕ Ο ΕΚΠΑΙΔΕΥΟΜΕΝΟΣ ΝΑ ΕΞΕΛΙΧΘΕΙ ΩΣ ΕΝΑΣ ΠΑΡΑΓΩΓ:

- Παρουσίας (present centered)
- Επίγνωσης (awareness building)
- Αυθεντικότητας (congruence)
- Πειραματισμού (experimentation)
- Παρέμβασης (intervention)

με σημαντικότερη επίδραση στην Επιχείρηση ή τον Οργανισμό

#### B. ΕΚΠΑΙΔΕΥΟΝΤΑΣ ΕΠΙΧΕΙΡΗΣΕΙΣ ΚΑΙ ΟΡΓΑΝΙΣΜΟΥΣ...

... ΣΕ ΝΕΟΥΣ ΔΡΟΜΟΥΣ, ΟΠΩΣ:

- Διαχείριση πολώσεων (polarities)
- Βελτίωση ικανότητας μάθησης (learning abilities)
- Νέοι προσανατολισμοί (new orientation)
- Ενσωμάτωση και Δέσμευση (integration & commitment)
- Μοίρασμα ευθύνης (share responsibility)
- «Ξεπάγωμα» καθηλωμένων καταστάσεων (unfreezing fixed situations)
- Νέες «ανοικτές» αντιλήψεις (new paradigm)

... ΩΣΤΕ Ο ΚΑΘΕ ΑΝΘΡΩΠΟΣ ΤΟΥ ΟΡΓΑΝΙΣΜΟΥ ΝΑ ΛΕΙΤΟΥΡΓΕΙ ΠΙΟ ΑΠΟΤΕΛΕΣΜΑΤΙΚΑ ΚΑΙ ΔΗΜΙΟΥΡΓΙΚΑ, ΜΕΣΑ ΑΠΟ:

- Την ΕΠΑΦΗ με τον εαυτό του και το περιβάλλον.
- Την ΕΠΙΓΝΩΣΗ για το ποιος είναι και τι θέλει.
- Την ΚΙΝΗΤΟΠΟΙΗΣΗ με βάση τις επιλογές που διαθέτει.
- Τη ΔΗΜΙΟΥΡΓΙΚΗ ΠΡΟΣΑΡΜΟΓΗ για τη στάση που θα κρατηθεί.
- Την ΑΝΑΔΕΙΞΗ των ηγετικών του ικανοτήτων.
- Την ΑΠΟΔΥΝΑΜΩΣΗ της αντίστασης από κρυμμένα εμπόδια...

... Μια μορφή αναγέννησης δηλαδή....

ΓΙ' ΑΥΤΟ ΟΙ ΔΥΝΑΤΟΤΗΤΕΣ ΚΑΙ ΟΙ ΙΔΙΟΤΗΤΕΣ ΠΟΥ «ΠΡΟΣΦΕΡΕΙ» Η ΔΙΑΔΙΚΑΣΙΑ ΕΚΠΑΙΔΕΥΣΗΣ GESTALT ΕΙΝΑΙ:

- Αυθεντικότητα
- Επαφή
- Σχέση
- «Ανοικτή» Στάση
- Νέες Προοπτικές
- Αυτοπεποίθηση με βάση την εμπιστοσύνη στη διαδικασία
- Λύσεις μακράς πνοής μεταξύ Συμβούλων και ανθρώπων του Οργανισμού.

Το συμπέρασμα, λοιπόν, είναι ότι η θεραπεία Gestalt αποτελεί ένα μοναδικό εργαλείο Εκπαίδευσης στον εργασιακό χώρο...

... προσφέροντας εξαιρετικές δυνατότητες!

... αναδεικνύοντας ξεχωριστές ιδιότητες!

Έτσι, θα μπορέσουμε να κλείσουμε λέγοντας ότι: Όταν δύο διαφορετικοί κόσμοι συναντιούνται...

... Μπορεί να ξεκινήσει μία διαδικασία αναγέννησης!

#### Βιβλιογραφία:

- Carter John D., 2002, Unit of Work
- Kolb, David E., 1984, Experiential Learning
- Nevis, Edwin, 1987, Organizational Consulting: A Gestalt Approach
- Nevis, Edwin, 1992, Gestalt Therapy: Perspectives and Application.
- Stevenson, Herb, 2006, Gestalt Consulting

Παρουσίαση με θέμα: «Η Θεραπεία Gestalt Εργαλείο Εκπαίδευσης στον Εργασιακό χώρο»



## Ημερίδα Θεσσαλονίκης

### Ένας σύμβουλος Gestalt στην επιχείρησή σας

Λία Ζωγράφου, 2008 Εκπαιδευτικό Gestalt in Organizations

Η προσέγγιση Gestalt χαρακτηρίζεται από την ιδιαίτερη αντιμετώπιση της αντίστασης στο οργανωτικό πλαίσιο.

Φαινόμενα όπως η άρνηση να επιτελεστεί ένα καθήκον, η έλλειψη ενδιαφέροντος, η βαρεμάρα, η κωλυσιεργία, η χαμηλή παραγωγικότητα ακόμη και οι φραστικές επιθέσεις, οι απουσίες λόγω «ασθενείας», κλπ, (όλες, συμπεριφορές διαφορετικών επιπέδων δημιουργικότητας και τοξικότητας), αντιμετωπίζονται ως φυσικές αντιδράσεις που εμπειρίχουν πλούσια γνώση για τον μάντζερ που προσπαθεί να εισαγάγει αλλαγές στον εργασιακό τομέα.

Ο σύμβουλος της Gestalt θεωρεί την αντίσταση ως μια υγιή διαδικασία και αντί να προσπαθεί να την πατάξει, την αποδέχεται και τη χρησιμοποιεί ως εργαλείο στην επίτευξη των αλλαγών.

Το θεωρητικό πλαίσιο που επιτρέπει αλλά και συχνά ενθαρρύνει την αντίσταση ως αναπόσπαστο και απαραίτητο κομμάτι της οργανωτικής διαδικασίας είναι η θεωρία του πεδίου.

Σύμφωνα με τη θεωρία του πεδίου, δε διαχωρίζουμε το άτομο από το σύστημα, στην προκειμένη περίπτωση τον οργανισμό, στο οποίο ανήκει. Τα άτομα και οι συμπεριφορές τους είναι συνάρτηση των πολλαπλών δυναμικών που υφίστανται οποιαδήποτε στιγμή στον οργανισμό αλλά και στη ζωή τους έξω απ' αυτόν. Αυτή η ολιστική προσέγγιση απενοχοποιεί τα μη συνεργάσιμα άτομα, τους «κακούς υπαλλήλους» ή «μάντζερ» που πιθανώς δαιμονοποιούνται ως υπεύθυνοι κάποιων αποτυχιών, σύμφωνα με τη συνήθη αντίληψη. Πόσα παραδείγματα δεν έχουμε από εταιρίες που απολύουν διευθυντές σε πανικό και απόγνωση, ελπίζοντας πως ο επόμενος ακριβοπληρωμένος διευθυντής θα επιφέρει την πολυπόθητη ανατροπή μόνο και μόνο, για να δουν τον εν λόγω ήρωα να παραιτείται ή να απολύεται σε ένα χρόνο, για να συνεχιστεί η απεγνωσμένη προσπάθεια για αλλαγή. Ή απολύουμε τον «κακό» υπάλληλο αλλά, προς μεγάλη μας απογοήτευση, σύντομα ξεπερνά, σα μανιτάρι, κάποιος άλλος «κακός υπάλληλος», κάπου αλλού. Η τρέχουσα οικονομική κρίση βρίθει από παραδείγματα αυτής της νοοτροπίας σε διαφόρους τομείς, οικονομικούς, πολιτικούς, εργασιακούς. Νομίζουμε πως, αν εξαλείψουμε τον ένοχο, θα πάψει και η εγκληματική δράση.

Σύμφωνα με την άποψη της Gestalt δεν υπάρχουν ήρωες και αποδιοπομπαίοι τράγοι. Υπάρχουν λειτουργικές ή μη δυναμικές σύμφωνα με τις οποίες ανά πάσα στιγμή κάποιο άτομο μπορεί να εκδηλώσει νοσηρότητα ή ικανότητα, συχνά λειτουργώντας για χάρη του συνόλου.

Κάθε πεδίο είναι διαφορετικό και υπόκειται στις συγκεκριμένες συνθήκες που το αφορούν. Κάθε πεδίο οργανώνεται με το δικό του τρόπο και εμπεριέχει εν δυνάμει τα πάντα, ορατά και αόρατα φαινόμενα.

Πρόεκταση αυτής της αντίληψης είναι πως ένας δυσλειτουργικός οργανισμός εκδηλώνει αυτήν τη συμπεριφορά, διότι για «χ» λόγους οργανώνεται μ' αυτόν τον τρόπο τη δεδομένη στιγμή. Αυτό δε σημαίνει πως ο οργανισμός δε διαθέτει την ικανότητα να ορ-

γανωθεί με πιο υγιή και παραγωγικό τρόπο, δοθείσης της ευκαιρίας. Επίσης, όλα τα μέλη ενός οργανισμού είναι συυπεύθυνα για την ποιότητα της εμπειρίας τους.

Κατ' αυτόν τον τρόπο, ο σύμβουλος Gestalt διαφωτίζει τον τρόπο που ο οργανισμός οργανώνει την παρούσα εμπειρία του. Δίνει στους μάντζερ και τους εργαζόμενους να καταλάβουν με ποιους τρόπους και ποιες συμπεριφορές την συντηρούν και, πιθανώς, στερούν από τους εαυτούς τους πιο επικοδομητικές μορφές συνεργασίας. Π.χ. μια ομάδα προσωπικού που εμφανίζει πολλές απουσίες λόγω ασθενείας, πτώση παραγωγικότητας, και γενικό κλίμα έλλειψης εμπιστοσύνης, αντιλαμβάνεται πως, παρά τις καλές διαθέσεις του προσωπικού, δεν μπορεί να αλλάξει τη διάθεσή της. Οι υπάλληλοι αναγκάζονται να επικοινωνούν ως επί το πλείστον ηλεκτρονικά, εύφορο έδαφος για παρεξηγήσεις και συγκρούσεις και το κάθε μέλος εκδηλώνει το φόβο της μοναξιάς του με το δικό του τρόπο. Άλλος αρρωσταίνει, άλλος γίνεται επιθετικός, άλλος περισσότερο διευκολυντικός, κ.ο.κ.

Η παρέμβαση του συμβούλου στο δεδομένο πεδίο λειτουργεί ενιοχητικά. Ο σύμβουλος που έχει αντίληψη του πεδίου δε δίνει λύσεις, δε δρα ως σωτήρας και ειδήμων αλλά έχει επίγνωση της δικής του συμβολής και ευθύνης για την οργάνωση και συντήρηση του δεδομένου πεδίου κι, έτσι, ανταποκρίνεται ανάλογα. Στο παράδειγμα μας, ο σύμβουλος δεν καλεί ατομικές συναντήσεις, πράγμα που θα ενίσχυε το παρών καθεστώς, αλλά φέρνει την ομάδα σε επαφή, σε ολομέλεια. Επισημαίνει τα δεδομένα και διευκολύνει την αντιληπτική ικανότητα της ομάδας. Η ομάδα συνειδητοποιεί τις συνθήκες που την καθιστούν αδύναμη και αποφασίζει να λειτουργήσει πιο συλλογικά. Λύσεις αρχίζουν να εμφανίζονται διότι το πεδίο αρμονικά αρχίζει να εκμεταλλεύεται το δημιουργικό δυναμικό του. Αντιλαμβάνεται πως ο σοβαρότερος λόγος που η ομάδα εμφανίζει τέτοια συμπτώματα είναι η αρχιτεκτονική διάταξη των γραφείων που δεν επιτρέπει την άμεση επαφή των εργαζομένων. Αρχιτεκτονικές παρεμβάσεις συμπεριλαμβανόμενες του γκρέμισμα ενδιάμεσων τοίχων, τη δημιουργία ενιαίου εργασιακού χώρου και την εγκαθίδρυση τακτικότερων συσκέψεων. Τα φαινόμενα αντίστασης εξαλείφονται.

Ο σύμβουλος Gestalt, εν κατακλείδι, λειτουργεί ως καταλύτης, διαφωτιστής και ψυχραιμολογός της δυναμικής κάθε οργανισμού ώστε οι λύσεις που κείτονταν σε λανθάνουσα κατάσταση, εκτός επίγνωσης, να έρχονται στην επιφάνεια από τον οργανισμό αυτόν καθαυτόν.

#### Πηγές

- Karp, H. B. (1996), The Change Leader: Using a Gestalt Approach with Work Groups, US: Jossey-Bass, Inc.
- Parlett, M. (1997), "The Unified Field In Practice", Gestalt Review, 1(1):16-33.
- Polster, E. & Polster, M. (1973), Gestalt Therapy Integrated, US: Brunner/Mazel

Παρουσίαση που έγινε στο Panel με θέμα «Οργανισμός και Συμβουλευτική Gestalt»



## Ημερίδα Θεσσαλονίκης

# Λίγα Λόγια Για Τη Δραματοθεραπεία

Το δράμα ανέκαθεν αποτελούσε εργαλείο κοινωνικής πολιτικής και προσέφερε ένα ασφαλές δοχείο μέσα στο οποίο η κοινωνία εναπόθετε τις αντιλήψεις της, τους προβληματισμούς και τις προσδοκίες της. Η τέχνη του θεάτρου, όπως την υπηρέτησαν ο Ευριπίδης και ο Αριστοφάνης, αποτελεί το γόνιμο έδαφος όπου ανθίζει ο κοινωνικός διάλογος στην πόλη και δίδεται χώρος στις φωνές των δυνατών και αδυνάτων, των αδικημένων, των ασθενών, των φυλακισμένων και των μη αποδεκτών.

Η δραματοθεραπεία αποτελεί μια ιδιόζουσα μορφή ψυχοθεραπείας, διότι, οι περισσότεροι από εμάς, την έχουμε ήδη βιώσει παίζοντας ως παιδιά. Φορώντας τα ρούχα των γονιών μας, μιλώντας στον καθρέφτη ή παίζοντας ρόλους με τους φίλους μας μάθαμε τη διαφορά ανάμεσα στο «εγώ» και «μη εγώ», μπορέσαμε να κοινωνικοποιηθούμε, να μάθουμε τους λεπτούς μηχανισμούς της ενσυναίσθησης και αναπτύξαμε την ικανότητα να σχετιζόμαστε με άλλους.

Η δραματοθεραπεία χρησιμοποιεί επισταμένα το δράμα και τις θεραπευτικές, ψυχοκοινωνικά τωνωτικές και εκπαιδευτικές του ιδιότητες, με τρόπο που επιφέρει θεραπευτική αλλαγή. Είναι μια ιδιαίτερη μορφή ψυχοθεραπείας, η οποία χρησιμοποιεί, κατά κόρον, τη θεατρική πρακτική (τη χρήση συμβολισμού, διαφόρων μορφών παιχνιδιού, όπως προβολικό, σωματικό ή θεατρικό παιχνίδι, τους ρόλους και την εκδραμάτιση, τις μάσκες και την τελετουργία) για την επίτευξη θεραπευτικών στόχων.

Ο δραματοθεραπευτής εργάζεται με άτομα ή ομάδες σε συνεδρίες που διαρκούν από 40 λεπτά ως μιάμιση ώρα και χαρακτηρίζονται τυπικά από μια φάση ζεστά-

ματος, που την ακολουθεί η ενεργός διερεύνηση οποιουδήποτε θέματος μέσα από θεατρικές παρεμβάσεις και στο τέλος, ένα κλείσιμο με επιστροφή στο εδώ και τώρα. Απαραίτητη συνθήκη είναι τα σαφή όρια μεταξύ συμβολικής δράσης και πραγματικότητας και έμφαση δίνεται στη σωματική και ψυχική ασφάλεια των συμμετεχόντων.

Ως μορφή θεραπείας η δραματοθεραπεία έχει τις ρίζες της σε δύο κόσμους. Τον κόσμο του θεάτρου και της δραματικής τέχνης από τη μια μεριά και τον κόσμο της ψυχολογίας από την άλλη. Οι πρόσφατες εξελίξεις στον τομέα του πειραματικού θεάτρου και στο χώρο της ψυχολογίας, με πιο έντονες τις επιρροές των Winnicott, Freud, Klein, Jung και Rogers από την ψυχολογία, του Μπρέχτ, Brook, Στανισλάβσκι και Γκροτόβσκι από το θέατρο, έχουν αναδείξει τη δραματοθεραπεία ως σημαντικό φορέα αλλαγών σε ψυχολογικό, πολιτικό και πνευματικό επίπεδο.

Η κοινωνική διάσταση της δραματοθεραπείας είναι άρρηκτα συνδεδεμένη με την προέλευση και την υπόστασή της. Στον 20 αιώνα, παρότι το θέατρο στα ψυχιατρεία ήταν ευρύτερα διαδεδομένο στην Ευρώπη από την εποχή του διαφωτισμού, είδαμε μια αναπάντεχη αύξηση θεατρικής δράσης σε κλινικό πλαίσιο. Συγκεκριμένα το έργο τριών ατόμων των Ιλζιν και Εβρένοβ στην επαναστατική Ρωσία στο διάστημα 1905-1917 και του Μορένο, σύγχρονου του Φρόντ και πατέρα του ψυχοδράματος, καθιέρωσε το δράμα ως μια bona fide μορφή θεραπείας και μια αξιόπιστη μέθοδο προσωπικής και συλλογικής αναζήτησης για πιο εποικοδομητικούς τρόπους ζωής. Ο Ιλζίν επινόησε το Θεραπευτικό Θέατρο στη Ρωσία μεταξύ 1908 και 1917. Ο Εβρένοβ θεωρούσε το θέατρο ως βασική ανάγκη και ένστικτο του ανθρώπου όπως ο αέρας, το νερό και το σεξ. Όλοι έχουμε την ανάγκη για συμμετοχή, για παιχ-

δι και για ανταλλαγή. Δεν υπάρχει καμιά φυλή, κανένας λαός στη γη που να μην έχει αναδείξει τη δική του μορφή θεάτρου.

Για τον Μορένο, το θέατρο ήταν καταλύτης, για να ανακαλύψει το άτομο τον χαμένο αυθορμητισμό του, ώστε να μπορεί να ζει με έμπνευση και δημιουργικότητα. Έκτοτε, η δραματοθεραπεία εμπνεύστηκε από εξελίξεις στο θέατρο, την εκπαίδευση, την παιδαγωγική, την ανθρωπολογία και τις μελέτες για την τελετουργική πράξη, καθώς και από τομές στην κοινωνιολογία και τη δραματολογία και εδραίωσε τη συμβολή της στην αλλαγή της ζωής των ανθρώπων.

Αυτό που καθιστά τη δραματοθεραπεία πιο προσιτή σε ευρύτερη γκάμα κοινωνικών ομάδων από ότι πιο συμβατικές μορφές ψυχοθεραπείας, είναι ότι δε βασίζεται αποκλειστικά στον προφορικό λόγο και συχνά τον παρακάμπτει για χάρη της συμβολικής έκφρασης. Ένας πελάτης μπορεί να εκφράσει το θυμό του φτιάχνοντας τέρατα από πηλό, χορεύοντας σαν τη φωτιά, ζωγραφίζοντας τη Μάγισσα στη Χιονάτη ή ουρλιάζοντας σαν τον κακό λύκο στην κοκκινোসκουφίτσα. Έτσι, όπως η μουσικοθεραπεία ή η εικαστική θεραπεία, η δραματοθεραπεία μπορεί να εφαρμοστεί σε ιδιαίτερα κοινωνικά πλαίσια, όπως με άτομα που δεν διαθέτουν ομιλία, ή αγνοούν τη γλώσσα της οποιασδήποτε χώρας βρίσκονται όπως οι αιτούντες άσυλο που τυγχάνουν συχνά να φέρουν σοβαρότατα σωματικά και ψυχικά τραύματα, με άτομα με βαριές μαθησιακές δυσκολίες, κινητικά προβλήματα ή αναπηρία και αυτισμό που ίσως να στερούνται πρόσβασης σε άλλες μορφές θεραπείας.

Μια δραματοθεραπεύτρια λοιπόν οφείλει να είναι όχι μόνο απλά ενημερωμένη, αλλά να διαθέτει υψηλή κοινωνική ευαισθησία και ευρύτερη ανθρωπολογική γνώση που την καθιστά ικανή να διαχειρίζεται με ευλωτία και συ-

νέπεια την πολιτισμική διαφορετικότητα. Ο δραματοθεραπευτής, όπως ο αρχαίος τελετάρχης ή σάμνος, λειτουργεί ως ένας καλοπροαίρετος σκηνοθέτης του ψυχολογικού δράματος κάθε πελάτη. Δίνει στον πελάτη τη δυνατότητα να είναι και πρωταγωνιστής αλλά και θεατής της ζωής του, ώστε να κρίνει, να εκτιμά και να αποφασίζει ο ίδιος για την κατεύθυνσή του. Η αίσθηση κοινωνικής ευθύνης είναι υψηλή καθώς ο δραματοθεραπευτής διαπραγματεύεται διαρκώς το ρόλο του στην κόψη του ξυραφιού που χαρακτηρίζει την ιδιότητά του ως μη κατευθυντικό συνοδοιπόρο του πελάτη και επιστάτη των ορίων και της δομής της συνεδρίας. Πλαισιώνω μεν, αλλά δεν ερμηνεύω ούτε προκαθορίζω. Κάτι τέτοιο θα έμοιαζε με μια παράσταση θεάτρου, όπου πριν μπούμε στο θέατρο θα παίρναμε και οδηγίες για το πώς πρέπει να νιώσουμε στη διάρκεια του έργου.

Η δική μου αντίληψη για τη δουλειά μου είναι πως παρότι δε βγαίνω στα παράθυρα, δε διαλαλώ το μανιφέστο μου και δε δημοσιεύω στον τύπο, ασκώ πολιτική κάθε μέρα μέσα από το μικρό μου στούντιο, προσπαθώντας να βοηθήσω κάθε πελάτη να αποκτήσει βαθύτερη και πιο υπεύθυνη γνώση της συμβολής του στο κοινωνικό γίγνεσθαι, των ρόλων στους οποίους είναι παγιδευμένος και των ρόλων που εν δυνάμει είναι ικανός να παίξει.

**Λία Ζωγράφου,**  
Δραματοθεραπεύτρια

### Πηγές

Emunah, R. (1994), *Acting for Real: Drama Therapy, Process, Technique and Performance*, NY: Brunner/Mazel.

Jones, P. (1996), *Drama as Therapy, Theatre as Living*, London: Routledge

*Παρουσίαση που έγινε στο Panel με θέμα "Η κοινωνική ευθύνη του ψυχοθεραπευτή"*

## ΑΠΟ ΤΗΝ ΚΑΤΑΝΟΗΣΗ ΤΗΣ ΘΕΩΡΙΑΣ ΣΤΗΝ ΠΡΟΚΛΗΣΗ ΤΗΣ ΠΡΑΞΗΣ

**Η** πρόκληση ως έννοια, όπως μας δίνεται από τα λεξικά, πηγάζει από το προκαλώ, καλώ κάποιον να βγει και να αναμετρηθεί μαζί μου, διεγείρω, ερεθίζω (Δορμπαράκης, 1994). Είναι μια πρόσκληση για συμμετοχή και αναμέτρηση σε έναν αγώνα, μάχη ή παιχνίδι, για να αποδείξει κανείς την ικανότητά του ή την αξία του. Είναι, επίσης, ένας δύσκολος στόχος που θέτει σε δοκιμασία τις ικανότητές μας. Μπορεί να είναι, ακόμα, η αμφισβήτηση της αλήθειας, της ορθότητας και της εγκυρότητας μιας θεωρίας ή μιας ιδέας (Crowther, 1995). Κατανοώ την έννοια της πρόκλησης στο πλαίσιο της ψυχοθεραπείας, ως την κάθε συνθήκη που απαιτεί από τον θεραπευτή να προβεί σε μια ορισμένη υπέρβαση.

Ένα πλήθος παραγόντων συμβάλλει στο να καθίσταται πρόκληση η μετάβαση από τη θεωρία στην πράξη. Προεξάρχει η ακόλουθη τριάδα.

(I) Το στοιχείο του αγνώστου, και ενίοτε μυστηρίου, το οποίο καλύπτει το μεγαλύτερο μέρος της ψυχικής ζωής του ανθρώπου και το οποίο παρουσιάζει ένα πλήθος από αντιφάσεις και παράδοξα.

(II) Το γεγονός ότι ο θεραπευτής, ο θεραπευόμενος και ό,τι διαδραματίζεται μεταξύ τους αποτελούν μέρος ενός ευρύτερου πεδίου που διαρκώς μεταβάλλεται.

(III) Το γεγονός ότι το βασικό «εργαλείο» του θεραπευτή και αναπόσπαστο στοιχείο της θεραπευτικής διαδικασίας είναι ο εαυτός του θεραπευτή. Από αυτήν την τριάδα πηγάζει ένα σύνολο από ερωτήματα, διλήμματα και προκλήσεις που κάθε θεραπευτής και κάθε Σχολή καλούνται να δώσουν τις δικές τους απαντήσεις.

Ανατρέχοντας στη σχετική βιβλιογραφία και στηριζόμενος στην προσωπική μου εμπειρία, εστιάζω σε τέσσερις - ας τις πω, βασικές - προκλήσεις:

1. Η πρόκληση της συνάντησης με έναν πελάτη που ζει οριακές καταστάσεις. Οριακές, όπως τις ορίζει ο Γιάσπερς (1983): έρωτας, θάνατος, ασθένεια, απώλεια, μοναξιά, τυχαίο, κατάρρευση, αποτυχία. Ή, κατά άλλους, τα υπαρξιακά δεδομένα της ζωής. Δεν είναι λίγες οι στιγμές που δουλεύοντας με πελάτες νιώθω άγχος, αγωνία, ένταση, κάποτε και ταραχή καθώς και άλλα άβολα συναισθήματα. Η πρόκληση εδώ είναι πώς, παρά την έντονη εσωτερική αντίδραση που μου δημιουργείται κατά την επαφή μου με τον πελάτη, να μπορώ να διατηρώ τον απαιτούμενο βαθμό αντικειμενικής κρίσης, για να είμαι παρών και διαθέσιμος στον πελάτη μου. Ο Hycner (1993) αναφέρει την πιθανότητα πως μόνο μετά από πολλά χρόνια πρακτικής αυτές οι εντάσεις γίνονται λιγότερο επώδυνες για τον θεραπευτή, ωστόσο ποτέ δε λύνονται. Αυτή δε, η αναφορά του Hycner μου φαίνεται να είναι ένα πολύ ενδιαφέρον αντικείμενο έρευνας.

2. Η πρόκληση της υποκειμενικότητας της αντίληψης και της εμπειρίας. Η

υποκειμενικότητα της αντίληψης και της εμπειρίας σημαίνει πως το κάθε άτομο νοηματοδοτεί και βιώνει με διαφορετικό τρόπο τα διάφορα ερεθίσματα. Η πρόκληση εδώ είναι να είμαι σε ετοιμότητα, για να μη χάνω την επαφή μου με τον πελάτη, ξεφεύγοντας στη δική μου υποκειμενικότητα. Θα δώσω ένα παράδειγμα πόσο διαφορετικά καταλάβαμε μία συνεδρία, ένας πελάτης μου κι εγώ. Είναι πολύ θυμωμέ-



νος με την κοπέλα του, γιατί ενώ εκείνος είναι ασθενής και κλινικής, εκείνη δε ρυθμίζει το πρόγραμμά της έτσι, που να βρίσκεται στο σπίτι του και να τον προσέχει. Είναι οργισμένος που εκείνη δεν κατάλαβε τι χρειαζόταν και πιστεύει πως η φροντίδα οφείλει να είναι δεδομένη. Εννοείται ότι δεν της είχε ζητήσει τίποτε. Επέλεξε να στρέψω την προσοχή του πελάτη στον τρόπο με τον οποίο αντιλαμβάνεται τις ανάγκες του, τις εκφράζει, στρέφεται στο περιβάλλον, ζητά, διεκδικεί, κ.λπ. Δουλέψαμε πάνω σ' αυτό για πολλή ώρα. Ο πελάτης δείχνει να έχει μεταστρέψει κατά πολύ τη στάση του και φαίνεται ευχαριστημένος. Όμοια είμαι και εγώ ευχαριστημένος, θεωρώντας ότι ο πελάτης έχει ευαισθητοποιηθεί στο πώς να δηλώνει τις ανάγκες του. Στο τέλος της συνεδρίας, όταν τον ρώτησα αν κρατάει κάτι από τη συνεδρία, αν κάτι του φαίνεται σημαντικό εκείνος απαντάει πανηγυρικά (!) «Φυσικά, κατάλαβα πως η φροντίδα οφείλει να είναι δεδομένη αλλιώς δεν έχει αξία». Σ' αυτό το παράδειγμα θα μπορούσε κανείς να προσεγγίσει το θέμα του πελάτη με πολλούς τρόπους (Φαινόμενο του Βέλους, Polster, 1995:88). Για μένα πάντως, έτσι όπως εξελίχθηκε, αποτελεί κραυγαλέο παράδειγμα του πώς ο καθένας το βλέπει αλλιώς. Και με ευαισθητοποίησε να τσεκάρω συνεχώς τι είναι αυτό που λέει και κατανοεί ο πελάτης. Τελικά, η κατανόηση δεν είναι καθόλου δεδομένη.

3. Η πρόκληση της θεωρητικής προσδοκίας. Τον όρο θεωρητική προσδοκία τον συναντούμε καταρχήν στον Jung (1997:61). Για την περίπτωση μας τον κατανοώ σε συνάρτηση με την έννοια της

πρόβλεψης της ανθρώπινης αντίδρασης και συμπεριφοράς. Να ένα παράδειγμα για το πώς μπορεί να πέσει κανείς θύμα της θεωρητικής προσδοκίας. Ένας πελάτης διαγιγνώσκεται ότι έχει ένα αρκετά σοβαρό νόσημα. Από την πλευρά μου, έκανα την υπόθεση ότι αυτή η είδηση θα ήταν πολύ σοκαριστική για τον πελάτη μου. Βάσισα την υπόθεση στη θεωρία που προβλέπει πως είναι πιθανό ένα άτομο που

μαθαίνει ότι έχει μια σοβαρή ασθένεια θα αντιδράσει με σοκ, άρνηση, θυμό, κλπ. Επίσης, στήριξα την υπόθεση στο πώς εγώ μπορεί να αντιδρούσα σε παρόμοια περίπτωση (υποκειμενικότητα). Επίσης, προετοιμάστηκα εσωτερικά πώς θα προσεγγίσω τον πελάτη μου. Και φυσικά ένιωσα έκπληξη όταν ο πελάτης όχι μόνο δεν έδειξε να σοκάρεται, αλλά αντίθετα ανέφερε ξεκάθαρα πως η διάγνωση του έφερε μεγάλη ανακούφιση. Για εκείνον, το θέμα δεν ήταν η αρρώστια, αλλά η διευκρίνιση της αρρώστιας. Τώρα ξέρει με τι έχει να κάνει, μπορεί να παίρνει την κατάλληλη ιατρική φροντίδα. Το παράδειγμα αυτό μου δείχνει πως η πράξη έρχεται να δοκιμάσει και να αμφισβητήσει τις γνώσεις μας και ότι χρειάζεται να είμαστε ανοιχτοί σ' αυτό που είναι για να μπορεί να παρουσιαστεί. Το να μπορούμε να παραμένουμε ανοιχτοί, αποτελεί υπέρβαση.

4. Η πρόκληση της δουλειάς πάνω σ' ένα θέμα του πελάτη που απασχολεί και τον θεραπευτή. Αναφέρομαι εδώ στην περίπτωση που το θέμα αφορά τον θεραπευτή ως τυφλό σημείο ή ανοιχτός λογαριασμός, π.χ. κάποιο τραυματικό γεγονός στο οποίο είναι ακόμα ευαίσθητος ο θεραπευτής και για το οποίο δεν έχει ενημερότητα. Δεν θα ξεχάσω ένα παράδειγμα από τη δική μου εμπειρία. Καθώς ολοκλήρωσα μια συνεδρία και αφού έφυγε ο πελάτης, άρχισα να νιώθω δυσφορία. Η διάθεσή μου άρχισε να πέφτει και ένιωθα το σώμα μου να βαραινεί. Ένωθα μούδιασμα και αδυναμία. Αλλά δεν μπορούσα να καταλάβω. Γύρισα στο σπίτι μου και συνεχισα να το σκέφτομαι. Το βράδυ βρέθηκα με φίλους και ξεχάστηκα. Η κατάσταση όμως συνεχίστη-



Ημερίδα Αθήνας

κε έτσι περίπου για άλλες δύο μέρες και χρειάστηκε τη βοήθεια από ένα όνειρο, το οποίο με μια νύξη, με παρέπεμψε στο συγκεκριμένο πελάτη. Το θέμα έλαμψε! Πράγματι, η δουλειά με το συγκεκριμένο πελάτη είχε ενεργοποιήσει ένα δικό μου θέμα από το δικό μου παρελθόν, το οποίο πονούσε ακόμα. Τελικώς πήρα βοήθεια στην θεραπεία μου και ξεπέρασα αυτό το εμπόδιο. Το παράδειγμα αυτό μου δείχνει σε τι δοκιμασία μπορεί να μας βάλει η δουλειά μας, αλλά και πόσο σημαντικό είναι να βρίσκεται ο θεραπευτής πλαισιωμένος με στηρίγματα από την προσωπική του ζωή και να δίνει στον εαυτό του ευκαιρίες για θεραπεία, εποπτεία και μοίρασμα με συναδέλφους.

Κλείνοντας, θέλω να τονίσω ότι αντιλαμβάνομαι και εγώ με τη σειρά μου την ανάγκη για μια μετάβαση από την έννοια του κάνω στην έννοια του είμαι με τον πελάτη. Ένας προσανατολισμός που εκφράζεται από τον όρο θεραπεία μέσα από την συνάντηση (healing through meeting).

Κώστας Κωνσταντίνος

### ΠΗΓΕΣ

- Buber, M. (2007). *Between Man and Man*. New York: Routledge (first published 1947)
- Crowther, J. (ed) (1995). *Oxford Advanced Learners Dictionary*. Oxford University Press.
- Δορμπαράκης, Π.Χ. (1994). *Ετυμολογικό Ερμηνευτικό Λεξικό της Νεοελληνικής*. Αθήνα: Εκδόσεις Σπουδή.
- Gunzburg, J.C. (1997). *Healing Through Meeting*. Martin Buber's Conversational Approach to Psychotherapy. London and Bristol, Pennsylvania: Jessica Kingsley Publishers.
- Hycner, R. (1993). *Between Person and Person: Toward a Dialogical Psychotherapy*. Gestalt Journal Press, Inc
- Hycner, R. and Jacobs, L. (1995). *The Healing Relationship in Gestalt Therapy: A Dialogic/ Self Psychology Approach*. Gouldsboro: The Gestalt Institute Press.
- Jaspers, K. (1983). *Εισαγωγή στη Φιλοσοφία*. Αθήνα-Γιάννενα: Εκδόσεις Δωδώνη.
- Jung, C.G. (1997). *Εισαγωγή στην Ερμηνεία των Ονείρων*. Αθήνα: Εκδόσεις Ιάμβλιχός.
- Polster, E (1995) *A Population of Selves: A Therapeutic Exploration of Personal Diversity*. San Francisco: Josey-Bass Publishers
- Perls, F. (1947/1969a). *Ego, Hunger and Aggression*. New York: Vintage Books. (first published in South Africa in 1942)

Από τις παρουσιάσεις αποφοίτων  
του Gestalt Foundation Αθήνας

## Δέκα χρόνια ταξίδι....

**Τ**ο Gestalt Foundation διοργάνωσε δύο ημερίδες με αφορμή τα δέκα χρόνια της διαδρομής του. Μια διαδρομή πολύ πλούσια, τα αποτελέσματα και οι κόποι της οποίας φάνηκαν σε αυτές τις ημερίδες. Παρευρέθηκα και στις δυο ημερίδες και, έτσι, έχω διάφορες εικόνες στο μυαλό μου. Ήταν δύο ημέρες με κοινά αλλά και διαφορετικά στοιχεία. Δύο διαφορετικές πόλεις, δύο θεματολογίες. Τελικά, δύο κομμάτια που ενώνονται σε ένα.

Εγώ, σε αυτό το ταξίδι είμαι δύο ετών περίπου.

Ο πρώτος μου σταθμός:

Θεσσαλονίκη, 7 Νοέμβρη 2008. Το θέμα της ημερίδας είναι «Κοινωνία και Ψυχοθεραπεία». Μπαίνω στην αίθουσα, είναι γεμάτη από κόσμο. Φτάνω λίγο αργοπορημένη. Έχουν ήδη αρχίσει. Γύρω μου χρώματα και πρόσωπα. Νιώθω ζεστασιά. Κάπου προς τα πίσω κάθεται η ομάδα μου. Πηγαίνω να κάτσω μαζί τους. Μπροστά, κάθεται η γνωστή παρέα: Κάτια, Αντωνία, Γιάννα, Δέσποινα. Παρατηρώ τον κόσμο, ο οποίος παρακολουθεί με προσοχή και ιδιαίτερη συγκέντρωση.

Τα θέματα τα οποία παρουσιάζονται έχουν μεγάλο ενδιαφέρον. Ακούω προσεκτικά. Παρακολουθώ

σιωπηλή, κάνοντας σκέψεις, ρωτώντας και απαντώντας σε φανταστικούς διάλογους στο μυαλό μου. Οι ομιλίες σχετικά με τον επαγγελματικό εθελοντισμό έχουν έντονο το βιωματικό στοιχείο. Είναι ιδιαίτερα συγκινητικές. Το κοινό ανταποκρίνεται και σχολιάζει θετικά.

Διάλειμμα... ώρα για πραγματικούς διαλόγους. Ευχάριστες συναντήσεις με γεύση από καφέ. Ευκαιρία για μοίρασμα και για λίγο χιούμορ... Επιστρέφω στην αίθουσα. Ακολουθούν οι παρουσιάσεις των ομάδων, με δημιουργικότητα και ενέργεια. Νιώθω αγωνία αλλά και



Ημερίδα Θεσσαλονίκης

περηφάνια για την παρουσίαση της ομάδας μου. Τελικά, όλα πηγαινούν καλά. Ακολουθούν, οι παρουσιάσεις των αποφοίτων, γεμάτες από δυνατές εικόνες και λέξεις.

Φτάσαμε στο τέλος. Η παρέα ανεβαίνει πάνω. Η συγκίνηση είναι έντονη. Η πορεία είχε από όλα, δυσκολίες, εμπειρίες, χαρά και λύπη.

Αποφάσισα να παρακολουθήσω την ημερίδα της Αθήνας, καθώς πάντα είχα μια περιέργεια, να γνωρίσω και το κομμάτι που για μένα

## Η σημασία της κοινωνικής ευθύνης στην ψυχοθεραπεία

- εκινώντας, θα ήθελα να ευχαριστήσω
- την Gestalt που μας έδωσε την ευκαιρία
- να συμμετάσχουμε στο συνέδριο αυτό.

Της ευχόμαστε τα καλύτερα.

Βρίσκομαι εδώ, ως εκπρόσωπος του Κέντρου Αντλεριανής Ψυχολογίας και θα πρέπει να διευκρινίσω εξ αρχής ότι η Εταιρία μας λειτουργεί με εθελοντές συντονιστές, οι οποίοι εκπαιδεύονται και εποπτεύονται από ψυχολόγους, παρακολουθούν σεμινάρια και επιμορφώνονται συνεχώς.

Σύμφωνα με το καταστατικό, σκοπός του Κέντρου μας είναι η διάδοση και η εφαρμογή της θεωρίας του Άντλερ. Για το σκοπό αυτό οργανώνονται ομάδες μελέτης που στοχεύουν περισσότερο στην πρόληψη παρά στη θεραπεία.

Παρ' όλα αυτά, τα μέλη μας, γνωρίζοντας νέες θεωρίες, ανακαλύπτοντας εναλλακτικές διεξόδους, ενθαρρυνόμενα από την ατμόσφαιρα παραδοχής, ισοτιμίας και αμοιβαίου σεβασμού που βιώνουν κοντά μας και με διευρυμένους πλέον ορίζοντες, επιχειρούν αλλαγές στη ζωή τους. Και ακόμα κι αν δεν τις κάνουν, μαθαίνουν να αγαπούν και να αποδέχονται τον εαυτό τους όπως είναι.

Αυτό όμως, δεν τολμώ να το ονομάσω «ψυχοθεραπεία». Είναι η γνωριμία, η εξοικείωση και η εφαρμογή της θεωρίας του Άντλερ. Αυτού, που πρώτος τόνισε τη σημασία του κοινωνικού παράγοντα στη διαμόρφωση μιας υγιούς προσωπικότητας και έθεσε την έννοια του κοινωνικού ενδιαφέροντος. Θεώρησε, δηλαδή, τη θετική, επικοινωνιακή σχέση μεταξύ συνανθρώπων ως το επίκεντρο της ψυχικής ισορροπίας του ατόμου.

Ο Άντλερ υποστήριζε ότι τρεις τομείς είναι καθοριστικοί στη ζωή μας: η εργασία, η φιλία και

ο έρωτας. Είναι καθοριστικοί, γιατί μέσα από αυτούς αντλείται ικανοποίηση, μέσα από αυτούς υπάρχει νόημα στη ζωή. Αυτοί επιτρέπουν την προσφορά και προσφέρουν την αποδοχή. Το συναίσθημα της κοινωνικής ευθύνης που σημαίνει την επικέντρωση προς ένα κοινό στόχο και την απομάκρυνση από τα στενά όρια του εγώ, την αλληλοπροσφορά και το μοίρασμα, αυτό το συναίσθημα κάνει το άτομο ευτυχισμένο και υγιές.

Ξεκινώντας από τις πιο στενές προσωπικές σχέσεις και ανοίγοντας τον κύκλο προς τις φιλικές και στη συνέχεια τις εργασιακές σχέσεις, ο Άντλερ επιβεβαιώνει τη θεωρία ότι ο άνθρωπος είναι από την φύση του κοινωνικό ον, δεν μπορεί να ζήσει και, ακόμη περισσότερο, δεν μπορεί να εξελιχτεί απομονωμένος, χωρίς τη συνεργασία, τη συντροφικότητα, την αγάπη και τον έρωτα.

Από τις βασικές και καθοριστικές ανάγκες του καθενός, είναι η ανάγκη του να ανήκει. Να βρει τη θέση του μέσα στο σύνολο και να ορίσει, έτσι, τους στόχους που θα τον οδηγήσουν στην αυτο-πραγμάτωση και την ολοκλήρωση ως ανεξάρτητο και ακέραιο άτομο.

Το αίσθημα του ανήκειν μπορεί να αναπτυχθεί, όταν το άτομο αισθάνεται σιγουριά για την προσωπική του αξία και περιορίζεται, όταν το κυριεύουν αισθήματα ανασφάλειας και κατωτερότητας.

Αμφίδρομα, όταν νιώσει ότι το σύνολο το αποδέχεται και ότι η συμμετοχή και συμβολή του σε κοινά ενδιαφέροντα είναι θετική, όταν νιώσει ασφαλές, σημαντικό και χρήσιμο, τότε η αυτοεκτίμησή του βελτιώνεται.

Σύμφωνα με τον Άντλερ το άτομο είναι, ανά πάσα στιγμή, το ίδιο υπεύθυνο των συγκινήσεών

του, των αντιδράσεών του και των ενεργειών του και δεν είναι έρμαιο των ενστίκτων του και του υποσυνείδητου. Η κάθε πράξη του αποτελεί τη συνισταμένη αισθήματος, λογικής και παρόρμησης συνθέτοντας, έτσι, το ενιαίο της ανθρώπινης προσωπικότητας. Η δημιουργικότητα, η ευχέρεια επιλογών και οι δυνατότητες αλλαγής ενυπάρχουν μέσα σε όλους μας.

Οι σκέψεις, τα συναισθήματα, οι επιθυμίες, οι σκοποί και οι αναμνήσεις του καθιστούν το κάθε άτομο ιδιαίτερο και μοναδικό. Ο κάθε ένας βλέπει τη ζωή από τη δική του σκοπιά, ζει τη δική του πραγματικότητα και μέσα από τις πράξεις και τις επιλογές του ψάχνει να επιβεβαιώσει τα πιστεύω του, για τον εαυτό του, τη ζωή και τους άλλους.

Η κοινωνία, του προσφέρει το πεδίο μέσα στο οποίο θα επιβεβαιώσει και θα επιβεβαιωθεί και η κοινωνική ευθύνη τον βοηθάει να γνωρίσει την πραγματικότητα των άλλων, να αντιμετωπίσει τους δικούς του περιορισμούς και να αποδεχτεί τις δυνατότητες των άλλων. Τον βοηθάει να εξελιχτεί και, ίσως, και να θεραπευθεί.

Σαν μια μικρή ιδανική κοινωνία λειτουργούν και οι δικές μας ομάδες. Μέσα στην ομάδα, τα άτομα, άσχετα από φύλο, ηλικία ή επάγγελμα, ευαισθητοποιούνται να καταλαβαίνουν καλύτερα τον εαυτό τους και τους άλλους, ενθαρρυνόμενα από την ατμόσφαιρα παραδοχής, ισοτιμίας και σεβασμού που είναι και οι βασικές αρχές μας.

Ευαισθητοποιούνται, για να μπορέσουν και αυτά με τη σειρά τους, να προσφέρουν στο σύνολο και να κάνουν τη διαφορά στη ζωή τους και τη ζωή του περιβάλλοντός τους. Και εμείς, οι συντονιστές, δουλεύουμε με ανεπτυγμένο το αίσθημα της κοινωνικής ευθύνης, με κέφι, εθελοντές, με επαγγελματική συνείδηση.

**Υβόννη Καπόν**, Σύμβουλος Ψυχολογίας Rogerian, Εκπαιδευμένη Συντονίστρια Αντλεριανής Εταιρίας

Παρουσίαση που έγινε στο Panel με θέμα  
"Η κοινωνική ευθύνη της ψυχοθεραπείας"



## Ημερίδα Αθήνας

Αθήνα, 23 Νοέμβρη 2008

Αισθάνομαι αγωνιά και περιέργεια. Πώς θα είναι εκεί; Τι και ποιους θα συναντήσω; Μπαίνω στην αίθουσα. Αυτήν τη φορά μου φαίνονται όλα άσπρα, χωρίς χρώματα, άγνωστα μέρη. Κάθομαι με μια φίλη μου. Το θέμα τη ημερίδας είναι η Εκπαίδευση και Ψυχοθεραπεία. Το ξεκίνημα είναι δυνατό, με έντονη συναισθηματι-

κή χροιά. Παρακολουθώ τις ομιλίες των προσκεκλημένων με την ίδια συγκέντρωση και ενδιαφέρον. Το ίδιο και ο κόσμος. Οι καλεσμένοι ομιλητές είναι από διάφορες προσεγγίσεις. Είναι ενδιαφέροντα αυτή η κοινή συνάντηση πεδίων και απόψεων. Καθώς περνάει η ώρα, τα χρώματα γίνονται πιο ζωηρά και νιώθω ήδη πιο οικεία.

Διάλειμμα: για καφέ και φαγητό. Αυτήν τη φορά, με υπέροχη θέα όλη την Αθήνα. Αισθάνομαι χαρούμενη, καθώς συναντάω πρόσωπα που έχω ξανα-

συναντήσει στο Πήλιο.

Η ημερίδα ακολουθεί παρόμοια ροή: οι παρουσιάσεις των ομάδων γεμάτες με ζωντάνια, οι συγκινητικές ομιλίες των εθελοντών, οι προσεγμένες και ενδιαφέρουσες παρουσιάσεις των αφοιτών. Το κλείσιμο με συγκινεί για ακόμα μια φορά. Μένω με τα δυνατά λόγια της Κάτιας, με το μπλοκάρισμα της Δέσποινας και τη συγκίνηση της Γιάννας και της Αντωνίας.

Τελειώνοντας, και οι δυο ημερίδες ήταν άρτια οργανωμένες, με υψηλό επιστημονικό επίπεδο,

με ουσία, με επαγγελματισμό αλλά και με συναίσθημα. Όσο για μένα, είχα την ευκαιρία να γνωρίσω λίγο ακόμα το άλλο κομμάτι του Gestalt Foundation, να προβληματιστώ, να αισθανθώ κι εγώ μέρος του για ακόμα μια φορά και να αναπολήσω τη δικιά μου παράλληλη διετή πορεία σε αυτά τα δέκα χρόνια. Και το ταξίδι συνεχίζεται...

**Κατσαμάκα Βίκυ**

3ο εκπαιδευτικό έτος

Θεσσαλονίκης

Όταν αποφασίσαμε τον τίτλο της παρουσίασής μας για την επετειακή ημερίδα των δέκα χρόνων του Gestalt Foundation, αρχίσαμε να βαδίζουμε στα μονοπάτια της βιωματικής και της θεωρητικής εκπαίδευσης. Η βιβλιογραφική έρευνα μας οδήγησε στα δυο είδη εκπαίδευσης: την τυπική και τη μη - τυπική/βιωματική εκπαίδευση στην ψυχοθεραπεία.

Η Τυπική εκπαίδευση είναι το ιεραρχικά δομημένο, χρονολογικά διαβαθμισμένο «εκπαιδευτικό σύστημα», που ξεκινάει από το νηπιαγωγείο μέχρι το πανεπιστήμιο και περιλαμβάνει, εκτός από γενικές ακαδημαϊκές σπουδές, μια ποικιλία εξειδικευμένων προγραμμάτων και ιδρυμάτων για πλήρους απασχόλησης τεχνολογική και επαγγελματική εκπαίδευση (Jeffs & Smith, 1999). Χαρακτηρίζεται ως ένας τόπος γεμάτος πληροφορίες από ποικίλη θεματολογία, πολλές φορές ασύνδετες μεταξύ τους, τις οποίες ο εκπαιδευόμενος τις αποκτά μέσω θεωρητικής βάσης. Η εκπαιδευτική διαδικασία έχει έναν αρκετά απρόσωπο χαρακτήρα τις περισσότερες φορές και οδηγεί στην απόκτηση ενός πτυχίου.

Αντίθετα, η μη-τυπική εκπαίδευση είναι η οργανωμένη εκπαιδευτική δραστηριότητα εκτός του καθιερωμένου εκπαιδευτικού συστήματος (Jeffs & Smith, 1999). Σύμφωνα με τον Rogers, τα κύρια χαρακτηριστικά της βιωματικής εκπαίδευσης είναι ότι δουλεύει και οδηγείται μέσω της συζήτησης, συμπεριλαμβάνει διερεύνηση και ανάπτυξη δεξιοτήτων και μπορεί να γίνει σε οποιαδήποτε τοποθεσία. Σκοπός της είναι η ευημερία των άλλων και ο σεβασμός για τις μοναδικές αρχές και την αξιοπρέπεια κάθε ανθρώπινης ύπαρξης. Υποστηρίζει την ισότητα για όλους, καθώς έχει σαν κύριο όπλο της το «διάλογο», συμπεριλαμβάνει την προσωπική

# Στα μονοπάτια της θεωρητικής και βιωματικής εκπαίδευσης Ο δρόμος για την ψυχοθεραπεία

εμπλοκή του μαθητευόμενου και έχει διάχυτες επιπτώσεις επάνω του. Αν θα θέλαμε να χαρακτηρίσουμε την κάθε μορφή εκπαίδευσης με ένα ρήμα, θα λέγαμε ότι η τυπική εκπαίδευση χαρακτηρίζεται από το ρήμα «γνωρίζω» και η μη τυπική με το ρήμα «πράττω».

Ο ρόλος του δασκάλου στη βιωματική εκπαίδευση είναι να διευκολύνει τη μάθηση με το να θέτει θετικό κλίμα, να διευκρινίζει τους σκοπούς του μαθητευόμενου, να οργανώνει και να καθιστά προσβάσιμες τις μαθησιακές πηγές, να εξισορροπεί τα διανοητικά και συναισθηματικά στοιχεία της μάθησης, να μοιράζεται τα συναισθήματα και τις σκέψεις με τους μαθητευόμενους και να μην κυριαρχεί επάνω τους.

Στην εκπαίδευση της ψυχοθεραπείας ο εκπαιδευόμενος, μέσω της χρήσης των ψυχοθεραπευτικών μεθόδων στον ίδιο, μαθαίνει - βιώνει πώς είναι να είναι θεραπευόμενος, πώς είναι να κάθεται στην «καυτή καρέκλα», πώς είναι να κάνει επαφή. Όσες φορές και να διαβάσουμε για τα πειράματα, όσες φορές και να διαβάσουμε για τα εμπόδια στην επαφή, δε θα τα κατανοήσουμε πλήρως, αν δεν μας γίνουν βίωμα.

Βέβαια η εκπαίδευση στην ψυχοθεραπεία, για να είναι ολοκληρωμένη, δεν μπορεί να είναι μόνο βίωμα, χρειάζεται και τη θεω-

ρία και την έρευνα. Ο Friedlander πίστευε ότι τα πάντα πολώνονται στα δυο αντίθετά τους. Αν κάποιος παγιδεύεται από μια από τις αντίθετες αυτές δυνάμεις, αποκτά μονόπλευρη άποψη και η ζωή του χάνει την ισορροπία της (Oleary, 1995). Ας φανταστούμε, λοιπόν, την ψυχοθεραπευτική εκπαίδευση σαν ένα συνεχές στο οποίο ένα πρόγραμμα σπουδών μπορεί να βρίσκεται είτε στον έναν πόλο είτε στον άλλον είτε σε οποιοδήποτε ενδιάμεσο σημείο. Ένα ωφέλιμο εκπαιδευτικό πρόγραμμα πρέπει να συμπεριλαμβάνει σε ισορροπία και τις δυο μορφές εκπαίδευσης. Το παράδειγμα της Gestalt, όπως το βιώνουμε οι εκπαιδευόμενοι στο Gestalt Foundation, είναι το παράδειγμα μιας εκπαίδευσης που «ενσωματώνει» στους κόλπους της και τους δύο πόλους, σαν αναπόσπαστο μέρος της φιλοσοφίας της.

Θα ήταν σημαντικό σε αυτό το σημείο, να διευκρινίσουμε ότι δεν είναι σκοπός μας να κρίνουμε ή να καταργήσουμε την ακαδημαϊκή εκπαίδευση, θέλουμε απλώς να τονίσουμε, γιατί υποστηρίζουμε ότι η εκπαίδευση στην ψυχοθεραπεία πρέπει να στηρίζεται και στις δυο μορφές εκπαίδευσης.

Σκόρδου Μαρία  
σε συνεργασία με το 2ο έτος της εκπαίδευσης  
στην Ψυχοθεραπεία Gestalt (Gestalt Foundation)

Από τις παρουσιάσεις εκπαιδευόμενων  
στο Gestalt Foundation



## Ημερίδα Θεσσαλονίκης

**Ο** τίτλος του πάνελ ενέχει δύο υπονοούμενα που δε μου είναι αρκετά κατανοητά. Είναι τα υπονοούμενα α) ότι ο ψυχοθεραπευτής θα μπορούσε και να μην έχει κοινωνική ευθύνη; β) Ή ότι η κοινωνική του ευθύνη είναι τόσο υπέρτοκα μεγάλη, συνεπώς και η δύναμη που έχει στη δουλειά του τόσο καταλυτική, που σήμερα πρέπει να μιλάμε σ' ένα συνέδριο γι' αυτήν;...

Νομίζω πως όλος αυτός ο προβληματισμός προέρχεται από την κριτική που ασκήθηκε αρχικά στην κλασική ψυχανάλυση και στη συνέχεια και στη θεραπεία συμπεριφοράς κατά τις δεκαετίες του '60 και του '70, ως μεθόδους και πρακτικές που εμπειρείχαν τη δυνατότητα να προξενήσουν κοινωνικά βλάβες – είτε στο θεραπευόμενο πρόσωπο είτε στην κοινωνία. Οι δυνητικές αυτές βλάβες σχετιζόνταν με το φαινόμενο της ψυχολογικοποίησης και εξατομίκευσης κοινωνικών προβλημάτων από τη μία πλευρά, και από τον εγκλωβισμό των εκάστοτε θεραπευόμενων σε ρόλους προσωπικής παθητικότητας και κοινωνικής αδυναμίας από την άλλη. Ήταν η κριτική προς θεωρίες και θεραπευτικές πρακτικές που -τουλάχιστον στην ιστορικά αρχική τους εκφορά- επένδυναν στην αδυναμία και στο έλλειμμα του θεραπευόμενου ατόμου, επέτειναν με τις πρακτικές τους αισθήματα ενοχικότητας, ανεπάρκειας, πεπρωμένα χρονιότητας και την ιδέα αδιεξόδων στα άτομα που τις εμπιστεύονταν και έδιναν στον ψυχοθεραπευτή το ρόλο ενός μεγαλοδύναμου Μεγάλου Αδελφού, ο οποίος παρατηρούσε αξιολογικά, έλεγε ποια είναι η Αλήθεια για την κατάσταση σου, και πόσο μακριά βρίσκεσαι εσύ απ' αυτήν και σου προδιέγραφε το δρόμο της λύσης. Αν η λύση δεν ερχόταν, αυτό οφειλόταν στο δικό σου ελλειμματικό δυναμικό (γνωστική ανεπάρκεια) ή/ και στη θολωμένη σου, φαύλη συνείδηση ή ασυνείδητο (αντίσταση), που μαζοχιστικά ακύρωνε την επιστημονικά πεφωτισμένη, «αντικειμενική» κρίση και παρέμβαση του ψυχοθεραπευτή σου.

Αυτά βεβαίως σχηματικά και με τον κίνδυνο μιας υπεργενίκευσης, γιατί φυσικά σε όλες τις εποχές και σε όλες τις θεραπευτικές κατευθύνσεις, η ψυ-

# Η ΚΟΙΝΩΝΙΚΗ ΕΥΘΥΝΗ ΤΟΥ ΨΥΧΟΘΕΡΑΠΕΥΤΗ

χοθεραπευτική συνάντηση είχε και στοιχεία ενδυνάμωσης και χειραφέτησης του θεραπευόμενου, κυρίως μέσα από μια αυθεντική συνάντηση με τον θεραπευτή του, αν αυτή επιτυγχανόταν, και είτε την επέβαλε η θεωρία (όπως αργότερα στις ανθρωπιστικές σχολές), είτε «ξέφευγε» και από τους παραδοσιακούς θεραπευτές -μια και αυτοί, παρεμπιπτόντως, παρέμεναν άνθρωποι με αισθήματα. Θα μου επιτρέψετε, ωστόσο, να υποστηρίξω ότι, όπου οι θεραπείες αυτές είχαν ένα ενδυναμωτικό αποτέλεσμα για τους θε-

σκεπτόμενο θεραπευτή, το αναφερόμενο ως πρόβλημα, δεν είναι αποτέλεσμα μαθησιακού ή γνωστικού ελλείμματος, ούτε προγενέστερου τραύματος ή αναπτυξιακής καθήλωσης αλλά απλώς ένα συγκυριακό μπλοκάρισμα της γενικά παρούσας ικανότητας του ανθρώπου να βρίσκει λύσεις στα προβλήματά του.

Για τον συστημικά σκεπτόμενο θεραπευτή δεν υπάρχει ατομικό πρόβλημα, γιατί όλα γίνονται κατανοητά μέσα από την πυρηνική έννοια των συστημάτων -και δεν υπάρχει ατομική λύση για

στην οποία ζει. Δεν μπορεί να σώσει, ούτε να καταστρέψει κανέναν. Μπορεί όμως να συμβάλει σε κάποιον βαθμό στην ενδυνάμωση ή στην καταρράκωση του συνομιλητή του και αυτό έχει και κοινωνικές συνέπειες, στο βαθμό, βεβαίως, που θα το επιτρέψει ο εκάστοτε άμεσα ενδιαφερόμενος. Νομίζω πως εκεί έγκειται η δική μας κοινωνική ευθύνη (όπως, π.χ. ενός γεωργού να αποφεύγει τα θανατηφόρα φυτοφάρμακα, ή ενός μηχανικού αυτοκινήτων, να διορθώσει σωστά το αυτοκίνητό του):

- Στο να καταδεικνύουμε ανά πάσα στιγμή τα περιορισμένα όρια δράσης μας και να αναγνωρίζουμε τα όρια της δικής μας σκέψης, αποφεύγοντας μεγαλομανιακές αναφορές σε υπερ-θεωρίες, που ιστορικά -στη μεταμοντέρνα εποχή που ζούμε, αποτελούν πια, ένα είδος αντίκας προς μελέτη.

- Στο να ανοίγουμε μπρος στους συνομιλητές μας νέες, πλουσιότερες αριθμητικά εκδοχές ανάγνωσης των αναφερόμενων ως προβλημάτων και των πιθανών λύσεων.

- Στο να συμβάλουμε με το σεβασμό και την εμπιστοσύνη μας στο πρόσωπό του, στο να έρθει ξανά σε επαφή με την, αναμφισβήτητα παρούσα, δύναμη και τα αποθέματά του, για να πάρει τις χρήσιμες για τη ζωή του αποφάσεις.

- Στο να είμαστε εκεί, σαν αναστοχαστικός καθρέφτης στην πορεία του, όσο και εκείνος το ζητά, και μόνο τόσο.

- Στο να καταδεικνύουμε συνεχώς τις ευρύτερες, δηλαδή κοινωνικές συνέπειες αυτού που του συμβαίνει ως, σημαντική γι' αυτόν, πληροφορία.

- Στο να τον ενθαρρύνουμε να συνδεθεί με τα φυσικά του υποστηρικτικά συστήματα.

- Στο να θεωρούμε τη συνεργασία μας μαζί του χρονικά σύντομη και, κυρίως, όχι απαραίτητη για τη ζωή του.

Η κοινωνία χρειάζεται -για να παράγει και να ζει συνολική ευημερία- ανθρώπους δυνατούς και με επίγνωση -μεταξύ άλλων- αυτής της δύναμής τους. Εμείς, όμως, μπορούμε και το αντίθετο, μπορούμε να συμβάλουμε σ' αυτό. Εκεί θα έβλεπα εγώ τη δική μας κοινωνική ευθύνη.

Ευχαριστώ

**Άννα Εμμανουηλίδου**

Κλινική Ψυχολόγος (Dr. Phil., MSc.)  
Συστημική Ψυχοθεραπεύτρια (IGST)

*Παρουσίαση που έγινε στο Panel με θέμα  
"Η κοινωνική ευθύνη του ψυχοθεραπευτή"*



ραπειόμενους, αυτό συνέβαινε πέρα και παρά την ύπαρξη των στοιχείων που ανέφερα πριν. Μ' αυτήν την έννοια, θα μοιραζόμουν μεγάλο μέρος της κριτικής που ασκήθηκε μέχρι σήμερα στην ψυχοθεραπεία ως μέθοδο προσέγγισης προσωπικών προβλημάτων.

Θεωρώ όμως, ότι ο συστημικός τρόπος σκέψης, τον οποίο και εδώ σήμερα εκπροσωπώ, αποτελεί ακριβώς το ιστορικό αποτέλεσμα αυτής της κριτικής και στη θεωρία του ανατρέπει ευθέως όλες της λογικές και τις πρακτικές που σε έναν μοντέρνο τρόπο σκέψης θα αποτελούσαν κοινωνική επικινδυνότητα.

Ο πυρήνας της σκέψης μας είναι ότι ο ψυχοθεραπευτής δεν είναι παρά ένας ικανός συνομιλητής, ο οποίος υποχρεούται δεοντολογικά να ανταποκριθεί στο αίτημα του ανθρώπου που έχει απέναντί του -και όχι σε δικές του θεραπευτικές φαντασίες- με έναν και μόνον τρόπο: διευκολύνοντάς τον μέσα από επιδέξιες ερωτήσεις, που φωτίζουν πτυχές της εμπειρίας του, προσωρινά παραμελημένες ή συσκοτισμένες, να ξαναέρθει σε επαφή με τις δυνάμεις και τα αποθέματά του, ώστε να μπορέσει να ξαναφανταστεί και να εφαρμόσει τις δικές του, ταιριαστές με τη ζωή του λύσεις. Για τον συστημικά

τον ίδιο ακριβώς λόγο. Συζητά με τον απέναντί του συνεχώς στη βάση τού ότι κάθε στιγμή της εξέλιξής του έχει κοινωνικές συνιστώσες και κοινωνικές συνέπειες. Αλλά το πώς θα χειριστεί ο καθένας αυτήν την πληροφορία παραμένει θέμα προσωπικής επιλογής του θεραπευόμενου.

Ο συστημικός θεραπευτής δεν καθοδηγεί (ούτε στην κατεύθυνση της κοινωνικής δραστηριοποίησης ή στράτευσης, π.χ. του πελάτη του), μα διαρκώς ανοίγει νέες εκδοχές στη συζήτηση και τη φαντασία, με σκοπό να συμβάλει σε μια ουσιαστική και ενσυνείδητη επιλογή του συνομιλητή του -την οποία και ο ίδιος δε γνωρίζει ποια στο τέλος θα είναι, ούτε και την αξιολογεί. Επιφυλάσσει για τον εαυτό του έναν ρόλο συμβούλου, με την αρχαιοελληνική έννοια του όρου (αυτού που συσκέπτεται), η γνώμη του οποίου μπορεί να μην γίνει πειστική κι αυτό αξιολογείται θετικά, ως πράξη αυτονομίας και δύναμης του συνομιλητή του και όχι ως θεραπευτική ανυπακοή ή έκφραση ελλείμματος και αντιστάσεων.

Θα υποστήριζα ότι ένας ψυχοθεραπευτής έχει την ίδια κοινωνική ευθύνη, όπως και κάθε άλλος πολίτης: να συμμετέχει με τους δικούς του τρόπους και τα μέσα του στην άνοδο της ποιότητας ζωής των μελών της κοινωνίας



# ΕΚΠΑΙΔΕΥΣΗ ΚΑΙ ΕΘΕΛΟΝΤΙΣΜΟΣ

Στη σημερινή εποχή, οι παραδοσιακές μορφές της φιλανθρωπίας δεν έχουν την ισχύ που είχαν στο παρελθόν. Ο εθελοντισμός έχει πάρει σήμερα, κατά μεγάλο μέρος, τη θέση της φιλανθρωπίας και έχει θεμελιακές διαφορές στην φιλοσοφία του. Ο εθελοντισμός έχει τις ρίζες του σε λαϊκά κινήματα σε περιόδους κοινωνικών κρίσεων και έχουν σαν αίτημα την ψυχολογική στήριξη κοινωνικών ομάδων που υπέφεραν: θύματα πολέμου, ογκολογικούς ασθενείς, AIDS κ.λπ., άτομα 3ης ηλικίας, όλες τις μορφές κακοποίησης και παραμέλησης σε παιδιά και ενήλικες, απώλειες και πένθος, μετανάστες που βιώνουν πολιτισμικό σοκ, κ.ά.

Τα άτομα που βιώνουν κρίση έχουν χάσει την ισορροπία τους και τη λειτουργική επαφή τους με τα κύρια επίπεδα στήριξής του – το σώμα, τη σκέψη και το περιβάλλον. Θα μπορούσαμε λοιπόν, να ορίσουμε την κρίση ως μια φάση στη ζωή ενός ατόμου όπου έχει χάσει τη γνωστή του εικόνα και λειτουργικότητα με το περιβάλλον και είναι σε βιολογική και ψυχολογική ανισορροπία λόγω μιας κατάστασης που του έχει προκαλέσει μεγάλο stress. Η κρίση είναι συνήθως μικρής διάρκειας, μπορεί όμως να την βιώνει το άτομο με ιδιαίτερη οξύτητα και δυσφορία.

Παρόλο που θεωρείται μια φυσιολογική διαδικασία, εάν δεν επιλυθεί, δημιουργεί ψυχολογικά δυσλειτουργία στο άτομο όσον αφορά στις σχέσεις, την εργασία και την κοινωνικότητά του.

Ο εθελοντής που στηρίζει άτομα σε κρίση, χρειάζεται να αναπτύξει δεξιότητες παρέμβασης, καθώς επίσης και τα προσωπικά του σημεία στήριξης, το σώμα και τα συναισθήματα, τη σκέψη και την κρίση του, καθώς επίσης και τη δυνατότητα να παίρνει επαγγελματική και προσωπική στήριξη από το περιβάλλον, πρέπει δηλαδή να είναι λειτουργικός και να μπορεί να κάνει αυ-

τήν τη συναισθηματική επαφή και μόνο που μπορεί να αντέξει ο πάσχων αλλά και ο ίδιος, διαφορετικά παραβιάζει και παραβιάζεται.

Ας δούμε λοιπόν, τις σχέσεις που αναπτύσσονται και την αλληλεπίδραση που αναπτύσσεται.

## ΣΧΕΣΕΙΣ ΠΟΥ ΑΝΑΠΤΥΣΣΟΝΤΑΙ ΚΑΙ ΑΛΛΗΛΕΠΙΔΡΑΣΗ

Στη σχέση εθελοντή – ασθενή περιλαμβάνεται το πλαίσιο μέσα στο οποίο έχουν αναπτυχθεί και οι δύο. Υπάρχει μια δυναμική και αμοιβαία αλληλεπίδραση και εμπεριέχει όλους εκείνους τους παράγοντες που επηρεάζουν και τον ασθενή και τον εθελοντή. Αυτοί οι παράγοντες είναι η οικογένεια, η εθνικότητα, η θρησκεία, ο τόπος διαμονής, το φύλο, η οικονομική κατάσταση, η μόρφωση, η σεξουαλικότητα, οι ανάγκες κ.ά.

Η σχέση αυτή δε βασίζεται σε μια μονόπλευρη στήριξη του δυνατού προς τον αδύνατο, αλλά σε μια αμφίπλευρη και οριζόντια δυναμική σχέση, που αναπτύσσει και τα δύο μέρη σε όλα τα επίπεδα της ύπαρξής τους.

Ας δούμε τώρα, τι σημαίνει για έναν εκπαιδευόμενο ψυχοθεραπευτή να γίνει εθελοντής και να δουλέψει σε πλαίσια και φορείς που χρειάζονται παρέμβαση στην κρίση.

Ο εκπαιδευόμενος ψυχοθεραπευτής χρειάζεται να αναπτύξει από τη μία δεξιότητες θεραπευτικών παρεμβάσεων και από την άλλη να ανοίξει τα όριά του και να αναπτυχθεί ως άτομο. Ερχόμενος σε επαφή με διαφορετικούς ανθρώπους που αντιμετωπίζουν το υπαρξιακό δίλημμα ζωής ή θανάτου επαναπροσδιορίζεται κατ' αρχάς ο ίδιος ως προσωπικότητα και μαθαίνει τα όρια του, δηλαδή τις δυνατότητες, τις αδυναμίες και τους περιορισμούς του. Ανα-

πτύσσει αρχές ήθους μέσα από το σεβασμό και την αποδοχή για τον πόνο, την απώλεια και το θάνατο, τόσο σε προσωπικό όσο και σε διαπροσωπικό επίπεδο.

Έτσι:

- Ο εκπαιδευόμενος ως εθελοντής αποκτά ευαισθησία για την αποτελεσματικότητα των παρεμβάσεων, για το πώς, πότε και σε ποιον τις χρησιμοποιεί.

- Επίσης, αναγνωρίζει την ανάγκη για τη διεύρυνση των δικτύων στήριξής του τόσο σε επαγγελματικό όσο και σε προσωπικό επίπεδο. Αποκτά βαθιά επίγνωση και ευθύνη στο ότι, για να στηρίζει, χρειάζεται να στηρίζεται, έτσι, αναπτύσσει συνεργασίες με άλλες ειδικότητες που μπορούν να βοηθήσουν στο θεραπευτικό έργο – ψυχιάτρους, ιατρούς, κοινωνικούς λειτουργούς, νοσηλευτές, κλπ. Κατανοεί την ανάγκη για επάρκεια τόσο σε θέματα επαγγελματικής επάρκειας όσο και σε θέματα δεοντολογίας. Είναι ευαισθητοποιημένος όσον αφορά στην επαγγελματική κόπωση και αποκτά επίγνωση των προσωπικών του ορίων. Αναγνωρίζει, επίσης, τη σημαντικότητα της προσωπικής στήριξης σε επίπεδο σχέσης, οικογένειας, φίλων, διασκέδασης, προσωπικής φροντίδας κ.ά.

- Επιπλέον, μαθαίνει ότι η οργάνωση τον βοηθά στο να είναι λειτουργικός και να μη χάνεται μέσα στο λαβύρινθο του άγχους και του φόβου που βιώνει ο ασθενής, έτσι, αναπτύσσει δυνατότητα οριοθέτησης, συναισθηματικής επαφής με τον ασθενή, εσωτερική οργάνωση και σύστημα στον τρόπο παρέμβασης.

- Αυτό έχει άμεση επίδραση στην προσωπική ηρεμία, τη σταθερότητα και κατανόηση για τον ασθενή που λειτουργεί καταλυτικά και θεραπευτικά.

- Καθώς ο ίδιος μαθαίνει να αφουγκράζεται τα σήματα που δίνει το σώμα του, προσαρμόζεται και διαχειρίζεται δημι-



Ημερίδα Αθήνας

ουργικά το προσωπικό του stress και αναγνωρίζει πότε αυτό γίνεται εργασιακή κόπωση.

- Αναπτύσσει δημιουργικούς τρόπους επικοινωνίας που δε βασίζονται στα «πρέπει», αλλά στην ανάγκη που αναδύεται κάθε στιγμή ανάμεσα σε εκείνον και τον ασθενή.

- Πέρα από τη σχέση με τον ασθενή, ο εκπαιδευόμενος εθελοντής ευαισθητοποιείται και ενεργοποιεί το κοινωνικό του ενδιαφέρον και έτσι αποκτά κοινωνική ευθύνη και αξίες αλτρουισμού.

- Επιπλέον, θα αναφέρω, ως κορωνίδα της εξέλιξης του εθελοντή, την ευκαιρία να μαθαίνει, μέσα από τη διαπολιτισμικότητα να σέβεται και να διαχειρίζεται τη διαφορετικότητά.

Θα κλείσω με την προσωπική μου εμπειρία και διαπίστωση ως εθελόντρια - επόπτρια, ότι όλοι μας ερχόμενοι σε επαφή με το προσωπικό μας πόνο και τον πόνο των άλλων γινόμαστε καλύτεροι άνθρωποι και βιώνουμε πιο ουσιαστικά την ευτυχία που μας παρέχουν οι καθημερινές, μικρές και μεγάλες, προκλήσεις στη ζωή μας.

### ΓΙΑΝΝΑ ΓΙΑΜΑΡΕΛΟΥ

ΜΑ Κλινικής Ψυχολογίας, Ψυχοθεραπεύτρια, Εκπαιδευτρια & Επόπτρια Gestalt, Μέλος της EAGT και EAP, ιδρυτικό μέλος του Gestalt Foundation

Παρουσίαση στο Panel με θέμα  
"Εκπαίδευση και εθελοντισμός"

## Για ένα ταξίδι μέσα στη ζωή...

23 Νοεμβρίου 2008

Εκ μέρους του Δ. Σ. του Συλλόγου «Κ.Ε.Φ.Ι.», θα ήθελα να ευχαριστήσω την Οργανωτική Επιτροπή για το βήμα που μας έδωσε και να ευχηθώ το Gestalt Foundation να γιορτάσει και άλλες δεκαετίες στο μέλλον.

Είμαστε ασθενείς που ήρθαμε αντιμέτωποι με τον καρκίνο. Ξεχωριστές προσωπικότητες, με διαφορετική προέλευση, εμπειρίες, ηλικία και οικογενειακή κατάσταση. Καθένας από εμάς βίωσε και βιώνει, με το δικό του ιδιαίτερο τρόπο, την περιπέτεια που αναμφισβήτητα σημάδεψε τη ζωή του.

Δημιουργήσαμε το Σύλλογο, γιατί εμείς γνωρίζουμε καλύτερα από τον καθένα, τις αλλαγές και τις νέες ανάγκες που έφερε στη ζωή μας ο ΚΑΡΚΙΝΟΣ.

Έχουμε διαμορφώσει ένα ολοκληρωμένο πρόγραμμα ψυχοκοινωνικής στήριξης των ασθενών, που στόχο έχει, όχι μόνο την αντιμετώπιση της κρίσης που προκαλεί η διάγνωση του ΚΑΡΚΙΝΟΥ, αλλά και τη βελτίωση της ποιότητας ζωής, προσπαθούμε

να βγάλουμε τους ασθενείς από τα σπίτια, να τους σηκώσουμε από τους καναπέδες και να τους πείσουμε, ότι η καταβολή του σώματος λόγω των θεραπειών δεν είναι ικανή να καταβάλει και την ψυχή του ανθρώπου, κάτι το οποίο διαψεύδει ο καθημερινός αγώνας όλων εμάς που περάσαμε από αυτήν την ταλαιπωρία και οργανωθήκαμε στο Σύλλογο, προσφέροντας ψυχολογική στήριξη σε κάθε νέο ασθενή και την οικογένειά του.

Ένα από τα σημαντικότερα προγράμματα είναι το εθελοντικό. Οι εθελοντές αποτελούν τη σπονδυλική στήλη και ταυτόχρονα την κινητήρια δύναμη. Ο εθελοντής δεν αντικαθιστά σε καμία περίπτωση τον ειδικό ή το συγγενικό περιβάλλον. Είναι περισσότερο μια προβολή - καθρέφτης των αναγκών και των δυσκολιών, που μπορεί να συναντήσει ο καθένας μας κάτω από ειδικές συνθήκες και ζητά την ανθρώπινη βοήθεια με το ρόλο που μπορεί να του προσφέρει ένας καλά εκπαιδευμένος εθελοντής.

Ο ασθενής θα αισθανθεί καλύτερα ακούγοντας «Μπορώ να σε βιώσω, γιατί και εγώ πέρασα τα ίδια με σένα».

Η εμπειρία μας δείχνει ότι η ανάγκη αυτής της ανθρώπινης προσφοράς, γίνεται όλο και μεγαλύτερη μέσα στην κοινωνική μοναξιά που χαρακτηρίζει την εποχή μας.

Η συνεργασία μας με το κέντρο Gestalt Foundation είναι φέτος στον τέταρτο χρόνο. Κάτω από την εποπτεία της κ. Γιάννας Γιαμαρέλου καταφέραμε να έχουμε τους πρώτους εκπαιδευμένους εθελοντές. Μέσα από μια συστηματική επιστημονική εκπαίδευση, οι εθελοντές πηγαίνουν στα Νοσοκομεία και στηρίζουν καρκινοπαθείς, τους βοηθούν να ανακαλύψουν τις προσωπικές εσωτερικές τους δυνάμεις, κάτω από την απειλή του θανάτου, να αναγνωρίσουν τη μεγάλη διαφορά που υπάρχει μεταξύ του ΥΠΑΡΧΩ και του ΩΝ.

Φέτος, το πρόγραμμα είναι πιο ολοκληρωμένο. Εκτός από την εκπαίδευση των εθελοντών, υπάρχει ομάδα υποδοχής, ομάδα στήριξης, εποπτεία εθελοντών, ατομικά ραντεβού και άμεσος στόχος μας είναι να λειτουργήσει ομάδα στελεχών υγείας με στόχο την ανταλλαγή απόψεων, την εκπαί-

δευση και την εκφόρτιση των εργαζομένων στα Ογκολογικά κέντρα. Τελειώνοντας, θα ήθελα από καρδιάς να ευχαριστήσω εκτός από την κ. Γιαμαρέλου, όλους τους συντονιστές των ομάδων που προσφέρουν εθελοντική υπηρεσία στο Σύλλογο Κ.Ε.Φ.Ι.

Ξεπαιτώνοντας τον πόνο και ξεπερνώντας το φόβο του πόνου, δίνοντας φωνή στη σιωπή, όλα γίνονται ευκολότερα και ο ίδιος ο ασθενής και οι δικοί του σημαντικοί άνθρωποι βιώνουν λιγότερο μόνοι τους μέσα σε μία δύσκολη πορεία... για ένα ταξίδι μέσα στη ζωή...

Σας ευχαριστώ όλους.

Ζωή Γραμματόγλου

ΣΥΛΛΟΓΟΣ «Κ.Ε.Φ.Ι.» ΑΘΗΝΩΝ

ΠΕΙΡΑΙΩΣ 1 - Τ.Κ. 105 52 ΑΘΗΝΑ

ΤΗΛ: 210- 64 68 222

FAX: 210-6468221

Site: www.anticancerath.gr

e-mail: info@anticancerath.gr

Συμμετοχή στο Panel με θέμα  
"Εκπαίδευση και Εθελοντισμός"

ΤΕΤΡΑΗΜΕΡΟ 2007-2008

**Σκέψεις για το Παράδοξο του Χρόνου ή ο Λόγος που φέρνει Αντί-λόγο**

**Α**φήνοντας το χρόνο να κυλήσει αποστασιοποιούμαι συνήθως από γεγονότα και καταστάσεις, για να αφήσω τα καταλαγιάσουν και να μπορέσω έτσι να δω, με καθαρή ματιά, όσες πιο πολλές πλευρές μπορώ της κατάστασης που βίωσα. Έτσι κάνω και τώρα, όταν γράφοντας, προσπαθώ να μεταδώσω την εμπειρία μου στο φετινό Πήλιο. Εμπειρία τελείως διαφορετική από της περσινής χρονιάς, εμπειρία συνειδητοποίησης, προσωπικής δουλειάς, αποδοχής αλλά και μεγάλου προβληματισμού.

«Έπαιξα» πολύ με τις έννοιες αυτό το τετραήμερο, όχι μόνο με την έννοια του Χρόνου, αλλά και με την έννοια της ευελιξίας, του σεβασμού στο ρυθμό, στη διαδικασία, στη διαφορετικότητα, στην εμπνευση. Έννοιες που έμαθα να σέβομαι μέσα από τη θεραπεία Gestalt, η οποία αντιπροσωπεύει πλέον για μένα μια ιδεολογία, έναν τρόπο να βλέπω τα πράγματα και να δρω μέσα σε αυτά και μαζί με αυτά.

Θέλω να εκφράσω ένα «ευχαριστώ» από καρδιάς στα παιδιά του 2ου έτους Αθήνας, τα οποία μοιράστηκαν μαζί μου εμπειρίες, σκέψεις, και συναισθήματα και έγιναν η αφορμή να δω τα κοινά μας σημεία και τους προβληματισμούς, στον Πέτρο Θεοδώρου προσωπικά και στην ομάδα Playback TING, γιατί με τον εμπνευσμένο τρόπο δουλειάς τους προχώρησαν την προσωπική μου ανάπτυξη βήματα παραπέρα. Ένα μεγάλο «ευχαριστώ» και στον Dick Lompra που η εμπειρία του, το χαμόγελο του και το γαλάζιο των ματιών του έδρασαν καταλυτικά, στο να συνδέσω και να φωτίσω συναισθήματα

και σωματικά αισθήματα στο εδώ και τώρα.

Πιστεύω ότι σε αυτό το τετραήμερο Εγώ και ο Χρόνος είχαμε μια σχέση παράδοξη. Από τη μια κατανοούσα τα πόσα πολλά πράγματα σημαίνει για μένα, από την άλλη όμως αναγκάζομαι από το βαρύ πρόγραμμα, να τον «στραγγίξω», να τον «τραβήξω» όσο γίνεται, και ως αποτέλεσμα να μην τον σεβαστώ. Το Εγώ σαν Χρόνος αυτές τις τέσσερις ημέρες δεν υπήρχε. Δεν είχα χρόνο να μείνω με τον εαυτό μου, να μείνω με τα κομμάτια μου, τα οποία ανακλύπτα ή αποχαιρετούσα στα βιωματικά που δούλευα. Ένωθα ο Χρόνος να με κυνηγάει και να τον κυνηγάω. Ένα παιχνίδι στο οποίο ο σεβασμός στη διαδικασία είχε παραγκωνιστεί.

Ένωθα ότι όλα έπρεπε να γίνονται στην ώρα τους, για να προλάβω εγώ κάτι ή για να προλάβουν οι άλλοι. Και το κυριότερο να μην είμαι εμπόδιο στο χρόνο των άλλων. Και εδώ αναδύθηκε το πρόβλημα με τη χρονική διάρκεια της ταινίας, που παρουσιάσαμε ως 2ο έτος Θεσσαλονίκης.

Όταν ξεκινήσαμε στα τέλη Γενάρη τις συζητήσεις και τα γυρίσματα, η ευχαρίστηση και ο ενθουσιασμός ξεχειλίζει από όλους μας. Όλη η ομάδα λειτουργούσε σε άλλους ρυθμούς, με αυθορμητισμό και εμπνευση. Γελούσαμε πολύ μέσα σε αυτή τη διαδικασία και επιθυμούσαμε διακαώς αυτό που θα φτιάχναμε να αρέσει, να έχει κάτι να πει, θέλαμε ο ενθουσιασμός μας αυτός να έχει και άλλους αποδέκτες.

Μέσα από την προσωπική μου θεραπεία έμαθα να αναγνωρίζω την εμπνευση, που μπορεί να προκύπτει από ένα πρόσωπο, μια λέξη, ένα συναίσθημα, μια γνήσια

επαφή, από την επίγνωση, από το σεβασμό στη διαφορετικότητα, από μια έντονη ανάγκη. Γι' αυτό και όταν η εμπνευση μετουσιώνεται σε δημιουργία δεν μπορεί να κοπεί, δεν μπορεί να παρουσιαστεί ανολοκλήρωτη, δεν μπορεί να δοθεί μισή. Για μένα το φιλάκι αυτό δε συμβόλιζε μόνο τα 40 λεπτά της ιστορίας που είδατε, αλλά και όλα όσα βίωσα, διαπραγματεύτηκα, ένιωσα, σκέφτηκα όλο αυτό το χρονικό διάστημα. Ήταν μια διαδικασία του Εγώ και του Εμείς, του Εγώ μέσα στο Εμείς. Γι' αυτό και το κλίμα που δημιουργήθηκε πριν την προβολή, οι αντιρροήσεις που υπήρχαν, η ένταση που πλανιόταν στον αέρα ήταν αρκετά για να μου κόψουν τον ενθουσιασμό που κρατούσα όλους αυτούς τους μήνες. Τη θέση της ευχαρίστησης πήρε το άγχος, να λειτουργήσουν όλα καλά μέχρι το τέλος, για να μη δημιουργηθεί πρόβλημα και στις άλλες παρουσιάσεις. Και όλα έγιναν γρήγορα την Κυριακή, πιεσμένα, με το ρολόι στο χέρι, γιατί τα βιωματικά άρχιζαν στις 12 και δεν έπρεπε να είμαστε εκτός χρόνου.

Μπορεί βέβαια κάποιος να μου πει, ότι ως θεραπεύτρια ο χρόνος που έχω στη διάθεση μου να δράσω είναι τα 50 λεπτά και ότι αυτό το χρονικό όριο θα πρέπει να το έχω κατά νου. Ναι συμφωνώ. Μπορώ να το δω και έτσι, όχι μόνον έτσι. Η παρουσίαση μιας εργασίας άπτεται του εκπαιδευτικού μας ρόλου κυρίως και όχι του θεραπευτικού. Είναι και αυτή μια διαδικασία που ακολουθεί τους ρυθμούς των ατόμων που την κάνουν και για την οποία το ξεπέρασμα του χρόνου κατά μερικά λεπτά μπορεί να είναι αναγκαίο για τους συμμετέχοντες. Η διδακτική ώρα στο δημόσιο σχολείο, στο οποίο

εργάζομαι, είναι 45 λεπτά. Όταν όμως η τάξη «έχει κάτι να μου πει», ενσωματώνω στο χρόνο αυτό και μέρος του διαλείμματος. Δε χάθηκε κι ο κόσμος! Γιατί το κλείσιμο στην εκπαιδευτική διαδικασία, είναι εξίσου σημαντικό όπως και στη θεραπευτική. Και ποια μεγαλύτερη χαρά υπάρχει άραγε για έναν δάσκαλο από το να βλέπει την τάξη του να ανθίζει και να πηγαιίνει παρακάτω αυτά που ο ίδιος της διδάσκει;

Όλοι συμφωνούμε, εξάλλου, πως η εξέλιξη δεν προκύπτει μόνο μέσα από τη συνειδητοποίηση, την επίγνωση ή την αφομείωση προσωπικών κομματιών ή βιωμάτων, αλλά και μέσα από την ενίσχυση, τη φροντίδα, το δόσιμο χώρου και χρόνου που μας προσφέρει το οποιοδήποτε πλαίσιο, εκπαιδευτικό ή θεραπευτικό. Προτείνω, λοιπόν, στο επόμενο τετραήμερο ή μια μέρα να είναι εξ' ολοκλήρου αφιερωμένη στις δουλειές των εκπαιδευμένων, όπου με άνεση χρόνου θα μπορώ να ακούσω, να αφομοιώσω, να συζητήσω, να επιχειρηματολογήσω, να διδαχθώ από τις δουλειές των άλλων και τη δική μου. Γιατί η μάθηση δεν είναι μόνο γνώση, είναι και μοίρασμα και επικοινωνία. Είναι μια συνεχής διαδικασία απέναντι στην οποία στέκομαι αναστοχαστικά, ψάχνοντας αυτό που αναλογεί σε μένα και αυτό που αναλογεί στους άλλους.

Με αυτές τις σκέψεις κλείνω το βιωματικό μου στο «Πήλιο 2008», ευχόμενη πως ο λόγος θα γεννήσει τον αντί-λόγο και θα εξελίξει την ομορφιά και τη δυναμική της δημιουργίας.

**Κάτια Σουρέρφ,**

2ο έτος Εκπαιδευτικού Θεσ/νίκης

**το Ταξίδι στα Κύθηρα με... τα Ταξίδια της Ζωής του Καθενός μας****Το ταξίδι μας...**

Αυτό το ταξίδι το κάναμε μαζί... και γι' αυτό ήταν τόσο γλυκό. Αυτή η σιωπή την Κυριακή το πρωί, ήταν σιωπή αποδοχής, συνειδητοποίησης, ενότητας. Ακούγεται απίστευτο, αλλά ναι, ήταν δυνατό μέσα σε 2,5 ημέρες 19 άνθρωποι και 2 δασκάλες να έρθουμε πραγματικά κοντά μεταξύ μας. Και να ταξιδέψουμε μαζί. Στο πριν, το τώρα, το μετά. Να κλάψουμε, να γελάσουμε, να βοηθήσουμε, να συγκινηθούμε, να πονέσουμε, να πάρουμε ελπίδα ο ένας από τον άλλο και να καταλάβουμε ότι ο πόνος δεν είναι ξεχωριστός αλλά κοινός. Και ότι όταν είμαστε έτοιμοι να βγάλουμε τον πόνο μας προς τα έξω, θα βρούμε συνοδοιπόρους και στήριξη. Άλλοι πιο μπροστά, άλλοι πιο πίσω σε αυτό το ταξίδι, δεν έχει σημασία, σημασία έχει η ελπίδα που όλοι νιώσαμε. Σημασία έχει το μαζί του κύκλου της Αγίας Μόνης, εικόνα που αποτυπώθηκε σε όλους μας...

Ο δρόμος για τα Κύθηρα ήταν δύσκολος και κουραστικός. 24 ώρες να πας 14 να γυρίσεις. Αλλά άξιζε τόσο πολύ. Όποιος μας είπε στο παρελθόν ότι η ζωή είναι εύκολη, μας παραμύθιαζε. Αν δεν κουραστείς, αν δεν πονέσεις, δε θα κατακτήσεις. Και μπορούμε όλοι μας να τα καταφέρουμε. Μαζί.

**Αλέξανδρος Τριανταφυλλίδης**

**«ΤΑ ΔΙΚΑ ΜΟΥ» ΚΥΘΗΡΑ**

18/07/08

«Το ταξίδι στα Κύθηρα είναι ένα ταξίδι αναζήτησης. Κυρίως εικόνες και στιγμές που θα δει και θα νιώσει ο καθένας ξεχωριστά, μέσα σε ένα σκηνικό που στ' αλήθεια εμπνέει...»

Το βιωματικό σεμινάριο «Τα ταξίδια της ζωής του καθενός μας» στα Κύθηρα ήταν ένα ταξίδι προς τον ιδανικό προορισμό.

Παρελθόν, παρόν, μέλλον... μεμονωμένα αλλά και τόσο συνδεδεμένα μεταξύ τους!!!

Πώς ήμουν; Πώς είμαι στο «εδώ και τώρα»; Πού πάω;

Στιγμές μοναξιάς αλλά και συνύπαρξης.

Μοίρασμα, στοργή, κατανόηση, χαρά, γέλιο, λύπη, δάκρυα, άγγιγμα, αγκαλιά, ένταση, φιλί, μοναξιά, συντροφικότητα, θάρρος, ενθουσιασμός, απορία, περιπέτεια, ευλογία, όνειρα, επαφή, πεί-

ση, δυσκολία αλλά και ΔΥΝΑΜΗ ΚΑΙ ΕΛΕΥΘΕΡΙΑ, ήταν αυτά που βίωσα σ' αυτόν τον παράξενο τόπο!

Η ενέργεια των ανθρώπων και του χώρου ήταν συγκλονιστική!

Η σχέση με τον εαυτό μου, ουσιαστική!

Ευχαριστώ από καρδιάς την Κάτια, τη Μαίρη και τους συνοδοιπόρους των Κυθήρων που μου έδωσαν τη δυνατότητα να ζήσω αυτήν τη μοναδική εμπειρία.

Νιώθω ευλογημένη, γιατί πλούτισε η ψυχή μου με γνώση και η ζωή μου με άτομα σημαντικά πια για μένα, «άτομα ζωής», «αδελφές ψυχές», μιας και μαζί εξερευνήσαμε τα μονοπάτια της ψυχής μας!

Η ανάμνηση των Κυθήρων ζεσταίνει και γαληνεύει την ψυχή μου!!!

Με ευγνωμοσύνη ΣΕ ΟΛΟΥΣ ΣΑΣ!!!

**Χριστίνα Ιακωβίδου**

# ΗΜΕΡΑ ΑΙΜΟΔΟΣΙΑΣ – ΤΡΑΠΕΖΑ ΑΙΜΑΤΟΣ

**Χ**αίρομαι ειλικρινά που ζω αυτήν εδώ την ιστορική στιγμή πραγμάτωσης ενός ονείρου 10 ετών του Gestalt Foundation για τη δημιουργία μίας τράπεζας αίματος, για τις ανάγκες των ανθρώπων αυτής της κοινότητας.

Με συγκινεί η πραγματικότητα ότι το Gestalt Foundation πέρα από τη θεραπεία που προσφέρει, την εκπαίδευση, την αυτογνωσία, τη γενικότερη φροντίδα και στήριξη, προχωρά σε ένα πιο βαθύ λειτουργικό κομμάτι κάλυψης των ανθρώπινων αναγκών.

Η προσφορά αποδεικνύει τη θέλησή μας να συμμετάσχουμε σε μία κοινή προσπάθεια, μέσα από την οποία ενστερνιζόμαστε αξίες και δημιουργούμε στάσεις απέναντι στο συνάνθρωπό μας αλλά και στον εαυτό μας.

Η υπαρξιακή αίσθηση της άντλησης ικανοποίησης περνάει μέσα από την πράξη της προσφοράς και όχι μόνο της αποδοχής των δώρων. Άτομα που



πραγματικά αγαπούν τη ζωή είναι εκείνα, που χωρίς δισταγμό και μετά από ώριμη σκέψη, προχωρούν στην πράξη του εθελοντισμού.

Η προσφορά αποτελεί για

τον καθένα εκδήλωση κοινωνικού και ηθικού χρέους. Δεν είναι φιλανθρωπία αλλά ανθρωπιστική υποχρέωση.

Καλωσορίζω αυτήν την προσπάθεια σπάνιου ανθρωπιστι-

κού ενδιαφέροντος και χαίρομαι ιδιαίτερα που βάζω κι εγώ ένα μικρό λιθαράκι για την πραγμάτωση αυτού του ονείρου. Έχει ανάγκη η σημερινή κοινωνία να βοηθηθεί συνειδητά από τους συνανθρώπους της με τέτοιου είδους προσφορές αγάπης.

Σας περιμένουμε όλους, από 18 – 62 ετών, στις 13 Νοεμβρίου στο Gestalt Foundation από τις 9 έως τη 1 το μεσημέρι, σ' αυτήν τη νεοσύστατη προσπάθειά του που πάλι απευθύνεται σε εμάς, εάν κάποια στιγμή υπάρχει ζωτική ανάγκη χορήγησης αίματος.

Κλείνοντας, θα ήθελα να μείνουμε στην αίσθηση αυτής της πράξης σεβασμού, αγάπης και κατανόησης της ανάγκης κάποιου άλλης ύπαρξης, να συνεχίσει τη δική του πορεία μέσα στο χρόνο, ακριβώς επειδή, εμείς, του δώσαμε αυτήν την ευκαιρία...

Με εκτίμηση,  
**Αμαλία Αποστόλου**

3ο εκπαιδευτικό έτος Gestalt

## GESTALT ΘΕΤΙΚΟ!

**Μ**πήκα στο σαλόνι πρωί - πρωί. Το ημερολόγιο έγραφε Πέμπτη 13 Νοεμβρίου. Ιωάννου Χρυσοστόμου Κων/πόλεως, σελήνη δεν ξέρω κι εγώ πόσων ημερών. Η ατμόσφαιρα μου ξένισε. Κάτι ενέσεις εδώ, λοιπόν σύνεργα εκεί. Δύο μαύρες πολυθρόνες, βολικές και για να δεις τηλεόραση. Συνειρμικά μου ήρθε η εικόνα στο μυαλό, που ένα απόγευμα πέτυχα στην κουζίνα την κυρία «Αγγελολοπούλου» - παρατσούκλι που της είχαν κολλήσει, ακόμα ο απόηχος από το πανευρωπαϊκό συνέδριο δεν είχε κοπάσει και της έριξα την ιδέα. Βρε Κάτια, δε φτιάχνουμε και μια ομάδα εθελοντικής αιμοδοσίας; Τις προάλλες ήταν η γιαγιά μου στο νοσοκομείο και βίωσα τη δυσκολία του να μαζέψει κανείς αυτές τις φιάλες.

Τώρα στεκόμουν στη μέση του σαλονιού κι έβλεπα τον κόσμο να έρχεται, για να προσφέρει το κατιτίς του. Είκοσι λεπτά από το χρόνο του και ένα σακουλάκι αίμα που χαλαρά, πολύ χαλαρά - χλιοειπωμένο αυτό που θα πω μα και χωρίς ίχνος υπερβολής-

μπορεί να σώσει μια ολόκληρη ζωή.

Τώρα που αναπτύχθηκαν μεταξύ μας «στενοί δεσμοί αίματος», τώρα που υπάρχει και κάτι ακόμα που μας ενώνει -η ομάδα εθελοντικής αιμοδοσίας του Gestalt Foundation- νιώθω σα να ρέει μέσα μας το ίδιο ζωτικό υγρό. Κάτι σα μια κοινή ομάδα αί-

ματος. Gestalt θετικό.

*\* Για να προσφέρεις κι εσύ ένα μέρος από το "Gestalt θετικό" που έχεις μέσα σου, μπορείς να προσέλθεις στο νοσοκομείο Ιπποκράτειο τις ώρες εθελοντικής αιμοδοσίας. Για περισσότερες πληροφορίες: Υπεύθυνη Αιμοδοσίας: Αμαλία Αποστόλου 6973778722.*

**Γιάννης Κατσιγιάννης**



# ΕΝΑ ΜΝΗΜΟΣΥΝΟ

(με αφορμή το άρθρο «Στη μνήμη του γιου μου Λεωνίδα» της Δώρας Φωτιάδου...)

**Δ**ώδεκα χρόνια, από το 1990 ως το 2002, θεωρούσα ότι «ήμουν εκεί», στο μετερίζι του πόνου. Είχα μάθει να παρίσταμαι, να συναισθάνομαι, να πονώ και, πιστέψτε με, κανένα πανεπιστήμιο δεν το διδάσκει αυτό, παρά μόνο όταν η μια ψυχή ψυχανεμίζεται τον πόνο της άλλης.

Πέρασα μέσα από δυσκολίες αδιαχειρίστες, κάνοντας το λειτουργήμα που είχα επιλέξει σαν συντονίστρια μεταμοσχεύσεων στο Ιπποκράτειο Νοσοκομείο Θεσσαλονίκης. Μπροστά στην απώλεια και για τον ίδιο τον επαγγελματία υγείας, κάθε φορά είναι μια καινούρια στιγμή. Έτσι ένιωθα ότι λειτουργούσε κάτι μέσα μου. Υπήρχε κλιμάκωση των διαδικασιών, αλλά η κορυφαία στιγμή που ένιωθα να φεύγει η ζωή από πάνω μου, ήταν αυτή η ξορκισμένη για τον κάθε άνθρωπο, της ανακοίνωσης των κακών νέων για το μη αναστρέψιμο της κατάστασης: ο εγκεφαλικός θάνατος, η γνωστοποίηση στους συγγενείς και η ερώτηση - πρόταση για να δωρίσουν τα όργανα του πολυαγαπημένου τους που είχε φύγει.

Αυτή η μισητή στιγμή αλλά και τόσο ανθρωπιστική. Δεν υπάρχει τίποτα στο σύμπαν, δυο άνθρωποι, τρεις, τέσσερις... που πονούν τόσο πολύ, ψυχές που αιμορραγούν με δάκρυα που δεν είναι διάφανα αλλά πύρινα, που χαρακώνουν στο διάβα τους το πρόσωπο, την ψυχή.

Γράφω με δυσκολία, νιώθω ότι δε γράφει το χέρι μου αλλά η ψυχή μου. Θεωρώ ότι είναι στιγμές πολύ δικές μου, οι θησαυροί μου. Είχα την τύχη δώδεκα ολόκληρα χρόνια να ξεκλέβω ανθρωπιά απ' αυτούς τους ανθρώπους, που τη στιγμή που ήταν όλα επίπεδα μέσα τους, μπορούσαν να σταθούν, να αισθανθούν με μια λεβεντιά - ανθρωπιά - δύναμη για τους άλλους (τι σπάνιο στις μέρες μας!).

Μπορούσαν να κυριαρχούν σ' αυτό που συνέβαινε μέσα τους και να σκεφθούν ότι υπάρχουν κι άλλοι άνθρωποι, υπάρχει δίπλα

τους δυστυχία που περιμένει τα ξεροκόμματά μας κι αυτοί απλόχερα δώριζαν και δωρίζουν τη ζωή.

Ποτέ δεν είχα λόγια, είχα μόνο ένα λυγμό, που έβγαине από πολύ βαθιά και που ποτέ δε μετάνιωσα που άφηνα να βγει και να ενωθεί σαν ένα μοίρασμα μαζί με το δικό τους.

Ένα μεγάλο ευχαριστώ, λέω μέχρι τώρα, σ' αυτούς τους ανθρώπους που μ' έκαναν να νιώθω Άνθρωπος με ευαισθησίες, με σκοπούς και υψηλά ιδανικά, με το υπέρτατο του δώρου της ζωής, που μόνο ο δημιουργός και ο άνθρωπος μπορεί να το πραγματοποιεί. Έχουμε ανάγκη στις μέρες που ζούμε, να υπάρχει ψυχή - ευαισθησίες - αγάπη, για να μπορούν και μετά το θάνατο ν' ανθίσουν μ' αυτόν τον τρόπο της μετάβασης από το θάνατο στη ζωή.

Τίποτα δε θαύμασα και δεν εξύμνησα πιο πολύ στη ζωή μου απ' τους ανθρώπους που γίνονται μανά γη, καρδιά ανθισμένη, δίνοντας ανθρωπιά και την άλλη διάσταση της ήττας του θανάτου.

Ευχαριστώ όλους τους Ανθρώπους, επώνυμους και ανώνυμους δωρητές οργάνων, για την όλη ευαισθησία τους, για τα δώδεκα χρόνια που μου χάρισαν ανθρωπιά και που με δίδαξαν ενώ πληρωνόμουν (όπως αναφέρει και η κα Κάτια Χατζηλάκου).

Ευχαριστώ από καρδιάς την κα Δώρα Φ.Ζ. που θυμίσε ότι δεν τελειώσε η ανθρωπιά, η αγάπη, η άλλη διάσταση.

Ας είναι αναπαυμένες οι ψυχές του κάθε δότη οργάνων, γιατί αυτοί που έμειναν πίσω έπραξαν το σωστό, το ανθρώπινο, που θα διαπαιδαγωγήσει κι άλλους ανθρώπους, αυτό που θα επέλεγαν κι αυτοί, αν τους ρωτούσαμε όσο ζούσαν.

Το καλύτερο μνημόσυνο γι' αυτούς που φεύγουν είναι οι πράξεις αγάπης για τους συνανθρώπους μας.

Με σεβασμό

**Αμαλία Αποστόλου – Αντωνιάδου**  
3ο εκπαιδευτικό έτος Gestalt

## ΑΝΑΚΟΙΝΩΣΗ

Θεσσαλονίκη, 17 Νοεμβρίου 2008

Προς  
Αντωνία Κωνσταντινίδου και  
Χρήστο Μαγλουσίδη

Αγαπημένοι μας Αντωνία και Χρήστο,

Το Διοικητικό Συμβούλιο και οι εθελόντριες του Συλλόγου Φίλων - Εθελοντών της Εταιρείας Προστασίας Ανηλίκων Θεσσαλονίκης επιθυμεί να σας ευχαριστήσει για την δωρεά σας των τριών χιλιάδων οκτακοσίων δώδεκα ευρώ, που είχατε την ευγενή καλοσύνη να καταθέσετε στο ταμείο του Συλλόγου μας.

Εσωκλείουμε τη συνημμένη απόδειξη, μαζί με τη διαβεβαίωση ότι το χρηματικό ποσό θα διατεθεί για τη δημιουργία μιας παιδικής χαράς στις φυλακές Ελαιώνα Θηβών, όπου κρατούνται γυναίκες με μικρά παιδιά ηλικίας έως 3 ετών.

Επιθυμούμε να σας συγχαρούμε για το γάμο σας, καθώς και για την τόσο πρωτότυπη ιδέα που είχατε να διαθέσετε το δώρο του γάμου σας για ένα τέτοιο σκοπό.

Σας ευχόμαστε ολόψυχα να ζήσετε χαρούμενοι και ευτυχισμένοι.

Με τιμή  
Για το Δ.Σ.

Η Πρόεδρος  
Κατερίνα Ιωάννου

Η Γεν. Γραμματέας  
Παρασκευή Παναγιωτίδου

**Η** επιλογή να προσφέρουμε τα δώρα του γάμου μας σε ανθρώπους που τα έχουν περισσότερη ανάγκη, μας αντάμειψε με συναισθήματα συγκίνησης και χαράς.

Θα θέλαμε να σας ενημερώσουμε πως ο τραπεζικός λογαριασμός της Τράπεζας Πειραιώς με αριθμό 5200-036681-753 δεν ισχύει πλέον.

Παραπάνω, παραθέτουμε την επιστολή του Συλλόγου Φίλων - Εθελοντών της Εταιρείας Προστασίας Ανηλίκων Θεσσαλονίκης που μας ενημερώνει για το πώς θα διατεθούν τα χρήματα που μαζεύτηκαν.

Ευχαριστούμε θερμά για την ανταπόκρισή σας.

Ας ευχηθούμε η προσφορά όλων μας να ωφελήσει τους συνανθρώπους μας στις δύσκολες στιγμές που περνάνε.

Αντωνία Κωνσταντινίδου – Χρήστος Μαγλουσίδης

## ΑΝΤΑΠΟΚΡΙΣΕΙΣ...



**Τ**έσσερα χρόνια μετά το κλείσιμο της ομάδας. Αρχικά επεδίωκα να μη χαθούμε με κάποιους από την ομάδα, καταλάβαινα λογικά ότι πλέον χωρίσαμε. Θύμωνα που με κάποιους που πλησιάσαμε ιδιαίτερα δεν ανταλλάσαμε ούτε τηλεφωνήματα. Με ξέχασαν. Τους ξέχασα. Υπήρξαν όλα όσα ζήσαμε πραγματικά ;

Για μένα, η εκπαιδευτική μου ομάδα ήταν ένα τα-

## Πού «πηγαίνουν» οι εκπαιδευτικές ομάδες Gestalt όταν τελειώνουν ;

Του Γιώργου Καλαϊτζή

Ξίδι εσωτερικό, από τα βάθη της υγρής θλίψης μου, την αφάνεια και τη μοναξιά αναδύθηκα δακρύζοντας στην επιφάνεια. Εκεί αντίκρισα εσάς, σε άλλον είδα το σύντροφό μου στο παιχνίδι, αλλού την παρέα μου στην εγκατάλειψη και τη μοναξιά, σε κάποιον τη χαρά, σε όλους μας βρήκα παρέα να θρηνησω και στήριξη να μη χαθώ στο πέλαγος της, απέραντης, τότε, θλίψης. Έτσι, μεγαλώνοντας μαζί σας, γιατί όντως ήμουν μικρός μέσα μου, μόνος και αδύναμος, από άσχημος -χωρίς σχήμα δηλαδή- έγινα όμορφος κι απέκτησα σιγά-σιγά τη δική μου μορφή. Έτσι συνέβη με όλους μας. Κάτι δανειστήκαμε ο ένας από τον άλ-

λο, ένα χαμόγελο από τον έναν, μια τρυφερή ματιά από τον άλλο, τα δάκρυα μας, μια αγκαλιά από όλους σας.

Πού «πήγε», λοιπόν, η εκπαιδευτική μου ομάδα; Βασικά ζει μέσα μου, είστε κομμάτια μου και ζει και έξω, μου στέλνετε πελάτες, γιατί πιστεύετε σε μένα, με αγαπάτε με μια ματιά όταν με βλέπετε σε συνέδρια, με βοηθάτε όταν σας το ζητώ.

Καλή συνέχεια... σε όλους μας, Γιώργος  
13 Μαΐου 2008

ΕΠΙΣΚΕΦΤΕΙΤΕ  
ΤΟ SITE ΜΑΣ

[www.gestaltfoundation.gr](http://www.gestaltfoundation.gr)