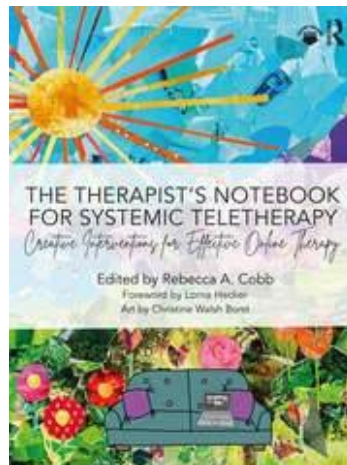


Βιβλιοπαρουσίαση: The Therapist's Notebook for Systemic Teletherapy: Creative Interventions for Effective Online Therapy (Το Σημειωματάριο του Θεραπευτή για Συστημική Τηλεθεραπεία: Δημιουργικές Παρεμβάσεις για αποτελεσματική Θεραπεία Διαδικτυακά). (Επιμέλεια: Rebecca A. Cobb, Routledge, 2024)



Ezra N. Lockhart, Εθνικό Πανεπιστήμιο, Σχολή Ψυχολογίας και Κοινωνικών Επιστημών JFK, Τμήμα Γάμου και Επιστημών της Οικογένειας, Σαν Ντιέγκο, Καλιφόρνια, ΗΠΑ

Περίληψη

Τι σημαίνει το να ασκείς συστημική ψυχοθεραπεία στον ψηφιακό κόσμο; Μπορεί μια οθόνη πραγματικά να διαμεσολαβήσει ασφαλώς τον συντονισμό και το σχεσιακό βάθος; *Το Σημειωματάριο του Θεραπευτή για Συστημική Τηλεθεραπεία: Δημιουργικές Παρεμβάσεις για αποτελεσματική Θεραπεία Διαδικτυακά* της Rebecca A. Cobb δεν προσφέρει εύκολες απαντήσεις. Σε προσκαλεί να θέσεις καλύτερες ερωτήσεις. Είναι ένα μέσο που αμφισβητεί την πεποίθηση ότι η τηλεθεραπεία αποτελεί απλώς έναν συμβιβασμό, αναπλαισιώνοντας την ως μια σύνθετη οικολογία πλούσια σε ευκαιρίες.

Το κείμενο, δομημένο κι όμως προσαρμοστικό, διερευνά τις πρακτικές και ηθικές διαστάσεις της συστημικής τηλεθεραπείας. Από την αντιμετώπιση της πολιτισμικής συνήχησης κατά τη φροντίδα μέσω του ψηφιακού κόσμου, έως τον επαναπροσδιορισμό του Εαυτού του Θεραπευτή ως συστημικό εργαλείο, ανοίγει έναν χώρο καινοτομίας, χωρίς ποτέ να αποπροσανατολίζεται από τον στόχο της σχεσιακής συνοχής. Δεν πρόκειται περί οδηγού συνταγογράφησης, αλλά για ένα

προσεκτικά δομημένο πλαίσιο που σέβεται τον ρόλο του θεραπευτή τόσο ως δημιουργού της ψυχοθεραπευτικής διαδικασίας, όσο και ως συμμετέχοντα σε αυτή. Ποιες είναι οι συστημικές αρχές που παραμένουν σταθερές διαμέσου της ευρυζωνικότητας και των πίκσελ; Πώς μπορεί να διαπραγματευτεί κανείς τις λεπτές αποχρώσεις θεμάτων όπως η ταυτότητα, η κουλτούρα, και η ισχύς μέσω ενός ψηφιακού μέσου; Ετούτο το βιβλίο δεν υπαγορεύει τις απαντήσεις. Σε εξοπλίζει κατάλληλα ώστε να τις βρεις μόνος σου. Είτε είσαι νέος θεραπευτής σε αναζήτηση αυστηρής δομής, είτε έμπειρος κλινικός σε αναζήτηση ανανέωσης, ετούτο το κείμενο υπόσχεται να μεταμορφώσει τον τρόπο με τον οποίον προσεγγίζεις τη θεραπευτική σου παρουσία στην ψηφιακή εποχή. Έχετε ιντριγκαριστεί; Θα θέλετε να διαβάσετε όλο και περισσότερο.

Λέξεις κλειδιά: Συστημική Τηλεθεραπεία, θεραπευτική παρουσία, ψηφιακοί τρόποι, πολιτισμική ταπεινοφροσύνη, σχεσιακός συντονισμός, φροντίδα μέσω του ψηφιακού κόσμου, περιθωριοποιημένοι πληθυσμοί, Εαυτός του Θεραπευτή, ηθική πρακτική, δημιουργικές παρεμβάσεις

Σε ένα επαγγελματικό περιβάλλον ολοένα και πιο κορεσμένο από τη χρήση ψηφιακών μέσων για λόγους διευκόλυνσης, και από αλγοριθμικές αφαιρέσεις, *Το Σημειωματάριο του Θεραπευτή για Συστημική Τηλεθεραπεία: Δημιουργικές Παρεμβάσεις για αποτελεσματική Θεραπεία Διαδικτυακά* έρχεται όχι ως ένα απλό εγχειρίδιο μιας μεθόδου, αλλά ως ένα γεμάτο σεβασμό επανακαλιμπράρισμα, μια πρόσκληση να επανα-εξανθρωπίσουμε την ψηφιακή συνάντηση.

Επιμελημένος από τη Rebecca A. Cobb, αυτό ο τόμος συγκεντρώνει μια δημιουργική πλειάδα κλινικών θεραπειών, εποπτών, εκπαιδευτών και μελετητών που συλλογικά αντιτίθενται στην πεποίθηση ότι ο ψηφιακός κόσμος είναι εγγενώς αποπροσωποποιημένος και ηθικά απαξιωμένος. Στα 40 του κεφάλαια που είναι χωρισμένα σε επτά θεματικές ενότητες – από το κλινικό πλαίσιο και τη θεραπευτική παρουσία έως την εποπτεία και την εκπαίδευση – το βιβλίο παρουσιάζει παρεμβάσεις, όχι ως εργαλεία ελέγχου, αλλά ως σχεσιακές χειρονομίες. Τρόπους να είναι κάποιος μαζί, έστω και μέσω μιας οθόνης. Για όσους από εμάς εργάζονται εκεί που διασταυρώνονται η συστημική θεραπεία, η τεχνολογία και η ηθική, αυτό το βιβλίο δεν αποτελεί απλώς ένα εγχειρίδιο τεχνικών. Είναι μια μαρτυρία σχετικά με την προσαρμοστικότητα χωρίς εξάλειψη. Διατηρεί χώρο για λεπτές αποχρώσεις. Αναγνωρίζει το γεγονός ότι η τηλεθεραπεία, παρόλο που γεννήθηκε από μια κρίση, έχει μετατραπεί σε μια αυτόνομη οικολογία, και απαιτεί δημιουργικότητα όχι ως θέαμα, αλλά ως απαραίτητο θεραπευτικό στοιχείο. Αυτό που διακρίνει αυτό το έργο δεν είναι η έκτασή του (παρότι είναι ογκοδέστατο), ούτε η πρακτικότητά του (παρά τις βήμα προς βήμα οδηγίες του),

αλλά η άρρητη ηθική του. Οι συντελεστές δεν αντιμετωπίζουν την οθόνη ως ένα εμπόδιο στην παρουσία, αλλά αντ' αυτού ερωτούν: τι μορφές παρουσίας είναι εφικτές εδώ; Πώς μπορούμε να δημιουργήσουμε συνηχήσεις μέσω της αδράνειας; Πώς μπορεί ο θεραπευτικός συντονισμός να επιβιώσει – ή ακόμα και να ανθίσει – μέσω των πύξεων και της ευρυζωνικότητας; Για εμάς που πλοηγούμαστε στο πολυεπίπεδο περιβάλλον της ψηφιακής ψυχικής υγείας, όπου η αυτονομία των θεραπευόμενων, η κλινική αποτελεσματικότητα και η αμεροληψία συχνά διαμορφώνονται τόσο από την πρόσβαση στην ευρυζωνικότητα και τον σχεδιασμό του interface, όσο και από τη θεωρία και την τυπικότητα, αυτά δεν είναι υποθετικά ερωτήματα. Η Cobb και οι συνεργάτες της δεν προσπαθούν να αποφύγουν αυτήν την περιπλοκότητα. Αντιθέτως την αντιμετωπίζουν με συστημική σκέψη, πολιτισμική ταπεινοφροσύνη, και παιδαγωγική της φροντίδας. Ιδιαίτερως αξιοσημείωτη είναι η ενότητα του Εαυτού του Θεραπευτή, η οποία δεν αντιμετωπίζει την υποκειμενικότητα του θεραπευτή ως επιμόλυνση που χρειάζεται να ελαχιστοποιηθεί, αλλά ως έναν σχεσιακό κόμβο ζωτικό, αυτοαναφορικό και ηθικά σημαντικό. Με τον ορισμό του σώματος, της ταυτότητας και της εσωτερικής κατάστασης του θεραπευτή ως μέρος της παρέμβασης, οι συγγραφείς αρνούνται την ψευδαίσθηση της ουδετερότητας. Αυτό είναι κομβικό, ιδιαίτερα όταν δουλεύει κανείς με περιθωριοποιημένους πληθυσμούς, των οποίων η εμπιστοσύνη στη θεσμική φροντίδα ιστορικά έχει κερδηθεί – εάν έχει συμβεί αυτό – μέσω της παρουσίας και όχι των διαδικασιών. Οι παρεμβάσεις για τη δουλειά με ΛΟΑΤΚΙ+ θεραπευόμενους, οικογένειες μαύρων, γηγενών και έγχρωμων, νευροαποκλίνοντα άτομα και νέους, δίνουν προσοχή όχι μόνο στο πολιτισμικό πλαίσιο, αλλά και στις υφές ασφάλειας, σωματικής παρουσίας και πρόσκλησης που η τηλεθεραπεία περιπλέκει. Υπάρχει μια ριζοσπαστική ειλικρίνεια σε ετούτη τη συλλογή. Μια παραδοχή ότι η φροντίδα μέσω του ψηφιακού κόσμου δεν είναι ίδια με την φροντίδα με φυσική παρουσία, όμως δεν είναι και κατώτερη. Διαφορετικές δυνατότητες. Διαφορετικοί κίνδυνοι. Διαφορετικές μορφές οικειότητας. Όλα αυτά αξίζει να διερευνηθούν. Ως κλινικός ερευνητής και θεωρητικός των συστημάτων, συγκινούμαι ιδιαίτερα από το πόσο πιστή είναι η δομή του βιβλίου στις συστημικές αρχές. Κάθε κεφάλαιο προσομοιάζει με ανατροφοδοτικό κύκλο – όχι μόνο μεταξύ θεραπευτή και θεραπευόμενου, αλλά και μεταξύ θεωρίας, πράξης και ηθικής. Ο αναγνώστης δεν μπαίνει στη θέση ενός παθητικού καταναλωτή τεχνικής, αλλά ενός συμμετέχοντος στη συνεχιζόμενη διερεύνηση. Αυτή είναι μια σπάνια και πολύτιμη στάση, ειδικά μέσα σε ένα επαγγελματικό κλίμα που συχνά συγχέει τη αναπαραξιμότητα με την αποτελεσματικότητα. Βεβαίως δεν υπάρχει βιβλίο που να μπορεί να καλύψει κάθε πολυπλοκότητα. Υπάρχουν κι άλλα πράγματα που μπορούν να ειπωθούν σχετικά με τις βιοπολιτικές διαστάσεις της φροντίδας μέσω του ψηφιακού κόσμου, του ρόλου του κατασκοπευτικού καπιταλισμού, του μονοπωλίου των πλατφορμών, και της ψηφιακή αποικιοκρατία στη διαμόρφωση τόσο της εμπειρίας του

θεραπευόμενου, όσο και της αυτονομίας του θεραπευτή. Βέβαια *Το Σημειωματάριο του Θεραπευτή για Συστημική Τηλεθεραπεία* δεν ισχυρίζεται ότι εξαντλεί το θέμα. Αντιθέτως, είναι αρκετά δομημένο ώστε να καθοδηγεί, αρκετά ευέλικτο ώστε να προσαρμόζεται, και αρκετά ανοικτό ώστε να μπορεί να του ασκηθεί κριτική, να επεκταθεί και να επαναπροσδιοριστεί. Στην τελική ανάλυση αυτό το βιβλίο δεν αποτελεί έναν χάρτη, αλλά έναν οδηγό πεδίου. Παρέχει οδηγίες όχι προς έναν μοναδικό προορισμό, αλλά προς πολλαπλά ηθικά σημεία εισόδου. Στους νέους θεραπευτές που κάνουν τα πρώτα τους βήματα στις διαδικτυακές συνεδρίες προσφέρει στήριξη. Στους έμπειρους θεραπευτές που διευρύνουν τα εργαλεία της κλινικής τους πρακτικής προσφέρει ανανέωση. Στους επόπτες και τους εκπαιδευτές ανοίγει χώρο διαλόγου. Και για όλους εμάς που δεσμευόμαστε να διατηρήσουμε τη θεραπευτική μας παρουσία σε «αποσωματοποιημένους» καιρούς επιβεβαιώνει ότι η δουλειά είναι ακόμα – αποφασιστικά – σχεσιακή. Πρόκειται στην ουσία για ένα έργο σχετικά με τη συνέπεια: κλινική, ηθική, σχεσιακή. Μας υπενθυμίζει ότι ακόμα και στον ψηφιακό χώρο, η συνήχηση είναι εφικτή. Όχι μέσω της απομίμησης της συνεδρίας με φυσική παρουσία, αλλά μέσω μιας προσεκτικής μετάφρασης – μιας εκούσιας πράξης φροντίδας που διαπερνά το μέσο. Είναι και αυτό θεραπεία.