

«Η Αναστοχαστική Ομάδα σε Κοινωνικά Πλαίσια Ψυχικής Υγείας Παιδιών και Εφήβων. Προκλήσεις, Οφέλη και Διλλήματα»¹

Σελίδες 44-60

Αλεξάνδρα Περιμένη, Κλινική Ψυχολόγος Msc, Ψυχοθεραπεύτρια Οικογένειας και Ζεύγους, Συντονίστρια Ιατρείου Οικογένειας «Π. Γεωργίτση», Κοινωνικό Κέντρο Ψυχικής Υγείας Παιδιών και Εφήβων Νέας Σμύρνης, Γ.Ν. « Ασκληπιείο Βούλας



Περίληψη

Οι αναστοχαστικές ομάδες (Reflecting Teams-RT) χρησιμοποιούνται στην οικογενειακή θεραπεία, προκειμένου να εισάγουν πολλαπλές οπτικές και να παρέχουν την ανατροφοδότηση στην οικογένεια. Οι αναστοχασμοί που γίνονται από τα μέλη μιας αναστοχαστικής ομάδας δύνανται να ασκήσουν θετική επιρροή στα μέλη της οικογένειας κατά τη διαδικασία αλλαγής. Προάγοντας τη μάθηση, τον αυτοστοχασμό, τη συνεργατική επίλυση προβλημάτων και τη διεπιστημονική συνεργασία, αυτές οι ομάδες συμβάλουν στην υποστήριξη, εκπαίδευση και επαγγελματική εξέλιξη των θεραπευτών. Η συγκεκριμένη παρουσίαση αποσκοπεί στην περαιτέρω κατανόηση της χρησιμότητας των αναστοχαστικών ομάδων στην οικογενειακή θεραπεία, υποστηρίζοντας ότι μπορεί να είναι αποτελεσματικές για την οικογένεια ως θεραπευτικές παρεμβάσεις και ένας χρήσιμος πόρος για την επαγγελματική εξέλιξη των θεραπευτών. Αναλύονται τα αποτελέσματα και

¹ Το κείμενο δημιουργήθηκε για την παρουσίαση στο Συμπόσιο της Ε.Σ.ΣΚΕ.Ψ.Ο. με θέμα: «Θεραπευτικές Παρεμβάσεις με Οικογένειες σε δημόσιες υπηρεσίες ψυχικής υγείας παιδιών και εφήβων» στο 13^ο Πανελλήνιο Συνέδριο της Εταιρείας Ψυχιατρικής Παιδιού και Εφήβου, Αθήνα, 3-5/11/2023

παρουσιάζονται οι προβληματισμοί που προκύπτουν από την κλινική εμπειρία σχετικά με τους περιορισμούς, τα οφέλη και τις προκλήσεις που υπάρχουν σε μια αναστοχαστική ομάδα εντός ενός κοινοτικού πλαισίου ψυχικής υγείας παιδιών και εφήβων (ΚΟ.ΚΕ.ΨΥ.ΠΕ Νέας Σμύρνης) την παρούσα περίοδο στην Ελλάδα.

Εισαγωγή

Τα κοινοτικά κέντρα ψυχικής υγείας παιδιών και εφήβων διαδραματίζουν καίριο ρόλο στην παροχή υπηρεσιών ψυχικής υγείας σε παιδιά, εφήβους και στις οικογένειες τους. Η προσφορά τους είναι ιδιαίτερως σημαντική λόγω της παρατεταμένης και πολύ-παραγοντικής κρίσης και των σοβαρών ψυχολογικών επιπτώσεων που έχει υποστεί η ελληνική οικογένεια την τελευταία δεκαετία.

Σε αυτές τις υπηρεσίες, η λειτουργία των ιατρικών οικογένειας συνεισφέρει στην υποστήριξη όλης της οικογένειας και στη βελτίωση της ψυχικής υγείας των παιδιών και των εφήβων. Μέσα από τις προκλήσεις που αφορούν κυρίως στη φύση των αιτημάτων και στο πλαίσιο λειτουργίας της υπηρεσίας, αναδεικνύονται η σημασία και η αποτελεσματικότητα της συστημικής θεραπείας στο πλαίσιο μιας κοινοτικής υπηρεσίας ψυχικής υγείας παιδιών και εφήβων.

Στη συστημική οικογενειακή θεραπεία η αναστοχαστική ομάδα λειτουργεί ως χρήσιμος πόρος για τους θεραπευτές, προσφέροντας ευκαιρίες για συνεχή εκπαίδευση, αυτοστοχασμό και συνεργατική επίλυση προβλημάτων. Η παρούσα εργασία αποσκοπεί να διερευνήσει τον ρόλο της οικογενειακής θεραπείας και να κατανοήσει τη λειτουργία της αναστοχαστικής ομάδας στην ενίσχυση της θεραπευτικής πρακτικής και στη βελτίωση των θεραπευτικών αποτελεσμάτων για παιδιά, εφήβους και οικογένειες στο κοινοτικό πλαίσιο ψυχικής υγείας. Μέσω κλινικών παραδειγμάτων, θα παρουσιαστούν τα θετικά αποτελέσματα και οι προκλήσεις της αναστοχαστικής διαδικασίας σε θεραπευτές και θεραπευόμενους στο ΚΟ.ΚΕ.ΨΥ.ΠΕ Νέας Σμύρνης.

Η οικογενειακή θεραπεία σε Κοινοτικές Δομές Ψυχικής Υγείας Παιδιών και Εφήβων

Την τελευταία δεκαετία στην Ελλάδα, ως απότοκο των εναλλασσόμενων διαδοχικών κρίσεων, παρατηρείται σημαντική αύξηση των αιτημάτων για παροχή υπηρεσιών ψυχικής υγείας σε παιδιά και εφήβους. Τα κέντρα ψυχικής υγείας παιδιών και εφήβων, όπως και άλλες δημόσιες υπηρεσίες, αντιμετωπίζουν μοναδικές προκλήσεις για την αντιμετώπιση των περίπλοκων αναγκών των παιδιών και των οικογενειών τους, ενώ ταυτόχρονα παραμένουν υποστελεχωμένες και με ελλιπή χρηματοδότηση.

Φαίνεται πως το πλέγμα πολύπλοκων κρίσεων που αντιμετωπίζει η ελληνική κοινωνία, περισσότερο από μία δεκαετία, με την πιο πρόσφατη υγειονομική κρίση, επηρέασε την καθημερινότητα των οικογενειών, τις συνήθειες των μελών, τον τρόπο και την ποιότητα των αλληλεπιδράσεων τους, καθώς και την ικανότητα του οικογενειακού συστήματος να απορροφά τους κραδασμούς, οδηγώντας σε αποσταθεροποίηση της οικογενειακής λειτουργικότητας.

Σε μια κοινοτική υπηρεσία ψυχικής υγείας παιδιών και εφήβων, όπως το Κοινοτικό Κέντρο Ψυχικής Υγείας Παιδιών και Εφήβων Νέας Σμύρνης, λαμβάνονται καθημερινά πληθώρα αιτημάτων και παραπομπών από γονείς, σχολεία της κοινότητας ή υπηρεσίες (π.χ. κοινωνικές υπηρεσίες Δήμων, Ιδρύματα, Εισαγγελία Ανήλικων). Κοινός τόπος αναδεικνύεται, εμπειρικά, ότι τα περισσότερα αιτήματα αφορούν στη διάγνωση και θεραπεία σύνθετων δυσκολιών, όπως παιδιών ή εφήβων με δυσκολίες στην κοινωνική τους συνδιαλλαγή, με εκδηλώσεις παραβατικής συμπεριφοράς, εθισμού στο διαδίκτυο, αποξένωσης, συγκρουσιακών ενδοοικογενειακών σχέσεων και διάσπασης της οικογένειας.

Η ψυχική υγεία των παιδιών είναι άρρηκτα συνδεδεμένη με το οικογενειακό τους περιβάλλον, συμπεριλαμβανομένων της δυναμικής, των προτύπων επικοινωνίας και των σχέσεων. Η οικογενειακή θεραπεία διαδραματίζει κρίσιμο ρόλο, παρέχοντας ολοκληρωμένη υποστήριξη και παρεμβάσεις σε παιδιά και εφήβους που αντιμετωπίζουν προκλήσεις ψυχικής υγείας.



Σε αντίθεση με την ατομική θεραπεία, η οποία εστιάζει αποκλειστικά στις εμπειρίες του ατόμου, η οικογενειακή θεραπεία αναγνωρίζει ότι η ψυχική υγεία του παιδιού επηρεάζεται από το οικογενειακό του περιβάλλον, τις σχέσεις και τα πρότυπα επικοινωνίας. Με τη συμμετοχή ολόκληρης της οικογένειας στη θεραπευτική διαδικασία, η οικογενειακή θεραπεία στοχεύει να ενθαρρύνει την κατανόηση, την επικοινωνία και τη συνεργασία μεταξύ των μελών της οικογένειας για την υποστήριξη της ευημερίας του παιδιού.

Η εφαρμογή της οικογενειακής θεραπείας στα κοινοτικά κέντρα ψυχικής υγείας παιδιών και εφήβων δίνει έμφαση στη συνεργασία και την ολιστική φροντίδα. Οι οικογενειακοί θεραπευτές συνεργάζονται στενά με τη διεπιστημονική ομάδα, όπως παιδοψυχιάτρους, λογοθεραπευτές και εργοθεραπευτές, για να διασφαλίσουν ότι η θεραπεία του παιδιού είναι ολοκληρωμένη και σφαιρική. Αυτή η διεπιστημονική προσέγγιση επιτρέπει μια πιο διεξοδική αξιολόγηση των αναγκών του παιδιού και επιτρέπει μια συντονισμένη προσπάθεια για την αντιμετώπιση τόσο των ατομικών όσο και των οικογενειακών ανησυχιών.

Επιπλέον, η συστημική οικογενειακή θεραπεία με παιδιά και εφήβους σε ένα κοινοτικό πλαίσιο, συχνά επεκτείνεται πέρα από την αίθουσα θεραπείας για να συμπεριλάβει φορείς και υπηρεσίες της κοινότητας. Οι θεραπευτές μπορούν να συνεργαστούν με σχολεία, κοινωνικές υπηρεσίες κ.α. για να δημιουργήσουν ένα δίκτυο υποστήριξης γύρω από το παιδί και την οικογένεια. Αυτή η ολιστική προσέγγιση αναγνωρίζει ότι η ψυχική υγεία του παιδιού επηρεάζεται από διάφορους παράγοντες στο περιβάλλον του και επιδιώκει να αντιμετωπίσει αυτούς τους παράγοντες συστημικά.

Συμπερασματικά, η συστημική οικογενειακή θεραπεία διαδραματίζει ζωτικό ρόλο στα κοινοτικά κέντρα ψυχικής υγείας παιδιών και εφήβων, προσφέροντας ολοκληρωμένη υποστήριξη και παρεμβάσεις σε παιδιά και εφήβους που αντιμετωπίζουν προκλήσεις ψυχικής υγείας. Με τη συμμετοχή ολόκληρης της οικογένειας στη θεραπευτική διαδικασία, η συστημική οικογενειακή θεραπεία



συμβάλλει στην προώθηση της κατανόησης, της επικοινωνίας και της ανθεκτικότητας των οικογενειών, των παιδιών και των εφήβων.

Κατανοώντας την Αναστοχαστική Ομάδα στη Συστημική Οικογενειακή Θεραπεία

Η **αναστοχαστική ομάδα (Reflecting Team-RT)** χρησιμοποιείται στην οικογενειακή θεραπεία από τα τέλη της δεκαετίας του 1980, προκειμένου να **εισαγάγει πολλαπλές οπτικές και να παρέχει τη «διαφορά που θα φέρει τη διαφορά»** στην οικογένεια (Andersen, 1987). Αποτελείται από ομάδες θεραπευτών οι οποίοι παρατηρούν τη θεραπευτική διαδικασία και τα δυναμικά σε μια οικογενειακή συνεδρία, παρέχοντας ανατροφοδότηση και εναλλακτικές οπτικές στους κύριους θεραπευτές και στα μέλη της οικογένειας. Έχει, δε, βασικό σκοπό να παρέχει ένα δεύτερο επίπεδο ανάλυσης, μέσω του αναστοχασμού να βελτιώσει τα θεραπευτικά αποτελέσματα που παρέχονται στις οικογένειες, να προωθήσει την επαγγελματική εξέλιξη και να ενισχύσει τις κλινικές δεξιότητες των θεραπευτών.

Στο μοντέλο της αναστοχαστικής ομάδας του Andersen, οι οικογένειες προσκαλούνται να κατασκευάσουν τα δικά τους νοήματα ακούγοντας τις διαφορετικές οπτικές των μελών της αναστοχαστικής ομάδας. Οι συζητήσεις μεταξύ των μελών της βασίζονται στις παρατηρήσεις τους στην οικογένεια, προσφέροντας δοκιμαστικές υποθέσεις πάνω στο πώς τα μέλη της οικογένειας συνδέονται με το πρόβλημα, και εσωτερικές αισθήσεις ή εικόνες που σχετίζονται με το πρόβλημα. Ο σκοπός αυτών συζητήσεων είναι να εισαγάγει νέες δυνατότητες για την οικογένεια και να τους επιτρέψει να αποφασίσουν τι ταιριάζει καλύτερα με τις εμπειρίες τους. Η στάση «και/μαζί» αντί του «ή/εναλλακτικά» επιτρέπει τη συνύπαρξη διαφορετικών προοπτικών ανάμεσα και μεταξύ των μελών της ομάδας (Andersen, 1987). Η παραγωγή πολλαπλών προοπτικών και απαντήσεων σε ένα πρόβλημα θεωρείται αναπόσπαστο κομμάτι αυτού του μοντέλου, επιτρέποντας στους θεραπευόμενους να παρίστανται στην «αμφιβολία και στην ασάφεια» μέσα σε μία ομάδα (Haley, 2002). Ο Andersen ανέφερε ότι οι



βοηθητικές συζητήσεις ήταν αυτές στις οποίες διαφορετικές εκδοχές ή προοπτικές του ίδιου προβλήματος μπορούσαν να οδηγήσουν σε μία αλλαγή στο οικογενειακό σύστημα.

Η βασική αρχή για την αποτελεσματικότητα των αναστοχαστικών ομάδων βασίζεται στις ιδέες του Bateson (1972) για τη *διαφορετικότητα*. Οι διαφορετικές οπτικές των μελών μιας οικογένειας για τις καταστάσεις ζωής συχνά προκαλεί ανάμεσα τους διαφωνίες σχετικά με το ποια οπτική είναι η «σωστή». Οι συζητήσεις μιας αναστοχαστικής ομάδας δημιουργεί διλήμματα και μια ανισορροπία στην ιδέα της «καθολικής αλήθειας», ενώ προωθεί τη δυνατότητα αλλαγής και μετακίνησης των μελών ενός οικογενειακού συστήματος (Robertsetal, 1999).

Στην πιο βασική μορφή της αναστοχαστικής διαδικασίας, ο Andersen (1987, 1991) φέρνει την αναστοχαστική ομάδα που βρίσκεται πίσω από τον μονόδρομο καθρέπτη μέσα στην θεραπευτική αίθουσα ώστε τα μέλη της οικογένειας να μπορέσουν να δουν και να ακούσουν τους αναστοχασμούς. Συγκεκριμένα, η αναστοχαστική ομάδα παρατηρεί τη συνεδρία οικογενειακής θεραπείας πίσω από τον μονόδρομο καθρέπτη. Οι δύο ομάδες (θεραπευτές/οικογένεια και αναστοχαστική ομάδα) στη συνέχεια αλλάζουν θέσεις και οι θεραπευτές με την οικογένεια ακούν τη συζήτηση της αναστοχαστικής ομάδας. Αυτές οι εμπειρίες διαρκούν ανάμεσα σε 2 με 15 λεπτά (Andersen, 1987). Ο Andersen (1987) πρότείνει τα σχόλια της αναστοχαστικής ομάδας να είναι υποθέσεις και όχι ερμηνείες ή ανακοινώσεις. Αφού η αναστοχαστική ομάδα ολοκληρώσει τη συζήτησή της, η οικογένεια και οι θεραπευτές επιστρέφουν στη θεραπευτική αίθουσα για να συζητήσουν τα σχόλια που έγιναν από την αναστοχαστική ομάδα.

Οι αναστοχαστικές ομάδες μπορούν να εφαρμοστούν με διαφορετικούς τρόπους, όπου ο κάθε ένας προσφέρει οφέλη και βελτιώνει τη θεραπευτική πρακτική, ανάλογα με τη φύση των αναγκών της κάθε οικογένειας. Από την ανασκόπηση της βιβλιογραφίας, συναντώνται οι ακόλουθες κύριες προσεγγίσεις:

α. Παρατήρηση και Ανατροφοδότηση (“Live Observation and Feedback”). Τα μέλη της ομάδας παρατηρούν τις συνεδρίες της οικογενειακής θεραπείας πίσω από τον μονόδρομο καθρέπτη. Μετά τη συνεδρία, παρέχουν άμεσα

ανατροφοδότηση στους κύριους θεραπευτές, αναδεικνύοντας τα δυναμικά και τις περιοχές προς διερεύνηση (Harrisetal, 2021).

β. Αναστοχαστική διαδικασία (“Process Reflection”). Τα μέλη επικεντρώνονται σε αυτό που συμβαίνει στη διαδικασία της θεραπείας και όχι σε πληροφορίες της περίπτωσης. Συζητούν τα βασικά θέματα της συνεδρίας, προκλήσεις, θετικά σημεία, το στυλ του θεραπευτή, προκαταλήψεις και αντιμεταβιαστικές αντιδράσεις με τα μέλη της οικογένειας και τους θεραπευτές (Andersen, 1987, 1991). Η συγκεκριμένη προσέγγιση προωθεί την αυτογνωσία και τη συνεχή επαγγελματική εξέλιξη των θεραπευτών.

γ. Εποπτεία Περίπτωσης (“Case Consultation”). Η αναστοχαστική ομάδα πραγματοποιεί ανασκόπηση σε παρουσιάσεις περιπτώσεων ή μαγνητοσκοπημένων συνεδριών. Στη συνέχεια συνεχίζουν σε δομημένες συζητήσεις, την ανάλυση περίπτωσης, τη διερεύνηση διαφορετικών περιπτώσεων και την παροχή θεραπευτικών προτάσεων για παρεμβάσεις ή περαιτέρω διερεύνηση (McCollum, 1995; Lax, 1989).

δ. Εποπτεία (“Supervision”). Οι αναστοχαστικές ομάδες μπορεί να λειτουργήσουν ως μία μορφή εποπτείας παρέχοντας υποστήριξη και καθοδήγηση σε λιγότερο έμπειρους θεραπευτές. Στη συγκεκριμένη προσέγγιση, τα μέλη μπορούν να κάνουν ανασκόπηση σε συγκεκριμένες περιπτώσεις, να παρέχουν συμβουλευτική και να βοηθήσουν άλλους θεραπευτές να χειριστούν σύνθετα θεραπευτικά δυναμικά (Burcketal, 2019).

ε. Συνεποπτεία (“Peers Supervision”). Σε αυτή την προσέγγιση, οι αναστοχαστικές ομάδες αποτελούνται από θεραπευτές με το ίδιο επίπεδο κλινικής εμπειρίας, χωρίς να συμπεριλαμβάνουν επόπτες ή πιο έμπειρους θεραπευτές. Τα μέλη της ομάδας συναντιούνται για να μοιραστούν τις εμπειρίες τους από τις θεραπείες, να αναζητήσουν βοήθεια και να μάθουν από ένα συνεργατικό και υποστηρικτικό σύστημα (Haggerty et al, 2011, Ziminski, 2019).

Συμπερασματικά, οι αναστοχαστικές ομάδες, προσφέρουν μια σημαντική πλατφόρμα βοήθειας για τους οικογενειακούς θεραπευτές και ένα μέσο συνεχούς εκπαίδευσης και επαγγελματικής εξέλιξης. Με την υιοθέτηση της διεπιστημονικής



συνεργασίας των διαφορετικών συστημικών οπτικών και την προσπάθεια ανακάλυψης νέων νοηματοδοτήσεων, οι αναστοχαστικές ομάδες μπορούν να προσφέρουν στις οικογένειες ποιότητα στη θεραπεία τους. Οι ομάδες αυτές, ωστόσο, μπορεί να ενέχουν προκλήσεις που σχετίζονται με τα ζητήματα του απορρήτου, των δυναμικών της ομάδας και του προγραμματισμού, τα οποία προϋποθέτουν προσοχή και σωστή διαχείριση. Συνολικά, οι αναστοχαστικές ομάδες μπορούν να χρησιμεύσουν ως ο ακρογωνιαίος λίθος στην αποτελεσματική και δεοντολογική πρακτική της οικογενειακής θεραπείας, διευκολύνοντας την εξέλιξη και τον μετασχηματισμό των οικογενειών, αλλά και των θεραπευτών.

Η εμπειρία της αναστοχαστικής ομάδας από τους θεραπευτές του ΚΟ.ΚΕ.ΨΥ.ΠΕ Ν. Σμύρνης

Το ιατρείο οικογένειας επαναλειτούργησε από το 2017 με τη συνεργασία τριών εκπαιδευομένων στην οικογενειακή θεραπεία μελών και την εποπτεία-συντονισμό μιας ψυχολόγου-συστημικής θεραπεύτριας.

Από την αρχική φάση σχηματισμού της αναστοχαστικής ομάδας έως σήμερα, πραγματοποιήθηκαν αρκετές ζυμώσεις, όπου με τη σειρά τους καλλιέργησαν τη συστημική σκέψη και τον αναστοχασμό ως κουλτούρα. Κύρια στοιχεία αυτής της ομάδας αποτελούν η συμπληρωματικότητα, η ελευθερία στην έκφραση, η συνεξέλιξη, η συνεισφορά στην αναστοχαστική διαδικασία με την ατομική ταυτότητα του κάθε θεραπευτή και το αμείωτο ενδιαφέρον όλων για την οικογενειακή θεραπεία.

Από την εμπειρία μας ως θεραπευτές, η συμμετοχή μας στην αναστοχαστική ομάδα συνεισέφερε τα ακόλουθα:

α. Εκπαίδευση και Επαγγελματική Εξέλιξη

Ένα από τα πρωταρχικά οφέλη της ομάδας αναστοχασμού εκτιμήθηκε ότι είναι η ενίσχυση της θεραπευτικής πρακτικής μέσω της συνεχούς μάθησης και της επαγγελματικής εξέλιξης. Παρατηρώντας συνεδρίες θεραπείας και συμμετέχοντας σε αναστοχαστικές συζητήσεις, οι θεραπευτές έχουν την ευκαιρία



να αποκτήσουν γνώσεις ωφέλιμες για τη δική τους πρακτική, να εντοπίσουν τομείς για ανάπτυξη και να μάθουν από τις εμπειρίες των συναδέλφων τους (Landis & Young, 1994, Shurts et al, 2015). Αυτή η αναστοχαστική διαδικασία καλλιεργεί μια κουλτούρα συνεχούς βελτίωσης και διασφαλίζει ότι οι θεραπευτές παραμένουν ενήμεροι για την αναδυόμενη έρευνα και τις βέλτιστες πρακτικές.

β. Αυτοστοχασμός και Αυτογνωσία

Η συμμετοχή σε μία αναστοχαστική ομάδα παρέχει ένα υποστηρικτικό περιβάλλον για τους θεραπευτές να μετέχουν στον αυτοστοχασμό και να αυξήσουν την επίγνωση των δικών τους πεποιθήσεων, προκαταλήψεων και αντιδράσεων στις συνεδρίες θεραπείας. Μέσω της διαδικασίας λήψης ανατροφοδότησης και διερεύνησης εναλλακτικών προοπτικών, οι θεραπευτές μπορούν να αποκτήσουν βαθύτερες γνώσεις για το θεραπευτικό τους στυλ, τη διαπροσωπική δυναμική και τον αντίκτυπο των παρεμβάσεων τους στις οικογένειες (Hillerbrand, 1989). Αυτή η αυξημένη αυτογνωσία είναι απαραίτητη για τη διατήρηση των θεραπευτικών ορίων, τη διαχείριση αντιδράσεων αντιμεταβίβασης και την ενίσχυση θετικών θεραπευτικών συμμαχιών με τους πελάτες, ιδιαίτερα στο ευαίσθητο πλαίσιο της ψυχικής υγείας των παιδιών και των εφήβων.

γ. Συνεργατική Επίλυση Προβλημάτων

Η αναστοχαστική ομάδα διευκολύνει τη συνεργατική επίλυση προβλημάτων και τη λήψη αποφάσεων. Η ομάδα μπορεί συλλογικά να αναπτύξει στρατηγικές, να αντιμετωπίσει προκλήσεις και να αναπτύξει καινοτόμες προσεγγίσεις για την αποτελεσματική αντιμετώπιση πολύπλοκων κλινικών περιπτώσεων (Hogeretal, 1994). Αυτή η διαδικασία συνεργασίας καλλιεργεί μια αίσθηση συντροφικότητας, συνεκτικότητας και αμοιβαίας υποστήριξης μεταξύ των μελών της ομάδας, η οποία μεταφέρεται στις συνεδρίες οικογενειακής θεραπείας, ωφελώντας, τελικά, τα παιδιά, τους εφήβους και τις οικογένειες που εξυπηρετούνται.



δ. Βελτίωση στην Ποιότητα Θεραπείας των Οικογενειών, των Εφήβων και των Παιδιών

Με τη βελτίωση της ποιότητας των θεραπευτικών υπηρεσιών, την προώθηση της τεκμηριωμένης πρακτικής και την αντιμετώπιση συστημικών παραγόντων που επηρεάζουν την ψυχική υγεία, η αναστοχαστική ομάδα παρατηρήθηκε ότι συνέβαλε σε θετικές αλλαγές στη λειτουργία των οικογενειών, την επικοινωνία και την ανθεκτικότητα όλων των μελών της οικογένειας ταυτόχρονα. Αυτό σημαίνει χαμηλότερη οικονομική επιβάρυνση του Εθνικού Συστήματος Υγείας και αύξηση του αριθμού των ατόμων που λαμβάνουν θεραπευτικές υπηρεσίες από μια κοινοτική υπηρεσία.

Η εμπειρία της αναστοχαστικής ομάδας από τις οικογένειες

Μέσα από την κλινική εμπειρία παρατηρήθηκε ότι οι οικογένειες μπορεί να έχουν διαφορετικές σκέψεις και αντιλήψεις για τη συνεργασία με μια αναστοχαστική ομάδα σε ένα κοινοτικό πλαίσιο ψυχικής υγείας παιδιών και εφήβων. Αρχικά, η αναστοχαστική διαδικασία λαμβάνεται ως μια περίεργη και ασυνήθιστη εμπειρία από τις οικογένειες, αλλά στη συνέχεια την αποδέχονται ως μια αποτελεσματική και χρήσιμη προσέγγιση για τη θεραπεία.

Οι αντιδράσεις και οι αντιλήψεις μπορεί να ποικίλουν ανάλογα με την οικογένεια, τις προσωπικές εμπειρίες και τις προσδοκίες. Ορισμένες συνήθειες σκέψεις περιλαμβάνουν:

- Ανησυχίες για το Απόρρητο: Ορισμένες οικογένειες ανησυχούν για τη διασφάλιση του ιδιωτικού χαρακτήρα της θεραπευτικής διαδικασίας και την αποκάλυψη ευαίσθητων θεμάτων που συζητούνται κατά τη διάρκεια της θεραπείας.
- Ελπίδες για Βελτίωση: Πολλές οικογένειες συμμετέχουν στην αναστοχαστική διαδικασία με την ελπίδα ότι θα βελτιωθεί η επικοινωνία, οι σχέσεις και η συνολική τους κατάσταση.

- Ανησυχίες για τον Αναστοχασμό: Ορισμένες οικογένειες μπορεί να φοβούνται ότι θα υποβληθούν σε κριτική από τα μέλη της αναστοχαστικής ομάδας ή ότι ο αναστοχασμός θα διακινήσει επώδυνα συναισθήματα, λόγω της αναφοράς σε προσωπικές εμπειρίες.
- Ελπίδες για Συνεργασία και Στήριξη: Άλλες οικογένειες είναι θετικά διακείμενες προς τη συνεργασία και τη στήριξη που προσφέρει η αναστοχαστική διαδικασία.

Αναλυτικότερα, μέσα από αναφορές γονέων, παιδιών και εφήβων για το πώς αξιολογούν τη συνεργασία τους (οφέλη-περιορισμούς) με την αναστοχαστική ομάδα του κέντρου αναδύθηκαν τα παρακάτω θέματα:

(η αίσθηση ότι κάποιος παρακολουθεί)

«Το ιατρείο οικογένειας έπαιξε και εξακολουθεί να παίζει σημαντικό ρόλο στην διαχείριση των μικρο-προβλημάτων της οικογένειάς μας...Ένωσα ότι συνομιλούσα με τους παρευρισκόμενους χωρίς να επηρεάζομαι από την «παρουσία» των προσώπων πίσω από τον καθρέπτη...Κι αν κάποιες φορές, αφού απαντούσα σε μία ερώτηση «σκεφτόμουν» ότι κάποιος με παρακολουθεί.. Εγώ πάλι είχα «λυτρωθεί» με την απάντησή μου.»

μαμά 39 ετών

(ανησυχία για την αξιολόγηση)

«Η συζήτηση στον χώρο γίνεται αρκετά άνετα και, συνήθως, απορροφούμαστε από αυτή, ξεχνώντας ότι υπάρχουν άλλα άτομα πίσω από τον καθρέπτη που μας αξιολογούν»

πατέρας, 51 ετών

(εμπιστοσύνη -αντικειμενικότητα-εστίαση-συνεργατική επίλυση προβλημάτων)

*«Νιώθω αρκετά καλά γνωρίζοντας ότι κάποιος παρακολουθεί πίσω από τον καθρέπτη, μιας και πιστεύω ότι ένα τρίτο άτομο είναι **αντικειμενικό**, μπορεί να*

βλέπει τις εκφράσεις όλων και τις κινήσεις του σώματος μας, να αντιλαμβάνεται πράγματα που οι συνομιλητές δεν μπορούν να αντιληφθούν»

μητέρα 42 ετών

«Θεωρώ ότι μας βοηθάει αρκετά η επίσκεψη (στο ιατρείο οικογένειας) γιατί είναι ένας τρόπος άγνωστοι και ανεπηρέαστοι ειδικοί (μπροστά και πίσω από τον καθρέφτη) να μας ακούνε και **να εστιάζουν** σε πράγματα που ίσως εμείς δεν δίνουμε μεγάλη σημασία. Γενικά πιστεύω ότι η ομάδα μας βοήθησε αρκετά»

μπαμπάς 48 ετών

«Θεωρώ ότι η ομάδα **λειτουργεί καλά**, αυτά που προτείνουν να δουλέψουμε ως οικογένεια μέχρι στιγμής **έχουν βοηθήσει αρκετά**»

μητέρα , 43ετών

(άγνοια)

«**Δεν έχω σκεφτεί γι αυτούς** που είναι πίσω από το καθρέφτη, αλλά νομίζω πως δίνουν και αυτοί την άποψή τους»

έφηβος, 13 ετών

(αίσθηση του παράξενου)

«Είναι **περίεργο** να υπάρχει μια άγνωστη κυρία πίσω από το γυαλί και όταν έρχομαι εδώ γίνεται κάτι καλύτερο»

αγόρι, 7 ετών

«Μου αρέσει που προσπαθούμε να λύσουμε τα προβλήματα μας με τη βοήθεια 3^{ων} ανθρώπων και που συζητάμε μαζί με ψυχολόγους για το πώς να βελτιωθούμε στην καθημερινότητά μας. Πιστεύω πως γινόμαστε λίγο καλύτεροι... (Μου αρέσει που υπάρχει **μια παράξενη κυρία** πίσω από τον καθρέφτη.)»

κορίτσι, 10 ετών



Συνολικότερα, οι γονείς, τα παιδιά και οι έφηβοι μοιράστηκαν ότι η εμπειρία τους με την αναστοχαστική διαδικασία, αρχικά μπορεί να τους φάνηκε μια μη συνηθισμένη εμπειρία και ορισμένα μέλη να ένιωσαν άγχος, κυρίως όταν γινόταν η χρήση του μονόδρομου καθρέφτη. Στη συνέχεια, τα αρνητικά συναισθήματα δίνουν τη θέση τους σε έναν διαφορετικό τρόπο επικοινωνίας μέσα στην οικογένεια και στη δημιουργία ενός θεραπευτικού περιβάλλοντος.

Πιθανά εμπόδια...

Παρά τα οφέλη των αναστοχαστικών ομάδων στον τομέα της συστημικής οικογενειακής θεραπείας, υπάρχουν πιθανά εμπόδια που ενδέχεται να εμφανιστούν σε ένα κοινοτικό πλαίσιο ψυχικής υγείας παιδιών και εφήβων του ευρύτερου δημόσιου τομέα.

α. Σε ορισμένες περιπτώσεις, η συνεργασία και η παρουσία των μελών της αναστοχαστικής ομάδας είναι απαραίτητη για να επιτευχθούν αποτελέσματα. Εμπόδια μπορεί να αποτελέσουν τα προβλήματα επικοινωνίας, οι απουσίες, οι μετακινήσεις προσωπικού, οι διαφορές απόψεων ή οι συγκρούσεις. Η έλλειψη συνεργασίας μεταξύ των μελών ή μεταξύ ενός μέλους και του συντονιστή μπορεί να αποτελέσει διασπαστικό παράγοντα της αναστοχαστικής διαδικασίας.

β. Η μη επαρκής εκπαίδευση και εμπειρία των μελών στην οικογενειακή θεραπεία μπορεί, επίσης, να οδηγήσει σε σοβαρή δυσλειτουργία της αναστοχαστικής διαδικασίας.

γ. Η δημιουργία και λειτουργία αναστοχαστικών ομάδων απαιτεί χρόνο, πόρους και ενέργεια. Η υποχρηματοδότηση και υποστελέχωση του ευρύτερου τομέα υγείας στην Ελλάδα οδηγεί συχνά σε γενικότερη υπολειτουργία των υπηρεσιών ψυχικής υγείας, γεγονός που μπορεί να αποτελέσει εμπόδιο στη λειτουργία των αναστοχαστικών ομάδων.

δ. Η διαχείριση μιας αναστοχαστικής ομάδας μπορεί να αποτελέσει μια επιβαρυντική διαδικασία για έναν επαγγελματία ψυχικής υγείας του δημόσιου τομέα ψυχικής υγείας που έχει επιφορτιστεί, επιπλέον των αρμοδιοτήτων του, με

τον ρόλο του συντονιστή, καθώς απαιτεί χειρισμό δύσκολων και ευαίσθητων θεμάτων, όπως αντιμετώπιση συγκρούσεων, επίλυση προβλημάτων, διαχείριση χρόνου. Η εποπτεία σε εξωτερική βάση υπό τη μορφή μιας τυπικής συνεχιζόμενης εκπαίδευσης στη συστημική οικογενειακή θεραπεία δεν υποστηρίζεται επαρκώς σε όλα τα δημόσια πλαίσια ψυχικής υγείας στην Ελλάδα.

Συζήτηση

Συμπερασματικά, οι αναστοχαστικές ομάδες οικογενειακής ψυχοθεραπείας, στα κοινοτικά κέντρα ψυχικής υγείας παιδιών και εφήβων, χρησιμεύουν ως κρίσιμα συστατικά της ολοκληρωμένης φροντίδας ψυχικής υγείας σε παιδιά, εφήβους και τις οικογένειές τους. Προάγοντας τη συνεχή μάθηση, τον αυτοστοχασμό, τη συνεργατική επίλυση προβλημάτων και τη διεπιστημονική συνεργασία, αυτές οι ομάδες ενισχύουν τη θεραπευτική πρακτική και συμβάλλουν σε θετικά θεραπευτικά αποτελέσματα. Καθώς η ζήτηση για υπηρεσίες ψυχικής υγείας παιδιών και εφήβων συνεχίζει να αυξάνεται, ο ρόλος των ομάδων αναστοχασμού για την υποστήριξη των θεραπειών και τη βελτίωση της ποιότητας της φροντίδας σε οικογένειες που παρέχεται στα πλαίσια της κοινοτικής ψυχικής υγείας, γίνεται ολοένα και πιο ουσιαστικός.

Ωστόσο, οι ομάδες αναστοχασμού θέτουν, επίσης, ορισμένες προκλήσεις που πρέπει να αντιμετωπιστούν. Μια πρόκληση είναι η διαχείριση των σχέσεων των μελών εντός των ομάδων αναστοχασμού. Για να μετριαστεί αυτή η πρόκληση, οι ομάδες αναστοχασμού θα πρέπει να καλλιεργήσουν ένα περιβάλλον αμοιβαίου σεβασμού, διαφάνειας και συνεργασίας, όπου όλα τα μέλη της ομάδας αισθάνονται ότι εκτιμώνται και έχουν τη δύναμη να συνεισφέρουν τις γνώσεις τους. Επιπλέον, οι ομάδες αναστοχασμού θα πρέπει να ενθαρρύνουν την αναστοχαστικότητα και την αυτογνωσία μεταξύ των θεραπειών, επιτρέποντάς τους να αναγνωρίσουν και να αμφισβητήσουν τις δικές τους προκαταλήψεις και υποθέσεις. Επιπλέον, οι ομάδες αναστοχασμού μπορεί να αντιμετωπίσουν δυσκολίες στον προγραμματισμό συναντήσεων και στον συντονισμό της

συμμετοχής μεταξύ των μελών της ομάδας, ειδικά σε πολυάσχολα κλινικά περιβάλλοντα.

Συνολικά, η ανάπτυξη και η ενσωμάτωση των αναστοχαστικών ομάδων στις δημόσιες υπηρεσίες ψυχικής υγείας απαιτεί αφοσίωση, επαγγελματισμό και συνεργασία από τους επαγγελματίες της ψυχοθεραπείας, προκειμένου να προσφέρουν υψηλής ποιότητας υπηρεσίες σε ένα κοινοτικό κέντρο ψυχικής υγείας παιδιών και εφήβων.

Βιβλιογραφία

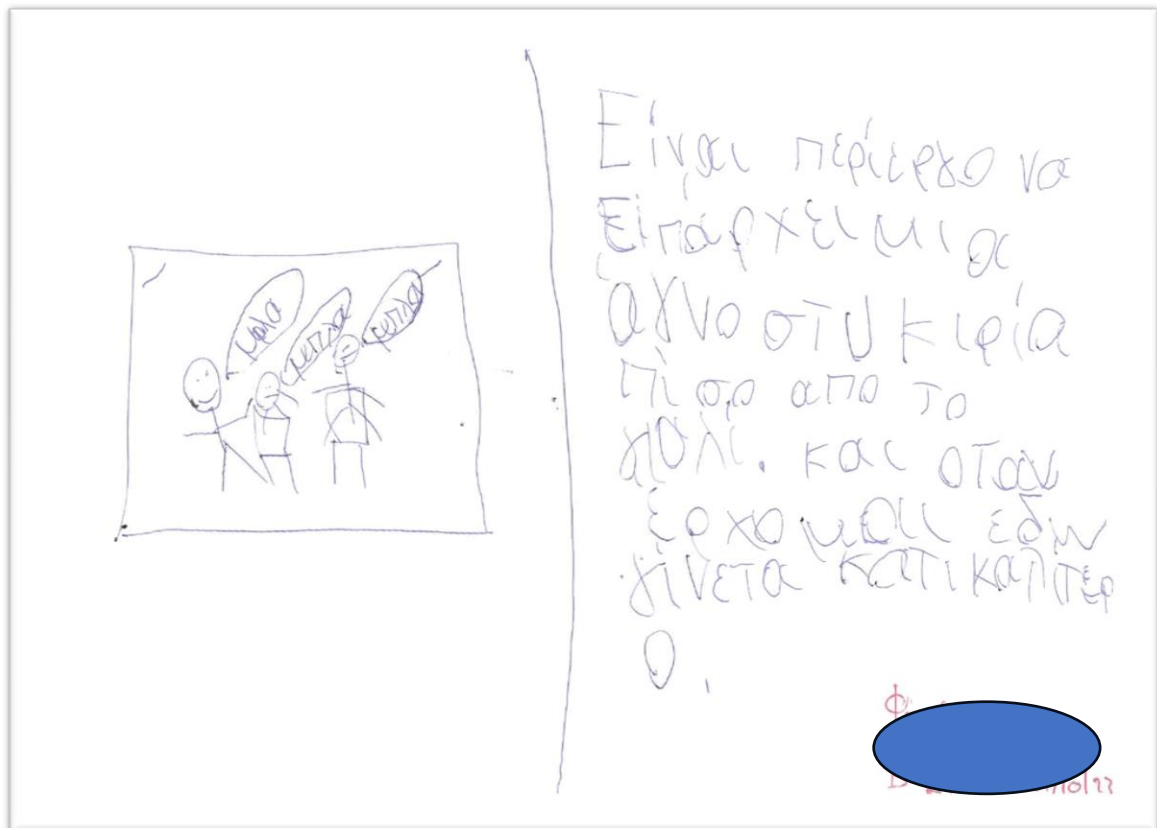
- Andersen, T. (1987). The reflecting team: Dialogue and meta-dialogue in clinical work. *Family Process*, 26,415–428.
- Andersen, T. (1991). *The reflecting team: Dialogues and dialogues about the dialogues*. New York: W.W. Norton & Co.
- Bateson, G., (1972). *Steps to an ecology of the mind*. New York: Ballantine.
- Celano, M. P. & Kaslow, N. J. (2010). A competency-based approach to couple and family therapy supervision. *Psychotherapy: Theory, Research, Practice, Training*, 47(1), 35–44.
- Friedman S. (1995). *The Reflecting Team in Action: Collaborative Practice in Family Therapy*. New York: Guilford Publications.
- Hoger, C., Temme, M., Reiter, L. & Steiner, E. (1994) The reflecting team approach: Convergent the results of two exploratory studies. *Journal of Family Therapy*, 16(4),427-437.
- Harris R., Crossley J., (2021) A systematic review and meta-synthesis exploring client experience of reflecting teams in clinical practice, *Journal of Family Therapy*, 43pp.687-710.
- Hillerbrand, E. (1989) Cognitive difference between experts and novices. Implication for Group Supervision. *Journal of Counselling and Development*, 67, 293-296.
- Landis, L. L & Young, M.E. (1994) The reflecting team in counselor education. *Counselor Education and Supervision*, 33,210-218.
- Lax, W. D. (1995) Offering reflections: Some theoretical and practical considerations. In S. Friedman (Ed.), *The reflecting team in action: Collaborative practice in family Therapy*(pp.145-166). New York: Guilford Press.
- Lax, W. D. (1989). Systemic family therapy with young children and their families. Use of the reflecting team. *Journal of Psychotherapy & the Family*, 5 (3-4)55-74.
- McCullum E.E, Wetchler L. J., (1995) In Defence of Case Consultation “Maybe “Dead” Supervision isn’t Dead After All. *Journal Of Marital and Family Therapy*, 21: 155-166.

Roberts, T.W., Winec, J & Mulgrew, J (1999). A systems/dialectical model of supervision: A symbolic process, *Contemporary Family Therapy: An International Journal*, 21(3), 291-302.

Shurts, W.M., Cashwell, C.S., Spurgeon, S.L., Degges-White, S., Barrio C.S. & Kardatzke K.N., (2006), Preparing Counsellors-in-training to work with couples: Using Role-Plays and Reflecting Team, *The Family Journal: Counselling and Therapy for Couples and Families*, 14, 151-157.

Ziminski J.(2019) Competition, Cosiness, Collaboration? Peer relationships in Family Therapy teams. In: Burck C.& Gwyn D. (Ed), *Mirrors and Reflections: Processes of Systemic Supervision*. (pp.337-356). London: Routledge.

ΠΙΝΑΚΕΣ



Μου αρέσει που προσπαθούμε να λύσουμε
 τα προβλήματά μας μαζί με βοήθεια άλλων
 ανθρώπων και που συζητάμε μαζί με ψυχολόγους
 για το πως να βελτιωθούμε στην καθημερινότητά
 μας. Πιστεύω πως γινόμαστε λίγο καλύτεροι
 κάθε φορά και πως θα τελειώσουμε σύντομα
 Σ'μην αρέσει που υπάρχει και μια πράξηνη κηρία
 πίσω από τον καθρέυτη

ΕΛΕ ΒΑΖΩ 50140
 31 110/2023

