

**ΣΤΡΑΤΗΓΙΚΗ ΟΙΚΟΓΕΝΕΙΑΚΗ ΘΕΡΑΠΕΙΑ  
ΜΟΝΤΕΛΟ HALEY & MADANES  
ΜΟΝΤΕΛΟ 2<sup>ης</sup> ΓΕΝΙΑΣ**

**I. Goldenberg & H. Goldenberg**

**Κεφάλαιο 10**

**Στο**

**Οικογενειακή Θεραπεία: Μια επισκόπηση**

**Επιμ. Ε. Κοτρώτσιου**

## ΕΙΣΑΓΩΓΗ

Η στρατηγική προσέγγιση βρισκόταν στο επίκεντρο τη δεκαετία του 1980. Όπως ισχυρίζονται οι κύριοι υποστηρικτές της Madanes και Haley (1977), το βασικό χαρακτηριστικό της προσέγγισης αυτής είναι ότι ο θεραπευτής αναλαμβάνει την ευθύνη να επινοήσει μία στρατηγική για να λύσει το παρουσιαζόμενο πρόβλημα του πελάτη. Συνήθως οι παρεμβάσεις τους περιλαμβάνουν την επινόηση καινούργιων τρόπων διακοπής εκείνων των περιχαρακωμένων οικογενειακών αλληλουχιών αλληλεπίδρασης που βοηθούν στη δημιουργία και στη συντήρηση του προβλήματος το οποίο έρχεται να ανακουφίσει η οικογένεια.

Ο θεραπευτής στρατηγικής ορίζει ένα παρουσιαζόμενο πρόβλημα με τέτοιο τρόπο που να μπορεί να επιλυθεί: τίθενται με σαφήνεια στόχοι που εξαλείφουν το συγκεκριμένο πρόβλημα, η θεραπεία σχεδιάζεται προσεκτικά, σε στάδια, για να επιτευχθούν οι στόχοι αυτοί, τα προβλήματα ορίζονται σαν να περιλαμβάνουν τουλάχιστον δύο και πιθανότερα τρία άτομα, επιτρέποντας έτσι μία εξέταση των οικογενειακών ιεραρχιών, συνασπισμών ή άλλων πολύπλοκων αλληλεπιδράσεων.

## ΕΙΣΑΓΩΓΗ

Ο σκοπός της παρέμβασης είναι να μεταβληθεί η οργάνωση της οικογένειας, έτσι ώστε το παρουσιαζόμενο πρόβλημα να μην εξυπηρετεί πλέον την προηγούμενη λειτουργία του. Για το θεραπευτή στρατηγικής, η αλλαγή προκύπτει όχι μέσω της ενόρασης και της κατανόησης, αλλά μέσω της διαδικασίας κατά την οποία η οικογένεια ακολουθεί τις οδηγίες που δίνονται από το θεραπευτή.

Η σταδιοδρομία του Jay Haley παίζει σημαντικό ρόλο στην ανάπτυξη της στρατηγικής προσέγγισης στην οικογενειακή θεραπεία. Ο Haley ήταν μέλος του προγράμματος έρευνας του Bateson για τη σχιζοφρένεια τη δεκαετία του 1950, παίζοντας ένα σημαντικό ρόλο στην ανάπτυξη της έννοιας του διπλού μηνύματος αναφορικά με την επίδραση των παθολογικών επικοινωνιακών σχημάτων μίας οικογένειας στην εξέλιξη της σχιζοφρένειας ενός μέλους της (Bateson, Jackson, Haley & Weakland, 1956). Κατά τη διαδικασία της έρευνας αυτής, ο Haley ενδιαφέρθηκε για τα ζητήματα εξουσίας και ελέγχου στις ανθρώπινες σχέσεις, και το 1963 δημοσίευσε το κλασικό του έργο *Strategies of Psychotherapy* (Στρατηγικές Ψυχοθεραπείας), στο οποίο υποστήριζε ότι σε κάθε διαπροσωπική συναλλαγή κρύβεται ένας αγώνας για τον έλεγχο του ορισμού της σχέσης.

## ΕΙΣΑΓΩΓΗ

Θεωρούσε τη συμπτωματική συμπεριφορά στον ένα σύντροφο ως μία παθολογική στρατηγική ελέγχου, προειδοποιώντας ότι ο θεραπευτής πρέπει να διατηρήσει τον έλεγχο της θεραπευτικής σχέσης, αλλιώς ο πελάτης θα κερδίσει τον έλεγχο και θα διαιωνήσει τις δυσκολίες του, έτσι ώστε να «συνεχίσει να κυβερνά με συμπτωματικές μεθόδους»(Haley, 1963).

Η επιρροή του Erickson σε πολλές από τις βαθύτερες υποθέσεις και τις επακόλουθες θεραπευτικές τεχνικές της στρατηγικής θεραπείας είναι μεγάλη. Ο Haley (1973) στην πραγματικότητα αποδίδει στο μέντορά του την επινόηση της γενικής προσέγγισης της στρατηγικής οικογενειακής θεραπείας.

Η θεραπεία του Erickson ήταν σύντομη, καθοδηγητική, και προσεκτικά σχεδιασμένη. Αναλαμβάνοντας την ευθύνη της αλλαγής, προσάρμοζε μία καινούργια προσέγγιση σε κάθε περίπτωση.

## ΕΙΣΑΓΩΓΗ

Ο Erickson ήταν ιδιαίτερα ικανός να "προσπερνά; την αντίσταση" μέσω της χρήσης "παράδοξων οδηγιών. Δηλαδή, ήταν ικανός να πείθει τους ασθενείς να διατηρήσουν ένα σύμπτωμα (με το να μην το πολεμά ή να επιμένει να δουλέψει ο ασθενής για να το εγκαταλείψει) και ύστερα με λεπτό τρόπο εισήγαγε εντολές για να προκαλέσει αλλαγή. Έτσι, μπορούσε να αποφύγει να έρχεται άμεσα αντιμέτωπος με το σύμπτωμα, μία τακτική που πιθανώς θα συναντούσε αντίσταση και να χρησιμοποιεί την ίδια την ορμή του πελάτη για να τον αναγκάσει να εγκαταλείψει το σύμπτωμα.

Η απροθυμία της οικογένειας να δώσει τον έλεγχο στο θεραπευτή συχνά την κάνει να αντιστέκεται στην αλλαγή. Ο θεραπευτής με το να μην έρχεται άμεσα αντιμέτωπος με την αντίσταση μειώνει το φόβο τους ότι θα τους ζητηθεί να κάνουν πράγματα παρά τη θέλησή τους. Όταν νιώσουν ασφαλείς και με τη βοήθεια ενός θεραπευτή που ξεκινά τη διαδικασία αλλαγής, οι άνθρωποι μπορούν να απευθύνονται στις δικές τους πηγές για να επιχειρήσουν νέους τρόπους σκέψης και συμπεριφοράς.

## ΕΙΣΑΓΩΓΗ

Ο Haley επίσης επηρεάστηκε από τη μακρά συνεργασία του (1967-1973) ως εκπαιδευτής και θεωρητικός με το Salvador Minuchin και το Braulio Montalvo στο Philadelphia Child Guidance Center. Η Hoffman (1981) στην πραγματικότητα ταξινομεί τη θέση του Haley στη δομική- στρατηγική προσέγγιση,<sup>®</sup> ίδιος ο Minuchin σημειώνει ότι υπάρχουν προφανείς ομοιότητες ανάμεσα στη δομική και στη στρατηγική άποψη (Simon, 1984). Το ενδιαφέρον του Haley για την ιεραρχία και τους συνασπισμούς της οικογένειας καθώς και για άλλα ζητήματα σχετικά με τη δομή της οικογένειας, τον τοποθετεί στην πρώτη ομάδα, ενώ το ενδιαφέρον του για τις παράδοξες οδηγίες και για άλλους διακριτικούς τρόπους αντιμετώπισης της αντίστασης τον ταυτίζει με τη δεύτερη.

Ο Haley, ένας γόνιμος συγγραφέας, περιέγραψε τις στρατηγικές του για την αλλαγή του τρόπου που είναι οργανωμένη μια οικογένεια στο *Problem-Solving Therapy* (Θεραπεία Επίλυσης Προβλημάτων) (1976a). Την επόμενη δεκαετία δημοσίευσε το *Ordeal Therapy* (Θεραπεία Δοκιμασίας) (1984), μία αναφορά θεραπειών βασισμένη στην πρόταση ότι, αν ένας πελάτης φτάσει με χειρισμούς σε μία θέση στην οποία βρίσκει βασανιστικότερο το να διατηρήσει ένα σύμπτωμα από το να το εγκαταλείψει, θα εγκαταλείψει το σύμπτωμα.

## Η Σημασία των Συμπτωμάτων

Παρόλο που η γενικά αποδεκτή άποψη την εποχή εκείνη ήταν ότι τα συμπτώματα ήταν εξ ορισμού ακούσια και μη προσαρμοστικά, ο Haley από νωρίς (1963) πήρε τη θέση ότι ένα σύμπτωμα, αντί να αντιπροσωπεύει μία συμπεριφορά πέρα από τον έλεγχο κάποιου, είναι μία στρατηγική, προσαρμόσιμη σε μία παρούσα κοινωνική κατάσταση, για τον έλεγχο μιας σχέσης, όταν όλες οι άλλες στρατηγικές έχουν αποτύχει. Το συμπτωματικό άτομο απλά αρνείται κάθε πρόθεση ελέγχου υποστηρίζοντας ότι το σύμπτωμα είναι ακούσιο. ("Δεν είναι ότι σε απορρίπτω. Είναι ο πονοκέφαλός μου που με κάνει να μη θέλω να έχω σεξουαλική επαφή μαζί σου απόψε.").

Ο Haley παραθέτει την περίπτωση μιας γυναίκας που επιμένει ο σύζυγός της να είναι στο σπίτι κάθε βράδυ, επειδή υποφέρει από κρίσεις άγχους όταν μένει μόνη. Ωστόσο, δεν αναγνωρίζει το αίτημά της ως ένα μέσο για να ελέγχει τη συμπεριφορά του, αλλά εξηγεί ότι είναι μια λειτουργία των κρίσεων άγχους της πάνω στις οποίες δεν έχει πιθανώς κανέναν έλεγχο. Ο σύζυγος αντιμετωπίζει ένα δίλημμα: δεν μπορεί να αναγνωρίσει ότι εκείνη ελέγχει τη συμπεριφορά του (γ αυτό φταίνε οι κρίσεις άγχους) αλλά δεν μπορεί να αρνηθεί το να την αφήσει να ελέγχει τη συμπεριφορά του (εξάλλου, έχει κρίσεις άγχους).

## Η Σημασία των Συμπτωμάτων

Τα συμπτώματα (εκτός από οργανική ασθένεια), θεωρούνται έτσι προσαρμόσιμα και κάτω από τον εκούσιο έλεγχο του πελάτη. Υποδυόμενη την αβοήθητη, στο παράδειγμα που μόλις περιγράψαμε, η σύζυγος αποκτά αξιοσημείωτη εξουσία και έλεγχο στη σχέση. Χωρίς να προσφέρει ενόραση ή διαφορετικά να μοιράζεται την άποψη του εκούσιου ελέγχου πάνω στα συμπτώματα με τους πελάτες, ο θεραπευτής στρατηγικής προσπαθεί να αλλάξει την κατάσταση -ίσως να βοηθήσει το ζευγάρι να ανακατανέμει την εξουσία και τις ευθύνες- έτσι ώστε το σύμπτωμα να μην είναι πια απαραίτητο για να ελέγχεται ο σύζυγος.

Οι προσπάθειες απόκτησης ελέγχου σημειώνονται σε όλες τις οικογένειες και σε κάθε σχέση ανάμεσα σε δύο ή περισσότερους ανθρώπους (το "δεν μπορείς πια να μου λες τι θα κάνω, δεν είμαι μωρό" είναι ένας οικείος σαρκασμός που ακούγεται από έναν έφηβο που προσπαθεί να αλλάξει τους κανόνες της οικογένειας). Τα περισσότερα ζευγάρια αναπτύσσουν κατάλληλους άμεσους τρόπους για να αντιμετωπίζουν ζητήματα ελέγχου, οι άνθρωποι που παρουσιάζουν συμπτώματα καταφεύγουν σε περίπλοκες, έμμεσες μεθόδους. Αποτελεί άποψη του Haley ότι οι συγκρούσεις για έλεγχο σε μία σχέση είναι αναπόφευκτες. Δεν μπορεί να μην προσπαθήσει κάποιος να ορίσει μία σχέση ή να μην επιχειρήσει να ελέγξει ένα αποτέλεσμα. Ο Haley θεωρεί τον ελιγμό παθολογικό, μόνο όταν ο ένας ή και οι δύο μετέχοντες αρνούνται ότι προσπαθούν να ελέγξουν τη συμπεριφορά του άλλου ή εκδηλώνουν συμπτωματική συμπεριφορά, ενώ κάνουν κάτι τέτοιο.



## Η Σημασία των Συμπτωμάτων

Όπως και οι θεραπευτές αλληλεπίδρασης, οι θεραπευτές στρατηγικής πιστεύουν ότι η επικοινωνία καθορίζει τη φύση των σχέσεων ανάμεσα στους συντρόφους. Αν ένας σύζυγος είναι πρόθυμος να συζητά μόνο για τον καιρό, όταν αυτός και η γυναίκα του είναι μαζί το βράδυ, μπορεί να ορίζει τη σχέση ως μία στην οποία συζητούν μόνο συμβατικά πράγματα. Αν η γυναίκα αρνηθεί να κάνει σχόλια για την πρόβλεψη του καιρού της επόμενης ημέρας, αλλά αντί αυτού εκφράσει την ιδέα ότι αισθάνονται μακριά ο ένας από τον άλλο το απόγευμα αυτό, προσπαθεί να ορίσει εκ νέου τη σχέση με προσωπικότερους ή βαθύτερους όρους. *Η σύγκρουσή τους δεν είναι ένας αγώνας να ελέγξει ο ένας τον άλλο, αλλά ένας αγώνας να ελέγξουν τον ορισμό της σχέσης τους.*

## Η Σημασία των Συμπτωμάτων

Όπως έχουμε σημειώσει, σε μερικούς γάμους τα συμπτώματα ενός συντρόφου (για παράδειγμα, κρίσεις άγχους, φοβίες, καταθλίψεις, υπερβολική κατανάλωση αλκοόλ) ελέγχουν αυτά που συμβαίνουν ανάμεσα στους συντρόφους, πού πάνε, τι κάνουν μαζί, αν κάποιος μπορεί να φύγει από τον άλλο για οποιοδήποτε χρονικό διάστημα και ούτω καθεξής. Παραδοσιακά, τέτοια συμπτώματα έχουν ερμηνευτεί ως εκφράσεις ενδοψυχικής σύγκρουσης και γι' αυτό το λόγο ως ακούσιες όψεις της "ασθένειας" ενός ατόμου. Οι υποστηρικτές της στρατηγικής προσέγγισης, έντονα αντίθετοι με τις ενδοψυχικές εξηγήσεις, ορίζουν τα συμπτώματα ως διαπροσωπικά συμβάντα, ως τακτικές που χρησιμοποιούνται από ένα άτομο για να αντιμετωπιστεί ένα άλλο. Κατά την άποψή τους, ο στόχος του θεραπευτή είναι να χειριστεί τον πελάτη, έτσι ώστε να αναπτύξει άλλους τρόπους ορισμού των σχέσεων, ώστε να εγκαταλειφθούν οι συμπτωματικές μέθοδοι.

## Αναπτύσσοντας Θεραπευτικές Στρατηγικές

Οι οικογενειακοί Θεραπευτές της στρατηγικής προσέγγισης προσαρμόζουν τις παρεμβάσεις τους σε ένα συγκεκριμένο σύνολο παρουσιαζόμενων προβλημάτων, ασχολούνται με το παρόν αντί με το παρελθόν και επινοούν νέες στρατηγικές για να βοηθήσουν την οικογένεια να εμποδίσει την επανάληψη της καταστροφικής συμπεριφοράς. Αντί να δίνουν ερμηνείες ή να προσφέρουν γνώση η οικογένεια συνήθως λύνει ένα πρόβλημα χωρίς να ξέρει γιατί ή πώς- οι θεραπευτές στρατηγικής επιχειρούν να αλλάξουν μόνο τις όψεις εκείνες του οικογενειακού συστήματος που συντηρούν την προβληματική ή συμπτωματική συμπεριφορά. Η έμφαση στη στρατηγική Θεραπεία, σύμφωνα με τη Madames (1981), δε βρίσκεται στην επινόηση μίας θεραπευτικής μεθόδου που να είναι εφαρμόσιμη σε όλες τις περιπτώσεις, αλλά αντίθετα στην επινόηση μίας στρατηγικής για κάθε συγκεκριμένο πρόβλημα. Η έμφαση γενικά δίνεται στην ανακούφιση οπτό το παρουσιαζόμενο πρόβλημα, όχι στην έρευνα της ρίζας του ή των κρυφών του σημασιών. Έτσι, η στρατηγική θεραπεία είναι πιθανό να είναι βραχυπρόθεσμη, αφού περιορίζεται σε συγκεκριμένα προβλήματα και προσαρμόζεται σε λύσεις.

Ο Haiey (1976a) θεωρεί ως καθήκον του να αναλαμβάνει την ευθύνη να αλλάξει την οργάνωση της οικογένειας και να επιλύσει το πρόβλημα που έφερε την οικογένεια σ' αυτόν. Είναι σε μεγάλο βαθμό καθοδηγητικός, δίνοντας στα μέλη της οικογένειας ακριβείς εντολές ή οδηγίες και επιμένοντας να ακολουθηθούν. Έτσι, έχει μεγάλο έλεγχο στις διαδικασίες του.

Για παράδειγμα, ο Haley (1976a) αναφέρει την περίπτωση μιας γιαγιάς που έπαιρνε το μέρος της εγγονής της (ετών 10) κατά της μητέρας της. Είδε τη μητέρα και το παιδί μαζί, δίνοντας στο παιδί την εντολή να εκνευρίσει τη γιαγιά του και δίνοντας την οδηγία στη μητέρα να υπερασπιστεί την κόρη της εναντίον της γιαγιάς. Η πράξη επέβαλλε μια συνεργασία μεταξύ μητέρας και κόρης, βοήθησε στην απομάκρυνση της κόρης από τη γιαγιά της και να αποσπαστεί η κόρη από τη γιαγιά της, απελευθερώνοντας την οικογένεια έτσι ώστε να αναπτύξει μία καταλληλότερη ιεραρχική δομή.

Όπως βλέπουμε από το παράδειγμα αυτό, ο Haley υποστηρίζει ότι οι Θεραπευτές στρατηγικής πρέπει να είναι δραστήριοι και υπεύθυνοι θεραπευτές. Ο Haley υποστηρίζει ότι ο θεραπευτής πρέπει να παρεμβαίνει, όποτε αυτός επιλέγει (αντί να το κάνει, όταν η οικογένεια ζητά τη συμμετοχή του), να σχολιάζει ανοιχτά τις προσπάθειες της οικογένειας να τον επηρεάσει ή να τον ελέγξει, να δίνει οδηγίες, να αναθέτει έργα και να αναλαμβάνει την προσωρινή ηγεσία της οικογενειακής ομάδας. Οι θεραπευτές στρατηγικής προσπαθούν να αποφύγουν να παρασύρονται σε συνασπισμούς μέσα στην οικογένεια. Ο Haley προτείνει να παίρνει ο θεραπευτής το μέρος κάποιου για να ξεπεράσει κάποιο αδιέξοδο αλλά γρήγορα να αποδεσμεύεται πριν συμμαχήσει με κάποια οικογενειακή φατρία.

## Η Αρχική Συνέντευξη

Ο Haley (1976a) υποστηρίζει ότι η πρώτη συνέντευξη, στην οποία επιμένει ότι πρέπει να παραβρίσκεται όλη η οικογένεια, θέτει την κατεύθυνση όλης της πορείας της θεραπείας. Προχωρώντας συστηματικά, μέσω σταδίων, διαπραγματεύεται με την οικογένεια για να αποφασίσει ποιο πρόβλημα απαιτεί προσοχή μας, έπειτα διατυπώνει ένα σχέδιο δράσης για να αλλάξει η δυσλειτουργική κατάσταση της οικογένειας, ώστε να εξαλειφθεί το πρόβλημα. Τυπικά, στο αρχικό *σύντομο κοινωνικό στάδιο*, δημιουργεί μία ατμόσφαιρα συνεργασίας, ενώ παρατηρεί την αλληλεπίδραση της οικογένειας και προσπαθεί να κάνει όλα τα μέλη να συμμετέχουν, δείχνοντας έτσι ότι εμπλέκονται όλοι και ότι όλοι θα πρέπει να έχουν, άποψη στη θεραπεία.

Έπειτα προχωρά στο *στάδιο του προβλήματος*, φτάνοντας στο θέμα του γιατί (για παράδειγμα, για να λυθεί ποιο συγκεκριμένο παρουσιαζόμενο πρόβλημα) η οικογένεια είναι εκεί. Θέτει ερωτήσεις,, όπως "Γιατί ζητάτε βοήθεια τώρα;", "Τι θα ήθελε καθένας από σας να αλλάξει;", "Αργά ή γρήγορα;", "Θέλετε να συνειδητοποιήσετε τι συμβαίνει ή απλώς να αλλάξετε;". Είστε πρόθυμοι να κάνετε θυσίες για να αλλάξετε;" (Haley, 1988). Σε αυτή τη φάση συγκέντρωσης πληροφοριών, η συζήτηση απευθύνεται στο θεραπευτή, που δείχνει ενδιαφέρον χωρίς να βιάζεται να ερμηνεύσει τις σκέψεις και τα συναισθήματα που εκφράζονται.

## Η Αρχική Συνέντευξη

Το στάδιο αλληλεπίδρασης, κατά το οποίο τα μέλη της οικογένειας συζητούν το πρόβλημα μεταξύ τους ενώ ο θεραπευτής είναι παρών, επιτρέπει στο θεραπευτή να, παρατηρήσει τις όποιες αλληλουχίες δυσλειτουργικής επικοινωνίας, τους συνασπισμούς, τις ιεραρχίες εξουσίας και τα σχετικά, εξασφαλίζοντας έτσι στοιχεία για μελλοντικές θεραπευτικές παρεμβάσεις.

Το τέταρτο μέρος της αρχικής συνέντευξης, το στάδιο των στόχων, προσφέρει ; την ευκαιρία στο θεραπευτή και στην οικογένεια να καθορίσουν από κοινού ακριβώς το παρουσιαζόμενο πρόβλημα που επιθυμούν να λύσουν ή να εξαλείψουν. Η τελευταία φάση καταλήγει σε μία σύμβαση που ορίζει με σαφήνεια στόχους, επιτρέποντας σε όλους όσους συμμετέχουν να μετρήσουν την αλλαγή ή να εκτιμήσουν την επιτυχία | των προσπαθειών τους καθώς προχωρά η θεραπεία.

Κατά το τελικό στάδιο ή το *στάδιο των έργων*, ο στρατηγικός θεραπευτής τελειώνει την αρχική συνέντευξη με το πρώτο σύνολο αναθέσεων έργων ή οδηγιών | για αλλαγή του παρουσιαζόμενου προβλήματος. Αν επιτύχει, τα μέλη της οικογένειας αισθάνονται άνετα με το θεραπευτή και αφοσιώνονται στη μεταξύ τους συνεργασία με σκοπό την αλλαγή (Haley, 1976a).

## Η Χρήση Οδηγιών

Οι οδηγίες ή η ανάθεση έργων για να εκτελεστούν έξω από τη θεραπευτική συνεδρία, παίζουν ένα ρόλο κλειδί στη στρατηγική οικογενειακή θεραπεία και δίνονται για διάφορους λόγους:

(1) για να κάνουν τους ανθρώπους να συμπεριφέρονται διαφορετικά, έτσι ώστε να έχουν διαφορετικές υποκειμενικές εμπειρίες,

(2) για να εντείνουν τη θεραπευτική σχέση εμπλέκοντας το θεραπευτή στις πράξεις της οικογένειας κατά το χρονικό διάστημα μεταξύ συνεδριών,

(3) για να συγκεντρωθούν πληροφορίες, από τις αντιδράσεις τους, για το πώς τα μέλη της οικογένειας θα ανταποκριθούν στις προτεινόμενες αλλαγές. Οι συμβουλές, οι άμεσες προτάσεις, η διδασκαλία, η δουλειά για το σπίτι, ακόμα και η ανάθεση συμπεριφοράς-δοκιμασίας για να ακολουθηθεί, αν εμφανιστεί κάποιο σύμπτωμα, είναι παραδείγματα άμεσων οδηγιών από το θεραπευτή, που στοχεύουν στην επίλυση του προβλήματος.

Όπως τονίζει η Madanes (1991): Η οδηγία είναι για τη στρατηγική θεραπεία ό,τι είναι η ερμηνεία για την ψυχανάλυση. Είναι το βασικό εργαλείο της προσέγγισης.

## Η Χρήση Οδηγιών

Σε μερικές περιπτώσεις, οι υποστηρικτές της στρατηγικής προσέγγισης δίνουν μία οδηγία (ταυτόχρονα μία αναφορά και μία εντολή) στα μέλη της οικογένειας (για παράδειγμα, λένε σε μία μητέρα να σταματήσει να αναμειγνύεται, όταν ο πατέρας και ο γιος προσπαθούν να μιλήσουν ο ένας στον άλλο), επειδή θέλουν ή περιμένουν από αυτούς να την ακολουθήσουν για να αλλάξουν τη συμπεριφορά τους απέναντι στους άλλους. Ωστόσο, το να ζητάς από κάποιον να σταματήσει να έχει μία συγκεκριμένη συμπεριφορά είναι μία δύσκολο να επιβληθεί οδηγία. Η επιτυχία της εξαρτάται από τη θέση του θεραπευτή που δίνει την οδηγία, τη σοβαρότητα ή τη διάρκεια της συμπεριφοράς, πόσο συχνά επαναλαμβάνεται η οδηγία και την προθυμία των ; μελών της οικογένειας να συνεργαστούν με το θεραπευτή για να το επιτύχουν. Αυτό το τελευταίο σημείο που αφορά στην κινητοποίηση είναι ένας ιδιαίτερα σημαντικός παράγοντας, που καθορίζει το αν ο θεραπευτής θα επιτύχει σε αυτή την άμεση προσέγγιση.



## Η Χρήση Οδηγιών

Σε μερικές περιπτώσεις, οι υποστηρικτές της στρατηγικής προσέγγισης δίνουν μία οδηγία (ταυτόχρονα μία αναφορά και μία εντολή) στα μέλη της οικογένειας (για παράδειγμα, λένε σε μία μητέρα να σταματήσει να αναμειγνύεται, όταν ο πατέρας και ο γιος προσπαθούν να μιλήσουν ο ένας στον άλλο), επειδή θέλουν ή περιμένουν από αυτούς να την ακολουθήσουν για να αλλάξουν τη συμπεριφορά τους απέναντι στους άλλους. Ωστόσο, το να ζητάς από κάποιον να σταματήσει να έχει μία συγκεκριμένη συμπεριφορά είναι μία δύσκολο να επιβληθεί οδηγία.

Η επιτυχία της εξαρτάται από τη θέση του θεραπευτή που δίνει την οδηγία, τη σοβαρότητα ή τη διάρκεια της συμπεριφοράς, πόσο συχνά επαναλαμβάνεται η οδηγία και την προθυμία των ; μελών της οικογένειας να συνεργαστούν με το θεραπευτή για να το επιτύχουν. Αυτό το τελευταίο σημείο που αφορά στην κινητοποίηση είναι ένας ιδιαίτερα σημαντικός παράγοντας, που καθορίζει το αν ο θεραπευτής θα επιτύχει σε αυτή την άμεση προσέγγιση.

## Η Χρήση Οδηγιών

Συχνά, η άμεση προσέγγιση είναι ανεπιτυχής. Ένα άλλο είδος ανάθεσης έργου, πιο έμμεσο, είναι αυτό με το οποίο ο θεραπευτής επιχειρεί να επηρεάσει τους πελάτες να αναλάβουν δράση χωρίς να τους πει ο ίδιος να το κάνουν. Συχνά με παράδοξο τρόπο, ο θεραπευτής στρατηγικής ελπίζει να προκαλέσει την οικογένεια να επαναστατήσει ή να αντισταθεί σε αυτόν, έτσι ώστε να εγκαταλείψει το σύμπτωμα. Η ανάθεση παράδοξων έργων μπορεί να κατευθυνθεί σε μέλη της οικογένειας ατομικά, σε ζευγάρια ατόμων ή στο σύστημα της οικογένειας (Weeks & L'Abate, 1982).

Οι παράδοξες οδηγίες, που χρησιμοποιούνται σχετικά σπάνια, όπως όταν ένας πελάτης βρίσκεται σε κρίση ή αντιστέκεται ιδιαίτερα στην αλλαγή, συνήθως παίρνουν μία από δύο μορφές - επιτακτική ή περιγραφική. Τα επιτακτικά παράδοξα ζητούν από τον πελάτη ή τους πελάτες να κάνουν κάτι, ενώ τα περιγραφικά παράδοξα επαναχαρακτηρίζουν κάτι που ήδη γίνεται δίνοντάς του μία θετική σημασία ή έννοια.

## Η Χρήση Οδηγιών

Όπως περιγράφουν το πρώτο οι Wachtel & Wachtel (1986), από έναν ασθενή που ζητά βοήθεια για την αναβλητικότητα του δε ζητάμε να προσπαθήσει να κάνει περισσότερα μέσα στην ερχόμενη εβδομάδα μεταξύ των συνεδριών, αλλά αντίθετα να καταγράψει τους διάφορους τρόπους με τους οποίους σπαταλά χρόνο κάθε μέρα και πόσο με τον καθένα.

Όπως χρησιμοποιείται από τους υποστηρικτές της στρατηγικής προσέγγισης, ένα παράδοξο αποτελεί μία συγκράτηση της αλλαγής, και είναι σχεδιασμένο, ώστε να προκαλεί το δέκτη να το αψηφήσει. Λέγεται στον πελάτη να συνεχίσει να κάνει αυτό το οποίο ήρθε στη θεραπεία για να ξεπεράσει. Ο θεραπευτής, από την άλλη, προσπαθεί να κάνει τον πελάτη ή την οικογένεια να αποφασίσει ότι δε θα κάνει αυτό το οποίο της λένε να κάνει. Μπερδεμένα, τα μέλη της οικογένειας αντιλαμβάνονται ότι μέσω της ανάθεσης ενός τέτοιου έργου ο θεραπευτής τους ζητά να μην αλλάξουν ενώ ταυτόχρονα ο θεραπευτής έχει δηλώσει την πρόθεσή του να τους βοηθήσει ν' αλλάξουν.

## Η Χρήση Οδηγιών

Για παράδειγμα, σε έναν έξυπνο γιο, που δεν πάει καλά στο σχολείο, λέγεται να συνεχίσει να μην πηγαίνει καλά, έτσι ώστε ο λιγότερο μορφωμένος πατέρας του να νιώθει καλά με τον εαυτό του. Αν συμμορφωθεί με την οδηγία, παραδέχεται ότι έχει τον έλεγχο και αναγνωρίζει πώς η συμπεριφορά του συνεισφέρει στο δευτερογενές όφελος της οικογένειας (ένα πλεονέκτημα ή όφελος, όπως η επιβεβαίωση του πατέρα, που προκύπτει ως αποτέλεσμα μιας ασθένειας ή της εμφάνισης ενός συμπτώματος).

Αν επαναστατήσει ενάντια στην οδηγία να συνεχίσει να μην πάει καλά, εγκαταλείπει το σύμπτωμα. Αυτή η παράδοξη εντολή με έξυπνο τρόπο αποκαλύπτει το δευτερογενές όφελος που προσφέρει η συμπτωματική συμπεριφορά του ασθενή (κακοί βαθμοί) στην οικογένεια, υποδηλώνοντας συγκαλυμμένα ότι η αλλαγή είναι επιθυμητή.

## Η Χρήση Οδηγιών

Η παράδοξη παρέμβαση (paradoxical intervention) αντιπροσωπεύει έναν ιδιαίτερα ευφυή τρόπο χειρισμού ενός ατόμου ή μιας οικογένειας, ώστε να εγκαταλείψει τη δυσλειτουργική συμπεριφορά.

Παρόμοια με την "παραγραφή του συμπτώματος", η τεχνική αυτή είναι ιδιαίτερα κατάλληλη για θεραπευτές στρατηγικής, όπως ο Haley (1976a), επειδή υποθέτουν ότι οι οικογένειες που έρχονται για βοήθεια αντιστέκονται ή επίσης στη βοήθεια που τους προσφέρεται. Το αποτέλεσμα μπορεί να είναι μία απομάκρυνση, μία σύγκρουση εξουσίας με το θεραπευτή που προσπαθεί να βοηθήσει τα μέλη της οικογένειας να αλλάξουν, αλλά που έτσι αποσταθεροποιεί την προηγούμενη ομοιοστατική τους ισορροπία και μπορεί η οικογένεια να προσπαθήσει ή να κάνει το θεραπευτή να αποτύχει αλλά να συνεχίσει να προσπαθεί, επειδή η καταλαβαίνει ότι κάτι δεν πάει καλά.

## Η Χρήση Οδηγιών

Είναι εξαιρετικής σημασίας ο θεραπευτής που χρησιμοποιεί μία παράδοση παρέμβαση που παραγράφει το σύμπτωμα να ενθαρρύνει προσεκτικά το μέλος ή τα μέλη με την προς αλλαγή συμπεριφορά να συνεχίσουν αυτή τη συμπεριφορά χωρίς μεταβολές: μία κυριαρχική σύζυγος να συνεχίσει να κατευθύνει τα πάντα στην οικογένεια, μία κόρη που αρνείται να παρακολουθήσει το σχολείο να μένει σπίτι, ένα έφηβο αγόρι που αυνανίζεται δημοσίως να συνεχίσει να το κάνει αλλά να καταγράφει πόσο συχνά, ποιες μέρες το απόλαυσε περισσότερο και ούτω καθεξής. Οι θεραπευτές στρατηγικής μπορούν να πουν σε ένα ζευγάρι που πάντα καυγαδίζει χωρίς αποτέλεσμα να πάει στο σπίτι και να καυγαδίσει για τρεις ώρες. Το ζήτημα γίνεται ζήτημα ελέγχου.

Η κυριαρχική σύζυγος δεν κατευθύνει πια τα πάντα αν ο θεραπευτής της λέει τι να κάνει και αν αντισταθεί στην οδηγία του θα γίνει λιγότερο κυριαρχική σε σχέση με το σύζυγό της. Παρομοίως, οι θεραπευτές στρατηγικής υποθέτουν ότι στις άλλες περιπτώσεις το σύμπτωμα που εμφανίστηκε, αρχικά ένας τρόπος απόκτησης κάποιου πλεονεκτήματος, θα εξαλειφθεί αν τοποθετεί τώρα το άτομο σε μειονεκτική θέση. Στην περίπτωση του ζευγαριού, οι θεραπευτές στρατηγικής αναμένουν να σταματήσει να καυγαδίζει στους ανθρώπους δεν αρέσει να είναι δυστυχημένοι, επειδή κάποιος άλλος τους λέει να είναι.

## Η Χρήση Οδηγιών

Σε μία άλλη μορφή περιγραφικής οδηγίας που ονομάζεται *θεραπεία δοκιμασίας* (Haley, 1984) και πάλι βασισμένη στο έργο του Erickson, ο θεραπευτής στρατηγικής θα δώσει εντολή σε έναν πελάτη να διεξάγει μία δυσάρεστη δουλειά (για παράδειγμα, να σηκωθεί μέσα στη νύχτα για να κάνει παρκέ το πάτωμα της κουζίνας), όποτε το σύμπτωμα (συνεχώς χέρια που ιδρώνουν) εμφανίζεται κατά τη διάρκεια της ημέρας, κάνοντας έτσι την ταλαιπωρία των συνεπειών μεγαλύτερη από ότι αυτή του αρχικού συμπτώματος.

Επιλέγοντας ένα ακίνδυνο έργο, αλλά ένα που να βρίσκεται σε συμφωνία με τις επιθυμίες του πελάτη (για παράδειγμα, να έχει ένα πεντακάθαρο σπίτι) που όμως θα είναι σαν δοκιμασία στην εκτέλεσή του, ο Haley ξανά προσπαθεί να κάνει δυσκολότερο για τον πελάτη να έχει το σύμπτωμα παρά να το εγκαταλείψει. Η θεραπεία δοκιμασίας απαιτεί μία σαφή δήλωση του προβλήματος η του συμπτώματος και μία δέσμευση αλλαγής από την πλευρά του πελάτη ακόμα κι αν χρειαστεί να υποφέρει, καθώς και μία υπόσχεση προθυμίας να ακολουθηθεί η οδηγία του θεραπευτή ανεξάρτητα από τη λογική της ή τη σχέση της με το παρουσιαζόμενο πρόβλημα.

# Η Χρήση Οδηγιών

Βλέπε σελ. 292 Goldenberg

Η διατύπωση της εντολής

"Εξασκήσου στο να είσαι θλιμμένος",

"Συνέχισε να αντιδράς απέναντι στους γονείς σου" πρέπει να είναι σύντομη, συνοπτική και μη αποδεκτή (έτσι ώστε η οικογένεια να αντιδράσει στην οδηγία), όμως ο θεραπευτής πρέπει να φαίνεται ειλικρινής προσφέροντας μία πειστική λογική βάση για την εντολή. Αργότερα, όταν τα μέλη της οικογένειας δείξουν σημάδια αλλαγής, ο θεραπευτής επιχειρεί να ελέγξει το ρυθμό της ενθαρρύνοντας τα μέλη να δείξουν συγκράτηση, επισημαίνοντας ποιες νέες δυσκολίες μπορεί να προκύψουν. Ταυτόχρονα, ο θεραπευτής φαίνεται να επιτρέπει με προσοχή στην οικογένεια να αλλάξει παρά αυτές τις αναμενόμενες δυσκολίες.

Οι στρατηγικές συγκράτησης ("με το μαλακό") είναι προσπάθειες να τονιστεί ότι η ομοιοστατική ισορροπία του συστήματος βρίσκεται σε κίνδυνο, αν η βελτίωση πραγματοποιηθεί πολύ γρήγορα. Ο πελάτης, στον οποίο παρουσιάζεται μία πειστική λογική "η αλλαγή χρειάζεται χρόνο και πρέπει να γίνει βήμα-βήμα διαφορετικά υπάρχει κίνδυνος υποτροπής αν πολλές αλλαγές συμβούν πολύ γρήγορα"), είναι πιθανό να ακολουθήσει την οδηγία.



## Η Χρήση Οδηγιών

Η τακτική σκοπεύει να προετοιμάσει τους πελάτες για την αλλαγή, να αναγνωρίσει την απροθυμία τους για αλλαγή, και να σταθεροποιήσει την αλλαγή μόλις αρχίσει (Shoham, Rohrbaugh, & Patterson, 1995). Τα μηνύματα “με το μαλακό”, σύμφωνα με τους Fisch, Weakland και Seagal (1982), προσφέρουν το πρόσθετο πλεονέκτημα της μείωσης της αίσθησης της επείγουσας ανάγκης του πελάτη να βρει νέες λύσεις. Τα μηνύματα αυτά έχουν το επιπλέον αποτέλεσμα της κανονικοποίησης της υποτροπής αν συμβεί, χωρίς η οικογένεια να χάσει το ηθικό της ή να εγκαταλείψει τις προσπάθειες.

Ο Haley (1976a) ρώτησε, στην περίπτωση ενός νεαρού ζευγαριού της μέσης τάξης που ανησυχούσε για το νεαρό τους αγόρι που λέρωνε το παντελόني του, ποιες θα ήταν οι συνέπειες αν άρχιζε να πηγαίνει κανονικά στην τουαλέτα. (Αυτή η κίνηση υποδήλωνε ότι ο Haley μπορούσε να τους βοηθήσει με το πρόβλημα αλλά θα προτιμούσε να μην το κάνει μέχρι να είναι σίγουρος για τις συνέπειες που θα είχε για όλη την οικογένεια.) Όταν επέστρεψαν την επόμενη εβδομάδα και είπαν ότι δεν μπορούσαν να σκεφτούν κάποιες δυσμενείς συνέπειες, ο θεραπευτής πρότεινε μερικές πιθανότητες: για παράδειγμα, θα μπορούσε η μητέρα να αντέξει το ότι θα ήταν επιτυχημένη σε σχέση με το παιδί της;

## Η Χρήση Οδηγιών

Αυτή η προσπάθεια να συγκροτήσει τη μητέρα από το να σταματήσει να ασχολείται υπερβολικά αλλά και να εξοργίζεται, περιείχε μηνύματα σε διάφορα επίπεδα: (1) ο Haley πίστευε ότι μπορούσε να αντέξει την επιτυχία, (2) ανησυχούσε καλοπροαίρετα, έτσι ήθελε να σιγουρευτεί ότι μπορούσε να την αντέξει και (3) η μητέρα δε θα παραδεχόταν την πρόταση ότι δε θα άντεχε την επιτυχία. Καμία μητέρα δεν είναι πιθανό να σκεφτεί ότι δεν μπορεί να έχει επιτυχία με το ίδιο της το παιδί, όπως ήξερε καλά ο Haley. Προκαλώντας τους έτσι (ο πατέρας αντιμετώπιστηκε με παρόμοιο τρόπο), και οι δύο γονείς κινητοποιήθηκαν σε μεγάλο βαθμό να λύσουν το πρόβλημά τους για να αποδείξουν ότι μπορούσαν να είναι κανονικοί και η προβληματική συμπεριφορά του παιδιού σταμάτησε.

## Η Χρήση Οδηγιών

Οι κριτικοί έχουν υποστηρίξει ότι οι στρατηγικές μέθοδοι χρησιμοποιούν υπερβολικά το χειρισμό, είναι αυταρχικές, και ότι πολλές από τις παράδοξες προσπάθειες τους είναι απλοϊκές και προφανείς. Υποστηρίζουν επίσης ότι οι στρατηγικές τεχνικές αντιπροσωπεύουν μία μορφή παιχνιδιού που οι οικογένειες θα αντιληφθούν και θα απορρίψουν. Γενικά, φαίνεται να ενισχύουν την τάση προς μία συνεργασία με την οικογένεια βασισμένη σε αμοιβαία εμπιστοσύνη και σεβασμό.

Ο Haley απορρίπτει τις κατηγορίες ως αβάσιμες, αφού υποστηρίζει ότι όλες οι θεραπείες, παρόλο που οι περισσότεροι δεν το αναγνωρίζουν, βασίζονται σε μεγάλο βαθμό στην επιρροή και στην ειδίκευση του θεραπευτή για να λυθούν τα οικογενειακά προβλήματα. Πιθανώς η κραυγαλέα φύση της τεχνικής, που δεν αρνείται τη χρήση της εξουσίας και της πρόκλησης, την κάνει περισσότερο από ότι πρέπει ανοιχτή στην κριτική.