

Αναπτυξιακές και Πολιτισμικές Κρίσεις

Η ιδέα των αναπτυξιακών κρίσεων, που πρότεινε ο Erik Erikson, είναι καλά τεκμηριωμένη και σχεδόν καθολικά αποδεκτή από τους κοινωνικούς επιστήμονες. Ο Erikson μίλησε για αναπτυξιακές κρίσεις, οι οποίες προκαλούνται από ειδικά καθήκοντα και αλλαγές στους ρόλους, που απαιτούνται σε κάθε νέο στάδιο στην πορεία της ψυχοκοινωνικής ωρίμανσης.

Τα άτομα είναι πιο ευάλωτα σε κρίσεις σε αυτά τα στάδια της ζωής. Αυτή η φυσιολογική διαδικασία προόδου και ανάπτυξης προκύπτει σταδιακά, καθώς το άτομο περνάει από το ένα στάδιο της ψυχολογικής, βιολογικής και κοινωνικής ανάπτυξης στο άλλο.

IF από Ignatia Farmakopoulou



GOALS



Μαθησιακοί Στόχοι



Ψυχοκοινωνικά Στάδια του Erikson

Να εξηγούν τα ψυχοκοινωνικά στάδια του Erikson και τον τρόπο με τον οποίο μπορεί να μετατραπούν σε κρίση.



Εξελικτικές Κρίσεις

Να εντοπίζουν τις εξελικτικές κρίσεις και τον τρόπο παρέμβασης.



Πολιτισμική Σεμνότητα

Να περιγράφουν την πολιτισμική σεμνότητα και τη σημασία της στην παρέμβαση κρίσης.



Ημικά και Ητικά Ζητήματα

Να εξηγούν τη διαφορά μεταξύ ημικών και ητικών ζητημάτων στην πολιτισμική προσέγγιση.

Η Σημασία της Παρέμβασης στην Κρίση

Οι σύντομοι περίοδοι της ψυχολογικής αναστάτωσης, που προκύπτουν σε ένα κρίσιμο σημείο μετάβασης κατά τη διάρκεια της τυπικής ανάπτυξης ενός ατόμου, από τη γέννηση έως την τέταρτη ηλικία, συχνά αποτελούν αιτήματα που τίθενται υπόψη ενός συμβούλου.

Κατά την εργασία τους με τις αναπτυξιακές κρίσεις, οι σύμβουλοι αναγνωρίζουν ότι η εξέλιξη του ρόλου δεν είναι ένα μεμονωμένο γεγονός, αποκομμένο από το πλαίσió του.

Αν ο ρόλος ενός ατόμου στην οικογένεια αλλάξει, τότε αλλάζουν και οι ρόλοι των άλλων μελών της οικογένειας. Λόγω της εμπλοκής της οικογένειας στην ολοκλήρωση της αλλαγής του ρόλου, αυτές οι κρίσεις μπορεί να χρειαστεί να περάσουν χρόνια για να ολοκληρωθούν.



Βρεφική Ηλικία: Εμπιστοσύνη έναντι Δυσπιστίας

Ανάγκες Βρέφους

1

Το μωρό χρειάζεται άνευ όρων αγάπη, προσοχή και φροντίδα. Τα γνωρίσματα αυτά δεν είναι εγγενή σε όλους τους γονείς.

2

Αναστάτωση Οικογένειας

Η έλευση ενός μωρού σαφώς αναστατώνει τη σταθερή κατάσταση που υπήρχε όταν η οικογένεια αποτελείτο μόνο από το συντροφικό/συζυγικό ζευγάρι.

Ανάγκη Εκπαίδευσης

3

Η εκπαίδευση των γονέων μπορεί να αποδειχθεί βοηθητική στη διάρκεια του πρώτου χρόνου, επειδή οι περισσότεροι γονείς δεν έχουν εκπαιδευτεί συστηματικά στη φροντίδα ενός μωρού.

4

Υποστήριξη Συζυγικής Σχέσης

Οι γονείς χρειάζονται, επίσης, υποστήριξη και ενθάρρυνση για να φροντίσουν τη συντροφική/συζυγική τους σχέση.



Νηπιακή Ηλικία: Αυτονομία έναντι Ντροπής και Αμφιβολίας

Πρόκληση Ισορροπίας

Η υποστήριξη των νηπίων, ώστε να επεξεργαστούν τις ανάγκες τους και να επιτύχουν μια ισορροπία μεταξύ ανεξαρτησίας και εξάρτησης, είναι μια πραγματική πρόκληση.

Οριοθέτηση

Οι σύμβουλοι μπορούν να διδάξουν στους γονείς πώς να θέτουν όρια, χωρίς να κάνουν το παιδί να αισθάνεται ντροπή.

Ισορροπία Ελέγχου

Μπορεί να είναι αρκετά τρομακτικό για ένα δίχρονο παιδί να παίρνει τις αποφάσεις στο σπίτι. Οι γονείς πρέπει να έχουν τον έλεγχο, χωρίς να λειτουργούν ως τύραννοι.



Προσχολική και Σχολική Ηλικία



Κοινωνική Αποδοχή

Μόλις τα παιδιά εισέλθουν στο σχολείο, η κοινωνική αποδοχή γίνεται ένα από τα βασικά έργα που πρέπει να επιτύχουν.



Διεκδίκηση

Η ανάπτυξη διεκδικητικής συμπεριφοράς είναι κρίσιμη για την κοινωνική προσαρμογή του παιδιού.



Αυτοεκτίμηση

Η ανάπτυξη υγιούς αυτοεκτίμησης αποτελεί θεμέλιο για την μετέπειτα ψυχική υγεία.



Ταυτότητα

Η διαμόρφωση ταυτότητας ξεκινά σε αυτή την ηλικία και συνεχίζεται στην εφηβεία.

Εφηβεία: Ταυτότητα έναντι Σύγχυσης Ρόλων

Αναζήτηση Ταυτότητας

Κατά τη διάρκεια αυτής της ηλικιακής περιόδου, οι έφηβοι αναζητούν την ταυτότητά τους.

Ανάπτυξη Εγκεφάλου

Ο μετωπιαίος λοβός, που αποτελεί το κέντρο ελέγχου της παρόρμησης στον εγκέφαλο, ολοκληρώνει την ανάπτυξή του στην ηλικία των 25 ετών.



Αυτονομία

Η αυτονομία και η διαφοροποίηση από τους γονείς αποτελούν κεντρικά ζητήματα.

Ανάγκη Φροντίδας

Παρά την ανάγκη για ανεξαρτησία, οι έφηβοι χρειάζονται ακόμα την καθοδήγηση και τη συναισθηματική στήριξη.

Προκλήσεις της Εφηβείας



Ισορροπία Αυτονομίας και Φροντίδας

Όταν ένα οικογενειακό σύστημα δεν επιτρέπει ταυτόχρονα την αυτονομία και την παροχή φροντίδας, οι έφηβοι μπορεί να εμπλακούν σε αυτοκαταστροφικές συμπεριφορές.



Οικογενειακή Εμπλοκή

Για τον λόγο αυτό, τα περισσότερα θεραπευτικά προγράμματα εφήβων προϋποθέτουν την εμπλοκή της οικογένειας.

3

Έλεγχος Παρόρμησης

Ο έλεγχος της παρόρμησης δεν είναι ανεπτυγμένος όπως σε έναν ενήλικα, γεγονός που αυξάνει τον κίνδυνο για επικίνδυνες συμπεριφορές.



Νεαρή Ενήλικη Ζωή: Οικειότητα έναντι Απομόνωσης

1

Οικονομική και Κοινωνική Ευθύνη

Οι νεαροί ενήλικες πρέπει να αποκτήσουν μια αίσθηση οικονομικής και κοινωνικής ευθύνης.



Αναζήτηση Συντρόφου

Αναζητούν συντρόφους για να ικανοποιήσουν τις συναισθηματικές τους ανάγκες, καθώς απομακρύνονται από τους γονείς τους.



Μετάβαση

Η μετάβαση από τη γονική στοργή στην οικειότητα με έναν σύντροφο δεν είναι ένα εύκολο έργο.



Χρονική Διάρκεια

Γενικά, χρειάζεται μια δεκαετία για τους νέους προκειμένου να υπερβούν αυτό το στάδιο.

Η Σύγχρονη Εφηβεία και Νεότητα

Η σύγχρονη εφηβεία και νεότητα αποτελούν μια πρόκληση για τη νεότερη γενιά των αποκαλούμενων Millennials, εν μέρει εξαιτίας των μέσων κοινωνικής δικτύωσης. Οι μεγαλύτερες γενιές είχαν τις δικές τους δυσκολίες, αλλά επειδή όσοι υπήρξαν έφηβοι και νέοι έως το 2001 μεγάλωσαν με ένα smartphone και ένα ποντίκι στο χέρι τους, είναι πολύ εξοικειωμένοι με τον κόσμο του διαδικτύου και της γρήγορης συλλογής δεδομένων.

Ο κόσμος έχει συρρικνωθεί. Οι άνθρωποι μπορούν να γνωρίζουν τι συμβαίνει παντού ανά πάσα στιγμή. Αυτό σημαίνει, επίσης, ότι οι άνθρωποι γνωρίζουν τι δεν συμβαίνει στον κόσμο τους. Αυτό έχει οδηγήσει στην εμφάνιση ενός φαινομένου που ονομάζεται Φόβος Απώλειας Ευκαιρίας, ΦΑΕ (Fear of Missing Out, FOMO).

Φόβος Απώλειας Ευκαιρίας (ΦΑΕ)



Γνωσίες που Σχετίζονται με τον ΦΑΕ

- Αντιλήψεις για τις Ευκαιρίες
"Πρέπει να μπορώ να εξαντλήσω όλες τις ευκαιρίες που θέλω"
- Αντιλήψεις για τους Άλλους
"Οι άλλοι μπορούν να εκμεταλλευτούν όλα όσα θέλουν"
- Αντιλήψεις για τις Επιλογές
"Υπάρχουν τόσες πολλές ελκυστικές ευκαιρίες"
- Επίδραση της Τεχνολογίας
Τεχνολογικές επαναστάσεις όπως οι υπολογιστές, τα συστήματα τεχνολογίας πληροφοριών, το διαδίκτυο, η παγκοσμιοποίηση και οι κινητές συσκευές έχουν αυξήσει την αίσθηση των διαθέσιμων εναλλακτικών μας.



Συνέπειες του ΦΑΕ

70 %

Βιώνουν ΦΑΕ

Περίπου το 70% όλων των ενηλίκων στις ανεπτυγμένες και αναπτυσσόμενες χώρες βιώνουν σε διαφορετικό βαθμό Φόβο Απώλειας Ευκαιρίας.

25%

Λειτουργούν με Δυσφορία

Περίπου το 25% των ατόμων καταφέρνουν να λειτουργούν καλά, αλλά ο ΦΑΕ τους κάνει να νιώθουν κάπως δυστυχισμένοι.

15 %

Σοβαρή Επίπτωση

Περίπου το 15% αδυνατούν να διαχειριστούν αποτελεσματικά αυτόν τον Φόβο, ο οποίος τείνει να κάνει τη ζωή τους μίζερη και θλιβερή.





Συναισθηματική Δυσφορία και Δυσκολίες στη Λειτουργικότητα

Συναισθηματική Υπερφόρτιση

Τα άτομα που υποφέρουν από ΦΑΕ συχνά νιώθουν να κατακλύζονται και να φορτίζονται συναισθηματικά, να παραλύουν και να τους είναι απολύτως αδύνατο να κινητοποιηθούν.

Αδυναμία Δέσμευσης

Νιώθουν ότι δεν μπορούν να δεσμευτούν απέναντι σε κάτι ή σε κάποιον, καθώς υπάρχουν πάντα άλλες δελεαστικές δυνατότητες, πραγματικές ή φανταστικές.

Έλλειψη Επιμονής

Δεν έχουν την ικανότητα να επιμένουν για μεγάλο χρονικό διάστημα και τείνουν να υπερφορτώνουν το πρόγραμμά τους, να καθυστερούν συχνά και να νιώθουν διαρκώς παγιδευμένοι.

Η Κρίση της Όψιμης Νεαρής Ηλικίας

Αίσθηση Εγκλωβισμού

Μια αίσθηση εγκλωβισμού από τις επιλογές της ζωής σου.

Ανάγκη Διαφυγής

Μια αναδυόμενη αίσθηση ότι "Πρέπει να ξεφύγω" και ότι η αλλαγή είναι εφικτή.

Περίοδος "Διαλείμματος"

Παραίτηση από όσα παγιδεύουν το άτομο κι έναρξη μιας περιόδου "διαλείμματος", προκειμένου το άτομο να δοκιμάσει νέες εμπειρίες.

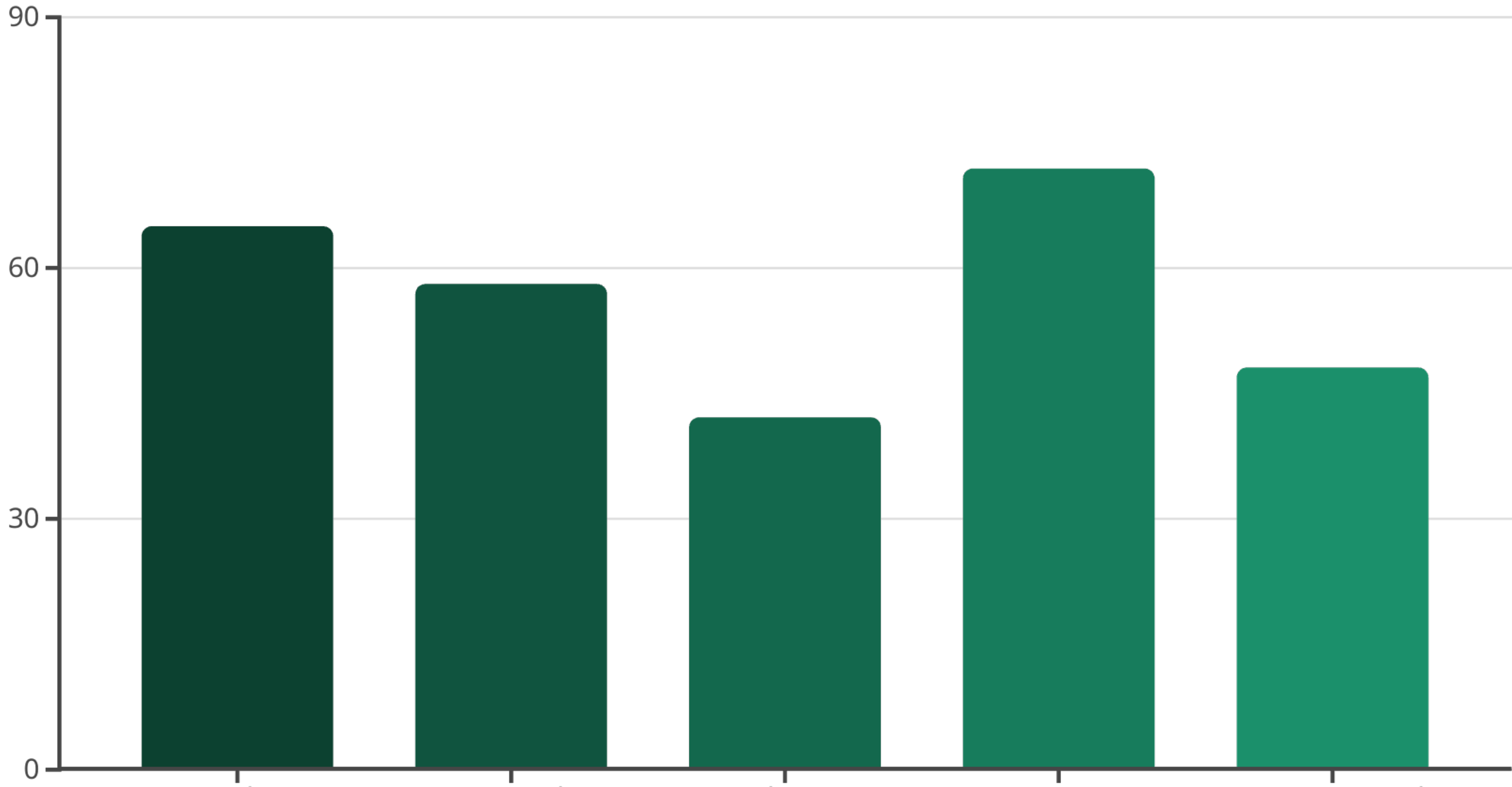
Αναδόμηση

Μια περίοδος αναδόμησης της ζωής.

Νέες Δεσμεύσεις

Ανάπτυξη και ενίσχυση νέων δεσμεύσεων, που αντανakλούν καλύτερα τα ενδιαφέροντα και τις φιλοδοξίες του ατόμου.

Επίδραση των Μέσων Κοινωνικής Δικτύωσης στον ΦΑΕ



Προβληματική Χρήση Smartphone και ΦΑΕ

Μια πρόσφατη μελέτη που διεξήχθη από τους Elhai, Levine, Dvorak και Hall (2016) βρήκε ότι ο Φόβος ήταν η μεταβλητή που σχετιζόταν πιο συχνά με προβληματική χρήση του smartphone. Βρήκαν ότι ο ΦΑΕ είναι ο παράγοντας που διακρίνει την προβληματική από τη μη προβληματική χρήση.

Το συγκεκριμένο εύρημα επιβεβαιώνει τα ευρήματα των Przybylski και συν. (2013), σύμφωνα με τα οποία ο ΦΑΕ χαρακτηρίζεται από αμφιλεγόμενα συναισθήματα αναφορικά με τα μέσα κοινωνικής δικτύωσης.

Δεν είναι τόσο το smartphone και τα μέσα κοινωνικής δικτύωσης που προκαλούν Φόβο, αλλά όσοι εμφανίζουν υψηλά επίπεδα τέτοιου Φόβου είναι πιθανότερο να εμπλακούν σε προβληματική χρήση των μέσων κοινωνικής δικτύωσης.

Σε ορισμένες περιπτώσεις, οι φοιτητές πανεπιστημίου είναι πιθανότερο να στρέψουν την προσοχή τους μακριά από το μάθημα για να συνδεθούν στο Facebook.



Συμβουλευτική Παρέμβαση για τον ΦΑΕ

1

Ευαισθητοποίηση

Η εκπαίδευση του εξυπηρετούμενου σε θέματα που αφορούν τον ΦΑΕ είναι μια χρήσιμη προσέγγιση.



Αποσύνδεση

Ο σύμβουλος, που συναντά αυτό το είδος ζητημάτων, θα ήταν καλό να ενθαρρύνει τον εξυπηρετούμενο να μείνει μακριά από τα μέσα κοινωνικής δικτύωσης.



Εστίαση

Είναι σημαντικό να βοηθήσουμε τον εξυπηρετούμενο να εστιάσει στα συγκεκριμένα ζητήματα αυτονομίας, συνδεσιμότητας και ικανότητας.



Ισορροπία

Η εύρεση ισορροπίας μεταξύ της χρήσης τεχνολογίας και της πραγματικής ζωής είναι κρίσιμη για την αντιμετώπιση του ΦΑΕ.

Μέση Ενήλικη Ζωή: Παραγωγικότητα έναντι Στασιμότητας

Μια άλλη τυπική αναπτυξιακή κρίση συχνά αναφέρεται ως η κρίση της μέσης ηλικίας. Μπορεί να αφορά μια περίοδο πολλών ετών, καθώς η ζωή του ατόμου μέσης ηλικίας αρχίζει να γίνεται ρουτίνα.

Στο χρονικό αυτό σημείο, οι άνθρωποι έχουν συνήθως αποκτήσει μια σταθερή καριέρα, τα παιδιά τους έχουν μεγαλώσει και είναι ανεξάρτητα σε μεγάλο βαθμό και ο γάμος τους έχει χάσει τη φλόγα του.

Για να βγάλουν τον εαυτό τους από αυτήν τη ρουτίνα και να περιορίσουν τα συναισθήματα ανίας, πολλοί δημιουργούν συνθήκες που τους ανανεώνουν, όπως η αγορά ενός σπορ αυτοκινήτου, η σύναψη ενός δεσμού, η αναζήτηση μιας νέας εργασίας ή η εγγραφή στο πανεπιστήμιο.

Ο σύμβουλος μπορεί να βοηθήσει τα άτομα σε αυτή τη φάση, δείχνοντάς τους ότι τα συναισθήματά τους είναι φυσιολογικά και βοηθώντας τους να εστιάσουν σε παραγωγικούς τρόπους περιορισμού των καταθλιπτικών συναισθημάτων τους.



Ωριμότητα: Ακεραιότητα του Εγώ έναντι Απ όγνωσης

Συνταξιοδότηση

Το τελευταίο ψυχοκοινωνικό στάδιο συχνά αναφέρεται ως ακεραιότητα του εγώ έναντι απόγνωσης. Η συνταξιοδότηση είναι ένας από τους στρεσογόνους παράγοντες που συνήθως εμφανίζονται αυτήν την περίοδο.

Θάνατος

Ο θάνατος είναι ένας από τους στρεσογόνους παράγοντες που συνήθως εμφανίζονται αυτήν την περίοδο και απαιτεί προσαρμογή.



Ασθένεια

Η ασθένεια αποτελεί έναν σημαντικό στρεσογόνο παράγοντα που μπορεί να οδηγήσει σε κρίση κατά την περίοδο της ωριμότητας.

Προσαρμογή

Ο σύμβουλος μπορεί να βοηθήσει τα άτομα της συγκεκριμένης ηλικιακής ομάδας να προσαρμοστούν σε έναν νέο τρόπο ζωής.



Παρέμβαση στην Κρίση σχετιζόμενη με τα Στάδια Ψυχοκοινωνικής Ανάπτυξης

Στάδιο	Κρίση	Παρέμβαση
Βρεφική ηλικία	Εμπιστοσύνη έναντι Δυσπιστίας	Διδάξτε στη μητέρα κατάλληλες δεξιότητες γονεϊκότητας· συζητήστε τους φόβους σχετικά με την οικειότητα
Νηπιακά Χρόνια	Αυτονομία έναντι Ντροπής και Αμφιβολίας	Εκπαιδεύστε τους γονείς στην ανάγκη του νηπίου να νιώθει ότι έχει τον έλεγχο του εαυτού του
Προσχολικά χρόνια	Πρωτοβουλία έναντι Ενοχής	Υποστηρίξτε τους γονείς στις προσπάθειές τους να αποτελέσουν πρότυπο δυναμικής συμπεριφοράς

Θεωρία Οικογενειακών Συστημάτων

Η θεωρία των οικογενειακών συστημάτων είναι ιδιαίτερα χρήσιμη, όταν οι σύμβουλοι εργάζονται με τις αναπτυξιακές και εξελικτικές κρίσεις.

Η ιδέα είναι ότι αν ένα μέλος σε μια οικογενειακή μονάδα αλλάξει τη συμπεριφορά του με σημαντικό τρόπο, τα άλλα μέλη της οικογένειας θα συμπεριφερθούν με τρόπους που θα εμποδίσουν αυτήν την αλλαγή να συμβεί.

Αυτή η αντίδραση οφείλεται πιθανότατα στον φόβο της αλλαγής, που συνήθως λειτουργεί σε υποσυνείδητο επίπεδο. Η αλλαγή συχνά κάνει τους ανθρώπους να νιώθουν άγχος.

Οι σύμβουλοι συμβάλουν στη διαχείριση του άγχους ενός εξυπηρετούμενου, διασφαλίζουν ότι ο εξυπηρετούμενος υποστηρίζεται και προσπαθούν να αναπλαισιώσουν τις αντιλήψεις του. Οι άνθρωποι τείνουν να προτιμούν τη σταθερότητα (ομοιόσταση), ακόμα κι αν αυτή έχει ως συνέπεια τη διατήρηση επώδυνων συμπτωμάτων.



Δομική Οικογενειακή Θεραπεία

Αναπτυξιακά Στάδια

Ορισμένες οικογένειες ενδέχεται ακουσίως να διατηρούν μια κατάσταση κρίσης σε ένα μέλος της οικογένειας, επειδή αντιστέκονται στο να επιτρέψουν στο άτομο να διέλθει από ένα κρίσιμο αναπτυξιακό στάδιο.

Νέοι Ρόλοι

Η δομική οικογενειακή θεραπεία επιχειρεί να βοηθήσει όλα τα μέλη της οικογένειας να προχωρήσουν ταυτόχρονα σε νέα αναπτυξιακά στάδια, μέσω της εκμάθησης νέων, πιο προσαρμοστικών ρόλων.

Όρια

Εγκαθιδρύονται νέα όρια που επιτρέπουν την κατάλληλη για την κάθε ηλικία ανεξαρτησία και φροντίδα.

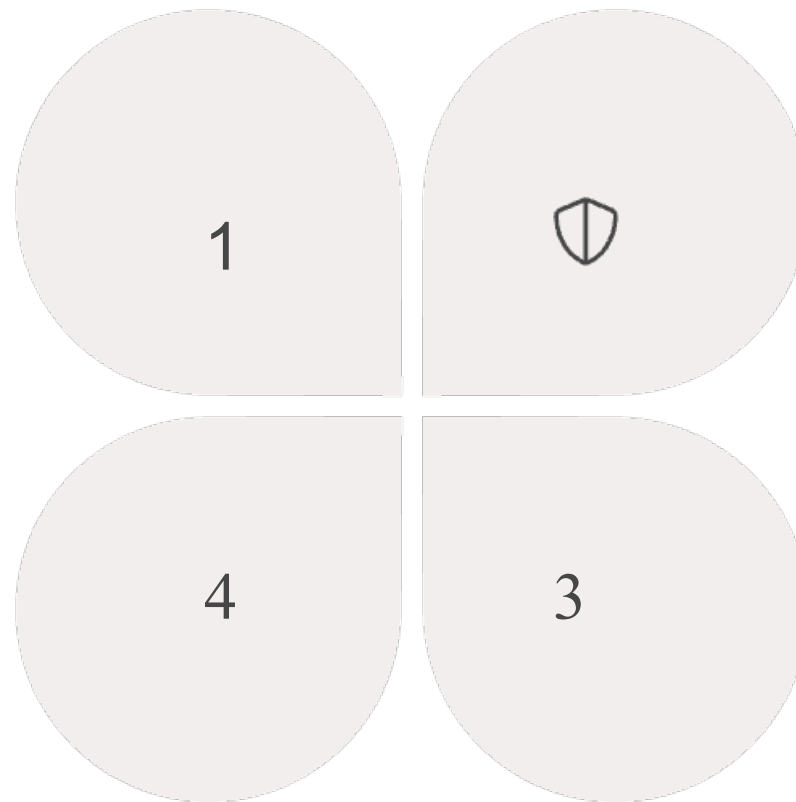
Υπερεμπλοκή στην Οικογένεια

Απουσία Ορίων

Σε μια κατάσταση υπερεμπλοκής, όλα τα μέλη σε μια οικογένεια παρεμβαίνουν και εμπλέκονται σε υπερβολικό βαθμό στις αποφάσεις, στα συναισθήματα, στις επιθυμίες και στις συμπεριφορές των άλλων.

Έλλειψη Διαφοροποίησης

Ένα παιδί μπορεί να μεγαλώσει χωρίς την αίσθηση της διαφοροποίησης και μπορεί να αντιμετωπίσει προβλήματα στη λήψη αποφάσεων και στη λειτουργία του σε άλλες ενήλικες καταστάσεις.



Έλλειψη Ιδιωτικότητας

Τα παιδιά μπορεί να γνωρίζουν πολλά για τους γονείς τους και το αντίστροφο.

Απουσία Ανεξαρτησίας

Είναι εμφανής η απουσία ανεξαρτησίας της σκέψης και του συναισθήματος στα μέλη της οικογένειας.

Αποσύνδεση στην Οικογένεια

Σε μια αποσυνδεδεμένη οικογένεια, το πρότυπο είναι η απόσταση. Ο κανόνας σε αυτές τις οικογένειες είναι η αποφυγή της στενής συναισθηματικής ή κοινωνικής εμπλοκής.

Η σχέση μεταξύ γονέων και παιδιών και μεταξύ συζύγων τείνουν να είναι πιο λειτουργικές απ' ότι σε ορισμένες άλλες οικογένειες που αντιμετωπίζουν προβλήματα. Η ανεξαρτησία ενθαρρύνεται.

Ωστόσο, τα παιδιά μπορεί να νιώθουν έλλειψη υποστήριξης και αγάπης σε οικογένειες στις οποίες η αποσύνδεση είναι ισχυρή.

Αυτό το αίσθημα μπορεί να οδηγήσει σε συμμετοχή σε περιθωριακές ομάδες, σε κατάχρηση ουσιών ή σε εφηβική εγκυμοσύνη, επειδή τα παιδιά αναζητούν αγάπη και υποστήριξη εκτός της οικογένειας ή επιχειρούν να μη νιώθουν κάτι (μέσω της κατάχρησης ουσιών).



Στρατηγική Οικογενειακή Θεραπεία

Αλλαγή Κανόνων

Στο μοντέλο της στρατηγικής οικογενειακής θεραπείας, στόχος είναι η αλλαγή των οικογενειακών κανόνων για την επίτευξη μιας νέας ομοιόστασης.

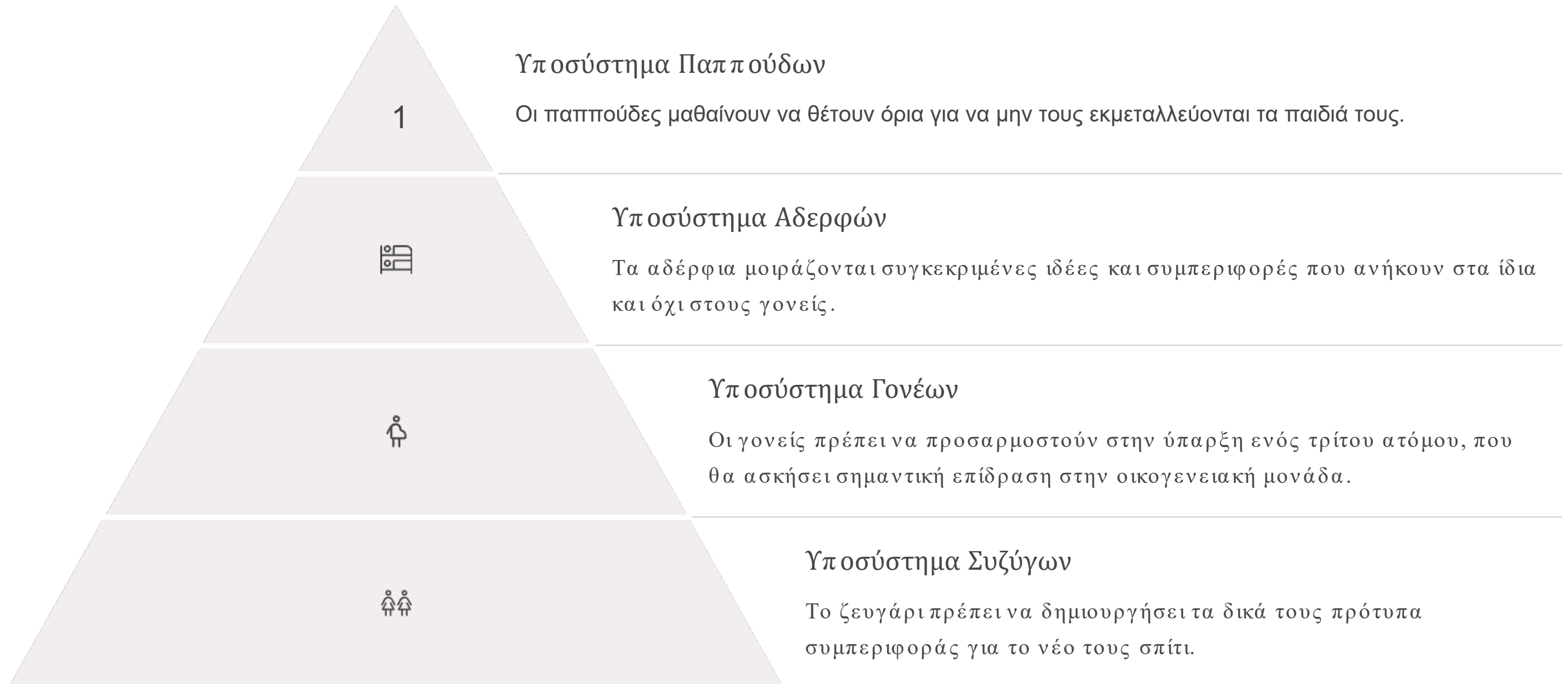
Εστίαση στη Συμπεριφορά

Η γνώση των λόγων για τους οποίους η οικογένεια συμπεριφέρεται με κάποιον συγκεκριμένο τρόπο δεν είναι απαραίτητη.

Βραχεία Παρέμβαση

Η βραχεία εργασία με μια οικογένεια που αντιμετωπίζει μία κρίση μπορεί να απαιτεί λιγότερες από 10 συνεδρίες.

Εξελικτικές Κρίσεις



Δημιουργία του Υποσυστήματος των Συζύγων

Σε μια παραδοσιακή πυρηνική οικογένεια, η πρώτη προσαρμογή πρέπει να γίνει όταν ένας άνδρας και μία γυναίκα αποφασίσουν να παντρευτούν ή να συγκατοικήσουν. Τόσο το ζευγάρι όσο και οι γονείς τους πρέπει να αλλάξουν.

Κάθε μέλος του ζεύγους προέρχεται από μία οικογένεια, στην οποία εκδηλώνονται και γίνονται αποδεκτές συγκεκριμένες αξίες και συμπεριφορές.

Ο νέος σύζυγος και η σύζυγος πρέπει να δημιουργήσουν τα δικά τους πρότυπα συμπεριφοράς για το νέο τους σπίτι, καθώς και το δικό τους συζυγικό υποσύστημα.

Θα εξοικειωθούν ο ένας με τον άλλο, θα προσπαθήσουν να αλλάξουν ο ένας τον άλλον και θα προσαρμοστούν.

Ορισμένες φορές προκύπτουν συγκρούσεις, λόγω της αδυναμίας προσαρμογής.



Δημιουργία ενός Υποσυστήματος Γονέων



Προσαρμογή στο Νέο Μέλος

Η επόμενη πιθανή κρίση που μπορεί να βιώσει η εξελισσόμενη οικογένεια έρχεται με τη γέννηση ενός παιδιού. Οι γονείς πρέπει να προσαρμοστούν στην ύπαρξη ενός τρίτου ατόμου.



Εκμάθηση Γονικής Φροντίδας

Πρέπει να μάθουν τη γονική φροντίδα του μωρού. Η φροντίδα αυτή είναι διαφορετική από τη στοργή και την οικειότητα μεταξύ των συζύγων.



Διατήρηση Συζυγικής Σχέσης

Η διαμόρφωση ενός ισχυρού συζυγικού υποσυστήματος, πριν τη δημιουργία ενός γονικού υποσυστήματος, είναι στοιχείο ζωτικής σημασίας.

Ρόλος Παππούδων

Επίσης, πρέπει να καθοριστεί η συμμετοχή των παππούδων. Οι παππούδες έχουν θέση στη ζωή των εγγονών τους και τα παιδιά ωφελούνται σημαντικά από την υγιή εμπλοκή των παππούδων.

Δημιουργία Υποσυστημάτων των Αδερφών

Καθώς τα παιδιά μεγαλώνουν και νέα παιδιά προστίθενται στην οικογένεια, προκύπτουν νέα εξελικτικά καθήκοντα. Είναι βοηθητικό για τους γονείς να αναγνωρίσουν ότι τα αδέρφια μοιράζονται συγκεκριμένες ιδέες και συμπεριφορές που ανήκουν στα ίδια και όχι στους γονείς.

Οι καλές, ισχυρές, ακόμα και συγκρουσιακές αδερφικές σχέσεις πρέπει να ενθαρρύνονται (παρότι η κακοποίηση δεν πρέπει να γίνεται ανεκτή).

Αυτές οι εμπειρίες είναι σημαντικές για την υγιή διαπροσωπική λειτουργία αργότερα στη ζωή. Αν οι γονείς παρεμβαίνουν σε μεγάλο βαθμό, τα αδέρφια δεν μαθαίνουν πώς να διαχειρίζονται διαπροσωπικά ζητήματα εκτός της οικογένειας.

Επίσης, τα υγιή γονικά στυλ δείχνουν ότι οι γονείς κατανοούν πως πρέπει να υπάρχουν διαφορετικές προσδοκίες, ευθύνες και προνόμια για παιδιά διαφορετικών ηλικιών.

Δημιουργία Υποσυστημάτων των Παππούδων

Χαλάρωση Ελέγχου

Καθώς τα παιδιά μεγαλώνουν και εμπλέκονται σε σχέσεις οικειότητας με συνομηλίκους εκτός της οικογένειας, οι γονείς μαθαίνουν να χαλαρώνουν τον έλεγχο και να προχωρούν σε μια πιο στενή συνεργατική σχέση με τα παιδιά τους.

Ενδυνάμωση Συζυγικής Ζωής

Αυτό σημαίνει ότι οι γονείς ενδυναμώνουν τη συζυγική τους ζωή και αποδέχονται τα όρια που θέτουν τα ενήλικα παιδιά.

Οριοθέτηση

Επίσης, όταν γίνονται παππούδες, μπορεί να μάθουν να θέτουν όρια για να μην τους εκμεταλλεύονται τα παιδιά τους, είτε για να προσέχουν τα εγγόνια είτε για να συνεισφέρουν οικονομικά.



Ο Ρόλος των Παππούδων

Οι παππούδες συχνά παραμένουν άπραγοι, καθώς βλέπουν το παιδί ή τον/την γαμπρό/νύφη τους να κάνουν λάθη με τα εγγόνια τους. Η παρέμβαση συχνά δεν εκτιμάται και μπορεί να προκαλέσει προβλήματα στην οικογένεια.

Ο σύμβουλος μπορεί να εξηγήσει σε καλοπροαίρετους παππούδες ότι το παιδί τους και ο/η σύζυγός του/της πρέπει να κάνουν τα δικά τους λάθη, όπως έκαναν και οι ίδιοι.

Ο σύμβουλος μπορεί επίσης να δείξει τρόπους με τους οποίους οι παππούδες μπορεί να είναι υποστηρικτικοί, χωρίς να γίνονται αδιάκριτοι.

Οι σύμβουλοι, που εργάζονται με οικογένειες που βιώνουν εξελικτικές κρίσεις, συχνά προσπαθούν να προσδιορίσουν αν μια κρίση σχετίζεται με μη υγιή όρια, όπως η υπερεμπλοκή, ή με την αποσύνδεση. Ο στόχος πρέπει να είναι η ενδυνάμωση των υγιών ορίων.

Κρίση που Σχετίζεται με την Κουλτούρα

1

Πολιτισμική Ταυτότητα

Όπως ακριβώς οι αναπτυξιακές φάσεις και τα ζητήματα των εξυπηρετούμενων αναγνωρίζονται όταν έρχονται για συμβουλευτική, έτσι πρέπει να αναγνωρίζονται και να λαμβάνονται υπόψη η εθνικότητά τους, η θρησκευτική τους ταυτότητα, το φύλο και η φυλή τους.



Πολιτισμική Σεμνότητα

Η πολιτισμική σεμνότητα επιτρέπει στους συμβούλους να λειτουργούν με πολιτισμική ικανότητα. Αφορά το να είναι πρόθυμος ο σύμβουλος να αναστείλει όσα γνωρίζει ή όσα νομίζει ότι γνωρίζει για ένα άτομο, βάσει γενικεύσεων σχετικά με την κουλτούρα του.



Διαστάσεις Πολιτισμικής Σεμνότητας

Η πολιτισμική σεμνότητα έχει τρεις διαστάσεις: 1) Δια βίου μάθηση και κριτικό αναστοχασμό· 2) Αναγνώριση και αμφισβήτηση της ανισορροπίας εξουσίας για συνεργασίες που διέπονται από σεβασμό· και 3) Θεσμική ανάληψη ευθυνών.

Ητικά (Etic) έναντι Ημικών (Emic) Ζητημάτων

Ητικά Ζητήματα

Το ητικό (etic) αναφέρεται σε συμπεριφορές και παραδόσεις όλων ή σχεδόν όλων των ανθρώπων, ανεξαρτήτως φυλής, εθνικότητας ή κουλτούρας.

Πρόκειται για καθολικές ανθρώπινες εμπειρίες και συμπεριφορές που παρατηρούνται σε όλους τους πολιτισμούς.

Ημικά Ζητήματα

Το ημικό (emic) αναφέρεται σε συμπεριφορές και παραδόσεις συγκεκριμένες για μια ορισμένη πολιτισμική ομάδα.

Ο στόχος είναι να μην χρησιμοποιήσουμε πολιτισμικές νόρμες για να δικαιολογήσουμε συμπεριφορές, ειδικά αν είναι κακοποιητικές, αλλά να κατανοήσουμε και να βρούμε αποτελεσματικές παρεμβάσεις, που δεν θα προκαλέσουν την αντίσταση των εξυπηρετούμενων.



Ημικά Πρότυπα που σχετίζονται με τους Λατινοαμερικανούς



Προσωπολατρεία (Personalismo)

Ένα πολιτισμικό πρότυπο σχετίζεται με τους άλλους, με έναν τρόπο που περιλαμβάνει υπερβολική ζεστασιά και συναισθήματα και μια ισχυρή ανάγκη για δημιουργία καλής επαφής.



Μαριανισμός (Marianismo)

Μια παράδοση, σύμφωνα με την οποία μια Λατίνα αναμένεται να χαρακτηρίζεται από αγνότητα και αυτοθυσία, εστιάζοντας περισσότερο στα παιδιά και τον σύζυγό της, παρά στις δικές της ανάγκες.



Ματσιασμός (Machismo)

Η παράδοση των Ισπανόφωνων ανδρών, οι οποίοι περηφανεύονται ότι είναι αρρενωποί και προστατευτικοί απέναντι στην οικογένειά τους.



Οικογενειοκρατία (Familismo)

Αναφέρεται στην αξία της οικογένειας ως ανώτερης από όλες τις άλλες.

Περισσότερα Ημικά Πρότυπα των Λατινοαμερικανών

Καθολικισμός (Catholicism)

Παραμένει η θρησκεία επιλογής για τους περισσότερους Λατινοαμερικανούς, αν και πολλοί επιλέγουν πια πιο βασικές χριστιανικές θρησκείες σε σύγκριση με το παρελθόν.

Υπερεμπλεκόμενη Οικογενειακή Δομή

Αυτό το στυλ σχετίζεσθαι προσφέρει πολύ περιορισμένη ανεξαρτησία στα παιδιά. Παρότι μπορεί να υπάρχει μεγάλη συναισθηματική υποστήριξη, οι έφηβοι ενδέχεται να επαναστατήσουν απέναντι σε αυτήν την απουσία ιδιωτικότητας.

Συναισθηματισμός (Emotionalism)

Ένα τελευταίο χαρακτηριστικό των Λατινοαμερικανών είναι η τάση τους προς τον συναισθηματισμό και την υπερβολική συναισθηματική έκφραση που αγγίζει τα όρια του δραματικού.



Ζητήματα που σχετίζονται με Διαφορετικό Βαθμό Επιπολιτισμού

Άλλες κρίσεις που μπορεί να προκύψουν σε Μεξικανικές οικογένειες ενδέχεται να αντανakλούν πρότυπα, που αναπτύχθηκαν και ήταν λειτουργικά την πρώτη περίοδο μετά τη μετανάστευση της οικογένειας στις Ηνωμένες Πολιτείες, αλλά από τότε έχουν γίνει περιοριστικά για συγκεκριμένα μέλη της οικογένειας.

Για παράδειγμα, πολλοί γονείς βασίζονται στα παιδιά τους για να λειτουργούν ως διαμεσολαβητές τους με την ευρύτερη κουλτούρα. Όταν τα παιδιά μεγαλώσουν και θέλουν να διαχωριστούν από τους γονείς τους, οι γονείς τους μπορεί να δυσκολευτούν να τα αφήσουν.



Νευρική Κρίση (Ataque de Nervios)

Ορισμός

Ένα Λατινοαμερικανικό φαινόμενο που μπορεί να περιέλθει στην προσοχή του συμβούλου είναι η νευρική κρίση (ataque de nervios/los nervios), που κυριολεκτικά σημαίνει "επίθεση νεύρων".

Αιτίες

Αποτελεί συχνά μια αντίδραση στο τραύμα, στον θάνατο, στη συζυγική απιστία ή στην οικογενειακή σύγκρουση.

Πολιτισμικό Πλαίσιο

Πρόκειται για ένα πολιτισμικά συγκεκριμένο, αυτοχαρακτηριζόμενο σύνδρομο που παρουσιάζεται μόνο στους Λατινοαμερικανούς.

Συμπτώματα

Στα συμπτώματα περιλαμβάνονται οι κρίσεις πανικού, κρίσεις βίας αναταραχής με αυτοακρωτηριασμούς και αυτοκτονική συμπεριφορά, τρέμουλο, χτυποκάρδι, μούδιασμα, κραυγές, βλασφημίες, βία προς τους άλλους, πτώση, σπασμούς και ενδείξεις αποσύνδεσης.

Ημικά Ζητήματα που σχετίζονται με τις Αφροαμερικανικές Οικογένειες

Γλωσσικές Διαφορές

Όταν εργάζονται με αυτήν την υποομάδα, οι σύμβουλοι πρέπει να έχουν κατά νου ορισμένες ιδέες. Επειδή οι περισσότεροι Αφροαμερικανοί μιλούν Αγγλικά, οι διαφορές σε οποιεσδήποτε πολιτισμικές παραδόσεις δεν σχετίζονται με τη γλώσσα.

Ιστορικό Πλαίσιο

Στην πραγματικότητα, οι Αφροαμερικανοί έχουν ζήσει στις Ηνωμένες Πολιτείες για πολύ μεγαλύτερο χρονικό διάστημα από πολλές άλλες εθνικές ομάδες που μετανάστευσαν στα τέλη του 19ου αιώνα, με αποτέλεσμα να έχουν συνήθως αφομοιώσει τις κυρίαρχες αξίες.



Θρησκεία στην Αφροαμερικανική Κουλτούρα

Ιστορικές Ρίζες

Οι σκλάβοι βρήκαν παρηγοριά στην άποψη ότι ο Θεός θα τους παρέχει έναν καλύτερο κόσμο, αφού φύγουν από αυτόν τον κόσμο του πόνου.

Διαγενεακή Μεταφορά

Αυτή η παράδοση των ισχυρών θρησκευτικών πεποιθήσεων και πρακτικών έχει μεταφερθεί διαγενεακά και πρέπει να λαμβάνεται υπόψη από τον σύμβουλο.

Συμβουλευτική Προσέγγιση

Για τον ειδικό που παρεμβαίνει στην κρίση, η ενσωμάτωση της εκκλησίας στη θεραπεία, είτε μέσω της αναζήτησης υποστήριξης από έναν ιερέα είτε μέσω της ενθάρρυνσης του εξυπηρετούμενου να εμπλακεί σε εκκλησιαστικές δραστηριότητες, είναι πολύτιμη.

Ρατσισμός και Επιπτώσεις του

Οι σύμβουλοι πρέπει να αναγνωρίσουν ότι ο ρατσισμός είναι ακόμα παρών στην κοινωνία μας και πρέπει να προσπαθήσουν να κατανοήσουν τον κόσμο ενός εξυπηρετούμενου που αντιμετωπίζει καθημερινά τον ρατσισμό.

Όπως προαναφέρθηκε, υπάρχει μια τάση υπερδιάγνωσης των Μαύρων πολιτών με σχιζοφρένεια, καθώς και ακούσιας κράτησής τους, πιθανότατα λόγω έλλειψης πολιτισμικής ικανότητας.

Η δυσπιστία απέναντι σε μια ρατσιστική κοινωνία μπορεί από ορισμένους κλινικούς να εκλαμβάνεται ως παράνοια, ενώ στην πραγματικότητα, υπάρχει κάποια βάση αλήθειας πίσω από τον φόβο.

Είναι σημαντικό οι σύμβουλοι να αναγνωρίζουν αυτές τις πραγματικότητες και να μην παθολογικοποιούν φυσιολογικές αντιδράσεις σε συστημικές αδικίες.

Κίνημα Black Lives Matter

Ξεκίνημα

1

Η δημιουργία του κινήματος Black Lives Matter ξεκίνησε το 2012 "μετά την αθώωση του George Zimmerman, δολοφόνου του δεκαεπτάχρονου Trayvon Martin, με τον θανόντα δεκαεπτάχρονο Trayvon να τίθεται σε δίκη, μετά θάνατον, για τη δολοφονία του".

Αυξανόμενη Ευαισθητοποίηση

3

Από την εποχή που ξεκίνησε το Black Lives Matter, παρατηρείται ένας αυξανόμενος αριθμός πυροβολισμών άοπλων, κατά τα φαινόμενα, Μαύρων νεαρών ανδρών από την αστυνομία, οι οποίοι μεταδίδονται τηλεοπτικά.

4

Ιδεολογική Βάση

"Το κίνημα Black Lives Matter είναι μια ιδεολογική και πολιτική παρέμβαση σε έναν κόσμο όπου οι ζωές των Μαύρων αποτελούν σκόπιμα στόχο θανάτου. Είναι μια επιβεβαίωση των συνεισφορών των Μαύρων ανθρώπων στην ανθρωπότητα και της ανθεκτικότητάς τους απέναντι στη θανατική καταπίεση".

Ευρύτερο Πλαίσιο

Το κίνημα Black Lives Matter επίσης ασχολείται πολύ με τη δικαιοσύνη που αφορά άλλες ομάδες, όπως οι ομοφυλόφιλοι, οι λεσβίες και ο σεξισμός.

Επιπτώσεις του Ρατσισμού στην Ψυχική Υγεία

Για πολλούς νεαρούς Μαύρους άνδρες και γυναίκες, απλώς και μόνο το να οδηγούν ή να περπατούν στον δρόμο, τους προκαλεί φόβο θανάτου από την αστυνομία. Οι γονείς των Μαύρων παιδιών συχνά συζητούν μαζί τους πώς να κινούνται σε καθημερινή βάση για να μη χάσουν τη ζωή τους από την αστυνομία.

Πρόκειται για ημικά ζητήματα, που ο μέσος Καυκάσιος ή Ασιάτης Αμερικανός δεν αντιμετωπίζει ποτέ. Οι σύμβουλοι που παρέχουν υπηρεσίες σε Αφροαμερικανούς είναι καλό να δίνουν χώρο στη διερεύνηση αυτών των ζητημάτων.

Το να βρίσκεται κάποιος σε μια διαρκή κατάσταση φόβου για τη ζωή του μπορεί να επιβαρύνει την ανθεκτικότητά του.



Ημικά Ζητήματα που σχετίζονται με τις Οικογένειες των Ασιατών Αμερικανών



Οικογενειακή Προσέγγιση

Στην εργασία του με Ασιάτες Αμερικανούς, ο Hong (1988) βρήκε ότι οι σύμβουλοι ψυχικής υγείας θα ήταν καλό να υιοθετήσουν ένα γενικό μοντέλο οικογενειακής πρακτικής.



Σταθερή Αλληλεπίδραση

Είναι σημαντικό να διατηρούν μια σταθερή αλληλεπίδραση με την οικογένεια και να λειτουργούν ως πηγή, την οποία η οικογένεια μπορεί να συμβουλευτεί όταν αντιμετωπίζει κάποια δυσκολία.



Ολιστική Γνώση

Ένας σύμβουλος πρέπει να χρησιμοποιεί τη γνώση του εξυπηρετούμενου, καθώς και γνώση της οικογένειας, της κοινότητας και του κοινωνικού περιβάλλοντος του εξυπηρετούμενου.

4

Πολιτισμική Συμβατότητα

Αυτή η προσέγγιση φαίνεται να ταιριάζει ιδιαίτερα στους Ασιάτες Αμερικανούς, η κουλτούρα των οποίων δίνει έμφαση στον ρόλο της οικογένειας.

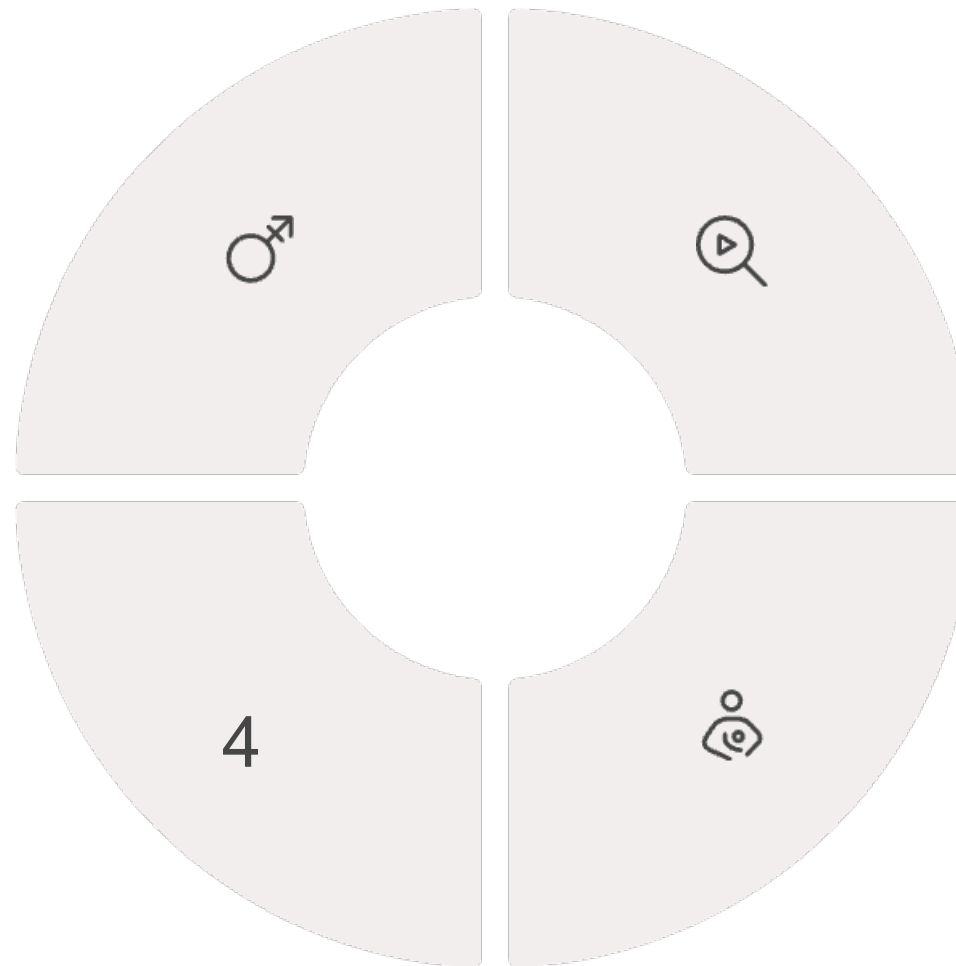
Δομή της Οικογένειας των Ασιατών Αμερικανών

Ρόλος Ανδρών

Στις περισσότερες παραδοσιακές
Ασιατικές οικογένειες, οι άνδρες
αποτελούν αντικείμενο
μεγαλύτερου σεβασμού συγκριτικά
με τις γυναίκες.

Ρόλος Κόρης

Η κόρη συνεισφέρει στο νοικοκυριό
έως ότου παντρευτεί· στη συνέχεια,
ανήκει στο νοικοκυριό και στην
οικογένεια του συζύγου της.



Ρόλος Μεγαλύτερου Γιου

Ο μεγαλύτερος σε ηλικία γιος έχει
περισσότερα προνόμια από τη
μητέρα του, παρότι πρέπει να τη
σέβεται σε ορισμένα επίπεδα.

Ρόλος Μητέρας

Η μητέρα παίζει τον στερεοτυπικό
ρόλο του φροντιστή, παρέχοντας
οικογενειακή δομή, ενώ ο πατέρας
λαμβάνει όλες τις οικογενειακές
αποφάσεις.

Ντροπή και Υποχρέωση στην Κουλτούρα των Ασιατών Αμερικανών

Συλλογική Ντροπή

Αν οι κανόνες δεν τηρούνται, ένα άτομο και η οικογένεια θα βιώσουν μια αίσθηση ντροπής, όχι μόνο για τις δικές τους πράξεις, αλλά και για ολόκληρο το οικογενειακό σόι.

Ο παράγοντας αυτός καθιστά ενίοτε αναγκαία την πλήρη απόρριψη ενός μέλους της οικογένειας, προκειμένου να μην έρθει η ντροπή στην οικογένεια.

Οικογενειακή Υποχρέωση

Η υποχρέωση προκύπτει σε κάθε κατάσταση στην οποία εμπλέκονται οι κανόνες της οικογενειακής δομής. Το παιδί είναι υποχρεωμένο να σέβεται τη δομή.

Η επιλογή μεταξύ υποχρέωσης και ατομικής ελευθερίας συχνά προκαλεί συναισθήματα κατάθλιψης και άγχους. Ο σύμβουλος πρέπει να είναι ευαίσθητος απέναντι σε αυτές τις δυσκολίες και να αναζητά τρόπους διαπραγμάτευσης συμβιβασμών, όταν αυτό είναι εφικτό.

Η Διαδικασία της Επικοινωνίας στην Κουλτούρα των Ασιατών Αμερικανών

Αποφυγή Βλεμματικής Επαφής

Οι Ασιάτες Αμερικανοί έχουν συνηθίσει να αποφεύγουν τη βλεμματική επαφή και τις κατά μέτωπο αντιπαραθέσεις, ειδικά με ιατρούς και πρόσωπα εξουσίας.

Σεβασμός στην Εξουσία

Οι Ασιάτες εξυπηρετούμενοι μπορεί να νιώθουν ότι δεν μπορούν να διαφωνήσουν με τον σύμβουλο, λόγω του σεβασμού απέναντι στη θέση εξουσίας.

Έμμεση Επικοινωνία

Αν ένας σύμβουλος εργάζεται με μια οικογένεια, η τάση του να ζητά από τα μέλη της οικογένειας να αντιμετωπίσουν ο ένας τον άλλον μπορεί να γίνεται αντιληπτή ως πολιτισμικά μη ευαίσθητη.



Αποτελεσματικές Προσεγγίσεις για Ασιάτες Αμερικανούς

Θα έχουν καλύτερα αποτελέσματα με περισσότερο εκπαιδευτικές προσεγγίσεις επίλυσης προβλήματος, που εστιάζουν σε ένα τρέχον πρόβλημα.

Η αναπλαισίωση της λύσης ως στοιχείου που θα ενδυναμώσει την οικογενειακή μονάδα θα γίνει πιθανότατα αποδεκτή από τους Ασιάτες Αμερικανούς εξυπηρετούμενους.

Ο σύμβουλος θα πρέπει να προσπαθήσει να έχει επίγνωση της ιεραρχίας στην οικογένεια και να συμπεριλάβει τα πιο ισχυρά μέλη της οικογένειας στη λήψη αποφάσεων.

Είναι σημαντικό να αναγνωρίζεται η αξία της οικογενειακής αρμονίας και να αποφεύγονται προσεγγίσεις που μπορεί να προκαλέσουν αισθήματα ντροπής ή απώλειας προσώπου.

Παράδειγμα Περίπτωσης: Εφηβική Κρίση

Η Περίπτωση

Μια οικογένεια ζητά βοήθεια για να συμμορφώσει τη δεκαετή κόρη της. Της αρέσει να παραμένει μόνη στο δωμάτιό της, αντιμιλά στους γονείς της, προτιμά τους φίλους παρά την οικογένειά της και ενδιαφέρεται για τα αγόρια.

Αντίδραση Γονέων

Οι γονείς της περιόρισαν τις δραστηριότητές της εκτός σπιτιού, αλλά αυτό δεν έχει βοηθήσει.

Συμβουλευτική Προσέγγιση

Ένας σύμβουλος μπορεί να βοηθήσει στην αναδόμηση και αναπλαισίωση όλου του συστήματος. Αντί για δύο ενήλικες και ένα παιδί, η οικογένεια αποτελείται από δύο ενήλικες και μία έφηβη, που ωριμάζει και συμπεριφέρεται φυσιολογικά.



Παράδειγμα Περίπτωσης: Βρεφική Ηλικία

Η Περίπτωση

Ένα αντρόγυνο ζητά βοήθεια λόγω των συχνών διαπληκτισμών. Το πρώτο τους παιδί γεννήθηκε πριν ένα μήνα και ήταν πολύ χαρούμενοι αμέσως μετά τη γέννηση, αλλά τώρα βρίσκονται σε ένταση, θυμώνουν ο ένας στον άλλον και δεν έχουν επιθυμία για σεξουαλική επαφή ή τρυφερότητα μεταξύ τους.

Συμβουλευτική Προσέγγιση

Επιβεβαίωση: Η ύπαρξη ενός νεογέννητου και η αποστέρωση του ύπνου συχνά αποτελούν ιδιαίτερα στρεσογόνα γεγονότα.

Εκπαίδευση: Η σεξουαλική επιθυμία συχνά περιορίζεται στη μητέρα μετά τη γέννα, λόγω ορμονικών αλλαγών, καθώς και λόγω της ενασχόλησης με τον μητρικό ρόλο.

Αναπλαισίωση: Το γεγονός ότι προσέρχονται μαζί στη συμβουλευτική είναι στοιχείο που αποδεικνύει ότι συνεχίζουν να αγαπούν ο ένας τον άλλον και θέλουν να ανακτήσουν τα στοργικά συναισθήματα που είχαν.

Παράδειγμα Περίπτωσης: Νηπιακή Ηλικία

1

Η Περίπτωση

Μια μητέρα προσέρχεται σε εσάς για να παραπονεθεί για την υπερκινητικότητα του γιου της που είναι δύο ετών. Κάνει θορύβους όλη μέρα, δεν μπορεί να μείνει ακίνητος, δεν ακούει, δαγκώνει τη μεγαλύτερη αδερφή του όταν θυμώνει, λέει "όχι" όλη την ώρα και αρνείται να εκπαιδευτεί στην τουαλέτα.



Εκπαίδευση

Είναι φυσιολογικό για τα αγόρια να χρειάζονται περισσότερο χρόνο από τα κορίτσια για να εκπαιδευτούν στην τουαλέτα. Εκπαιδεύστε τη μητέρα στο γεγονός ότι ένα παιδί δύο ετών δεν μπορεί να διαγνωστεί ως υπερκινητικό, γιατί μεγάλο μέρος της υπερκινητικής συμπεριφοράς του είναι φυσιολογική.

3

Αναπλαισίωση

Το δάγκωμα είναι ο μόνος τρόπος για να επικοινωνεί, επειδή ακόμα δεν μπορεί να μιλήσει. Το γεγονός ότι λέει συνέχεια "όχι" δείχνει ότι απλώς μιμείται όλα όσα ενδεχομένως του λένε στη διάρκεια της ημέρας.

Παράδειγμα Περίπτωσης: Νεαρή Ενήλικη Ζωή

Η Περίπτωση

Μια εικοσάχρονη γυναίκα πανικοβάλλεται καθώς σχεδιάζει τον γάμο της. Οι γονείς και από τις δύο πλευρές προσπαθούν να ελέγξουν τα πάντα και είναι έτοιμη να κλεφτεί την επόμενη μέρα. Ο μέλλοντας σύζυγός της φαίνεται να παίρνει πάντα το μέρος της μητέρας του και να μην της εκφράζει τη γνώμη του.

Συμβουλευτική Προσέγγιση

Εκπαίδευση: Ένας γάμος είναι εξίσου στρεσογόνος για τους γονείς, γιατί πρέπει να αποχωριστούν τα παιδιά τους, γεγονός που αλλάζει πλήρως τη δυναμική μιας οικογένειας.

Αναπλαισίωση: Οι ελεγκτικές συμπεριφορές των γονέων μπορούν να ιδωθούν ως μια απόπειρα διατήρησης του ρόλου του γονέα, όχι απλώς του ρόλου του κακού.

Ενδυνάμωση: Βοηθήστε την να αναλάβει τα πράγματα που είναι πιο σημαντικά για την ίδια και να μην αγωνίζεται σε κάθε μάχη.

Παράδειγμα Περίπτωσης: Εφηβεία

Η Περίπτωση

Μία μητέρα και ένας πατέρας φέρνουν τον δεκαεξάχρονο γιο τους σε εσάς, γιατί απειλεί να το σκάσει. Αυτήν την εβδομάδα του πήραν το δίπλωμα οδήγησης, γιατί απέτυχε σε τέσσερα μαθήματα. Δεν θέλουν να βρίσκεται στους δρόμους, αλλά νιώθουν ότι πρέπει να κερδίσει το προνόμιο της κατοχής ενός αυτοκινήτου.

Συμβουλευτική Προσέγγιση

Αναπλαισίωση: Η φυγή μπορεί να ιδωθεί ως μια ύστατη προσπάθεια να νιώσει κάποια αίσθηση ελέγχου και ανεξαρτησίας.

Ενδυνάμωση: Διερευνήστε τι μπορεί να γίνει, προκειμένου να νιώσουν όλοι ασφαλείς.

Επιβεβαίωση: Αναγνωρίστε ότι η εφηβεία είναι μια θυελλώδης περίοδος, κατά την οποία οι γονείς και ο έφηβος νιώθουν συχνά θυμωμένοι και λυπημένοι.

Παράδειγμα Περίπτωσης: Ασιάτης Αμερικανός Φοιτητής

Η Περίπτωση

Ένας δεκαεννιάχρονος Ασιάτης έχει πάρει δύο D στην αναλυτική βαθμολογία του πανεπιστημίου του και νιώθει ότι έχει ντροπιάσει την οικογένειά του. Σχεδιάζει να αυτοκτονήσει, πηδώντας από το ψηλότερο κτίριο της πανεπιστημιούπολης.

Συμβουλευτική Προσέγγιση

Αναπλαισίωση: Τονίστε την ντροπή που θα βιώσει η οικογένεια αν αυτοκτονήσει σε δημόσιο χώρο. Οι βαθμοί μπορούν να κρυφτούν, αλλά μια αυτοκτονία όχι.

Επιβεβαίωση: Πείτε του ότι είναι κάπως ντροπιαστικό και απογοητευτικό να παίρνει κάποιος χαμηλούς βαθμούς και είναι δύσκολο να αντιμετωπίζει τους άλλους όταν δεν έχει επιτύχει.

Ενδυνάμωση: Παρότι δεν μπορεί να γυρίσει τον χρόνο πίσω και να αλλάξει τη βαθμολογία του, μπορεί να χρησιμοποιήσει αυτό το γεγονός ως κίνητρο για να αλλάξει τη συμπεριφορά του στο μέλλον.

Παράδειγμα Περίπτωσης: Λατινοαμερικανίδα με Αυτοκτονικό Ιδεασμό

Η Περίπτωση

Μία σαρανταπεντάχρονη Μεξικανή Αμερικανίδα παρουσιάζεται για συμβουλευτική μετά από μια απόπειρα αυτοκτονίας. Σκέφτεται ότι η αυτοκτονία θα ήταν το καλύτερο για την οικογένειά της, γιατί πρέπει να τη βοηθήσουν να μετακινείται σε διάφορα μέρη, λόγω ενός τραυματισμού στη μέση της.

Συμβουλευτική Προσέγγιση

Επιβεβαίωση: Είναι δύσκολο να εξαρτάται από άλλους, ειδικά όταν έχει υπάρξει μια τόσο δοτική και φροντιστική μητέρα.

Αναπλαισίωση: Μιας και είστε προφανώς μια φροντιστική μητέρα, που σκέφτεται την ευημερία των παιδιών της και είναι πρόθυμη να θυσιάσει τη ζωή της για χάρη τους, πρέπει να συνειδητοποιήσετε ότι αν αυτοκτονήσετε θα τα επιβαρύνετε ακόμα περισσότερο.

Ενδυνάμωση: Παρότι δεν μπορείτε να ελέγξετε το γεγονός ότι είστε τραυματισμένη, μπορείτε ωστόσο να ελέγξετε το αν και κατά πόσο θα τραυματίσετε τον εαυτό σας σκόπιμα, αυτοκτονώντας.

Παράδειγμα Περίπτωσης: Αφροαμερικανός Πατέρας

Η Περίπτωση

Ένας πενήντάχρονος πατέρας δύο Αφροαμερικανών εφήβων προσέρχεται για συμβουλευτική μετά από μια κρίση άγχους. Μόλις άκουσε στις ειδήσεις ότι πολλοί νέοι Αφροαμερικανοί δέχθηκαν πυροβολισμούς και σκοτώθηκαν από την αστυνομία. Δεν μπορεί πια να διαχειριστεί το γεγονός ότι τα αγόρια του θα βγαίνουν από το σπίτι, καθώς φοβάται μήπως χάσουν τη ζωή τους.

Συμβουλευτική Προσέγγιση

Επιβεβαίωση: Αυτή η πιθανότητα είναι πολύ τρομακτική και σε ένα βαθμό αληθινή. Το άγχος σας είναι κατανοητό.

Ενδυνάμωση: Παρότι ισχύει ότι δεν μπορείτε να ελέγξετε κάθε ενέργεια της αστυνομίας, έχετε κάποιον έλεγχο σε αυτά που μπορείτε να πείτε στα αγόρια σας για τις συμπεριφορές που μπορούν να εκδηλώσουν, προκειμένου να μειώσουν τον σχετικό κίνδυνο.

Εκπαίδευση: Υπάρχουν ιστοσελίδες και άλλες δραστηριότητες που αφορούν τους πυροβολισμούς από αστυνομικούς και παρέχουν συμβουλές για το πώς να διαχειρίζονται καλύτερα την αστυνομία.

Σύνοψη Αναπτυξιακών Κρίσεων



Οι αναπτυξιακές κρίσεις εμφανίζονται σε κάθε στάδιο της ζωής, από τη βρεφική ηλικία μέχρι την ωριμότητα. Κάθε στάδιο έχει τα δικά του μοναδικά ψυχοκοινωνικά έργα που πρέπει να επιτευχθούν, και η αποτυχία ολοκλήρωσής τους μπορεί να οδηγήσει σε κρίση. Η κατανόηση των σταδίων επιτρέπει στους συμβούλους να παρέχουν κατάλληλες παρεμβάσεις που βοηθούν τους εξυπηρετούμενους να ξεπεράσουν τις προκλήσεις κάθε σταδίου. Η κατανόηση αυτών

Σύνοψη Πολιτισμικών Κρίσεων



Λατινοαμερικανικές Αξίες

Οι Λατινοαμερικανοί συχνά αντιμετωπίζουν κρίσεις που σχετίζονται με την προσωπολατρεία, τον μαριανισμό, τον ματισμό και την οικογενειοκρατία. Η νευρική κρίση (ataque de nervios) είναι ένα πολιτισμικά συγκεκριμένο σύνδρομο που απαιτεί ειδική κατανόηση.



Αφροαμερικανικές Προκλήσεις

Οι Αφροαμερικανοί αντιμετωπίζουν κρίσεις που σχετίζονται με τον συνεχιζόμενο ρατσισμό, τη θρησκευτική ταυτότητα και τις κοινωνικές αδικίες. Το κίνημα Black Lives Matter αντικατοπτρίζει τις σύγχρονες ανησυχίες για τη δικαιοσύνη και την ασφάλεια.



Ασιατικές Αμερικανικές Δυναμικές

Οι Ασιάτες Αμερικανοί συχνά βιώνουν κρίσεις που σχετίζονται με την οικογενειακή ιεραρχία, την ντροπή, την υποχρέωση και τα πρότυπα επικοινωνίας. Η συλλογική ταυτότητα και η ατομική ελευθερία μπορεί να βρίσκονται σε σύγκρουση.



Αποτελεσματικές Παρεμβάσεις στην Κρίση

1

Πολιτισμική Σεμνότητα

Η προθυμία αναστολής προηγούμενων γνώσεων και η αποφυγή γενικεύσεων για την κουλτούρα του εξυπηρετούμενου είναι θεμελιώδης για την αποτελεσματική παρέμβαση.



Οικογενειακή Προσέγγιση

Η κατανόηση της οικογενειακής δυναμικής και η εργασία με ολόκληρο το οικογενειακό σύστημα μπορεί να είναι πιο αποτελεσματική από την εστίαση μόνο στο άτομο που βιώνει την κρίση.

3

Αναπλαισίωση

Η αναπλαισίωση των καταστάσεων με τρόπους που σέβονται τις πολιτισμικές αξίες του εξυπηρετούμενου μπορεί να βοηθήσει στην αλλαγή της αντίληψης και στη μείωση του άγχους.



Εκπαίδευση

Η παροχή πληροφοριών σχετικά με τις αναπτυξιακές φάσεις και τις φυσιολογικές αντιδράσεις μπορεί να ομαλοποιήσει την εμπειρία της κρίσης και να μειώσει το αίσθημα απομόνωσης.



Συμπεράσματα και Μελλοντικές Κατευθύνσεις



Αναπτυξιακή Προοπτική

Η κατανόηση των αναπτυξιακών σταδίων του Erikson παρέχει ένα πολύτιμο πλαίσιο για την αναγνώριση και την αντιμετώπιση των κρίσεων που προκύπτουν σε διαφορετικές φάσεις της ζωής.



Σύγχρονες Προκλήσεις

Νέα φαινόμενα όπως ο Φόβος Απώλειας Ευκαιρίας (ΦΑΕ) αναδεικνύουν την ανάγκη για συνεχή προσαρμογή των μοντέλων παρέμβασης στις αναδυόμενες κοινωνικές και τεχνολογικές αλλαγές.



Πολιτισμική Ευαισθησία

Η διάκριση μεταξύ ημικών και ητικών ζητημάτων επιτρέπει στους συμβούλους να αναγνωρίζουν τόσο τις καθολικές ανθρώπινες εμπειρίες όσο και τις πολιτισμικά συγκεκριμένες εκφράσεις της κρίσης.



Ολοκληρωμένη Προσέγγιση

Ο συνδυασμός αναπτυξιακών, πολιτισμικών και συστημικών προσεγγίσεων προσφέρει την πιο ολοκληρωμένη βάση για την αποτελεσματική παρέμβαση στην κρίση στο σημερινό πολύπλοκο και πολυπολιτισμικό περιβάλλον.