

The background features a dark blue gradient with faint, light blue circular patterns and a scale-like graphic on the left side. The scale has numbers ranging from 140 to 260. The text is centered and written in white, uppercase letters.

ΜΑΘΗΜΑ 2 ΕΙΣΑΓΩΓΗ ΣΤΗ ΣΥΜΒΟΥΛΕΥΤΙΚΗ
ΚΑΙ ΑΠΟ ΤΟ ΒΙΒΛΙΟ
ΣΥΜΒΟΥΛΕΥΤΙΚΗ ΨΥΧΟΛΟΓΙΑ
ΕΠΙΜΕΛΕΙΑ Χ. ΑΘΑΝΑΣΙΑΔΟΥ

ΠΟΛΥΠΟΛΙΤΙΣΜΙΚΗ ΣΥΜΒΟΥΛΕΥΤΙΚΗ &
ΣΥΜΒΟΥΛΕΥΤΙΚΗ ΓΥΝΑΙΚΩΝ
ΚΕΦΑΛΑΙΑ 1-2

ΟΡΙΣΜΟΙ ΣΥΜΒΟΥΛΕΥΤΙΚΗΣ

- Ο όρος συμβουλευτική συμπεριλαμβάνει την εργασία με άτομα και με σχέσεις, η οποία μπορεί να συνδέεται με την ανάπτυξη, την υποστήριξη κρίσεων, να είναι ψυχοθεραπευτική, καθοδηγητική ή να έχει στόχο την επίλυση προβλημάτων. Η συμβουλευτική έχει σκοπό να δώσει στον πελάτη μια ευκαιρία να εξερευνήσει, να ανακαλύψει και να αποσαφηνίσει τους τρόπους που θα παράσχουν μια ζωή πιο ικανοποιητική και δημιουργική» (Bac, 1984 στο Πλεξουσάκης, 2010: 260)
- «Η συμβουλευτική αντιπροσωπεύει μια επαγγελματική σχέση μεταξύ ενός καταρτισμένου συμβούλου και ενός πελάτη. Είναι οργανωμένη με τέτοιο τρόπο, ώστε να βοηθά τους πελάτες να κατανοήσουν και να αποσαφηνίσουν τις απόψεις τους σχετικά με το εύρος ζωής τους και να μάθουν να επιτυγχάνουν τους στόχους που έχουν θέσει οι ίδιοι για τον εαυτό τους μέσα από σημαντικές και εμπειριστατωμένες επιλογές, καθώς και μέσω της επίλυσης προβλημάτων συναισθηματικής και διαπροσωπικής φύσης» (Burks & Steffle, 1979 στο McLeod, 2003: 30).
- Η συμβουλευτική είναι μια αυστηρά καθορισμένη σχέση, κατά την οποία εφαρμόζονται μία ή περισσότερες θεωρίες ψυχολογίας και ένα συγκεκριμένο σύνολο επικοινωνιακών δεξιοτήτων, οι οποίες αλλάζουν με την εμπειρία, τη διαίσθηση και άλλους διαπροσωπικούς παράγοντες των πελατών.
- Η κυρίαρχη φιλοσοφία είναι πρώτα να διευκολύνει και στη συνέχεια να παρέχει συμβουλές ή να παρακινεί. Είναι μια υπηρεσία που την αναζητούν άνθρωποι οι οποίοι υποφέρουν από κάποια διαταραχή ή βρίσκονται σε μια σύγχυση και επιθυμούν να συζητήσουν και να επιλύσουν τα προβλήματα τους μέσα σε μια σχέση που θα είναι πιο πειθαρχημένη και εμπιστευτική από τη φιλία και που ίσως θα τους στιγματίσει λιγότερο από τις σχέσεις βοήθειας που δημιουργούνται σε παραδοσιακό ιατρικό ή ψυχιατρικό περιβάλλον» (Felthan & Dryden, 1993 στο McLeod, 2003: 30).

ΕΙΣΑΓΩΓΗ ΣΤΗΝ ΣΥΜΒΟΥΛΕΥΤΙΚΗ

- Ο C. Rogers (Rogers, 1942a στο Μαλικιώση-Λοΐζου 1998), ο οποίος από πολλούς θεωρήθηκε ο «πατέρας» της συμβουλευτικής», ορίζει τη συμβουλευτική τονίζοντας τη συμβουλευτική σχέση:
- «Η επιτυχημένη συμβουλευτική αποτελείται από μια σαφώς οργανωμένη και επιτρεπτική σχέση που επιτρέπει στον πελάτη να αποκτήσει αυτογνωσία σε βαθμό που να μπορεί να κάνει θετικά βήματα προς την κατεύθυνση που του έχει υποδείξει ο νέος του προσανατολισμός.
- Η συμβουλευτική συνίσταται σε μια σειρά άμεσων επαφών με το άτομο, που αποσκοπούν στο να του προσφέρουν βοήθεια, ώστε να αλλάξει τις στάσεις και τη συμπεριφορά του» (Rogers, 1942a στο Μαλικιώση- Λοΐζου, 1998: 16).
- Αποτελέσματα της συμβουλευτικής διαδικασίας
- Επίλυση του αρχικού προβλήματος: το άτομο είναι δυνατό να κατανοεί το πρόβλημα, να βλέπει τις πτυχές του, να φτάνει στην προσωπική αποδοχή και να ενεργεί, ώστε να αλλάξει την κατάσταση που δημιούργησε το πρόβλημα.
- Μάθηση: το άτομο μέσω της συμβουλευτικής διαδικασίας μπορεί να αποκτήσει νέες γνώσεις, δεξιότητες και στρατηγικές που θα το διευκολύνουν να χειριστεί παρόμοιες δυσκολίες όποτε αυτές προκύπτουν.
- Κοινωνική ενσωμάτωση: το άτομο ενισχύεται, ώστε να συμβάλλει στην ευημερία των άλλων και στο κοινωνικό καλό (McLeod, 2003).

ΣΤΟΧΟΙ ΣΥΜΒΟΥΛΕΥΤΙΚΗΣ

- Η Συμβουλευτική αποβλέπει στην ολική ανάπτυξη του ατόμου, χωρίς να απομονώνει ή να ενισχύει κάποια όψη της προσωπικότητας ξεχωριστά.
- Η Συμβουλευτική στηρίζεται στη συνεργασία με το άτομο ή με την ομάδα ή οικογένεια, ανάλογα, αν ασκείται ατομικά, ομαδικά ή με την οικογένεια
- Προϋποθέτει την αναγνώριση της ατομικής ελευθερίας στο επίπεδο ελεύθερης επιλογής του ατόμου μεταξύ εναλλακτικών λύσεων.
- Ασκείται μόνο με τη θέληση των ατόμων, μετά από σωστή πληροφόρηση του ενδιαφερομένου και αμερόληπτη εξέταση των δυνατοτήτων του καθώς και του περιβάλλοντος του.
- Προϋποθέτει το σεβασμό της προσωπικότητας του ατόμου και κυρίως των αξιών, των αρχών και της ηθικής του.
- Στηρίζεται στις αρχές της ατομικότητας και της ισότητας, οι οποίες παρουσιάζονται με τη μορφή της επικοινωνίας μεταξύ συμβούλου και συμβουλευόμενου η οποία είναι φιλική, ειλικρινής, γνήσια και δημιουργική.

ΣΤΟΧΟΙ ΣΥΜΒΟΥΛΕΥΤΙΚΗΣ (2)

Προσπάθεια ορισμού των στόχων της συμβουλευτικής από την Tyler (1969) σύμφωνα με την οποία υπάρχουν δύο τάσεις:

- η συμβουλευτική αποβλέπει στη διευκόλυνση λήψης σωστών αποφάσεων,
- η συμβουλευτική αποβλέπει στη διευκόλυνση του ατόμου να πετύχει σωστή προσαρμογή και να διατηρήσει ή να προάγει την ψυχική του υγεία.
- Σε μια γενικότερη τοποθέτηση θα λέγαμε ότι στόχος της συμβουλευτικής είναι να διευκολύνει το άτομο να πετύχει απαραίτητες αλλαγές στη συμπεριφορά του ή στη συμπεριφορά των άλλων για να εξασφαλίσει την όσο το δυνατόν μεγαλύτερη αξιοποίηση του εαυτού του. Η συμβουλευτική πρέπει να είναι περισσότερο προληπτική και λιγότερο επανορθωτική ή αντισταθμιστική.
- Στόχος της συμβουλευτικής οικογένειας είναι να βοηθήσει το κάθε μέλος και την οικογένεια συνολικά να αποκτήσει αυτογνωσία, υπευθυνότητα, αυτοέλεγχο, αποδοχή, προγραμματισμό και αυτοπραγμάτωση.
- Οι διαδικαστικοί στόχοι αφορούν και τον σύμβουλο και τον συμβουλευόμενο και συνδέονται με την ύπαρξη κατάλληλων συνθηκών, ώστε να επιτευχθεί η επιθυμητή αλλαγή συμπεριφοράς.
- Οι στόχοι έκβασης αναφέρονται στους λόγους για τους οποίους το άτομο ζήτησε τη βοήθεια του συμβούλου. Οι στόχοι αυτοί πρέπει να είναι σαφείς, γιατί τότε μόνον διευκολύνεται η γρήγορη επίτευξή τους και συντελούν στη γρήγορη συμβουλευτική διαδικασία.

ΠΟΛΥΠΟΛΙΤΙΣΜΙΚΗ ΣΥΜΒΟΥΛΕΥΤΙΚΗ: ΕΙΣΑΓΩΓΗ

Η Μετανάστευση ήταν πάντα μέρος της ζωής του ανθρώπου. Ωστόσο, ο αριθμός των ανθρώπων που επιλέγουν να μεταναστεύσουν αυξάνεται για διάφορους λόγους (όπως για παράδειγμα, ο πόλεμος ή η οικονομική ανασφάλεια). Με την ίδρυση της Ευρωπαϊκής Ένωσης το 1993 και την αύξηση των χωρών μελών στις 28 (μέχρι το 2016), η μετανάστευση και αλληλεπίδραση των ανθρώπων με διαφορετικό πολιτισμικό υπόβαθρο (π.χ. διαφορετική εθνικότητα, γλώσσα, θρησκεία, ήθη, έθιμα κ.ο.κ.) είναι μια πραγματικότητα που δεν μπορεί να παραμεληθεί. Εκτός της Ευρωπαϊκής Ένωσης, ο πόλεμος στη Γιουγκοσλαβία, η πολιτική κρίση στην Αλβανία και πρόσφατα ο πόλεμος στη Συρία αύξησαν ραγδαία τη μετακίνηση του πληθυσμού αυτών των χωρών σε ευρωπαϊκές χώρες, συμπεριλαμβανομένης και της Ελλάδας. Τα παραπάνω γεγονότα προκάλεσαν μια τεράστια αλλαγή στα δημογραφικά δεδομένα των παραπάνω χωρών, όπου διαμένουν πλέον ποικίλες εθνικές ομάδες, παρότι στην Ελλάδα η μόνη επίσημα αναγνωρισμένη μειονότητα είναι η μουσουλμανική μειονότητα της Θράκης.

Στο πλαίσιο μιας συμβουλευτικής διαδικασίας μπορεί να συμμετέχουν άτομα διαφορετικής εθνοπολιτισμικής προέλευσης αλλά και άλλες ομάδες ατόμων, οι οποίες δεν είναι διαφορετικές εθνικά ή πολιτισμικά, ωστόσο θεωρούνται κοινωνικά ευάλωτες, όπως είναι οι ομοφυλόφιλοι, τα άτομα με νοητική ή σωματική αναπηρία, οι υπερήλικες, οι μονογονεϊκές οικογένειες κ.ά. (Κλεφτάρας, 2009). Καθεμιά από αυτές τις ομάδες έχει τη δική της «κουλτούρα» και έναν διαφορετικό ίσως τρόπο επικοινωνίας και αλληλεπίδρασης, στον οποίο οι σύμβουλοι οφείλουν να είναι ευαισθητοποιημένοι.

ΟΡΟΛΟΓΙΑ ΣΥΣΧΕΤΙΖΟΜΕΝΗ ΜΕ ΤΗΝ ΠΟΛΥΠΟΛΙΤΙΣΜΙΚΗ ΣΥΜΒΟΥΛΕΥΤΙΚΗ (1)

Στο πλαίσιο της Συμβουλευτικής Ψυχολογίας, ο όρος *κουλτούρα* περιλαμβάνει τόσο δημογραφικά στοιχεία (φύλο, ηλικία, τόπος διαμονής, κοινωνικοοικονομικό και μορφωτικό επίπεδο, κ.λπ.) όσο και εθνογραφικά στοιχεία (γλώσσα, εθνικότητα, θρησκεία κ.λπ.) (Pedersen, 2000).

Ο όρος *πολυπολιτισμικότητα* αναφέρεται σε μια «πολλαπλή συνάρθρωση ποικίλων αντικρουόμενων και αμφισβητούμενων ιδεών και ερμηνειών για περίπλοκες ανθρώπινες συμπεριφορές, λειτουργίες, ήθη και έθιμα» (Moodley, 2007).

Κατά τους Sue και Torino (2005), η *πολυπολιτισμική συμβουλευτική*:

- (α) αποτελεί ένα βοηθητικό εργαλείο και μια διαδικασία που χρησιμοποιεί τρόπους και ορίζει σκοπούς, σύμφωνους με τις εμπειρίες και τις πολιτισμικές αξίες των συμβουλευόμενων,
- (β) αναγνωρίζει τις ποικίλες ταυτότητες των συμβουλευόμενων, οι οποίες ενδέχεται να περιλαμβάνουν ατομικά, ομαδικά και παγκόσμια χαρακτηριστικά,
- (γ) συνηγορεί υπέρ της χρήσης στρατηγικών και ρόλων τόσο παγκόσμιων όσο και ειδικών για μια πολιτισμική ομάδα, και
- (δ) ισορροπεί ανάμεσα στη σπουδαιότητα τόσο του ατομικισμού όσο και της συλλογικότητας κατά τη διαδικασία της αξιολόγησης, της διάγνωσης και της θεραπευτικής υποστήριξης.

ΟΡΟΛΟΓΙΑ ΣΥΣΧΕΤΙΖΟΜΕΝΗ ΜΕ ΤΗΝ ΠΟΛΥΠΟΛΙΤΙΣΜΙΚΗ ΣΥΜΒΟΥΛΕΥΤΙΚΗ (2)

- Ο όρος *εθνικότητα* αναφέρεται στην ιδιότητα του μέλους σε ένα εθνικό κράτος ή σε μια ομάδα η οποία φιλοδοξεί να ιδρύσει ένα εθνικό κράτος (π.χ. οι Σκοτσέζοι). Συνήθως, η εθνικότητα μπορεί να εξισωθεί με την έννοια της εθνότητας ή της υπηκοότητας (Χρυσόχοου, 2011).
- Ο όρος *φυλή* αναφέρεται σε μια κατηγορία ανθρώπων η οποία διαφοροποιείται βάσει φαινοτυπικών διαφορών, όπως είναι το χρώμα του δέρματος (Χρυσόχοου, 2011).
- Ο όρος *μετανάστης* αναφέρεται σε ανθρώπους οι οποίοι μετακινούνται οικειοθελώς σε μια άλλη χώρα με την πρόθεση να φτιάξουν εκεί τη ζωή τους και να μείνουν μόνιμα,
- Ο όρος *πρόσφυγας* σε ανθρώπους οι οποίοι εξαιτίας βάσιμου φόβου ότι διώκονται για λόγους φυλετικούς, θρησκευτικούς, εθνικής καταγωγής, λόγω ιδιότητας μέλους σε μια συγκεκριμένη ομάδα ή λόγω πολιτικών φρονημάτων αναγκάζονται να εγκαταλείπουν τη χώρα τους (Χρυσόχοου, 2011).
- Ο όρος *μειονότητα* αναφέρεται σε πιο μικρές ομάδες ανθρώπων, οι οποίες διαφοροποιούνται λόγω κάποιου ιδιαίτερου χαρακτηριστικού (εθνικού ή μη) (Χρυσόχοου, 2011).

Η ΘΕΩΡΙΑ ΤΗΣ ΠΟΛΥΠΟΛΙΤΙΣΜΙΚΗΣ ΣΥΜΒΟΥΛΕΥΤΙΚΗΣ (1)

- Η θεωρία της πολυπολιτισμικής συμβουλευτικής και θεραπείας των Sue, Ivey και Pedersen (1996) αποτελεί μια «μεταθεωρία», δηλαδή μια θεωρία για τις υπάρχουσες θεωρίες. Οι έξι προτάσεις της περιγράφουν μια ευρεία και πολιτισμικά βασισμένη αντίληψη της συμβουλευτικής διαδικασίας.

1. Τα κύρια θεωρητικά μοντέλα που εφαρμόζονται στο πλαίσιο μιας συμβουλευτικής διαδικασίας (π.χ. το ψυχαναλυτικό, το συμπεριφορικό, το ανθρωπιστικό μοντέλο κ.λπ.) διατυπώθηκαν σε ένα συγκεκριμένο πολιτισμικό πλαίσιο (κυρίως δυτικό), βασίζονται στη δυτική κοσμοθεωρία και απευθύνονται στον συγκεκριμένο πληθυσμό για τον οποίο αναπτύχθηκαν. Η θεωρία της πολυπολιτισμικής συμβουλευτικής και θεραπείας, προκειμένου να επιλύσει το παραπάνω ζήτημα, συνδέει και χρησιμοποιεί υλικό και από άλλες θεωρητικές προσεγγίσεις. Οι συμβουλευόμενοι/ες συμμετέχουν ενεργά και ισότιμα στη συμβουλευτική διαδικασία και οι σύμβουλοι κατέχουν βοηθητικές δεξιότητες που θεωρούνται κατάλληλες για το πολιτισμικό πλαίσιο και την κουλτούρα του/της πολιτισμικά διαφορετικού συμβουλευόμενου/ης.

2. Τόσο οι σύμβουλοι όσο και οι συμβουλευόμενοι/ες αναπτύσσουν τις ταυτότητές τους σε πολλαπλά πλαίσια εμπειριών (ατομικά, ομαδικά, παγκόσμια) και σε πολλαπλά επίπεδα (ατομικά, οικογενειακά, κοινωνικά). Σε μια θεραπευτική συνάντηση θα πρέπει να λαμβάνεται υπόψη τόσο το σύνολο αυτών των εμπειριών και επιπέδων όσο και οι σχέσεις μεταξύ τους. Επίσης, θα πρέπει οι σύμβουλοι και οι συμβουλευόμενοι/ες να αναγνωρίζουν ότι έχουν μεταξύ τους και αρκετές ομοιότητες, πέραν των οποιωνδήποτε διαφορών τους. Αφού αναγνωρίσουν και οι δύο ότι η ταυτότητα, οι αξίες και οι πεποιθήσεις του καθενός επηρεάζουν τη συμβουλευτική σχέση, τότε θα πρέπει να λαμβάνεται υπόψη η κουλτούρα και πώς αυτή μπορεί να εκφραστεί. Σύμφωνα με τη θεωρία της πολυπολιτισμικής συμβουλευτικής και θεραπείας, αναμένεται από τους εμπλεκόμενους να λειτουργούν σύμφωνα με τις εμπειρίες και αξίες της κουλτούρας τους.

Η ΘΕΩΡΙΑ ΤΗΣ ΠΟΛΥΠΟΛΙΤΙΣΜΙΚΗΣ ΣΥΜΒΟΥΛΕΥΤΙΚΗΣ (2)

3. Τόσο οι σύμβουλοι όσο και οι συμβουλευόμενοι/ες έχουν αναπτύξει την πολιτισμική τους ταυτότητα, η οποία επηρεάζει τις στάσεις και αντιλήψεις τους για τον ίδιο τους τον εαυτό και τους άλλους γύρω τους. Οι στάσεις και οι αντιλήψεις αυτές εκδηλώνονται γνωστικά, συναισθηματικά και συμπεριφορικά. Επίσης, οι στάσεις και αντιλήψεις αυτές αλλάζουν προοδευτικά, καθώς επηρεάζονται από διάφορους παράγοντες, όπως η δυναμική των σχέσεων κυρίαρχου - κυριαρχούμενου ανάμεσα σε πολιτισμικές ομάδες και άλλες πολιτισμικές μεταβλητές. Οι σύμβουλοι πρέπει να είναι σε θέση να αναγνωρίζουν και να κατανοούν αυτή την εξέλιξη της πολιτισμικής ταυτότητας αλλά και τις οποιεσδήποτε ενδοομαδικές διαφορές μπορεί να υπάρχουν. Μόνο έτσι μπορούν να εργάζονται με συμβουλευόμενους/ες από διαφορετικές κουλτούρες ή σε διαφορετικά πολιτισμικά πλαίσια από τα δικά τους. Η θεωρία της πολυπολιτισμικής συμβουλευτικής και θεραπείας αναγνωρίζει την ατομικότητα (μοναδικότητα) του κάθε ατόμου, όπως επίσης και τις ομαδικές και παγκόσμιες διαστάσεις που επηρεάζουν την ύπαρξη και ταυτότητα του κάθε ατόμου.

4. Η αποτελεσματικότητα της συγκεκριμένης θεωρίας αυξάνεται αν οι σύμβουλοι χρησιμοποιούν τρόπους προσέγγισης με τους/τις συμβουλευόμενους/ες οι οποίοι/ες είναι σύμφωνοι με τις εμπειρίες και τις αξίες τους. Στο πλαίσιο της θεωρίας αυτής υποστηρίζεται ότι δεν υπάρχει καμία προσέγγιση η οποία είναι αποτελεσματική για όλους τους πληθυσμούς και σε όλες τις περιπτώσεις. Οι σύμβουλοι έχουν στόχο να διευρύνουν και να εμπλουτίσουν την «εργαλειοθήκη» των βοηθητικών τους δεξιοτήτων -ανεξάρτητα από το θεωρητικό τους υπόβαθρο- για να μπορούν να αντεπεξέρχονται αποτελεσματικά σε διάφορες κουλτούρες και κυρίως σε αυτές που είναι διαφορετικές από τις δικές τους.

Η ΘΕΩΡΙΑ ΤΗΣ ΠΟΛΥΠΟΛΙΤΙΣΜΙΚΗΣ ΣΥΜΒΟΥΛΕΥΤΙΚΗΣ (3)

5. Οι σύμβουλοι θα πρέπει να είναι σε θέση να υιοθετούν ποικίλους ρόλους και να χρησιμοποιούν πολλαπλούς τρόπους παρέμβασης. Θα πρέπει να έχουν υπόψη ότι πέρα από την ατομική, πρόσωπο με πρόσωπο θεραπευτική παρέμβαση, ίσως χρειαστεί να απευθυνθούν και σε μεγαλύτερες κοινωνικές μονάδες και ομάδες, όπως και σε μεγαλύτερα συστήματα. Επίσης, θα πρέπει να περιλαμβάνουν και το στοιχείο της πρόληψης στις παρεμβάσεις τους. Η θεωρία αυτή σέβεται, επομένως, τόσο την ατομικότητα του ατόμου, όσο και τη συλλογικότητα που δίνει έμφαση στους οικογενειακούς, κοινοτικούς και πολιτισμικούς θεσμούς.

6. Ο βασικός σκοπός της θεωρίας της πολυπολιτισμικής συμβουλευτικής και θεραπείας είναι η απελευθέρωση της συνείδησης του ατόμου. Τονίζεται ότι οι σύμβουλοι θα πρέπει να υπερβούν τον στόχο της αυτοπραγμάτωσης, της αλλαγής συμπεριφοράς ή της κατανόησης παλαιότερων εμπειριών (βλ. παραδοσιακές θεωρίες συμβουλευτικής) και να εστιάσουν στη διεύρυνση της προσωπικής, οικογενειακής, ομαδικής και οργανωτικής συνείδησης των συμβουλευόμενων, έτσι ώστε εκείνοι να αποκτήσουν επίγνωση της πολιτισμικής τους ταυτότητας. Αυτό μπορεί να επιτευχθεί αν οι σύμβουλοι χρησιμοποιούν θεραπευτικές μεθόδους από διαφορετικές κουλτούρες. Τέλος, ο στόχος της αλλαγής μέσω μιας τέτοιας συμβουλευτικής διαδικασίας θα πρέπει να μπορεί να μετατοπίζεται από την προσωπική αλλαγή του/της συμβουλευόμενου/ης στην αλλαγή των συστημάτων που τον/την περιβάλλουν, ανάλογα με την περίπτωση.

ΣΤΟΧΟΙ ΤΗΣ ΠΟΛΥΠΟΛΙΤΙΣΜΙΚΗΣ ΣΥΜΒΟΥΛΕΥΤΙΚΗΣ (1)

Κατά τον Ramirez (1999), οι πολυπολιτισμικοί σύμβουλοι έχουν επτά κύριους στόχους κατά τη διάρκεια της συμβουλευτικής διαδικασίας.

1. Οι συμβουλευόμενοι/ες πρέπει να βρίσκονται σε ένα περιβάλλον αποδοχής. Με άλλα λόγια, οι σύμβουλοι οφείλουν να επιδεικνύουν μια θετική, μη επικριτική στάση αποδοχής, αντίθετη στις όποιες πιέσεις υποταγής ενός κοινωνικοπολιτικού συστήματος.
2. Οι σύμβουλοι οφείλουν να ακολουθούν μια διαδικασία αξιολόγησης : προσωπικότητας έτσι ώστε να εκτιμηθεί το επιθυμητό γνωστικό και πολιτισμικό στιλ του/της συμβουλευόμενου/ης και να αξιολογηθεί ως προς αυτό ί. των συμβούλων.
3. Οι σύμβουλοι πρέπει να εφαρμόζουν μια αρχική συνέντευξη κατά την οποία ο/η συμβουλευόμενος/η να μπορεί να αφηγηθεί την ιστορία της ζωής του/της, έτσι ώστε να αναγνωριστούν στιγμές όπου κοινωνικές πιέσεις ανάγκασαν τον/ην συμβουλευόμενο/η να καταπιέσει το επιθυμητό του στιλ.
4. Οι σύμβουλοι οφείλουν να προχωρήσουν σε μια διαδικασία αυτο-αξιολόγησης έτσι ώστε να αναγνωρίσουν πτυχές του εαυτού τους και εμπειρίες οι οποίες είναι παρόμοιες με αυτές του/της συμβουλευόμενου/ης, όπως και πτυχές και εμπειρίες στις οποίες διαφέρουν. Έτσι, θα είναι σε θέση να συνειδητοποιήσουν πιθανά πεδία σύγκρουσης, τα οποία μπορεί να αποτελέσουν εμπόδιο στη συμβουλευτική διαδικασία

ΣΤΟΧΟΙ ΤΗΣ ΠΟΛΥΠΟΛΙΤΙΣΜΙΚΗΣ ΣΥΜΒΟΥΛΕΥΤΙΚΗΣ (2)

5. Η θεραπεία βοηθά τον/τη συμβουλευόμενο/η να αναπτύξει πολιτισμική και γνωστική ευελιξία, η οποία κατ' επέκταση βοηθά στην ανάπτυξη και έκφραση του μοναδικού εαυτού του/της συμβουλευόμενου/ης. Έτσι, οι σύμβουλοι δίνουν στον/στη συμβουλευόμενο/η κατ' οίκον εργασία για να μπορεί να δημιουργήσει και να αλλάξει ουσιαστικές πτυχές στο περιβάλλον του/της.
6. Σε μεταγενέστερη φάση της συμβουλευτικής διαδικασίας, οι σύμβουλοι επαναξιολογούν με τα ερωτηματολόγια και τις προσωπικές τους παρατηρήσεις πιθανές αλλαγές στον/στη συμβουλευόμενο/η σε σύγκριση με τα αρχικά στάδια της συμβουλευτικής διαδικασίας.
7. Οι σύμβουλοι ενθαρρύνουν τον/τη συμβουλευόμενό/η τους να γίνει αρωγός μιας προσωπικής και κοινωνικής αλλαγής, ενδυναμώνοντάς τον/τη να αποκτήσει τον έλεγχο του πεπρωμένου του/της και δεσμεύοντάς τον/τη στο να βοηθήσει άλλους/ες σε παρόμοια θέση.

ΜΟΝΤΕΛΟ ΣΥΜΒΟΥΛΕΥΤΙΚΗΣ ΓΙΑ ΤΗΝ ΑΝΤΙΜΕΤΩΠΙΣΗ ΤΗΣ ΔΙΑΦΟΡΕΤΙΚΟΤΗΤΑΣ

Ο Coleman εστιάζει το μοντέλο του στις στρατηγικές αντιμετώπισης που χρησιμοποιεί κάποιος/α όταν έρθει αντιμέτωπος/η με θέματα πολιτισμικής διαφορετικότητας. Υποστηρίζει ότι ο/η συμμετέχοντας/ουσα στη συμβουλευτική διαδικασία θα αντιμετωπίσει την πολιτισμική διαφορετικότητα με έξι πιθανούς τρόπους, όπως αυτοί αναφέρονται πιο κάτω.

1. **Αφομοίωση:** Στην περίπτωση αυτή, το άτομο προσπαθεί να αποκτήσει τις αξίες και τις πεποιθήσεις μιας συγκεκριμένης πολιτισμικής ομάδας. Στόχος αυτής της στρατηγικής είναι να αφομοιωθεί το άτομο σε τέτοιον βαθμό ώστε να μην ξεχωρίζει από τα άλλα μέλη της συγκεκριμένης ομάδας.
2. **Επιπολιτισμός:** Η συγκεκριμένη στρατηγική περιλαμβάνει από τη μια πλευρά την αναγνώριση του ατόμου ότι υπάρχει ωφέλεια και ανταπόδοση αν διαθέτει επαρκή γνώση μιας διαφορετικής κουλτούρας, και από την άλλη πλευρά να αποδεχθεί την πιθανότητα ότι μπορεί να μην είναι αποδεκτός/ή στην εν λόγω κουλτούρα.
3. **Εναλλαγή:** Η συγκεκριμένη στρατηγική περιλαμβάνει διαδικασίες εκμάθησης έτσι ώστε το άτομο να είναι επαρκές σε δύο ή περισσότερες κουλτούρες.
4. **Πολυπολιτισμικότητα/σύνθεση/πλουραλισμός:** Η στρατηγική αυτή . δίνει ισότιμη έμφαση στη διατήρηση αφενός της μητρικής κουλτούρας ενός «τόμου, αφετέρου στην παράλληλη ανάπτυξη της επάρκειας να ενταχθεί ν.αι σε μια άλλη κουλτούρα.
5. **Συγχώνευση:** Η στρατηγική αυτή προωθεί την ενασχόληση με δραστηριότητες οι οποίες επιτρέπουν σε πολιτισμικά διαφορετικούς ανθρώπους να αναπτύξουν καινούργια πρότυπα συμπεριφοράς που είναι κατάλληλα σε συγκεκριμένα πολιτισμικά πλαίσια.
6. **Διαχωρισμός:** Η στρατηγική αυτή δίνει έμφαση στην ασυμφωνία μεταξύ διαφορετικών πολιτισμικών ομάδων και στην επιθυμία να αναπτυχθούν θετικές ενδοπολιτισμικές σχέσεις.

ΧΑΡΑΚΤΗΡΙΣΤΙΚΑ ΠΟΥ ΠΡΕΠΕΙ ΝΑ ΔΙΑΘΕΤΕΙ Ο ΠΟΛΥΠΟΛΙΤΙΣΜΙΚΟΣ ΣΥΜΒΟΥΛΟΣ (1)

1. *Πεποιθήσεις και στάσεις.* Έχοντας συναίσθηση της πολιτισμικής διαφορετικότητας που υπάρχει, οι αποτελεσματικοί πολυπολιτισμικοί σύμβουλοι πρέπει να διασφαλίζουν ότι οποιεσδήποτε προσωπικές τους προκαταλήψεις, αξίες, πεποιθήσεις και αντιλήψεις δεν θα τους εμποδίσουν να δουλέψουν με συμβουλευόμενους/ες που είναι πολιτισμικά διαφορετικοί από αυτούς/ές. Οι σύμβουλοι μπορεί να ανησυχούν ότι θα ανακαλύψουν μια προκατάληψη που μπορεί να έχουν ή να ανησυχούν για μια προκατάληψη που ήδη γνωρίζουν ότι κατέχουν. Δεν πρέπει όμως αυτή η ανησυχία να παρέμβει με οποιονδήποτε τρόπο στην προσέγγισή τους με τον/τη συμβουλευόμενο/η. Οι σύμβουλοι καταβάλλουν προσπάθεια να εξετάσουν, να κατανοήσουν και να νοηματοδοτήσουν τον κόσμο από τη θέση που βρίσκονται οι συμβουλευόμενοί τους. Σέβονται τις οποιεσδήποτε αξίες (θρησκευτικές, πνευματικές, σεξουαλικές κ.λπ.), ειδικά αν διαφέρουν από αυτές των ιδίων. Αισθάνονται άνετα με τις διαφορές που υπάρχουν ανάμεσα στους ίδιους και τους «άλλους», όσον αφορά σε θέματα όπως η φυλή, η εθνικότητα, η κουλτούρα κ.λπ. Οι σύμβουλοι θεωρούν την πιο πάνω ποικιλομορφία ως πλούτο και όχι ως πρόβλημα στη συμβουλευτική διαδικασία. Επίσης, αποδέχονται τη *διγλωσσία*, που σημαίνει ότι δεν ερμηνεύουν συμπεριφορές συμβουλευόμενων τους μέσα από μια δική τους οπτική αλλά μοιράζονται αυτή των συμβουλευόμενων τους.

ΧΑΡΑΚΤΗΡΙΣΤΙΚΑ ΠΟΥ ΠΡΕΠΕΙ ΝΑ ΔΙΑΘΕΤΕΙ Ο ΠΟΛΥΠΟΛΙΤΙΣΜΙΚΟΣ ΣΥΜΒΟΥΛΟΣ (2)

2. Γνώση: Οι πολιτισμικά επαρκείς σύμβουλοι θα πρέπει να κατέχουν συγκεκριμένη γνώση. Κατ' αρχάς, θα πρέπει οι σύμβουλοι να γνωρίζουν τα ιδιαίτερα χαρακτηριστικά της δικής τους φυλετικής και πολιτισμικής κληρονομιάς και να μπορούν να αναλύουν εις βάθος τον τρόπο με τον οποίο αυτή επηρεάζει τους/τις ίδιους/ες τόσο προσωπικά όσο και επαγγελματικά. Αν οι σύμβουλοι γνωρίζουν τη δυναμική που υπάρχει γύρω από θέματα καταπίεσης, διακρίσεων, στερεότυπων και ρατσισμού, θα μπορούν να αναγνωρίζουν δικές τους ρατσιστικές στάσεις, τάσεις, πεποιθήσεις, συναισθήματα και συμπεριφορές.

Περαιτέρω, οι σύμβουλοι θα πρέπει να έχουν γνώση της κοσμοθεωρίας των συμβουλευόμενων τους και να ενημερώνονται για οποιεσδήποτε διαφορές στο πολιτισμικό υπόβαθρο μεταξύ των ιδίων και του/της συμβουλευόμενου/ής τους. Από τη στιγμή που οι σύμβουλοι έχει γνώση των βασικών αξιών που υπογραμμίζονται στο πλαίσιο της θεραπευτικής διεργασίας, τότε θα γνωρίζουν και πώς αυτές οι αξίες μπορεί να συγκρουστούν με τις πολιτισμικές αξίες κάποιων εθνικών και άλλων μειονοτήτων (π.χ. η οπτική επαφή με τους/τις συμβουλευόμενους/ες ή πόσο ομιλητικοί/ές είναι οι σύμβουλοι). Οι σύμβουλοι αναγνωρίζουν επίσης ότι συγκεκριμένες εξωτερικές κοινωνικοπολιτικές δυνάμεις επηρεάζουν όλες τις ομάδες ανθρώπων και κυρίως αντιλαμβάνονται πώς αυτές οι δυνάμεις λειτουργούν στη συμβουλευτική διαδικασία με άτομα από ομάδες της μη κυρίαρχης κουλτούρας.

ΧΑΡΑΚΤΗΡΙΣΤΙΚΑ ΠΟΥ ΠΡΕΠΕΙ ΝΑ ΔΙΑΘΕΤΕΙ Ο ΠΟΛΥΠΟΛΙΤΙΣΜΙΚΟΣ ΣΥΜΒΟΥΛΟΣ (3)

Υπάρχουν ιδιομορφίες στις οικογενειακές δομές, στην ιεράρχηση, στις αξίες και στις πεποιθήσεις των μειονοτήτων, τις οποίες οι σύμβουλοι επίσης πρέπει να γνωρίζουν. Περαιτέρω, θα πρέπει να γνωρίζουν τα χαρακτηριστικά και τους πόρους που προσφέρουν οι κοινότητες, όπως επίσης να ξέρουν πώς να βοηθήσουν τους/τις συμβουλευόμενους/ές τους να οξιοποιήσουν πιθανά τοπικά συστήματα στήριξης. Σε περίπτωση που οι σύμβουλοι αναγνωρίσουν ότι οι γνώσεις τους σε κάποιους τομείς είναι περιορισμένες, τότε δεν πρέπει να διστάσουν να αναζητήσουν βοήθεια από άλλους επαγγελματίες που γνωρίζουν καλύτερα το αντικείμενο.

3. Δεξιότητες και μέθοδοι παρέμβασης: Οι πολυπολιτισμικά επαρκείς σύμβουλοι θα πρέπει να αποκτήσουν συγκεκριμένες δεξιότητες και να χρησιμοποιούν μεθόδους και στρατηγικές οι οποίες να είναι σύμφωνες με τις εμπειρίες και τις πολιτισμικές αξίες των συμβουλευόμενων τους. Για παράδειγμα, οι διεκδικητικές προτάσεις του τύπου «εγώ θα ήθελα...», που χρησιμοποιούνται ευρέως στη δυτικά επηρεασμένη συμβουλευτική διαδικασία, μπορεί να είναι πολύ απειλητικές και καθόλου λειτουργικές σε άτομα με διαφορετικό πολιτισμικό υπόβαθρο. Επομένως, οι πολυπολιτισμικά επαρκείς σύμβουλοι τροποποιούν τις παρεμβάσεις τους ώστε να προσαρμόζονται σε πολιτισμικές διαφορές. Δεν πιέζουν τους/τις συμβουλευόμενους/ές τους να ακολουθήσουν μια συγκεκριμένη προσέγγιση και είναι πολύ προσεκτικοί στον τρόπο με τον οποίο στέλνουν και λαμβάνουν λεκτικά και μη λεκτικά μηνύματα, έτσι ώστε αυτό να γίνεται με ακρίβεια.

ΣΥΜΒΟΥΛΕΥΤΙΚΗ ΓΥΝΑΙΚΩΝ: ΦΕΜΙΝΙΣΤΙΚΗ ΠΡΟΣΕΓΓΙΣΗ (1)

- Στον Συμβουλευτικό και ψυχοθεραπευτικό χώρο οι γυναίκες αποτελούν σταθερά την πλειονότητα των ατόμων που επισκέπτονται συμβουλευτικούς σταθμούς, κέντρα ψυχικής υγείας, ψυχιατρικούς οργανισμούς ή ιδιώτες ψυχολόγους (π.χ. Morgan, Ness, & Robinson, 2003· Nam et al., 2011· Rhodes et al., 2002· Sheu & Sedlacek, 2004). Επίσης, φαίνεται να εμφανίζουν σε μεγαλύτερο βαθμό προβλήματα που σχετίζονται με το άγχος, την πρόσληψη τροφής και την κατάθλιψη (Lewinsohn et al., 2001· Stice, Burton, & Shaw, 2004). Παράλληλα, η συνταγογράφηση ψυχοτρόπων φαρμάκων είναι δύο φορές συχνότερη στις γυναίκες σε σχέση με τους άνδρες, ενώ οι ενδείξεις για τη βελτίωση της ψυχικής τους υγείας βασίζονται συνήθως σε συμπεριφορές οι οποίες σχετίζονται με παραδοσιακούς έμφυλους ρόλους ή με την ελκυστικότητα και την εξωτερική εμφάνιση (Ali, 2015· Benson & Cockerell 1997).
- Ωστόσο, παρά τα δεδομένα αυτά, η γυναικεία εμπειρία και ο τρόπος με τον οποίο το φύλο συνδέεται με την ψυχική οδύνη δεν αποτελούν μέρος της παραδοσιακής θεωρίας και πρακτικής των επιστημών που σχετίζονται με την ψυχική υγεία. Η φεμινιστική ψυχολογία, προέκυψε ως αποτέλεσμα της επίγνωσης σχετικά με την έμφυλη ανισότητα και ως ανάγκη διεκδίκησης μιας πιο ισότιμης οπτικής στην ψυχική υγεία αλλά και εκτίμησης των γυναικείων εμπειριών.
- Η φεμινιστική συμβουλευτική προσέγγιση αποτελεί ένα πλαίσιο αξιών μέσα από τις οποίες προσανατολίζεται και αξιολογείται η θεραπευτική πράξη. Δεν πρόκειται, επομένως, για έναν αριθμό θεραπευτικών τεχνικών, αλλά για έναν τρόπο ύπαρξης μέσα στο συμβουλευτικό πλαίσιο και μία στάση ευαισθητοποίησης απέναντι στα έμφυλα ζητήματα (Enns, 2012).

ΣΥΜΒΟΥΛΕΥΤΙΚΗ ΓΥΝΑΙΚΩΝ: ΦΕΜΙΝΙΣΤΙΚΗ ΠΡΟΣΕΓΓΙΣΗ (2)

- Παρότι οι φεμινιστικές θεραπείες προσανατολίζονται κυρίως στις εμπειρίες των γυναικών, το πεδίο εφαρμογής επεκτείνεται και στους άνδρες, αφού τα ζητήματα της εξουσίας, της ενδυνάμωσης και της ανάπτυξης μιας φεμινιστικά προσανατολισμένης ταυτότητας σαφώς αφορούν και στα δύο φύλα (Brown, 2010).
- Η φεμινιστική προσέγγιση αφορά δύναμει άτομα όλων των ταυτοτήτων φύλου και των σεξουαλικών προσανατολισμών. Παρά το μεγάλο πληθυσμιακό εύρος που περιλαμβάνει η συμβουλευτική με την οπτική του φύλου, θα επικεντρωθούμε στις εμπειρίες των γυναικών και στον τρόπο με τον, οποίο οι έμφυλες διαπραγματεύσεις επηρεάζουν την “ψυχική τους υγεία.

Οι έμφυλες κοινωνικές δυναμικές για το γυναικείο σώμα

- Ένα από τα βασικά μοτίβα του τρόπου με τον οποίο πραγματώνεται το γυναικείο σώμα υπό το πρίσμα της ψυχικής υγείας είναι ο έλεγχος που του ασκείται (Lips, 2006). Μια μορφή ελέγχου του γυναικείου σώματος είναι η ιατροποίησης του, όρος που αναφέρεται στην εξήγηση συμβάντων της ζωής ή κοινωνικών φαινομένων με όρους ιατρικών παθήσεων ή προβλημάτων (Lorber & Moore, 2002). Στο φάσμα των ιατροποιημένων λειτουργιών του γυναικείου σώματος βρίσκονται εμπειρίες όπως η έμμηνος ρύση, η εμμηνόπαυση, ο τοκετός και ο έλεγχος του βάρους, ενώ αποτέλεσμα της ιατροποίησης του γυναικείου σώματος είναι η περιθωριοποίηση της γνώσης των ίδιων των γυναικών για τα σώματά τους (Fingerson, 2006).

ΣΥΜΒΟΥΛΕΥΤΙΚΗ ΓΥΝΑΙΚΩΝ: ΦΕΜΙΝΙΣΤΙΚΗ ΠΡΟΣΕΓΓΙΣΗ (3)

Η ιατρικοποίηση σωματικών λειτουργιών, όπως αυτή της εμμήνου ρύσης ή της εμμηνόπαυσης, σημαίνει πως οι εμπειρίες αυτές αντιμετωπίζονται ως ασθένεια με σωματικά και ψυχολογικά συμπτώματα (Barnack-Tavlaris, 2015· Fingerson, 2006). Το αποτέλεσμα μιας τέτοιας αντιμετώπισης είναι να υιοθετηθεί και να ισχυροποιηθεί η χρήση φαρμάκων, ανάμεσα στα οποία και ψυχοτρόπα, με σκοπό να αντιμετωπιστούν τα αρνητικά «συμπτώματα» (Fingerson, 2006).

Μια δεύτερη μορφή ελέγχου του γυναικείου σώματος είναι η αντικειμενοποίησή του. Σύμφωνα με τη θεωρία της αντικειμενοποίησης, η πρόσληψη του γυναικείου σώματος ως σεξουαλικής μονάδας εγείρει τη θέαση των γυναικών ως αντικειμένων προς παρατήρηση και αξιολόγηση (Wilson, 2015).

Η Heldman (2012) ομαδοποιεί παραδείγματα αντικειμενοποίησης των γυναικών στις απεικονίσεις τους στον τύπο και στη σύγχρονη κουλτούρα. Οι απεικονίσεις αυτές συμπεριλαμβάνουν:

- (α) την εμφάνιση ενός μόνο μέρους του σώματος των γυναικών συχνά σεξουαλικοποιημένο,
- (β) τη χρήση μερών του σώματος, τα οποία υποκαθιστούν αντικείμενα ή χρησιμοποιούνται ως εμπόρευμα προς πώληση ή κατανάλωση,
- (γ) τη χρήση πολλών γυναικείων σωμάτων ως εναλλάξιμων και αδιαφοροποίητων μονάδων,
- (δ) την απεικόνιση γυναικών σε σκηνές σεξουαλικοποιημένης παραβίασης της ακεραιότητάς τους, και
- (ε) την εμφάνιση της σεξουαλικής διαθεσιμότητας των γυναικών ως το καθοριστικό χαρακτηριστικό του προσώπου που απεικονίζεται.

ΣΥΜΒΟΥΛΕΥΤΙΚΗ ΓΥΝΑΙΚΩΝ: ΦΕΜΙΝΙΣΤΙΚΗ ΠΡΟΣΕΓΓΙΣΗ (4)

- Η κοινωνική χρήση της αντικειμενοποίησης και της σεξουαλικοποίησης των γυναικών βρίσκεται σε ανοδική πορεία. Ένα παράδειγμα είναι η έρευνα των Hatton και Trautner (2011), η οποία αφορούσε στη διερεύνηση της σεξουαλικοποίησης ανδρών και γυναικών στα εξώφυλλα του δημοφιλούς αμερικανικού περιοδικού *Rolling Stone* τα τελευταία 43 χρόνια.
- Σε ψυχολογικό επίπεδο, κοινός ερευνητικός τόπος ενός μεγάλου αριθμού μελετών τις τελευταίες δεκαετίες είναι ότι η αντικειμενοποίηση του γυναικείου σώματος συνδέεται με μια σειρά ζητημάτων όπως η κατάθλιψη, τα προβλήματα πρόσληψης τροφής και εικόνας του σώματος, τα προβλήματα αυταξίας και αυτοεκτίμησης, τις σεξουαλικές δυσκολίες, την παρεμπόδιση γνωστικών λειτουργιών, τη δυσχέρεια ανάληψης ηγετικών θέσεων και τη μειωμένη συμμετοχή στην πολιτική ζωή.

Οι ρόλοι και οι ταυτότητες φύλου

Ένα άλλο ζήτημα που διερευνάται από τη φεμινιστική ψυχολογία είναι αυτό της διαμόρφωσης και εμπειρίας των ρόλων και των ταυτοτήτων φύλου. Το φύλο στη φεμινιστική ψυχολογία θεωρείται μια ρευστή κοινωνική κατασκευή. Σε αυτό το πλαίσιο, με τον όρο «ταυτότητα φύλου» περιγράφεται η εμπειρία της αντίληψης σχετικά με τον έμφυλο εαυτό και η διαδικασία κατασκευής και ενσωμάτωσης έμφυλων νοημάτων. Οι ρόλοι φύλου, από την άλλη, αναφέρονται στις συμπεριφορές αυτές που ορίζονται κοινωνικά ως κατάλληλες για το κάθε φύλο (Αθανασιάδου & Δεληγιάννη-Κουϊμτζή, 2010· Martin & Doka, 2000· Suyemoto, 2002).

ΣΥΜΒΟΥΛΕΥΤΙΚΗ ΓΥΝΑΙΚΩΝ: ΦΕΜΙΝΙΣΤΙΚΗ ΠΡΟΣΕΓΓΙΣΗ (5)

- Οι ταυτότητες όπως και οι ρόλοι φύλου, εκτός από την οικογένεια δομούνται και συντηρούνται και σε άλλα κοινωνικά περιβάλλοντα, όπως το σχολείο, οι φιλικές σχέσεις και τα μέσα μαζικής ενημέρωσης. Τα σχολικά βιβλία στην Ελλάδα έχει βρεθεί ότι είναι κατά τέτοιο τρόπο διατυπωμένα
- ώστε να ενισχύεται η υιοθέτηση παραδοσιακών ταυτοτήτων φύλου (Δεληγιάννη-Κουϊμτζή, 1987), ενώ πολλές φορές τα κορίτσια υποαντιπροσωπεύονται, ειδικά όταν τα θέματα προς διδασκαλία αφορούν σε ασχολίες και επαγγέλματα που παραδοσιακά προορίζονται για τα αγόρια, όπως η Πληροφορική (Γεωργιάδου & Κέκκερης, 2009). Παράλληλα, οι εκπαιδευτικοί εκφράζουν συγκεκριμένες προσδοκίες με βάση το φύλο των μαθητών/τριών, οι οποίες συχνά βασίζονται σε στερεοτυπικά για τα φύλα χαρακτηριστικά (Φρόση & Δεληγιάννη-Κουϊμτζή, 2001).
- Ως προς περιεχόμενο των ταυτοτήτων φύλου, η γυναικεία ταυτότητα δομείται με βάση τον προσανατολισμό στη φροντίδα και την οικιακή σφαίρα, ενώ η ανδρική ταυτότητα συνδέεται με τη δημόσια σφαίρα και με χαρακτηριστικά όπως η συντελεστικότητα, η δύναμη και η ανεξαρτησία (Δεληγιάννη-Κουϊμτζή και συν., 2000). Σε επίπεδο ρόλων φύλου, ακολουθείται μια πορεία αντίστοιχη με αυτή των έμφυλων ταυτοτήτων. Πιο συγκεκριμένα με βάση την υιοθέτηση ενός προσανατολισμού στην ιδιωτική σφαίρα, οι γυναίκες αναλαμβάνουν σταθερά περισσότερους ρόλους από τους άνδρες, καθώς πέρα από τη μισθωτή εργασία είναι πιο πιθανό γι' αυτές να έχουν την ευθύνη της φροντίδας των παιδιών, των οικιακών καθηκόντων και ανθρώπων με αυξημένες ανάγκες φροντίδας, όπως οι υπερήλικες (Liss, 2013). Ταυτόχρονα, η γυναικεία απασχόληση υποτιμάται συστηματικά· στα εργασιακά περιβάλλοντα, με τις γυναίκες εργαζόμενες να υποπληρώνονται σε σχέση με τους άνδρες (Λιάπη, 2010), να καταλαμβάνουν, ειδικά στην Ελλάδα, έναν μεγάλο αριθμό συμβοηθού- ντων και μη αμείβομένων μελών στην εργασία (Συμεωνίδου, 2008), και να βρίσκουν εμπόδια στην ανάληψη ηγετικών εργασιακών θέσεων (Ibarra & Petriglieri, 2015).

ΣΥΜΒΟΥΛΕΥΤΙΚΗ ΓΥΝΑΙΚΩΝ: ΦΕΜΙΝΙΣΤΙΚΗ ΠΡΟΣΕΓΓΙΣΗ (6)

- Η ανεργία στις γυναίκες παραμένει σταθερά μεγαλύτερη σε σχέση με αυτή των ανδρών, ακόμα και στις περιπτώσεις αυξημένων τυπικών προσόντων, ενώ μεγαλύτερος είναι και ο αριθμός των γυναικών που ζουν σε συνθήκες φτώχειας (Στρατηγάκη, 2007). Επιπροσθέτως, τα στατιστικά της σεξουαλικής παρενόχλησης στην εργασία είναι ιδιαίτερα ανησυχητικά, καθώς αποτελεί φαινόμενο με σημαντικές επιπτώσεις στον εργασιακό βίο αλλά και στην ψυχική υγεία των γυναικών (Τατά-Αρσέλ, 2011).
- Οι κοινωνικές αυτές δυναμικές των ρόλων φύλου των γυναικών έχουν άμεσο αντίκτυπο στην ψυχική τους υγεία. Η ανεργία και η φτώχεια των γυναικών αποτελούν από τους σταθερότερους προβλεπτικούς παράγοντες της κατάθλιψης των γυναικών, πιθανώς λόγω της σύνδεσής τους με το άγχος και τη μικρότερη πρόσβαση σε πηγές κοινωνικής στήριξης (Belle & Doucet, 2003). Αναφορικά με τους ρόλους φύλου, παρότι η μισθωτή εργασία επιδρά θετικά στην ψυχική υγεία των γυναικών (Patel et al., 2006) και η διεύρυνση των ρόλων ωφελεί γυναίκες και άνδρες (Barnett & Hyde, 2001), φαίνεται ότι οι πολλαπλοί ρόλοι συνδέονται με αυξημένα αισθήματα πίεσης και άγχους στις γυναίκες, ειδικά ως προς την επιτέλεση των οικιακών καθηκόντων (Nolen- Hoeksema, Larson, & Grayson, 1999· Simon, 1995).

Έμφυλη μεροληψία και σεξισμός

- Βάση της έμφυλης μεροληψίας αποτελεί το ιεραρχικό status quo, το οποίο συνυφαίνεται σε όλες τις διαστάσεις του κοινωνικού βίου. Η ιεραρχική αυτή δομή προτάσσει τις αξίες που συνδέονται με τη θηλυκότητα ως σταθερά κατώτερες σε σχέση με αυτές που συνδέονται με τον ανδρισμό (Charlin, 1999).
- Ο τρόπος με τον οποίο εκδηλώνεται η διάκριση ή η αρνητική ως προς το φύλο εκτίμηση ορίζεται ως σεξισμός. Ο σεξισμός εκδηλώνεται κυρίως όταν τα άτομα συμπεριφερθούν με βάση τις στερεοτυπικές προσδοκίες για τα φύλα, χωρίς όμως αυτό να είναι απαραίτητο. Η μεροληπτική αυτή αντιμετώπιση μπορεί να πάρει διάφορες μορφές που χωρίζονται με βάση τον εμφανή χαρακτήρα της.
- Η άρνηση βασικών δικαιωμάτων λόγω φύλου ή η υποστήριξη της άνιση μεταχείρισης ανδρών και γυναικών είναι ενδεικτικές συμπεριφορές του φανερού σεξισμού.

ΔΟΜΕΣ ΣΥΜΒΟΥΛΕΥΤΙΚΗΣ ΓΥΝΑΙΚΩΝ ΣΤΗΝ ΕΛΛΑΔΑ ΚΑΙ ΤΟ ΕΞΩΤΕΡΙΚΟ (1)

- Λειτουργούν σήμερα διεθνώς μια σειρά από υπηρεσίες φεμινιστικής ψυχικής υγείας και συμβουλευτικής με την οπτική του φύλου, όπως κέντρα κακοποιημένων γυναικών, κέντρα περίθαλψης θυμάτων βιασμού, συμβουλευτικοί σταθμοί γυναικών, κέντρα συμβουλευτικής για την αναπαραγωγική υγεία, ομάδες υποστήριξης καρκινοπαθών γυναικών κ.ά. (Enns, 1993· Korala & Keitel, 2003).
- Στην Ελλάδα, οι δομές στις οποίες εφαρμόζεται η συμβουλευτική με την οπτική του φύλου και ειδικότερα η συμβουλευτική γυναικών αφορούν κυρίως στην υποστήριξη των γυναικών που έχουν υποστεί βία. Η πιο ολοκληρωμένη σχετική ενέργεια είναι αυτή της Γενικής Γραμματείας Ισότητας των Φύλων, η οποία μέσω ευρωπαϊκού προγράμματος λειτουργεί ένα δίκτυο 61 δομών για την πρόληψη και την αντιμετώπιση όλων των μορφών βίας κατά των γυναικών. Το δίκτυο περιλαμβάνει 24ωρη τηλεφωνική γραμμή SOS, 25 συμβουλευτικά κέντρα και 19 ξενώνες φιλοξενίας των γυναικών θυμάτων βίας και των παιδιών τους, με την υποστήριξη διαφόρων δήμων της χώρας και 2 ξενώνες του Εθνικού Κέντρου Κοινωνικής Αλληλεγγύης.

ΔΟΜΕΣ ΣΥΜΒΟΥΛΕΥΤΙΚΗΣ ΓΥΝΑΙΚΩΝ ΣΤΗΝ ΕΛΛΑΔΑ ΚΑΙ ΤΟ ΕΞΩΤΕΡΙΚΟ (1)

- Το συγκεκριμένο έργο απασχολεί επιστημονικό προσωπικό που αποτελείται από ψυχολόγους, κοινωνιολόγους και κοινωνικούς λειτουργούς. Προσπάθεια έγινε οι συγκεκριμένοι/ες επαγγελματίες να έχουν εμπειρία στη συμβουλευτική γυναικών. Όλο το επιστημονικό προσωπικό του έργου επιμορφώθηκε σχετικά με τη φεμινιστική οπτική της έμφυλης βίας μέσα από πρόγραμμα επιμόρφωσης της ΓΤΙΦ και του Αριστοτελείου Πανεπιστημίου Θεσσαλονίκης. Η λειτουργία του συγκεκριμένου έργου συνεχίζεται εισάγοντας στην ομάδα στόχο όχι μόνο γυναίκες θύματα βίας αλλά και γυναίκες που έχουν υποστεί πολλαπλές διακρίσεις (π.χ. προσφυγοπούλες και μετανάστριες, μονογονείς, άνεργες ή/και άπορες γυναίκες, γυναίκες με αναπηρίες). Επιπλέον, συνεχίζεται και η αντίστοιχη εκπαίδευση του επιστημονικού προσωπικού. Ωστόσο, μετά το πέρας της ευρωπαϊκής χρηματοδότησης το μέλλον ενός τόσο σημαντικού δικτύου παραμένει αβέβαιο.
- Άλλες δομές συμβουλευτικής στήριξης γυναικών στην Ελλάδα, που εφάρμοσαν τη συμβουλευτική με την οπτική του φύλου, έστιασαν επίσης τη δράση τους κατά κύριο λόγο στην πρόληψη και αντιμετώπιση της έμφυλης βίας (π.χ. ΕΚΑΨΥ, Διοτίμα κ.ά.), ενώ μία προσέγγιση συμβουλευτικής γυναικών που προσανατολίζεται στη γυναικεία επιχειρηματικότητα και προσφέρει ψυχοκοινωνική στήριξη σε άνεργες και εργαζόμενες γυναίκες είναι το Κέντρο Στήριξης της Απασχόλησης και της Επιχειρηματικότητας των Γυναικών «Εργάνη».

Η ΑΝΑΠΛΑΙΣΙΩΣΗ ΤΗΣ ΨΥΧΙΚΗΣ ΟΔΥΝΗΣ

- Η αναπλαισίωση της ψυχικής οδύνης (Evans et al., 2011) είναι μια διαδικασία η οποία ξεκινά με την καλλιέργεια της επίγνωσης των ίδιων των συμβούλων σχετικά με τον τρόπο που οι κοινωνικές δυναμικές επηρεάζουν την ψυχική οδύνη. Η επίγνωση αυτή περιλαμβάνει ένα κοινωνικό και ένα προσωπικό σκέλος. Σε κοινωνικό επίπεδο πρόκειται για μια ουσιαστική γνώση των έμφυλων κοινωνικών δυναμικών και σε προσωπικό των ατομικών μεροληψιών του/της κάθε συμβούλου.
- Σε επίπεδο λήψης του ιστορικού του/της πελάτη/ισσας, η προσπάθεια βρίσκεται στο να βοηθηθούν οι πελάτες/ισσες να ονομάσουν τον ψυχικό τους πόνο, αντί να ληφθεί ένα ιστορικό το οποίο στόχο θα έχει να εκμαιεύσει συμπεράσματα με βάση το πλαίσιο αναφοράς των συμβούλων ή να διαγνωσθούν συμπτώματα ψυχικών διαταραχών με βάση τα μοτίβα που θέτουν τα διάφορα διαγνωστικά κριτήρια (Brown, 1994). Η λήψη ιστορικού, επομένως, εξερευνά τα προσωπικά νοήματα των πελατών/ισσών και επικεντρώνεται στη συμπεριφορά μέσα στο πλαίσιο της προσωπικής εμπειρίας και της «κοινωνικής επίδρασης».
- Στόχος εδώ είναι να υιοθετηθεί μια ολιστική θεώρηση της ψυχικής οδύνης και να κατανοηθεί ο τρόπος που αυτή συνδομείται μέσα από παράγοντες ενδοψυχικούς, διαπροσωπικούς και κοινωνικοπολιτικούς. Με βάση αυτή την οπτική για την ψυχική οδύνη, η συμβουλευτική διαδικασία περιλαμβάνει την ενεργή συμμετοχή των πελατών/ισσών σε όλα τα στάδια της θεραπευτικής τους πορείας.

Η ΕΚΠΑΙΔΕΥΣΗ ΣΤΗΝ ΔΙΕΚΔΙΚΗΤΙΚΟΤΗΤΑ

- Η εκπαίδευση στη διεκδικητικότητα αποτέλεσε μία από τις πρώτες γνωστικοσυμπεριφορικές τεχνικές που χρησιμοποιήθηκαν στη συμβουλευτική γυναικών (Enns, 2004). Στόχος εδώ είναι η υπέρβαση των περιοριστικών πεποιθήσεων για τα φύλα και η εκμάθηση δεξιοτήτων με σκοπό τη διεκδικητική επικοινωνία και την επίτευξη στόχων. Μέσα από την εκπαίδευση στη διεκδικητικότητα οι γυναίκες μαθαίνουν να εκφράζονται ευκολότερα. Συναισθήματα που δεν σχετίζονται παραδοσιακά με τη θηλυκότητα, όπως ο θυμός, μπορούν να βρουν χώρο και να γίνουν αντικείμενο επεξεργασίας. Άλλωστε, στη φεμινιστική οπτική ο θυμός των πελατών/ισσών δεν θεωρείται ένα αρνητικό συναίσθημα, αλλά ένα σημαντικό εργαλείο για προσωπική και κοινωνική αλλαγή ή για την αναπλαισίωση δύσκολων εμπειριών, όπως η σεξουαλική βία. Άλλοι στόχοι της εκπαίδευσης στη διεκδικητικότητα είναι να προαχθεί και να ενισχυθεί ένα αίσθημα δύναμης και ελέγχου του εαυτού, να εκφραστούν οι ανάγκες των πελατών/ισσών και να προωθηθεί η επιβολή προσωπικών ορίων (Vasquez, 2003).

Η ΣΥΜΒΟΥΛΕΥΤΙΚΗ ΓΙΑ ΤΗΝ ΕΜΦΥΛΗ ΒΙΑ (1)

- Η βία εναντίον των γυναικών δεν αποτελεί απλώς μέρος ενός συμπεριφορικού φάσματος των ανθρώπινων σχέσεων, αλλά ένα κοινωνικό φαινόμενο που πλήττει παγκοσμίως μία στις τρεις γυναίκες, με άμεσες επιπτώσεις στη σωματική και ψυχική τους υγεία. Πρόσφατες μετρήσεις καταδεικνύουν ότι το 35% των γυναικών παγκοσμίως και το 33% των γυναικών στην Ευρώπη έχουν υποστεί σωματική ή/και σεξουαλική βία από τον σύντροφό τους ή κάποιον άλλο (FRA, 2014· Garcia-Moreno & Pallitto, 2013· Vivero, 2016).
- Τα στατιστικά της βίας εναντίον των γυναικών φανερώνουν ένα φαινόμενο που υπεισέρχεται σχεδόν σε όλες τις σφαίρες της κοινωνικής ζωής και εκδηλώνεται σε ένα μεγάλο ηλικιακό εύρος που ξεκινά από τη βρεφική ηλικία (White & Frabutt, 2006). Στις εκδηλώσεις της έμφυλης βίας συμπεριλαμβάνεται η ενδοοικογενειακή κακοποίηση, οι κακοποιητικές διαπροσωπικές σχέσεις, ο βιασμός, η βία και η σεξουαλική παρενόχληση στην εργασία ή τη δημόσια ζωή των γυναικών, η εξαναγκαστική πορνεία, εθιμοτυπικά τελετουργικά, γυναικολογικές διαδικασίες (π.χ. εξαναγκαστικές αμβλώσεις), η στέρηση των εκπαιδευτικών και εργασιακών δικαιωμάτων των γυναικών κ.ά. Επιπροσθέτως, η βία μπορεί να πάρει διάφορες μορφές, όπως σωματική, ψυχολογική, λεκτική, σεξουαλική και οικονομική (Walker, 2006). Πρόκειται, επομένως, για ένα ιδιαίτερος σοβαρό φαινόμενο, με μεγάλο αντίκτυπο στη ζωή των γυναικών και στη δημόσια υγεία γενικότερα, το οποίο αποτελεί βασικό ζήτημα των ανθρωπίνων δικαιωμάτων (Boonzaier, 2006· Στογιαννίδου, 2005).
- Η ερευνητική δράση σχετικά με τη βία κατά των γυναικών φανερώνει μια αιτιακή σύνδεση της πραγμάτωσης του φύλου με τη βία. Αυτό σημαίνει ότι το φύλο δεν δρα παρεμπιπτόντως στην κακοποίηση, αλλά ότι η κακοποίηση συμβαίνει σε μεγάλο βαθμό εξαιτίας των έμφυλων κοινωνικών δυναμικών (Στογιαννίδου, 2005). Παρότι, λοιπόν, η βία κατά των γυναικών συνδέεται και με ατομικούς και διαπροσωπικούς παράγοντες, το κοινωνικό πλαίσιο δημιουργεί ένα περιβάλλον τέτοιο που επιτρέπει την τόσο μεγάλη επιδημιολογική εμφάνιση του φαινομένου.

Η ΣΥΜΒΟΥΛΕΥΤΙΚΗ ΓΙΑ ΤΗΝ ΕΜΦΥΛΗ ΒΙΑ (2)

- Σε αυτή τη βάση στηρίζεται ένα από τα πληρέστερα μοντέλα εξήγησης της εκδήλωσης της έμφυλης βίας, το πλαίσιακό αναπτυξιακό μοντέλο των White και Kowalski (1998). Σύμφωνα με το μοντέλο αυτό, η εκδήλωση της βίας ακολουθεί μια αναπτυξιακή πορεία στην οποία οι δυναμικές ισχύος ανάμεσα σε άνδρες και γυναίκες εσωτερικεύονται με βάση αξίες και προσδοκίες και πραγματώνονται σε διαπροσωπικό επίπεδο. Επομένως, τα ατομικά χαρακτηριστικά, οι διαπροσωπικοί παράγοντες και οι κοινωνικές δυναμικές αλληλεπιδρούν μεταξύ τους και παράγουν τη βία.
- Σε ατομικό επίπεδο, παράγοντες κινδύνου αποτελούν κυρίως τα χαρακτηριστικά του θύτη. Όπως αναφέρουν οι White και Frabutt (2006), οι έρευνες σε ζευγάρια με εμπειρίες κακοποίησης καταλήγουν στο συμπέρασμα ότι οι γυναίκες που κακοποιούνται δεν έχουν συγκεκριμένα χαρακτηριστικά προσωπικότητας που τους βάζουν σε κίνδυνο. Σε διαπροσωπικό επίπεδο, οι Hamby και Koss (2003) εντοπίζουν ως παράγοντες κινδύνου επίσης χαρακτηριστικά του θύτη, όπως οι ελλείψεις δεξιότητες επικοινωνίας και η προσπάθεια ανάληψης ελέγχου στη σχέση. Σε κοινωνικό επίπεδο, η βία εναντίον των γυναικών μαθαίνεται μέσα από μοτίβα πεποιθήσεων που περνούν από γενιά σε γενιά και είναι μια εκδήλωση της πατριαρχικής δομής της κοινωνίας, που θέλει τις γυναίκες υποδεέστερες των ανδρών, ενώ απώτερος στόχος είναι ο εκφοβισμός και ο έλεγχος. Συστήνεται, λοιπόν, μια κουλτούρα βίας η οποία επιτρέπει και μορφοποιεί το φαινόμενο (White & Frabutt, 2006).
- Η κατανόηση της κουλτούρας της βίας είναι κατά κάποιον τρόπο το κλειδί στην εξήγηση και την προσπάθεια πρόληψης της εμφάνισης αυτού του τόσο καταστροφικού για τη γυναικεία υγεία φαινομένου. Όπως αναφέρει η Lips: για να απαντηθούν οι ερωτήσεις ενός τόσο σοβαρού και παγκόσμιου προβλήματος θα πρέπει να κοιτάξουμε πέρα από τα συγκεκριμένα άτομα και να προσπαθήσουμε να κατανοήσουμε το πώς οι κοινωνίες -όχι μόνο σε εθνικό επίπεδο αλλά και οι μικρο-κοινωνίες των εργασιακών και οικογενειακών τόπων- συνεργάζονται και αναπαράγουν τη βία ακόμη και αν κά- ποιες φορές την αποδοκιμάζουν. (2006, σ. 446)

Η ΣΥΜΒΟΥΛΕΥΤΙΚΗ ΓΙΑ ΤΗΝ ΕΜΦΥΛΗ ΒΙΑ (3)

- Ένα βασικό χαρακτηριστικό της κουλτούρας της βίας αποτελεί η έλλειψη αναγνώρισης του φαινομένου ως κοινωνικού προβλήματος (Lips, 2006). Για παράδειγμα, η αντιμετώπιση των θανάτων των γυναικών λόγω της ενδοοικογενειακής βίας ως «εγκλήματα πάθους» και όχι ως μέρος ενός καταστρεπτικού για τις γυναίκες κοινωνικού φαινομένου. Δεύτερο βασικό χαρακτηριστικό είναι το ότι οι πεποιθήσεις σχετικά με την έμφυλη βία βασίζονται συχνά στην υιοθέτηση μιας ανδροκεντρικής οπτικής, η οποία περιθωριοποιεί τις εμπειρίες των γυναικών. Πιο συγκεκριμένα, όταν δεν γίνεται κατανοητή η οπτική του ατόμου που υφίσταται βία, αναπαράγονται συχνά ιδιαίτερως επιβαρυντικές για τις γυναίκες πεποιθήσεις σε θεσμικό, διαπροσωπικό και ψυχολογικό επίπεδο, όπως η πεποίθηση ότι η γυναίκα προκάλεσε τον δράστη, ότι κατά βάθος ήθελε να συμβεί, ότι θα μπορούσε να αποφύγει τη βία αν ήθελε ή ότι είναι στη φύση του άνδρα να «συνετίζει» τη γυναίκα (ΚΕΘΙ, 2003· Στογιαννίδου, 2005· White & Frabutt, 2006). Μάλιστα, η Matlin (2011) κάνει λόγο για μια δεύτερη θυματοποίηση των γυναικών που έχουν βιαστεί ή κακοποιηθεί, και η οποία σχετίζεται με την έλλειψη κατανόησης από το περιβάλλον τους αλλά και με την τάση να προσάπτονται κατηγορίες στο θύμα.
- Αναφορικά με τις συνέπειες που έχει η έμφυλη βία στη ζωή των γυναικών, έχει επισταμένα μελετηθεί η σύνδεση της κακοποίησης των κοριτσιών και των γυναικών με την κατάθλιψη, το μετατραυματικό στρες στην ενήλικη ζωή και τη χρήση ουσιών (Herrera et al., 2006· Παπαθανασίου, 2008). Ωστόσο, συχνά αποτυγχάνεται να γίνει η αξιολογική σύνδεση μεταξύ της βίας και των συνεπειών της στη συμπεριφορά, με αποτέλεσμα να διαγιγνώσκεται η ψυχική οδύνη ως εγγενής ψυχοπαθολογική συμπεριφορά του ατόμου (Matlin, 2011). Με τον τρόπο αυτό, εκτός από διπλή θυματοποίηση, συμβαίνει και μια ταυτόχρονη περιθωριοποίηση των γυναικείων εμπειριών, καθώς η βία που έχουν υποστεί οι γυναίκες ουσιαστικά αγνοείται.

ΠΑΡΑΜΕΤΡΟΙ ΓΙΑ ΤΗΝ ΑΝΤΙΜΕΤΩΠΙΣΗ ΤΗΣ ΕΜΦΥΛΗΣ ΒΙΑΣ (1)

- Η βία κατά των γυναικών μπορεί να είναι ένα από τα σοβαρότερα είδη τραύματος, με σοβαρές επιπτώσεις στην ψυχική και σωματική τους υγεία. Επομένως, η συμβουλευτική στήριξη γυναικών που έχουν υποστεί βία είναι μια διαδικασία με ιδιαίτερες παραμέτρους. Μάλιστα, η Αμερικανική Ψυχολογική Εταιρεία (APA, 2007) συνιστά την εκπαίδευση των συμβούλων που ασχολούνται με την έμφυλη βία στις δεξιότητες στήριξης τέτοιου είδους προβλημάτων ως προϋπόθεση της δεοντολογικής πράξης. Στο παρόν κεφάλαιο θα παρουσιαστούν κάποιες από τις παραμέτρους και εφαρμογές που εμφανίζονται στα περισσότερα μοντέλα θεραπευτικής στήριξης των γυναικών οι οποίες έχουν βιώσει κακοποίηση.
- *Προσοχή στις διαγνώσεις.* Η εμπειρία της βίας συχνά αποσιωπάται στα κυρίαρχα συστήματα λόγου ακόμα και εντός επιστημονικών πλαισίων. Για παράδειγμα, παρ' όλη την ισχυρή σύνδεση της κατάθλιψης με την κακοποίηση, το ζήτημα συνήθως θεωρείται αρκετά ειδικό ώστε να συμπεριληφθεί στα περισσότερα μοντέλα κοινωνικής εξήγησης της κατάθλιψης, αν και χωρίς τη συμπερίληψή του η εξήγηση του φαινομένου παραμένει πλημμελής (Astbury, 2006). Με το να παραβλέπεται η κακοποίηση και οι συνέπειές της στην ψυχική υγεία, όμως, παραβλέπεται και ο κοινωνικός χαρακτήρας της ψυχικής οδύνης. Το αποτέλεσμα είναι να ιατροκοποιείται και να παθολογικοποιείται η συμπεριφορά των γυναικών που έχουν κακοποιηθεί, αντί να γίνεται κατανοητή ως μια φυσιολογική αντίδραση σε μη φυσιολογικές συνθήκες.
- Για να προληφθεί η λανθασμένη διάγνωση, οι Worell και Remer (2003) προτείνουν την αναπλαισίωση της ψυχοπαθολογίας ως βασική εφαρμογή στη συμβουλευτική για την έμφυλη βία και στη συμβουλευτική γυναικών γενικότερα. Υπό αυτή την οπτική η συμπεριφορά δεν παθολογικοποιείται, το πρόβλημα δεν αντιμετωπίζεται ως αποκλειστικά εγγενές, ενώ ταυτόχρονα γίνεται προσπάθεια η ορολογία που χρησιμοποιείται να μην είναι βλαπτική προς τις γυναίκες. Για παράδειγμα, λέξεις όπως «ψυχοπαθολογία» και «διαταραχή» μπορεί να είναι ιδιαιτέρως επιβαρυντικές για έναν άνθρωπο που προσπαθεί να απομακρύνει τον εαυτό του από μια κακοποιητική συμπεριφορά και τις συνέπειες της. Αντίστοιχα, η λέξη «θύμα» μπορεί να μην εκφράζει μέρος των γυναικών που δεν θέλουν να ορίζουν τον εαυτό τους με τον τρόπο αυτό.

ΠΑΡΑΜΕΤΡΟΙ ΓΙΑ ΤΗΝ ΑΝΤΙΜΕΤΩΠΙΣΗ ΤΗΣ ΕΜΦΥΛΗΣ ΒΙΑΣ (1)

- Αναφορικά με το ζήτημα της διάγνωσης είναι σημαντικό επίσης να μπορούν οι σύμβουλοι να αναγνωρίζουν τις συμπεριφορές που συνδέονται με το μετατραυματικό στρες. Στο πλαίσιο της φεμινιστικής έρευνας έχουν διατυπωθεί οι ιδιαίτερες συνθήκες του μετατραυματικού στρες ως αποτελέσματος της έμφυλης βίας. Η πολλές φορές συνεχιζόμενη έκθεση στη βία για μεγάλα χρονικά διαστήματα δημιουργεί ιδιόμορφες συνθήκες μετατραυματικού στρες, οι οποίες περιλαμβάνουν μεταβολές στα συναισθηματικά μοτίβα, στα συστήματα νοήματος, στην αυτοεικόνα, στη μνήμη και στη δυνατότητα σύναψης και διατήρησης διαπροσωπικών σχέσεων (Enns, 2004). Επιπροσθέτως, η μαθημένη αβοηθησία που μπορεί να έρθει ως αποτέλεσμα μιας μακροχρόνιας ψυχολογικής ομηρίας της κακοποιητικής εμπειρίας είναι ένας τρόπος να κατανοήσουμε το αδιέξοδο που χτίζει η βία (DePorto, 2003). Η κατανόηση της μαθημένης αβοηθησίας ως μηχανισμού άμυνας και επιβίωσης μπορεί να βοηθήσει ώστε να κατανοηθεί η χρησιμότητα συμπεριφορών που χωρίς αυτή την οπτική μπορεί να γίνονταν αντιληπτές ως παθητικές ή αυτοκαταστροφικές (Enns, 2004).
- *Η προσφορά ενός περιβάλλοντος ασφάλειας.* Οι γυναίκες που έχουν κακοποιηθεί από ανθρώπους του περιβάλλοντος τους και που άλλες φορές τους έχουν δείξει συμπεριφορές ευγένειας ή ακόμα και αγάπης μπορεί να αντιμετωπίζουν δυσκολία σχετικά με θέματα εμπιστοσύνης. Η καχυποψία και η υπερεγρήγορη, άλλωστε, βρίσκονται ανάμεσα στα χαρακτηριστικά του μετατραυματικού στρες που παίρνουν περισσότερο χρόνο για να υποχωρήσουν, πιθανώς λόγω της προσπάθειας να προστατευτεί το άτομο από περαιτέρω κινδύνους (Walker, 2009). Το χτίσιμο της εμπιστοσύνης στη θεραπευτική σχέση είναι μια διαδικασία που μπορεί να αποβεί αρκετά δύσκολη και που χρειάζεται αρκετή προσπάθεια από μέρους των συμβούλων (Καστράνη, 2012).

ΠΑΡΑΜΕΤΡΟΙ ΓΙΑ ΤΗΝ ΑΝΤΙΜΕΤΩΠΙΣΗ ΤΗΣ ΕΜΦΥΛΗΣ ΒΙΑΣ (2)

- Εφόσον η βία είναι μια πράξη που καταλύει το αίσθημα ασφάλειας, βασικός στόχος της συμβουλευτικής είναι η ανάπτυξη και η διαρκής προσπάθεια καλλιέργειας ενός ασφαλούς περιβάλλοντος. Για να γίνει αυτό, είναι σημαντικό να κατανοήσουν οι σύμβουλοι ότι συμπεριφορές και αλληλεπιδράσεις που μπορεί να εκλαμβάνονται ως ασφαλείς από ανθρώπους που δεν έχουν κακοποιηθεί μπορούν να διαρρήξουν τη συμβουλευτική διαδικασία και σχέση, και να επιβαρύνουν ιδιαίτερα ανθρώπους που λαμβάνουν την εμπειρία της βίας. Κατ' αρχάς, λοιπόν, χρειάζεται ιδιαίτερη προσοχή στο άγγιγμα και σε οποιαδήποτε φυσική επαφή με τη συμβουλευόμενη. Ακόμα και ένα απλό άγγιγμα μπορεί να αποτελέσει παραβίαση ορίων για κάποια της οποίας η σωματική ακεραιότητα έχει βρεθεί ή βρίσκεται σε κίνδυνο (Alyn, 1988). Επίσης, σημαντική είναι και η γενικότερη στάση των συμβούλων απέναντι στην πελάτισσα που έχει βιώσει κακοποίηση. Για την καλλιέργεια ενός περιβάλλοντος ασφάλειας, η Charlin (1999) προτείνει τη λειτουργία των συμβούλων ως ενός συμβολικού δοχείου, που εμπεριέχει και τροφοδοτεί την πελάτισσα. Σε μια τέτοια στάση οι χειρονομίες, η σωματική εγγύτητα, η ένταση της φωνής και η χρήση της γλώσσας γίνονται αντικείμενο προσοχής με στόχο πάντα την προσφορά της ασφάλειας.
- Ένα ακόμα σημείο προσοχής είναι τα συνεπή όρια. Σχεδόν όλες οι γυναίκες που έχουν την εμπειρία κακοποίησης έχουν βιώσει και μια σημαντική παραβίαση των προσωπικών τους ορίων. Τα όρια στο συμβουλευτικό πλαίσιο προστατεύουν και τα δύο μέλη της θεραπευτικής дуάδας και δημιουργούν μια αίσθηση ασφάλειας και ελέγχου στη συμβουλευτική σχέση (Walker, 2009). Επομένως, είναι σημαντικό να τίθενται όρια τόσο σε σχέση με ζητήματα της θεραπευτικής σχέσης και διαδικασίας (π.χ. συζήτηση και επεξεργασία του ιδιαίτερου χαρακτήρα της θεραπευτικής σχέσης, δυνατότητα ή μη να τηλεφωνήσει η συμβουλευόμενη στον/στη σύμβουλο για να λάβει τηλεφωνική υποστήριξη, καθορισμός των ωρών και των ημερών που μπορεί να το κάνει κ.λπ.) όσο και σε σχέση με διαδικαστικά ζητήματα της συμβουλευτικής (π.χ. χρονικά περιθώρια συνεδριών, αμοιβή, πολιτική σχετικά με την ακύρωση ή αλλαγή της συνεδρίας).

ΠΑΡΑΜΕΤΡΟΙ ΓΙΑ ΤΗΝ ΑΝΤΙΜΕΤΩΠΙΣΗ ΤΗΣ ΕΜΦΥΛΗΣ ΒΙΑΣ (3)

- Άλλη παράμετρος στην προσπάθεια να γίνει ασφαλέστερη για τις πελάτισσες η θεραπεία είναι η παροχή πληροφοριών σχετικά με την ίδια τη διαδικασία της θεραπείας, έτσι ώστε να δίνεται στη συμβουλευόμενη η εμπειρία του ελέγχου και της προσωπικής εμπλοκής στη θεραπευτική της πορεία. Σημαντικό είναι να περιγράφονται από πριν οι διαδικασίες, οι εφαρμογές και οι τεχνικές που πρόκειται να χρησιμοποιηθούν, ώστε να δίνεται η δυνατότητα στη συμβουλευόμενη να τις κατανοήσει και να δώσει ανατροφοδότηση σχετικά με αυτές. Είναι σαφές ότι αν μέρη ή περιεχόμενα της συμβουλευτικής διαδικασίας εγείρουν συναισθήματα ανασφάλειας ή φόβου στις πελάτισσες καλό είναι να αποφεύγονται.
- Πέρα από την προσφορά της ασφάλειας εντός του θεραπευτικού πλαισίου, βασικός στόχος της συμβουλευτικής για την κακοποίηση είναι και η προσπάθεια να δημιουργηθεί για τη γυναίκα και ένα ασφαλές περιβάλλον εκτός θεραπείας. Επομένως, αν η γυναίκα θεωρεί ότι βρίσκεται σε κίνδυνο, είναι χρήσιμο να συζητηθεί εντός του συμβουλευτικού πλαισίου ένα πλάνο δράσης το οποίο θα χρησιμοποιηθεί σε περίπτωση έκτακτης ανάγκης. Στον οδηγό παροχής συμβουλευτικών υπηρεσιών της Γενικής Γραμματείας Ισότητας των Φύλων περιγράφεται ένα μοντέλο παρέμβασης, το οποίο προετοιμάζει τη γυναίκα για άμεση φυγή από το σπίτι σε περίπτωση ανάγκης (Τόπα, 2011). Ακόμα και αν η γυναίκα δεν χρησιμοποιήσει ποτέ το πλάνο δράσης, η γνώση για το πώς μπορεί να αποφύγει επικίνδυνες καταστάσεις μπορεί να βοηθήσει ώστε να ελαττωθεί το άγχος της και να ενδυναμωθεί.
- *Ο σεβασμός στην προσωπική διαδικασία της συμβουλευόμενης.* Η εφαρμογή αυτή έχει να κάνει με μια στάση αποδοχής απέναντι στον ρυθμό και στις επιλογές των γυναικών. Μπροστά σε μία καταφανή καταπάτηση των ανθρωπίνων δικαιωμάτων, πολλοί/ές σύμβουλοι μπορεί να επιθυμούν να απομακρυνθεί η γυναίκα από τη βίαιη μεταχείριση όσο το δυνα- τόν γρηγορότερα, είτε αυτή συμβαίνει σε μία διαπροσωπική της σχέση είτε στο εργασιακό περιβάλλον. Ωστόσο, αυτή η επιθυμία του/της συμβούλου μπορεί να μεταφραστεί από τη συμβουλευόμενη ως κατευθυντική συμπεριφορά και επιβολή προσωπικών επιταγών (Walker, 2006). Αυτού του είδους η συμπεριφορά μπορεί να είναι ιδιαίτερος προβληματική στη συμβουλευτική για την αντιμετώπιση προβλημάτων που συνδέονται με την έμφυλη βία.

ΠΑΡΑΜΕΤΡΟΙ ΓΙΑ ΤΗΝ ΑΝΤΙΜΕΤΩΠΙΣΗ ΤΗΣ ΕΜΦΥΛΗΣ ΒΙΑΣ (4)

- Πιο συγκεκριμένα, μια πίεση αποχώρησης από την κακοποιητική σχέση από μέρους των συμβούλων δεν επιτρέπει την ενδυνάμωση της γυναίκας μέσα από τους δικούς της πόρους καθώς, όπως πιθανώς συμβαίνει και στην ίδια την κακοποιητική σχέση, έτσι και τώρα, κάποιος άλλος ορίζει το πώς πρέπει αυτή να συμπεριφερθεί (Brown, 1994). Άλλωστε, μπορεί η ίδια η γυναίκα να γνωρίζει ότι πρέπει να φύγει ή να το ακούει συχνά από τους ανθρώπους του διαπροσωπικού της κύκλου. Η επανάληψη της ίδιας επιταγής από τον/τη σύμβουλο εκτός από μη βοηθητική μπορεί να αποτελεί μία επιπλέον καταπίεση ή να δημιουργήσει την εμπειρία της απουσίας ενσυναίσθησης. Επιπροσθέτως, είναι σημαντικό για τους/τις συμβούλους να γνωρίζουν ότι μετά την απομάκρυνση μιας γυναίκας από μία κακοποιητική σχέση υπάρχει η τάση να αυξάνεται η δριμύτητα, της κακοποίησης. Κατά συνέπεια, κάθε σχέδιο αποχώρησης πρέπει να εξετάζεται με προσοχή και με γνώμονα την ασφάλεια της γυναίκας (DePorto, 2003). Χρειάζεται, επομένως, ιδιαίτερη προσοχή ώστε να γίνει σεβαστός ο ρυθμός και η διαδικασία της ίδιας της γυναίκας. Βέβαια, στην περίπτωση που αξιολογηθεί ότι απειλείται η ακεραιότητα των παιδιών μιας κακοποιητικής οικογένειας, είναι σημαντικό να αξιολογηθεί και η δυνατότητα παρέμβασης, πιθανώς με τη βοήθεια νομικής εμπλοκής.
- Στο πλαίσιο της προσοχής στη διαδικασία της πελάτισσας είναι και ο σεβασμός των αποφάσεων που αυτή θα πάρει σχετικά με τη διεξαγωγή της συμβουλευτικής και την πορεία της θεραπείας της. Παρόλο που μπορεί να θεωρηθεί βοηθητικό για τον/τη σύμβουλο να συζητηθούν περιστατικά και εμπειρίες τραυματικών γεγονότων, κάτι τέτοιο μπορεί να είναι ιδιαίτερος επιβαρυντικό και να διαρρηγνύει χρήσιμους για την παρούσα στιγμή μηχανισμούς άμυνας. Άλλο παράδειγμα του σεβασμού στη διαδικασία της πελάτισσας είναι οι αποφάσεις αντιμετώπισης από μέρους της στοιχείων της εμπειρίας πένθους ή τραύματος. Άλλες γυναίκες βρίσκουν βοηθητικό να συγχωρήσουν τον θύτη, ενώ για άλλες κάτι τέτοιο δεν είναι χρήσιμο και δεν αποτελεί αίτημα έναρξης της θεραπείας. Η πεποίθηση ότι η αποδοχή του πένθους των συμβουλευόμενων μπορεί να επέλθει μόνο μέσα από τη συγχώρεση αποτελεί αυθαίρετη απόφαση των συμβούλων.