

S. Minuchin & C. Fishman

**Αυθορμητισμός, Ένωση, Σχεδιασμός,
Αναπαράσταση, Εστίαση, Ένταση, Αναδόμηση,
Όρια, Αποσταθεροποίηση,
Συμπληρωματικότητα**

ΤΡΟΠΟΣ ΛΕΙΤΟΥΡΓΙΑΣ ΤΗΣ ΟΙΚΟΓΕΝΕΙΑΚΗΣ ΘΕΡΑΠΕΙΑΣ

Υπάρχει ένας καθρέπτης μιας κατεύθυνσης όπου παρακολουθούν οι επόπτες, οι εκπαιδευόμενοι και οι συνθεραπευτές που παρακολουθούν την Συνεδρία κρατώντας σημειώσεις καθώς βλέπουν τους δύο θεραπευτές να δουλεύουν με την οικογένεια. Ένα τηλέφωνο συνδέει τα δύο δωμάτια, επιτρέποντας την άμεση επικοινωνία του εκπαιδευόμενου με τον επόπτη. Για παράδειγμα, αν ένα μέλος της οικογένειας παραμένει σιωπηλό και ο θεραπευτής ανταποκρίνεται μόνο στα πιο ενεργά μέλη της οικογένειας, μπορεί να λάβει ένα τηλεφώνημα για να του υποδειχθεί ότι πρέπει να συμπεριλάβει και εκείνο στην συζήτηση. Ο επόπτης μπορεί σε επείγουσες καταστάσεις που φαίνεται ότι έχουν κολλήσει οι θεραπευτές να μπει μέσα στο γραφείο για να συζητήσει επιτόπου με την οικογένεια και να την κάνει να προχωρήσει, και μπορεί να πάρει την ευθύνη για την παρακίνηση τους να κάνουν μια παράδοξη πράξη.

ΑΥΘΟΡΜΗΤΙΣΜΟΣ

Ένας αυθόρμητος θεραπευτής είναι ένας θεραπευτής εκπαιδευμένος να χρησιμοποιεί διαφορετικές πλευρές του εαυτού του ανταποκρινόμενος σε διαφορετικά κοινωνικά πλαίσια. Είναι ελεύθερος να κάνει ότι νιώθει σωστό, όσο παραμένει μέσα στην αρμονική δομή, σεβόμενος δηλαδή τους κανόνες της οικογένειας αν και γνωρίζει ότι αυτοί οι κανόνες σταδιακά πρέπει να αλλάξουν. Μπορεί να χρησιμοποιήσει την γλώσσα του σώματος για να δείξει την εγγύτητα του με ένα μέλος ή με όλη την οικογένεια αλλά μπορεί να υποδείξει και την ανάγκη αλλαγής ρόλων και ορίων με το να ζητήσει και μετακινήσεις των καθισμάτων ή αλλαγές θέσης. Μπορεί να γονατίσει μπροστά στα παιδιά για να μειώσει το ύψος του ή πλησιάζει την καρέκλα του όταν θέλει να δείξει οικειότητα.

Επίσης χρησιμοποιεί μεταφορές π.χ. «Μερικές φορές είστε 16 ετών και άλλες 4 ετών» (όταν μια έφηβη εναλλάσσει την συμπεριφορά της ανάλογα με το τι την συμφέρει) ή «φαίνεται η μητέρα σου να σου έκλεψε την φωνή» (όταν η μητέρα δεν αφήνει ποτέ το γιο ή την κόρη της να απαντήσει και απαντά εκείνη αντ' αυτού/ης.).

ΕΝΩΣΗ (JOINING)

Η παρουσία της οικογένειας είναι μια αναγνώριση ότι χρειάζεται βοήθεια κι ότι προσκαλεί το θεραπευτή, έναν ειδικό, να μπει στο σύστημά της και να τη βοηθήσει να αλλάξει μια κατάσταση που προκαλεί ή διατηρεί άγχος, δυσαρέσκεια και πόνο. Στην πράξη, ωστόσο, τα μέλη της οικογένειας και ο θεραπευτής μπορεί να διαφέρουν, και συνήθως διαφέρουν, στην αντίληψή τους για την πηγή του πόνου, την αιτία του και τη διαδικασία επούλωσης.

Η οικογένεια, συνήθως, έχει ταυτίσει ένα μέλος με την πηγή του προβλήματος. Νομίζει ότι αιτία του είναι η εσωτερικευμένη παθολογία του ατόμου. Περιμένει ότι ο θεραπευτής θα επικεντρωθεί στο άτομο αυτό και θα εργαστεί για να το αλλάξει. Για τον οικογενειακό θεραπευτή, ωστόσο, ο ταυτοποιημένος ασθενής (IP) είναι απλά ο φορέας του συμπτώματος: αιτία του προβλήματος είναι οι συναλλαγές της δυσλειτουργικής οικογένειας, και η διαδικασία της επούλωσης συνεπάγεται την αλλαγή τους.

ΕΝΩΣΗ (JOINING)

Συνεπώς, η εισροή ερεθισμάτων από το θεραπευτή μπορεί να ενεργοποιήσει τους μηχανισμούς διατήρησης της ομοιόστασης στην οικογένεια. Κατά τη διάρκεια της κοινής οικογενειακής ιστορίας, έχουν αναπτυχθεί κανόνες που ορίζουν τις σχέσεις των μελών μεταξύ τους. Κάθε αμφισβήτηση στους κανόνες αυτούς θα αποκρουστεί αυτόματα. Επιπλέον, μια οικογένεια που έρχεται για θεραπεία αγωνιζόταν αρκετό καιρό για να επιλύσει τα προβλήματα που την έφεραν εκεί. Τείνουν να υπερεστιάζουν στην προβληματική περιοχή, κι επειδή έχουν άγχος, τείνουν να χρησιμοποιούν υπέρ του δέοντος αντιδράσεις που τους είναι γνώριμες. Έτσι, τα μέλη της οικογένειας έχουν λιγότερη ελευθερία απ' όση συνήθιζαν να έχουν και μειωμένη ικανότητα για εξερεύνηση.

Η οικογένεια και ο θεραπευτής, λοιπόν, δημιουργούν ένα συνεταιρισμό με έναν κοινό στόχο, που έχει λίγο πολύ διατυπωθεί, να απελευθερώσουν το φορέα συμπτώματος της οικογένειας από τα συμπτώματα, να μειώσουν τις συγκρούσεις και το άγχος ολόκληρης της οικογένειας και να μάθουν νέους τρόπους να αντεπεξέρχονται. Δύο κοινωνικά συστήματα έχουν ενωθεί για ένα συγκεκριμένο σκοπό και για συγκεκριμένο χρονικό διάστημα.

ΕΝΩΣΗ (JOINING)

Ο θεραπευτής της πρώτης γενιάς λοιπόν θα πρέπει να προσαρμοστεί, να σαγηνεύσει, να υποβάλει, να υποστηρίξει, να κατευθύνει, να υποδείξει και να ακολουθήσει για να φέρει εις πέρας το έργο που ανέλαβε. Πρέπει να αποδεχθεί το γεγονός ότι θα δεχθεί μεγάλη πίεση από τις έμμεσες απαιτήσεις που καθορίζουν τη συμπεριφορά των μελών της οικογένειας. Θα τείνει να μιλήσει με το βασικό μέλος της οικογένειας και θα χαμογελά κρυφά στον αποδιοπομπαίο τράγο. Θα νιώσει την παρόρμηση να σώσει το φορέα του συμπτώματος. Η ιαματική του δουλειά απαιτεί να είναι ικανός να ενώνεται έτσι με την οικογένεια. Ταυτόχρονα, όμως, πρέπει να έχει την επιδεξιότητα να αποσυνδέεται και να ανοίγεται ξανά με διαφορετικό τρόπο, κι εκεί ακριβώς βρίσκεται η δυσκολία.

Με ένα συνθεραπευτή, ο θεραπευτής μπορεί να λύσει «το πρόβλημα της αντιμεταβίβασης με το να συμπτύσσεται στη σχέση του με τον άλλο θεραπευτή, και η θεραπευτική διαδικασία να γίνεται έτσι μια διαδικασία συσχέτισης δύο ομάδων μεταξύ τους». Ο Whitaker πιστεύει ότι «εμείς», ο συνθεραπευτής του κι ο ίδιος, παρ' ότι δεν είναι πάντα εμπιστεύσιμοι ο καθένας μόνος του, μαζί έχουν «στερεοσκοπική όραση».

ΕΝΩΣΗ (JOINING)

Η ένωση με την οικογένεια είναι περισσότερο μια στάση παρά μια τεχνική, μια ομπρέλα κάτω απ' την οποία συντελείται κάθε θεραπευτική συναλλαγή. Ενώνομαι σημαίνει ότι αφήνω την οικογένεια να καταλάβει ότι ο θεραπευτής τους καταλαβαίνει και εργάζεται μαζί με αυτούς και γι' αυτούς. Μόνο κάτω από την προστασία του θεραπευτή μπορεί η οικογένεια να νιώσει ασφάλεια για να εξερευνήσει εναλλακτικές, να δοκιμάσει το ασυνήθιστο και την αλλαγή. Η ένωση είναι η κόλλα που κρατάει μαζί το θεραπευτικό σύστημα.

Η ένωση με την οικογένεια είναι περισσότερο μια στάση παρά μια τεχνική, μια ομπρέλα κάτω απ' την οποία συντελείται κάθε θεραπευτική συναλλαγή. Ενώνομαι σημαίνει ότι αφήνω την οικογένεια να καταλάβει ότι ο θεραπευτής τους καταλαβαίνει και εργάζεται μαζί με αυτούς και γι' αυτούς. Μόνο κάτω από την προστασία του θεραπευτή μπορεί η οικογένεια να νιώσει ασφάλεια για να εξερευνήσει εναλλακτικές, να δοκιμάσει το ασυνήθιστο και την αλλαγή. Η ένωση είναι η κόλλα που κρατάει μαζί το θεραπευτικό σύστημα. Κάπου μέσα του υπάρχουν χορδές συνήχησης ικανές να ανταποκρίνονται σε κάθε ανθρώπινη συχνότητα. Η δημιουργία του θεραπευτικού συστήματος βγάζει στην επιφάνεια πλευρές του εαυτού του ικανές να διευκολύνουν την οικοδόμηση κοινού εδάφους με τα μέλη της οικογένειας. Ο θεραπευτής μπορεί σκόπιμα να ενεργοποιήσει κομμάτια του εαυτού του σύμφωνα με την οικογένεια, θα ενωθεί όμως με τέτοιο τρόπο, ώστε να μπορεί ελεύθερα να έρχεται σε αντίθεση με την οικογένεια, θα προσαρμοστεί στην οικογένεια, αλλά θα ζητήσει και από την οικογένεια να προσαρμοστεί σ' αυτόν.

ΕΝΩΣΗ (JOINING)

Η διαδικασία της ένωσης, σε ένα θεραπευτικό σύστημα υπερβαίνει την απλή υποστήριξη της οικογένειας. Παρ' ότι η ένωση συχνά συνδέεται με υποστηρικτικούς ελιγμούς, άλλες φορές απορρέει από αμφισβητήσεις δυσλειτουργικών χειρισμών, που δίνουν στην οικογένεια την ελπίδα πως ο θεραπευτής μπορεί πράγματι να καλυτερεύσει τα πράγματα. Ο θεραπευτής μπορεί να ενωθεί με οικογένειες από διαφορετικές θέσεις εγγύτητας. Οι διάφορες τεχνικές ένωσης έχουν προσαρμοστεί σε τρεις τέτοιες θέσεις: την κοντινή θέση, τη μεσαία θέση και τη θέση απεμπλοκής.

ΚΟΝΤΙΝΗ ΘΕΣΗ

Από τη θέση εγγύτητας που έχει, ο θεραπευτής μπορεί να συμμαχήσει με τα μέλη της οικογένειας, ακόμα και συνασπιζόμενος με ορισμένα εναντίον άλλων. Το πιο χρήσιμο εργαλείο της συμμαχίας είναι πιθανόν η επιβεβαίωση. Αναζητά τα θετικά στοιχεία και δείχνει ότι τα αναγνωρίζει και τα επιβραβεύει. Ταυτόχρονα, εξακριβώνει περιοχές πόνου, δυσκολίας ή άγχους και παραδέχεται ότι παρ' ότι δεν θα τις αποφύγει, θα αντιδράσει με ευαισθησία.

ΕΝΩΣΗ (JOINING)

Επιβεβαιώνοντας τα θετικά των ανθρώπων, ο θεραπευτής γίνεται μια πηγή αυτοεκτίμησης για τα μέλη της οικογένειας. Επιπλέον, τα υπόλοιπα μέλη βλέπουν το επιβεβαιωμένο πρόσωπο κάτω από νέο πρίσμα. Ο θεραπευτής αυξάνει την επιρροή του καθιερώνοντας τον εαυτό του ως πηγή αυτοεκτίμησης και κύρους για την οικογένεια. Επίσης συγκεντρώνει την εξουσία να αποσύρει την αποδοχή του, αν οι πελάτες δεν ακολουθούν την αρχηγία του.

Συχνά η επιβεβαίωση είναι απλά μια συμπονετική ανταπόκριση σε μια συναισθηματική παρουσίαση του εαυτού ενός μέλους, όπως: «Φαίνεστε σκεφτικός... θλιμμένος... θυμωμένος... κουρασμένος... εξαντλημένος».

Η επιβεβαίωση μπορεί επίσης να είναι μια μη κριτική περιγραφή της συναλλαγής ανάμεσα στα μέλη της οικογένειας: «Μοιάζει σαν να εμπλέκεστε σε μια συνεχή μάχη» ή «Όταν μιλάτε εκείνος διαφωνεί... νιώθει ότι αμφισβητείται». Τέτοιου είδους παρέμβαση δεν συνιστά ερμηνεία. Τα μέλη της οικογένειας ήδη γνωρίζουν τα όσα τους λέει ο θεραπευτής. Η δήλωση του είναι απλά μια αναγνώριση ότι έχει πάρει το μήνυμα και είναι διατεθειμένος να δουλέψει μαζί τους πάνω στο πρόβλημα.

ΕΝΩΣΗ (JOINING)

Ένας άλλος τρόπος επιβεβαίωσης είναι να περιγράψει ένα εμφανώς αρνητικό χαρακτηριστικού ενός μέλους της οικογένειας, ενώ ταυτόχρονα τον «απαλλάσσει» από την ευθύνη για τη συμπεριφορά του. Σ⁵ ένα παιδί ο θεραπευτής μπορεί να πει: «Φαίνεσαι πολύ παιδάκι. Πώς κατάφεραν οι γονείς σου να σε κρατήσουν τόσο μικρό;» Σε έναν ενήλικο ο θεραπευτής μπορεί να πει: «Φέρεσαι πολύ εξαρτημένα από τη σύζυγο σου. Πώς τα καταφέρνει να σε κρατά τόσο ανίκανο;» Σε τέτοιες τεχνικές το μέλος της οικογένειας νιώθει ότι αναγνωρίζεται ένας τομέας δυσκολίας του χωρίς να κατακρίνεται ή να ενοχοποιείται γι' αυτόν, και μπορεί να αντιδράσει στο θεραπευτή σαν να τον έχει επιβεβαιώσει προσωπικά.

Δουλεύοντας από τη μεσαία θέση, ο θεραπευτής και πάλι μπορεί να συντονιστεί με την οικογενειακή διαδικασία. Αν η μητέρα είναι το «κέντρο ελέγχου» της οικογένειας κι ο πατέρας είναι περιφερειακός, ο θεραπευτής μπορεί να ενωθεί με την οικογένεια ακούγοντας αρχικά με σεβασμό τη μητέρα, παρ' ότι ο απώτερος σκοπός του είναι να αυξήσει τη δύναμη του πατέρα στην οικογένεια.

ΕΝΩΣΗ (JOINING)

ΘΕΣΗ ΑΠΕΜΠΛΟΚΗΣ

Ο θεραπευτής μπορεί να ενωθεί με μια οικογένεια κι από θέση απεμπλοκής. Δεν λειτουργεί ως ηθοποιός, αλλά ως σκηνοθέτης. Αφού αντιληφθεί τα μοτίβα του οικογενειακού χορού, δημιουργεί σενάρια, διευκολύνοντας την αναπαράσταση των γνώριμων κινήσεων ή εισάγοντας καινοτομίες κι αναγκάζει, τα μέλη της οικογένειας να ασχοληθούν με ασυνήθιστες για αυτά συναλλαγές. Τέτοιες τεχνικές προκαλούν αλλαγή, και ταυτόχρονα αποτελούν μεθόδους ένωσης που αυξάνουν το αρχηγικό κύρος του θεραπευτή, καθώς βιώνεται ως ο ρυθμιστής των κανόνων της συνεδρίας.

ΕΝΩΣΗ (JOINING)

Ως ειδήμων, ο θεραπευτής ελέγχει την κοσμοθεωρία της οικογένειας. Αποδέχεται και υποστηρίζει ορισμένες οικογενειακές αξίες και μύθους. Αποφεύγει ή σκόπιμα αγνοεί άλλες. Μαθαίνει με ποιον τρόπο τα μέλη της οικογένειας πλαισιώνουν την εμπειρία του ότι «είμαστε η οικογένεια Σμιθ και πρέπει να φερόμαστε με τον ακόλουθο τρόπο». Προσέχει τα επικοινωνιακά μοτίβα που εκφράζουν και υποστηρίζουν την οικογενειακή εμπειρία και ξεχωρίζει ανάμεσά τους τις φράσεις εκείνες που έχουν σημασία για τη συγκεκριμένη οικογένεια.

Είναι πιθανόν ένας θεραπευτής να πρέπει να δουλέψει με ανθρώπους με τους οποίους δεν μπορεί εύκολα να ενωθεί, λόγω διαφορετικού συστήματος αξιών, πολιτικής ιδεολογίας, διαφορετικού τρόπου επαφής ή απλά διαφορετικής χημείας. Ο θεραπευτής θα πρέπει τότε να θυμίσει στον εαυτό του πως είναι εντελώς αδύνατο να μην έχει καθόλου κοινές ιδιότητες με την οικογένεια. Μπορεί να δυσκολευτεί να τις βρει, σίγουρα όμως θα είναι εκεί.

ΣΧΕΔΙΑΣΜΟΣ

Τα πιο συνηθισμένα οικογενειακά σχήματα είναι: οικογένεια για δύο, οικογένεια τριών γενεών, οικογένεια-παπούτσι, οικογένεια-ακορντεόν, ασταθής οικογένεια και ανάδοχη οικογένεια.

ΟΙΚΟΓΕΝΕΙΕΣ ΓΙΑ ΔΥΟ

Ας υποθέσουμε ότι μια οικογένεια αποτελείται από δύο μόνο ανθρώπους. Ο θεραπευτής μπορεί να υποθέσει ότι οι δύο αυτοί άνθρωποι στηρίζονται σε μεγάλο βαθμό ένας στον άλλο. Αν πρόκειται για μητέρα με παιδί, το παιδί μπορεί να περνά πολύ χρόνο συντροφιά με ενήλικες. Μπορεί να έχει ανώτερες λεκτικές ικανότητες κι εξαιτίας της μεγάλης του αλληλεπίδρασης με ενήλικους, μπορεί να αρχίσει να ενδιαφέρεται για θέματα ενηλίκων πριν από τους συνομηλίκους του και να φαίνεται πιο ώριμο. Μπορεί να περνάει λιγότερο χρόνο με τους συνομηλίκους του από το μέσο παιδί, να έχει λιγότερα κοινά σημεία μαζί τους και να είναι σε μειονεκτική θέση στο σωματικό παιχνίδι. Η μητέρα είναι ελεύθερη, αν το θελήσει, να του δώσει περισσότερη προσοχή απ' όση θα μπορούσε, αν υπήρχε σύζυγος ή άλλα παιδιά, για να ασχολείται μαζί τους. Ως αποτέλεσμα, μπορεί να είναι πολύ καλή στο να ερμηνεύει τις διαθέσεις του παιδιού, να ικανοποιεί τις ανάγκες του, και να απαντά στις ερωτήσεις του. Μπορεί επίσης να έχει την τάση να υπερερμηνεύει το παιδί, καθώς δεν έχει κανέναν άλλον για να ασχοληθεί μαζί του. Ίσως να μην έχει κανέναν για να επαληθεύουν μαζί την ορθότητα των παρατηρήσεων της.

ΣΧΕΔΙΑΣΜΟΣ

Το αποτέλεσμα μπορεί να είναι μια έντονη σχέση, που ευνοεί την αμοιβαία εξάρτηση και ταυτόχρονα την αμοιβαία δυσαρέσκεια.

Ένα άλλο παράδειγμα οικογένειας για δύο είναι το μεσήλικο ζευγάρι, τα παιδιά του οποίου έχουν φύγει από το σπίτι. Μερικές φορές λέγεται πως υποφέρει από το σύνδρομο της άδειας φωλιάς. Ένα ακόμα παράδειγμα είναι ο γονιός και το ενήλικο ανύπαντρο παιδί, που ζουν μαζί όλη τη ζωή του παιδιού.

Κάθε οικογενειακή δομή, ανεξάρτητα από το πόσο βιώσιμη είναι σε μερικές περιπτώσεις, έχει τομείς πιθανής δυσκολίας ή αδύνατους κρίκους στην αλυσίδα. Υπάρχει η πιθανότητα, η δομή των δύο προσώπων να είναι τύπου λειχήνας, όπου τα άτομα εξαρτώνται συμβιωτικά σχεδόν το ένα από το άλλο. Πρόκειται για μια πιθανότητα που ο θεραπευτής πρέπει να ανιχνεύσει. Αν οι παρατηρήσεις του δείχνουν πως η υπερ-εμπλοκή περιορίζει τη δυνητική λειτουργικότητα κάθε μέλους, ο θεραπευτής θα σχεδιάσει παρεμβάσεις για να χαράξει όρια ανάμεσα στα μέλη της δυάδας, ενώ ταυτόχρονα θα διευρύνει τα όρια που κρατούν τα άτομα αποκλεισμένα από άλλες σχέσεις. Ο θεραπευτής μπορεί να εξερευνήσει τις εξωοικογενειακές πηγές υποστήριξης ή ενδιαφέροντος της οικογένειας, προκειμένου να αμφισβητήσει την «είμαστε ένα νησί» οπτική της οικογενειακής πραγματικότητας.

ΣΧΕΔΙΑΣΜΟΣ

ΟΙΚΟΓΕΝΕΙΕΣ ΤΡΙΩΝ ΓΕΝΕΩΝ

Η διευρυμένη οικογένεια, με διαφορετικές γενιές που ζουν όλες κοντά, είναι πιθανότατα το συνηθέστερο οικογενειακό σχήμα παγκοσμίως. Πολλοί θεραπευτές έχουν τονίσει τη σημασία της δουλειάς με τρεις γενιές, ανεξάρτητα από την πιθανή γεωγραφική απόσταση.

Δουλεύοντας με οικογένειες τριών γενεών, οι οικογενειακοί θεραπευτές πρέπει να προσέξουν την τάση τους να τις διαχωρίσουν. Οι θεραπευτές τείνουν να θέλουν να χαράξουν τα όρια της πυρηνικής οικογένειας. Σε μια οικογένεια με μητέρα, γιαγιά, παιδί, η πρώτη ερώτηση του οικογενειακού θεραπευτή είναι συχνά «Ποιος εκτελεί χρέη γονιού για το παιδί;» Αν οι γονεϊκές λειτουργίες έχουν μεταβιβαστεί στη γιαγιά, ο χαρτογράφος μέσα στο θεραπευτή αρχίζει να κατασκευάζει στρατηγικές αναδιοργάνωσης του οικογενειακού σχήματος, έτσι ώστε η «πραγματική μητέρα» να αναλάβει τη μείζονα γονεϊκή ευθύνη απέναντι στο παιδί και η γιαγιά να μετακινηθεί στο περιθώριο.

ΣΧΕΔΙΑΣΜΟΣ

ΟΙΚΟΓΕΝΕΙΑ-ΠΑΠΟΥΤΣΙ

Η πολυμελής οικογένεια δεν είναι πλέον τόσο συνηθισμένη όσο ήταν κάποτε στον πολιτισμό μας. Υπήρχε εποχή που η απόκτηση πολλών παιδιών ήταν ο κανόνας. Όταν οι οργανισμοί γίνονται μεγάλοι, οι εξουσίες πρέπει να μεταβιβάζονται. Όταν ένα νοικοκυριό έχει πολλά παιδιά, συνήθως το ένα από αυτά και πολλά ίσως από τα μεγαλύτερα αναλαμβάνουν γονεϊκές ευθύνες. Στα γονεϊκά αυτά παιδιά ανατίθενται λειτουργίες ανατροφής(των υπολοίπων, καθιστώντας τα αντιπροσώπους των γονιών.

Η διευθέτηση λειτουργεί, εάν οι υπευθυνότητες των γονεϊκών παιδιών έχουν οριστεί με σαφήνεια από τους γονείς και εμπίπτουν στις ικανότητες τους, με δεδομένο το επίπεδο ωριμότητάς τους. Το γονεϊκό παιδί βρίσκεται σε μια θέση, στην οποία ·" έχει αποκλειστεί από το αδελφικό υποσύστημα και ωθείται προς τα επάνω, στο γονεϊκό υποσύστημα. Μια τέτοια θέση έχει ορισμένα γοητευτικά χαρακτηριστικά, αφού το παιδί έχει άμεση πρόσβαση στους γονείς και μπορεί να αυξάνει τις εκτελεστικές του δεξιότητες. Η σχέση έχει δουλέψει καλά για χιλιετίες. Πολλοί θεραπευτές είναι πρώην γονεϊκά παιδιά, Η δομή μιας πολυμελούς οικογένειας μπορεί να διαλυθεί ωστόσο σ' αυτό το σημείο, και ο θεραπευτής οφείλει να έχει υπόψη του ότι υπάρχει και μια τέτοια πιθανότητα.

ΣΧΕΔΙΑΣΜΟΣ

Υφίσταται η δυναμική να γίνουν τα γονεϊκά παιδιά συμπτωματικά, αν τους ανατίθενται ευθύνες που δεν μπορούν να διαχειριστούν ή αν δεν τους δίνεται η εξουσία να τις διεκπεραιώσουν. Τα γονεϊκά παιδιά είναι, εξ ορισμού, παγιδευμένα στη μέση. Το γονεϊκό παιδί νιώθει αποκλεισμένο από το αδελφικό πλαίσιο και όχι πραγματικά αποδεκτό από το γονεϊκό υποσύστημα. Το σημαντικό πλαίσιο κοινωνικοποίησης του αδελφικού συστήματος δυσχεραίνεται. Επιπλέον, οι λειτουργίες ανατροφής, που τα μικρότερα παιδιά χρειάζονται από τους γονείς τους, μπορεί να παρεμποδιστούν από ' το γονεϊκό παιδί.

Στη θεραπεία, μπορεί να είναι βοηθητική η χρήση τεχνικών δημιουργίας ορίων, που αναδιοργανώνουν το γονεϊκό υποσύστημα χωρίς το γονεϊκό παιδί, καθώς και η < πραγματοποίηση συνεδριών μόνο με τα αδέλφια, έτσι ώστε να αναπροσαρμοστεί η θέση του παιδιού στο αδελφικό υποσύστημα. Ή, αν το γονεϊκό υποσύστημα είναι ήδη βαρυφορτωμένο, η ευθύνη υποστήριξης του μπορεί να μοιραστεί πιο δίκαια ανάμεσα στα υπόλοιπα παιδιά.

ΣΧΕΔΙΑΣΜΟΣ

ΟΙΚΟΓΕΝΕΙΑ-ΑΚΟΡΝΤΕΟΝ Σε μερικές οικογένειες ο ένας γονιός λείπει για μεγάλα χρονικά διαστήματα. Οι οικογένειες των ναυτικών αποτελούν το κλασικό παράδειγμα. Όταν ο ένας σύζυγος φεύγει, εκείνος που μένει πρέπει να αναλάβει επιπρόσθετες εκτελεστικές και καθοδηγητικές λειτουργίες, καθώς και λειτουργίες φροντίδας, αλλιώς το παιδί θα τις στερηθεί. Οι γονεϊκές λειτουργίες συγκεντρώνονται σε ένα άτομο για ένα μέρος του κάθε κύκλου. Οι οικογένειες μπορεί να παγιωθούν στη μορφή μιας μονογενειακής οικογένειας. Η/ο σύζυγος που παραμένει στο σπίτι αναλαμβάνει επιπλέον λειτουργίες εις βάρος της συζυγικής συνεργασίας.

Τα παιδιά μπορεί να λειτουργήσουν για να διευκολύνουν το χωρισμό των γονιών, ακόμα και να τους παγιώσουν στους ρόλους «του καλού πατέρα και της κακιάς μητέρας, που τους εγκαταλείπει» σε μια οργάνωση που τείνει να θέσει εκτός τον περιφερειακό γονιό. Οι οικογένειες-ακορντεόν μπορεί να έρθουν για θεραπεία, αν αλλάξει η δουλειά του γονιού που λείπει κι εκείνη/εκείνος γίνει πλέον μόνιμη μορφή στον οργανισμό της οικογένειας. Τότε, η οικογένεια πρέπει να αλλάξει τον τρόπο οργάνωσης των λειτουργιών της, καθώς το παλιό πρόγραμμα δυσχεραίνει την ανάπτυξη νέων λειτουργιών που περιλαμβάνουν την/τον σύζυγο. Ο περιφερειακός γονιός πρέπει να επανενταχθεί σε σημαίνουσα θέση.

ΣΧΕΔΙΑΣΜΟΣ

ΟΙΚΟΓΕΝΕΙΕΣ ΕΚΤΟΣ ΕΛΕΓΧΟΥ

Σε οικογένειες όπου ένα από τα μέλη παρουσιάζει συμπτώματα σχετιζόμενα με τον έλεγχο, ο θεραπευτής υποθέτει ότι υπάρχουν προβλήματα σε έναν ή σε όλους τους ακόλουθους τομείς: την ιεραρχική οργάνωση της οικογένειας, τη διεκπεραίωση εκτελεστικών λειτουργιών στο γονεϊκό υποσύστημα και την εγγύτητα των μελών της οικογένειας.

Τα προβλήματα ελέγχου ποικίλλουν, ανάλογα με το αναπτυξιακό στάδιο των μελών της οικογένειας. Σε οικογένειες με μικρά παιδιά ένα από τα πιο συνηθισμένα προβλήματα που συναντάμε είναι ένα παιδί προσχολικής ηλικίας που οι γονείς περιγράφουν ως «τέρας», επειδή δεν υπακούει σε κανόνες. Όταν ένας τύραννος είκοσι πέντε κιλών τρομοκρατεί μια ολόκληρη οικογένεια, πρέπει να υποθέσουμε ότι έχει σύνεργό. Για να είναι ένας τύραννος ύψους πενήντα πόντων ψηλότερος από τα μέλη της υπόλοιπης οικογένειας σημαίνει ότι πρέπει να ανεβαίνει στους ώμους κάποιου ενήλικου.

Ο θεραπευτής μπορεί να υποθέσει με ασφάλεια ότι οι σύζυγοι βγάζουν ανίκανο ο ένας τον άλλο, πράγμα που βάζει τον τριγωνοποιημένο τύρανο σε θέση εξουσίας, τρομακτική τόσο για τον ίδιο όσο και για την οικογένεια.

ΣΧΕΔΙΑΣΜΟΣ

Σε οικογένειες με εφήβους τα προβλήματα ελέγχου μπορεί να σχετίζονται με την ανικανότητα των γονιών να προχωρήσουν από το στάδιο των ανήσυχων γονιών μικρών παιδιών σε εκείνο των αξιοσέβαστων γονιών νεαρών εφήβων. Σε τέτοιες καταστάσεις παλιά προγράμματα, πολύ χρήσιμα όταν τα παιδιά ήταν μικρά, παρεμβαίνουν τώρα στην ανάπτυξη ενός νέου οικογενειακού σχήματος. Τα παιδιά μπορεί να νιώθουν πιο άνετα με τις αλλαγές στην ανάπτυξή τους, ενώ οι γονείς δεν έχουν ακόμα δημιουργήσει νέες εναλλακτικές για το δικό τους στάδιο στη ζωή.

Ένας έφηβος μπορεί ακόμη να είναι τόσο υπερ-εμπλεγμένος με έναν μετέωρο γονιό, ώστε καμία πράξη του παιδιού να μην περνά απαρατήρητη. Σε τέτοιες καταστάσεις, η παρεμπόδιση της υπερ-εμπλεγμένης συναλλαγής μπορεί να αυξήσει τις συγκρούσεις ανάμεσα στο γονεϊκό ολόνιο και το παιδί, πράγμα που μπορεί να βοηθήσει στην εξεύρεση εναλλακτικών.

Γενικά, ο καλύτερος δρόμος για το θεραπευτή, όταν αντιμετωπίζει οικογένειες εφήβων σε σύγκρουση, είναι να κρατήσει ίσες αποστάσεις. Θα υποστηρίξει το δικαίωμα των γονιών να κάνουν σεβαστά κάποια αιτήματα και απαιτήσεις τους. Ταυτόχρονα, θα υποστηρίξει τις απαιτήσεις των εφήβων για αλλαγή.

ΣΧΕΔΙΑΣΜΟΣ

Σε οικογένειες με παραβατικά παιδιά, ο έλεγχος των γονιών εξαρτάται από την παρουσία τους. Οι κανόνες υπάρχουν μόνον όσο οι γονείς είναι εκεί για να τους επιβάλουν. Το παιδί μαθαίνει ότι υπάρχουν κανόνες για ένα πλαίσιο, που δεν εφαρμόζονται όμως σε άλλα. Σε μια τέτοια οργάνωση, οι γονείς τείνουν να έχουν πολλές ελεγκτικές αντιδράσεις, συχνά αναποτελεσματικές. Ο γονιός διατυπώνει μια απαίτηση ελέγχου, το παιδί δεν υπακούει, ο γονιός διατυπώνει άλλη απαίτηση και ούτω καθ' εξής. Υπάρχει μια αμοιβαία συμφωνία, πως μετά από έναν ορισμένο αριθμό γονεϊκών απαιτήσεων, το παιδί θα απαντήσει.

Τα μοτίβα επικοινωνίας τείνουν να είναι χαοτικά σε τέτοιες οικογένειες. Οι άνθρωποι δεν περιμένουν να εισακουστούν και τα μηνύματα των σχέσεων είναι πιο σημαντικά από το περιεχόμενο. Οι επικοινωνίες μοιάζουν να οργανώνονται γύρω από μικρές, ασύνδετες, συναισθηματικές στιγμές ή συναλλαγές.

ΕΣΤΙΑΣΗ

Η εστίαση είναι ένας όρος δανεισμένος από τον κόσμο της φωτογραφίας. Ο φωτογράφος μπορούσε να εστιάσει σ' ένα πρόσωπο, ένα λουλούδι, ένα μπουκέτο, ακόμα και στο πέταλο ενός λουλουδιού. Παρατηρώντας μια οικογένεια ο θεραπευτής κατακλύζεται από δεδομένα. Έχει όρια να χαρτογραφήσει, δυνατά σημεία να προβάλλει, προβλήματα να παρατηρήσει, συμπληρωματικές λειτουργίες να μελετήσει. Ο θεραπευτής θα επιλέξει και θα οργανώσει τα δεδομένα του σε κάποιου είδους πλαίσιο για να βγάλει νόημα. Η οργάνωσή του οφείλει να είναι ένα θεραπευτικό σχήμα, διευκολυντικό για την αλλαγή. Ο θεραπευτής θα οργανώσει τα γεγονότα που αντιλαμβάνεται με τέτοιο τρόπο ώστε να συνδέονται μεταξύ τους και να έχουν θεραπευτική σχετικότητα.

Για να κάνει κάτι τέτοιο, ο θεραπευτής πρέπει, πρώτον, να επιλέξει μια εστίαση και, δεύτερον, να αναπτύξει ένα θέμα προς εργασία. Ταυτόχρονα, θα αποκλείσει πολλούς τομείς που, παρ' ότι έχουν ενδιαφέρον, δεν συμβάλλουν στο θεραπευτικό του στόχο τη δεδομένη στιγμή. Κατά τη διάρκεια της συνεδρίας, επιλέγει στοιχεία από τις συναλλαγές της οικογένειας κι οργανώνει το υλικό έτσι ώστε να ταιριάζει με τη θεραπευτική του στρατηγική. Αποκλείοντας πολλές από τις πληροφορίες της συνεδρίας, μπορεί να επικεντρωθεί σε δεδομένα σχετικά με τη θεραπεία. Το σχήμα του θεραπευτή περιλαμβάνει ένα δομικό στόχο και μια στρατηγική επίτευξής του. Προκειμένου να αμφισβητήσει μια ιδιαίτερα εμπλεγμένη οικογένεια, για παράδειγμα, ο θεραπευτής μπορεί να εστιάσει στα ασαφή της όρια. Ο τρόπος που θα το κάνει θα καθοριστεί από το περιεχόμενο και τη διαδικασία της συνεδρίας.

ΑΝΑΠΑΡΑΣΤΑΣΗ

- Τα μέλη της οικογένειας σταματούν να χορεύουν, όταν έρχονται στη συνεδρία, και προσπαθούν να περιγράψουν, να σχολιάσουν και να εξηγήσουν στο θεραπευτή πώς είναι η μουσική κι ο χορός στο σπίτι τους. Αυτό περιορίζει την ποιότητα και την ποσότητα της πληροφόρησης που παρέχεται στην υποκειμενική μνήμη, καθώς και την περιγραφική ικανότητα των πληροφοριοδοτών.
- Όταν ο θεραπευτής κάνει ερωτήσεις στην οικογένεια, τα μέλη της μπορούν να ελέγξουν τι παρουσιάζουν. Επιλέγοντας ποιο υλικό να επικοινωνήσουν, συχνά προσπαθούν σκληρά να δείξουν τον καλύτερο εαυτό τους, όπως νομίζουν ότι είναι. Όταν όμως ο θεραπευτής βάζει τα μέλη της οικογένειας να αλληλεπιδράσουν, να αναφερθούν σε κάποια από τα δυσλειτουργικά τους προβλήματα και να διαπραγματευθούν διαφωνίες, όπως την προσπάθεια να ανακτήσουν τον έλεγχο ενός ανυπάκουου παιδιού, απελευθερώνει ακολουθίες πέρα από τον έλεγχο της οικογένειας. Οι συνηθισμένοι ρόλοι κερδίζουν τον έλεγχο και τα στοιχεία της συναλλαγής φανερώνονται με την ίδια ένταση που έχουν ον συναλλαγές αυτές έξω από τη θεραπευτική συνεδρία.

ΑΝΑΠΑΡΑΣΤΑΣΗ

Η αναπαράσταση είναι η τεχνική με την οποία ο θεραπευτής ζητάει από την οικογένεια να χορέψει μπροστά του. Ο θεραπευτής στη συνεδρία κατασκευάζει ένα διαπροσωπικό σενάριο, όπου διαδραματίζονται δυσλειτουργικές συναλλαγές ανάμεσα στα μέλη της οικογένειας. Μια τέτοια συναλλαγή λαμβάνει χώρα στο πλαίσιο της συνεδρίας, με την παρουσία και σε σχέση με το θεραπευτή. Ενώ διευκολύνει τη συναλλαγή, ο θεραπευτής είναι ταυτόχρονα σε θέση να παρατηρήσει τους λεκτικούς και εξωλεκτικούς τρόπους συνεννόησης των μελών της οικογένειας μεταξύ τους και να ελέγξει το εύρος των ανεκτών συναλλαγών.

Ο θεραπευτής μπορεί τότε να παρέμβει στη διαδικασία αυξάνοντας την έντασή της, παρατείνοντας τη διάρκεια της, εμπλέκοντας και άλλα μέλη της οικογένειας, υποδεικνύοντας εναλλακτικές συναλλαγές και εισάγοντας πειραματικές ανιχνεύσεις που θα δώσουν στον ίδιο αλλά και στην οικογένεια πληροφόρηση για τη φύση του προβλήματος, την ευελιξία των οικογενειακών συναλλαγών κατά την αναζήτηση λύσεων, και την πιθανότητα εναλλακτικών τρόπων αντιμετώπισης της κατάστασης μέσα στο θεραπευτικό πλαίσιο.

ΑΝΑΠΑΡΑΣΤΑΣΗ

Όταν η οικογένεια έρχεται για θεραπεία, συνήθως υπάρχει ομοφωνία για το ποιος είναι ο ταυτοποιημένος ασθενής, ποιο είναι το πρόβλημα και πώς επηρεάζει τα άλλα μέλη της οικογένειας. Οι προηγούμενες απόπειρες των μελών να βρουνε μόνα τους λύσεις έχουν επικεντρώσει τις συναλλαγές τους σε πολύ μεγάλο βαθμό γύρω από το «πρόβλημα», και το έχουν μετατρέψει στο φόντο πάνω στο οποίο διαδραματίζονται όλες οι άλλες πλευρές της πραγματικότητας.

Η εμπειρία τους από την πραγματικότητα έχει περιοριστεί λόγω της υπερ-εστίασης. Η ένταση των εμπειριών τους από το σύμπτωμα και το φορέα του, τους έχει κάνει να αγνοούν άλλες, σημαντικές πλευρές των συναλλαγών τους. Η οικογένεια έχει πλαισιώσει το πρόβλημα και τις συναλλαγές που το αφορούν ως τη σχετική πραγματικότητα της θεραπείας. Το πρόβλημα του θεραπευτή είναι με ποιον τρόπο να συγκεντρώσει πληροφορίες, τις οποίες τα μέλη της οικογένειας δεν θεωρούν σχετικές, κι ακόμα πιο δύσκολο, πώς να συγκεντρώσει πληροφόρηση που δεν είναι διαθέσιμη στα μέλη της οικογένειας.

ΑΝΑΠΑΡΑΣΤΑΣΗ

Υπάρχουν αρκετοί τρόποι επίλυσης του προβλήματος. Θεραπευτές εκπαιδευμένοι να χρησιμοποιούν το λεκτικό και το ακουστικό κανάλι επικοινωνίας ως την κύρια πηγή συλλογής πληροφοριών ακούνε τους ασθενείς, κάνουν ερωτήσεις και ακούν ξανά. Δίνουν προσοχή στο περιεχόμενο του υλικού, στους τρόπους με τους οποίους τα διαφορετικά στοιχεία της πλοκής σχετίζονται μεταξύ τους, στους προσδιορισμούς ή στις ανομοιότητες των στοιχείων και στο συναίσθημα με το οποίο έγινε η παρουσίασή του. Ένας τέτοιος τρόπος συγκέντρωσης πληροφοριών δεν μπορεί να παρέχει στους θεραπευτές πληροφορίες που τα μέλη της οικογένειας δεν έχουν.

Ο θεραπευτής βοηθάει στο ξεδίπλωμα του υλικού μέχρι να αποκτήσει αρκετή πληροφόρηση. Αυτός ο τρόπος έρευνας διατηρεί το μύθο της αντικειμενικότητας του θεραπευτή και της πραγματικότητας του ασθενή. Όσοι θεραπευτές έχουν εκπαιδευτεί σε διαπροσωπικά κανάλια επικοινωνίας, όμως γνωρίζουν ότι η πράξη της παρατήρησης επηρεάζει το παρατηρούμενο υλικό, κι ότι ασχολούνται πάντα με κατά προσέγγιση και πιθανές αλήθειες.

ΑΝΑΠΑΡΑΣΤΑΣΗ

Όταν τα μέλη της οικογένειας αναπαριστούν μια συναλλαγή, οι συνηθισμένοι κανόνες που ελέγχουν τη συμπεριφορά τους παίρνουν τον έλεγχο με μια συναισθηματική ένταση παρόμοια με εκείνη που εκδηλώνεται στις συνηθισμένες τους συναλλαγές στο σπίτι. Σε μια θεραπευτική κατάσταση, όμως, που ο θεραπευτής έχει τον έλεγχο του πλαισίου, μπορεί να ελέγξει τους κανόνες του συστήματος συμμαχώντας διαφοροποιημένα με τα μέλη της οικογένειας ή μπαίνοντας σε συμμαχίες ενάντια σε άλλα μέλη. Ο θεραπευτής μπορεί επίσης να ελέγξει τις χρονικές παραμέτρους. Μπορεί να πει στα μέλη της οικογένειας: «Συνεχίστε αυτή τη συναλλαγή» ή να εμποδίσει τις προσπάθειες άλλων μελών της οικογένειας να συντομεύσουν την αναπαράσταση. Στη διαδικασία αυτή, ο θεραπευτής προσπαθεί να αλλάξει τις συμμαχίες των μελών της οικογένειας προσωρινά, δοκιμάζοντας την ευελιξία του συστήματος, όταν ο θεραπευτής «πιέζει».

ΑΝΑΠΑΡΑΣΤΑΣΗ

Εκτός από τη βελτίωση της ποιότητας και της ποσότητας των παρεχόμενων πληροφοριών, η τεχνική της αναπαράστασης προσφέρει κι άλλα θεραπευτικά πλεονεκτήματα.

Πρώτον, διευκολύνει το σχηματισμό του θεραπευτικού συστήματος, καθώς πολύ γρήγορα προκαλεί εμπλοκές ανάμεσα στα μέλη της οικογένειας και το θεραπευτή. Τα μέλη της οικογένειας αναπαριστούν το χορό τους σε σχέση με το θεραπευτή, που δεν είναι μόνο παρατηρητής αλλά ταυτόχρονα μουσικός και χορευτής.

Δεύτερον, ενώ η οικογένεια αναπαριστά την πραγματικότητά της μέσα στο θεραπευτικό πλαίσιο, υπάρχει μια συνακόλουθη αμφισβήτηση της συγκεκριμένης πραγματικότητας. Οι οικογένειες παρουσιάζονται ως ένα σύστημα με έναν ταυτοποιημένο ασθενή και μια σειρά από γιατρούς ή αρωγούς. Όταν όμως χορεύουν, η οπτική τους ανοίγει, ώστε να συμπεριλάβει όχι μόνο ένα, αλλά δύο ή περισσότερα μέλη της οικογένειας. Η μονάδα της παρατήρησης και της παρέμβασης διευρύνεται. Αντί για ένα ασθενή με παθολογία, η εστίαση αφορά τώρα μια οικογένεια σε δυσλειτουργική κατάσταση. Η αναπαράσταση αρχίζει να βάζει σε αμφισβήτηση την ιδέα της οικογένειας για το ποιο είναι το πρόβλημα.

ΑΝΑΠΑΡΑΣΤΑΣΗ

Ένα άλλο πλεονέκτημα της αναπαράστασης είναι ότι, καθώς τα μέλη του θεραπευτικού συστήματος εμπλέκονται μεταξύ τους αντί να ακούνε απλώς το ένα το άλλο, τους προσφέρεται ένα πλαίσιο πειραματισμού πάνω σε συγκεκριμένες καταστάσεις. Ένα τέτοιο πλαίσιο είναι σαφώς χρησιμότερο, όταν κάποιος δουλεύει με οικογένειες με μικρά παιδιά ή με παιδιά σε διαφορετικά αναπτυξιακά στάδια και με οικογένειες με πολιτιστικό υπόβαθρο διαφορετικό από εκείνο του θεραπευτή. Η χρήση θεραπευτικών οδηγιών, συγκεκριμένης γλώσσας και μεταφορών βγαλμένων από τις συναλλαγές μεταξύ των μελών διευκολύνει την επικοινωνία να υπερβεί τα πολιτιστικά και ηλικιακά όρια.

Παρ' ότι η αναπαράσταση πραγματοποιείται σε σχέση με το θεραπευτή, μπορεί ταυτόχρονα να διευκολύνει την απεμπλοκή του. Οι οικογένειες έχουν τη μεγάλη δύναμη να εντάσσουν το θεραπευτή για να λειτουργεί σύμφωνα με τους κανόνες τους. Μπορούν να τον τριγωνοποιήσουν ή να τον εξαναγκάσουν σε μια κεντρικότητα που του στερεί τη δυνατότητα θεραπευτικών ελιγμών. Μία από τις απλούστερες τεχνικές απεμπλοκής είναι η πρόταση προς τα μέλη της οικογένειας να κάνουν μια αναπαράσταση.

ΑΝΑΠΑΡΑΣΤΑΣΗ

Η αναπαράσταση μπορεί να θεωρηθεί χορός σε τρεις κινήσεις. Στη πρώτη κίνηση, ο θεραπευτής παρατηρεί τις αυθόρμητες συναλλαγές της οικογένειας και αποφασίζει ποιες δυσλειτουργικές περιοχές να τονίσει. Στη δεύτερη κίνηση, οργανώνει σενάρια στα οποία τα μέλη της οικογένειας χορεύουν τον δυσλειτουργικό τους χορό ενώπιον του. Και στην τρίτη κίνηση της αναπαράστασης, προτείνει εναλλακτικούς τρόπους συναλλαγής. Η τελευταία κίνηση μπορεί να δώσει προγνωστικές πληροφορίες, καθώς και ελπίδα στην οικογένεια.

ΑΛΛΑΓΗ

Η δομική προσέγγιση θεωρεί την οικογένεια ένα μηχανισμό: ένα περίπλοκο σύστημα σε υπολειτουργία. Ο θεραπευτής υπονομεύει την υπάρχουσα ομοιόσταση, προκαλώντας κρίσεις που δονούν το σύστημα, για να αναπτυχθεί μια πιο λειτουργική οργάνωση. Έτσι, η δομική προσέγγιση διαθέτει στοιχεία τόσο από το υπαρξιακό όσο και από το στρατηγικό πλαίσιο. Όπως και ο στρατηγικός θεραπευτής, έτσι και ο δομικός αναδιατάσσει σημαντικές οργανώσεις για να προκαλέσει αλλαγή σε ολόκληρο το σύστημα. Οι τεχνικές της δομικής θεραπείας οδηγούν στην οικογενειακή αναδιοργάνωση μέσω της αμφισβήτησης του οικογενειακού οργανισμού.

Υπάρχουν τρεις κύριες στρατηγικές στη δομική οικογενειακή θεραπεία, καθεμιά από τις οποίες υποστηρίζεται από μια ομάδα τεχνικών. Οι τρεις αυτές στρατηγικές είναι:

η αμφισβήτηση του συμπτώματος, η αμφισβήτηση της οικογενειακής δομής και η αμφισβήτηση της οικογενειακής πραγματικότητας.

ΑΛΛΑΓΗ

ΑΜΦΙΣΒΗΤΗΣΗ ΤΟΥ ΣΥΜΠΤΩΜΑΤΟΣ

Οι οικογένειες που έρχονται για θεραπεία μετά από παρατεταμένη μάχη έχουν, συνήθως, ταυτίσει ένα μέλος τους με το πρόβλημα. Μιλάνε ελεύθερα στο θεραπευτή για τον αγώνα τους, τις λύσεις που δοκίμασαν και την αποτυχία κάθε προσπάθειας. Ο θεραπευτής, ωστόσο, μπαίνει στη θεραπευτική κατάσταση με την υπόθεση ότι η οικογένεια κάνει λάθος. Το πρόβλημα δεν είναι ο ταυτοποιημένος ασθενής, αλλά κάποια από τα οικογενειακά μοτίβα αλληλεπίδρασης.

Οι λύσεις που δοκίμασε η οικογένεια είναι στερεοτυπικές επαναλήψεις αναποτελεσματικών συναλλαγών που μπορούν μόνο να δημιουργήσουν εντονότερο συναίσθημα, χωρίς να επιφέρουν αλλαγή. Παρατηρώντας την οργάνωση των μελών της οικογένειας γύρω από το σύμπτωμα και το φορέα του, ο θεραπευτής μπορεί να αποκομίσει μια «συναλλακτική βιοψία» των πιο αγαπημένων αντιδράσεων του οικογενειακού οργανισμού είναι αντιδράσεις που η οικογένεια εξακολουθεί να χρησιμοποιεί με ακατάλληλο τρόπο για να αντιμετωπίσει την υπάρχουσα κατάσταση.

ΑΛΛΑΓΗ

Ο στρατηγικός θεραπευτής βλέπει το σύμπτωμα ως μια λύση προστασίας: ο φορέας του συμπτώματος θυσιάζεται για να υπερασπίσει την οικογενειακή ομοιότητα. Ο δομικός θεραπευτής, αντιμετωπίζοντας την οικογένεια ως οργανισμό, δεν θεωρεί μια τέτοια προστασία σκόπιμη ή «χρήσιμη» αντίδραση, αλλά αντίδραση ενός οργανισμού σε καθεστώς άγχους. Τα άλλα μέλη της οικογένειας είναι εξίσου συμπτωματικά. Η δουλειά του θεραπευτή είναι να αμφισβητήσει τον οικογενειακό ορισμό του προβλήματος και τη φύση των αντιδράσεών του. Η αμφισβήτηση μπορεί να είναι άμεση ή έμμεση, φανερή ή κρυφή, ειλικρινής ή παράδοξη. Ο στόχος είναι να αλλάξει ή να θέσει σε διαφορετικό πλαίσιο την οικογενειακή άποψη για το πρόβλημα, ωθώντας τα μέλη της στην αναζήτηση εναλλακτικών συμπεριφορικών, γνωστικών και συναισθηματικών αντιδράσεων.

ΑΛΛΑΓΗ

Ο θεραπευτής εξερευνά εναλλακτικούς τρόπους έκφρασης εχθρότητας και διαφωνίας στην οικογένεια. Εξετάζει τις διαφορετικές εντάσεις της εμπλοκής κάθε γονιού με το σύμπτωμα, το νόημα του συμπτώματος για κάθε μέλος της οικογένειας και τη χρήση του από το συζυγικό και το αδελφικό υποσύστημα. Π.χ. το σύμπτωμα ορίζεται ως τρόπος επαναδέσμευσης της μητέρας, που πρόσφατα έχει αλλάξει τη σχέση της με το παιδί και τον άνδρα της. Ο νέος ορισμός ανοίγει νέες προοπτικές στη συγκρουσιακή σχέση των συζυγών, την απόσταση ανάμεσα στον πατέρα και το γιο, καθώς και σχετικά με την προνομιακή θέση του γιου στο αδελφικό υποσύστημα. Καθώς τα μέλη εξερευνούν νέες περιοχές, η διάθεσή τους αλλάζει, γίνεται πιο έντονη και ταυτόχρονα πιο ελπιδοφόρα.

ΑΛΛΑΓΗ

ΑΜΦΙΣΒΗΤΗΣΗ ΤΗΣ ΔΟΜΗΣ ΤΗΣ ΟΙΚΟΓΕΝΕΙΑΣ

Η κοσμοθεωρία των μελών της οικογένειας εξαρτάται σε μεγάλο βαθμό από τη θέση τους στα διαφορετικά οικογενειακά ολόνια. Αν υπάρχει μια υπερεμπλοκή, η ελευθερία των μελών να λειτουργούν περιορίζεται από τους κανόνες του ολονίου. Αν υπάρχει μια υπερεμπλοκή, τα μέλη μπορεί να είναι απομονωμένα και να νιώθουν έλλειψη υποστήριξης. Η αύξηση ή η μείωση της εγγύτητας ανάμεσα στα μέλη των σημαντικών ολονίων μπορεί να προκαλέσει εναλλακτικούς τρόπους σκέψης, αίσθησης και δράσης, που είχαν ανασταλεί εξαιτίας της συμμετοχής στα υποσυστήματα.

Όταν ο θεραπευτής ενώνεται με την οικογένεια, γίνεται μέτοχος του συστήματος που προσπαθεί να μεταμορφώσει. Καθώς βιώνει τις συναλλαγές της οικογένειας, αρχίζει να κάνει μια εμπειρική διάγνωση του τρόπου λειτουργίας της οικογένειας. Ο οικογενειακός χάρτης δείχνει τη θέση των μελών της οικογένειας μεταξύ τους. Αποκαλύπτει τους συνασπισμούς, τις συμμαχίες, τις φανερές και κρυφές συγκρούσεις και τους τρόπους με τους οποίους συσπειρώνονται μεταξύ τους τα μέλη της οικογένειας κατά την επίλυση των συγκρούσεων. Αναγνωρίζει ποια μέλη λειτουργούν ως παρακαμπτήρες συγκρούσεων και ποια ως κέντρα ελέγχου. Ο χάρτης δείχνει τους τροφοδότες, τους γιατρούς και τους αποδιοπομπαίους τράγους. Η χάραξη ορίων ανάμεσα στα υποσυστήματα δείχνει τι είδους κίνηση υπάρχει αλλά και πιθανούς τομείς δύναμης ή δυσλειτουργίας.

Περιοχές δυσλειτουργίας σε μια οικογένεια συχνά συνεπάγονται υπερ-συμμαχία ή υπο-συμμαχία. Σε γενικές γραμμές, λοιπόν, η θεραπεία είναι μια διαδικασία ρύθμισης της εγγύτητας και της απόστασης.

ΑΛΛΑΓΗ

ΑΜΦΙΣΒΗΤΗΣΗ ΤΗΣ ΟΙΚΟΓΕΝΕΙΑΚΗΣ ΠΡΑΓΜΑΤΙΚΟΤΗΤΑΣ

Οι ασθενείς έρχονται στη θεραπεία, επειδή η πραγματικότητά τους, έτσι όπως την έχουν διαμορφώσει, είναι μη λειτουργική. Όλα στηρίζονται σε μια αμφισβήτηση των εννοιολογικών κατασκευών των ασθενών. Η οικογενειακή θεραπεία θεωρεί δεδομένο ότι τα συναλλακτικά μοτίβα εξαρτώνται από τον τρόπο-με τον οποίο οι άνθρωποι βιώνουν την πραγματικότητα, αλλά και τον εμπεριέχουν. Άρα, για να αλλάξει ο τρόπος αντιμετώπισης της πραγματικότητας από τα μέλη της οικογένειας, απαιτείται η ανάπτυξη νέων τρόπων αλληλεπίδρασης μεταξύ τους.

Οι τεχνικές που χρησιμοποιούνται σε αυτήν τη στρατηγική είναι οι γνωσιακές εννοιολογικές κατασκευές, οι παράδοξες παρεμβάσεις και η έμφαση στα δυνατά σημεία της οικογένειας. Ο θεραπευτής προσλαμβάνει τα δεδομένα που του προσφέρει η οικογένεια και τα αναμορφώνει. Η συγκρουσιακή και στερεοτυπική πραγματικότητα της οικογένειας αποκτά νέο πλαίσιο. Καθώς τα μέλη της οικογένειας βιώνουν τους εαυτούς τους και τους άλλους διαφορετικά, νέες δυνατότητες αναδύονται.

ΕΣΤΙΑΣΗ

- Η εστίαση είναι ένας όρος δανεισμένος από τον κόσμο της φωτογραφίας. Ο φωτογράφος μπορούσε να εστιάσει σ' ένα πρόσωπο, ένα λουλούδι, ένα μπουκέτο, ακόμα και στο πέταλο ενός λουλουδιού. Παρατηρώντας μια οικογένεια ο θεραπευτής κατακλύζεται από δεδομένα. Έχει όρια να χαρτογραφήσει, δυνατά σημεία να προβάλλει, προβλήματα να παρατηρήσει, συμπληρωματικές λειτουργίες να μελετήσει. Ο θεραπευτής θα επιλέξει και θα οργανώσει τα δεδομένα του σε κάποιου είδους πλαίσιο για να βγάλει νόημα. Η οργάνωσή του οφείλει να είναι ένα θεραπευτικό σχήμα, διευκολυντικό για την αλλαγή. Ο θεραπευτής θα οργανώσει τα γεγονότα που αντιλαμβάνεται με τέτοιο τρόπο ώστε να συνδέονται μεταξύ τους και να έχουν θεραπευτική σχετικότητα.
- Για να κάνει κάτι τέτοιο, ο θεραπευτής πρέπει, πρώτον, να επιλέξει μια εστίαση και, δεύτερον, να αναπτύξει ένα θέμα προς εργασία. Ταυτόχρονα, θα αποκλείσει πολλούς τομείς που, παρ' ότι έχουν ενδιαφέρον, δεν συμβάλλουν στο θεραπευτικό του στόχο τη δεδομένη στιγμή.

ΕΣΤΙΑΣΗ

Το σχήμα του θεραπευτή περιλαμβάνει ένα δομικό στόχο και μια στρατηγική επίτευξής του. Προκειμένου να αμφισβητήσει μια ιδιαίτερα εμπλεγμένη οικογένεια, για παράδειγμα, ο θεραπευτής μπορεί να εστιάσει στα ασαφή της όρια. Ο τρόπος που θα το κάνει θα καθοριστεί από το περιεχόμενο και τη διαδικασία της συνεδρίας. Ο θεραπευτής που αναπτύσσει ένα θέμα εξερευνά μια μικρή περιοχή σε βάθος. Αντί να μεταφέρεται από τη μια πλοκή στην άλλη, ενώ ιχνηλατεί το οικογενειακό περιεχόμενο, επικεντρώνεται σ' ένα μικρό κομμάτι της οικογενειακής εμπειρίας. Κι επειδή οι οικογενειακές αλληλεπιδράσεις τείνουν να είναι ισόμορφες, η σε βάθος εξερεύνηση μιας μικρής περιοχής θα αποφέρει χρήσιμες πληροφορίες για τους κανόνες που διέπουν τη συμπεριφορά και σε πολλούς άλλους τομείς της οικογένειας.

Π.χ. σε μια οικογένεια με παιδιά που έχουν προβλήματα συμπεριφοράς μπορεί να εστιάσει στις φορές που τα παιδιά συνεργάζονται και να επισημαίνει στους γονείς μόνο αυτές τις στιγμές. Μπορεί να πει σε μια μονογονεϊκή μητέρα «Βλέπω τεράστιο δυναμικό και στα δύο σας παιδιά κι αυτό δείχνει ότι έχετε κάνει πολλά πράγματα που στην πραγματικότητα δεν τα αναγνωρίζετε. Τα παιδιά σας βοήθησαν όταν ήσασταν άρρωστη και στο γραφείο μου φέρονται πάντα με ευγενικό τρόπο.

ΟΡΙΑ

ΨΥΧΟΛΟΓΙΚΗ ΑΠΟΣΤΑΣΗ

Συχνά, ο τρόπος που κάθονται τα μέλη της οικογένειας σε μια συνεδρία δείχνει τις μεταξύ τους συμμαχίες. Είναι μια αδρή ένδειξη, την οποία ο θεραπευτής πρέπει να αποδεχθεί μόνο ως μια πρώτη εντύπωση προς διερεύνηση, επαλήθευση ή απόρριψη. Ο θεραπευτής θα ελέγξει τις χωροταξικές ενδείξεις, μαζί με μια πλειάδα άλλων ενδείξεων. Όταν ένα μέλος της οικογένειας μιλά, ο θεραπευτής προσέχει ποιος το διακόπτει ή συμπληρώνει τις πληροφορίες της το επιβεβαιώνει και ποιος το βοηθά. Και πάλι πρόκειται για ασθενή δεδομένα, που παρέχουν όμως στο θεραπευτή έναν προσωρινό χάρτη για το ποιος είναι κοντά σε ποιον, ποιες είναι οι συμμαχίες, οι συνασπισμοί και οι υπερ-εμπλεγμένες δυάδες ή τριάδες στην οικογένεια, και ποια μοτίβα εκφράζουν και στηρίζουν τη δομή. Μπορεί τότε να χρησιμοποιήσει γνωστικές εννοιολογικές κατασκευές ή συγκεκριμένους χειρισμούς για να δημιουργήσει νέα όρια.

Σε αυτές τις περιπτώσεις ο θεραπευτής μπορεί να χρησιμοποιήσει εκφράσεις όπως «του κλέβεις την μνήμη», ή «του κλέβεις την φωνή» ή «αν απαντά για εμένα, τότε εσύ δεν χρειάζεται τότε να μιλάς». Έτσι υποδεικνύει υπερεμπλεγμένες δυάδες και τονίζει την ανάγκη για διάχωριση των ορίων.

ΟΡΙΑ

Ο θεραπευτής θα ασχοληθεί με τη χάραξη ορίων ανάμεσα σε τρεις ανθρώπους, αν οι δυσλειτουργικές δυαδικές συναλλαγές διατηρούνται με την είσοδο ενός τρίτου προσώπου ως δημιουργού αντιπερισπασμού, ως σύμμαχου ή ως δικαστή. Σε τέτοιες περιπτώσεις ο θεραπευτής μπορεί να αποφασίσει να διατηρήσει το χωρισμό της υπερ-εμπλεγμένης δυάδας σαν ένα τρόπο να βοηθήσει τα μέλη της να βρουν εναλλακτικές στη σύγκρουσή τους μέσα στο ίδιο τους το υποσύστημα. Ή μπορεί να αυξήσει την απόσταση ανάμεσά τους είτε χρησιμοποιώντας το τρίτο πρόσωπο ως δημιουργό ορίου, είτε φτιάχνοντας άλλα υποσυστήματα που θα χωρίσουν τα υπερ-εμπλεγμένα μέλη.

Ένα συνηθισμένο μοτίβο είναι ένα ανυπάκουο παιδί, μια ανεπαρκής μητέρα κι ένας αυταρχικός πατέρας. Ο χορός τους είναι παραλλαγή του παρακάτω θέματος: το παιδί δεν ακούει, η μητέρα το υπερ-ελέγχει ή το υπο-ελέγχει, το παιδί και πάλι παρακούει, ο πατέρας επεμβαίνει με αυστηρή φωνή ή με βλοσυρό βλέμμα και το παιδί υπακούει. Η μητέρα παραμένει ανεπαρκής, το παιδί παραμένει ανυπάκουο και ο πατέρας παραμένει αυταρχικός.

ΟΡΙΑ

Μια άλλη παραλλαγή του ίδιου χορού είναι οι γονείς με άλυτες συγκρούσεις, κρυφές ή φανερές. Όταν το αυξημένο άγχος της συζυγικής δυάδας ενεργοποιεί τις άλυτες συγκρούσεις, το παιδί συμπεριφέρεται άσχημα ή παίρνει το μέρος της μητέρας ενάντια στον αυταρχικό πατέρα, ή ενώνεται με τον πατέρα ενάντια στην ανεπαρκή και άδικη μητέρα, ή γίνεται ο αρωγός ή ο κριτής και των δύο γονιών.

Ο θεραπευτής της παραπάνω κατάστασης μπορεί να αποφασίσει να διευρύνει τον ορισμό του προβλήματος από την υπερ-εμπλοκή μητέρας-παιδιού και να μιλήσει για τη συμμετοχή του πατέρα στη διατήρηση της συμπτωματολογίας του παιδιού. Σε μια τέτοια στρατηγική, θα κρατήσει την εστίαση στο παιδί, αλλά θα αυξήσει τη συμμετοχή του πατέρα στο γονεϊκό υποσύστημα για να χωρίσει την υπερ-εμπλεγμένη δυάδα. Μπορεί να πει στους γονείς: «Όταν ένα τετράχρονο κορίτσι είναι ψηλότερο από τη μητέρα του, ίσως να κάθεται στους ώμους του πατέρα του», ή «Ένα τετράχρονο παιδί δεν είναι δύσκολος αντίπαλος για τους γονείς, αν σπρώχνουν προς την ίδια μεριά», ή «Αν δεν μπορείτε να καταφέρετε ένα μικρό παιδί, ίσως να σπρώχνετε προς διαφορετικές κατευθύνσεις», ή «Εσείς οι δύο πρέπει να κάνετε κάτι λάθος. Δεν ξέρω τι θα μπορούσε να είναι αυτό, αλλά είμαι σίγουρος πως αν το σκεφτείτε μαζί, θα το ανακαλύψετε κι επιπλέον θα βρείτε τη λύση του».

Μια τέτοια υποστήριξη του γονεϊκού υποσυστήματος στοχεύει στην αύξηση της ψυχολογικής απόστασης ανάμεσα στη μητέρα και το παιδί αλλά και την αύξηση της εγγύτητας μεταξύ των συζύγων, δίνοντάς τους ένα κοινό γονεϊκό καθήκον.

ΟΡΙΑ

Αν ο θεραπευτής αποφασίσει να επικεντρωθεί στη συζυγική δυάδα και στη δυσλειτουργική της συναλλαγή και με τον τρόπο αυτό να χωρίσει την υπερ-εμπλεγμένη δυάδα μητέρας-παιδιού, θα πρέπει να αχρηστεύσει τη στρατηγική αντιπερισπασμού του παιδιού. Μπορεί να πει στο παιδί: «Είσαι ένα καλό, προστατευτικό και υπάκουο παιδί με το να παραφέρεσαι... να έχεις πονοκέφαλο... να αποτυγχάνεις στο σχολείο, κάθε φορά που οι γονείς σου νιώθουν άβολα μεταξύ τους», ή «Όταν εξηγείς τη συμπεριφορά των γονιών σου ή όταν υποστηρίζεις τη μητέρα σου ή τον πατέρα σου, με γοητεύει το πόσο γρήγορα παύεις να είσαι 10 χρονών, και γίνεσαι 65 ή 208, κι έπειτα πάλι ξαναγίνεσαι τεσσάρων.

Δεν είναι περίεργο όμως να γίνεσαι η γιαγιά της μητέρας ή του πατέρα σου; Θα σε βοηθήσω να μικρύνεις. Φέρε την καρέκλα σου κοντά μου και κάνε ησυχία όσο οι γονείς σου θα ασχολούνται με θέματα που τους αφορούν, και στα οποία δεν έχεις κανένα λόγο να συμμετέχεις, ούτε και καμιά ικανότητα εξάλλου». Ή ο θεραπευτής μπορεί να πει σε έναν η και στους δύο γονείς: «Θέλω να βοηθήσετε το παιδί σας να γίνει πιο μικρό ζητώντας του να μείνει σιωπηλό, ενώ εσείς οι δύο σύζυγοι συζητάτε τα θέματα σας.

ΟΡΙΑ

Μερικές φορές ο θεραπευτής θέτει έναν κανόνα από την αρχή της θεραπείας. Μπορεί να πει: «Στο γραφείο αυτό, έχω μόνο έναν κανόνα. Είναι ένας μικρός κανόνας, αλλά είναι προφανώς πολύ δύσκολο γι' αυτή την οικογένεια να τον ακολουθήσει. Κανένας δεν πρέπει να μιλάει στη θέση του άλλου, ή να του λέει πώς σκέφτεται ή τι νιώθει. Οι άνθρωποι πρέπει να λένε τη δική τους ιστορία και να έχουν τη δική τους μνήμη». Παραλλαγές του κανόνα αυτού μπορούν να επιτρέψουν στο θεραπευτή να επιβάλει όρια και να επισημάνει την εισβολή στον ψυχολογικό χώρο των άλλων μελών ως «ανυπακοή στον κανόνα». Εισβολές, συμμαχίες ή συνασπισμοί μπορούν να εμποδιστούν, καθώς κάποιος μιλάει εξ ονόματος άλλου ή εικάζει για τις σκέψεις και τις μελλοντικές πράξεις του άλλου ατόμου.

ΟΡΙΑ

Ο θεραπευτής μπορεί να δημιουργήσει υποσυστήματα με διαφορετικά καθήκοντα. Για παράδειγμα, αν τα παιδιά έχουν μια διαφωνία, ο θεραπευτής μπορεί να προσκαλέσει τους παρεμβαίνοντες γονείς να αποτελέσουν μαζί του την παρατηρήτρια, «ενήλικη» ομάδα, «επειδή τα παιδιά σκέφτονται διαφορετικά στις μέρες μας απ' ότι στην εποχή μας και μπορεί να βρουν λύσεις που δεν θα μπορούσαμε ούτε να τις φανταστούμε». Ή μπορεί να ζητήσει από τους γονείς να αναθέσουν στα παιδιά το καθήκον να λύσουν ένα πρόβλημα, και μόλις φτάσουν σε μια λύση, να τη συζητήσουν όλοι μαζί, υποστηρίζοντας έτσι την εκτελεστική λειτουργία των γονιών και διασφαλίζοντας ταυτόχρονα τη μη παρεμβολή τους. Ο θεραπευτής μπορεί επίσης να ζητήσει από τον ένα σύζυγο να βοηθήσει τον άλλο να μην εισβάλλει στη διαφωνία των παιδιών σφίγγοντάς του το χέρι, όταν το κάνει, ενώ ταυτόχρονα προτείνει και στους δύο να δώσουν μεγάλη προσοχή στις επικοινωνίες των παιδιών, έτσι ώστε αφού εκείνα τελειώσουν, εκείνοι να μπορούν να τις σχολιάσουν από τη δική τους γονεϊκή πλευρά.

Μπορεί ακόμα να προτείνει στους γονείς και στα παιδιά να συζητήσουν συγχρόνως αλλά ξέχωρα ένα οικογενειακό θέμα από τις διαφορετικές τους σκοπιές, κι αφού τελειώσουν, η κάθε ομάδα να πει στην άλλη τι πιστεύει, να δημιουργήσει δηλαδή δύο υποσυστήματα που μπορούν να λειτουργούν ταυτόχρονα, χωρίς να παρεμβαίνει το ένα στο άλλο.

ΟΡΙΑ

Ή ο θεραπευτής μπορεί να πει σε μια γιαγιά/έναν παππού πως, επειδή διαθέτει τη σοφία της ηλικίας, ενδιαφέρεται να ακούσει τις παρατηρήσεις της/του, αφού εκείνη/εκείνος θα έχει ακούσει προσεκτικά, χωρίς να παρέμβει, τη συζήτηση μεταξύ γονιών και παιδιών.

Η αλλαγή της χωροταξικής σχέσης των μελών της οικογένειας κατά τη συνεδρία είναι μια τεχνική δημιουργίας ορίων, που έχει ως πλεονέκτημα το ότι είναι μη λεκτική, ευδιάκριτη και έντονη. Ο «κόσμος σταματά», όταν τα μέλη της οικογένειας παύουν οτιδήποτε κάνουν και αλλάζουν θέσεις μεταξύ τους. Μια τέτοια παρέμβαση έχει το επιπλέον πλεονέκτημα ότι είναι εμφανής και στα μέλη που δεν εμπλέκονται στη συναλλαγή. Ο θεραπευτής μπορεί να μετατρέψει τον εαυτό του σε χωροταξικό δημιουργό ορίων, χρησιμοποιώντας τα χέρια ή το σώμα του για να διακόψει την οπτική επαφή μιας υπερ-εμπλεγμένης δυάδας. Ο χειρισμός μπορεί να συνοδεύεται από μια αλλαγή θέσης στις καρέκλες για να δυσχεράνει την αποστολή σημάτων, και μπορεί ακόμα να ενισχυθεί περαιτέρω με μια δήλωση, όπως «τώρα μιλάτε με τον αδελφό σας, δεν χρειάζεστε τη βοήθεια του πατέρα σας», ή «μια και ξέρετε αυτό το γεγονός καλύτερα, επειδή ήσασταν εκεί, ανατρέξτε στη δική σας μνήμη αντί να χρησιμοποιείτε εκείνη της μητέρας σας».

ΟΡΙΑ

Ο θεραπευτής μπορεί να ζητήσει από τα μέλη της οικογένειας να αλλάξουν θέσεις, προκειμένου να υποδηλώσει την υποστήριξή του σε κάποιο υποσύστημα. Για παράδειγμα, αν ανάμεσα στους δύο συζύγους κάθεται ένα παιδί, ο θεραπευτής μπορεί να πει στο παιδί πως πρέπει να αλλάξει θέση με έναν από τους γονείς για να μπορούν να μιλούν απευθείας και όχι μέσω εκείνου. Μπορεί να ζητήσει να στρέψουν οι δύο σύζυγοι την καρέκλα τους ώστε να βλέπει ο ένας μόνο τον άλλον και όχι τους υπόλοιπους στο γραφείο για να μιλήσουν μεταξύ τους. Αν η οδηγία του θεραπευτή φαίνεται σαφής και λογική, τότε τα μέλη της οικογένειας συνήθως συμμορφώνονται. Ο θεραπευτής μπορεί να σηκωθεί όρθιος και να μειώσει την απόστασή του από το πρόσωπο από το οποίο ζητά την αλλαγή, αν νομίζει πως κάτι τέτοιο είναι αναγκαίο. Μια τέτοια αλλαγή στην εγγύτητα ανάμεσα στο θεραπευτή και τα μέλη της οικογένειας κάνει πιο δύσκολη την αντίσταση.

ΟΡΙΑ

Ο θεραπευτής μετακινεί την καρέκλα της Μπόνι, έτσι ώστε να βλέπει τον πατέρα, και λέει στον πατέρα και την κόρη να συνεχίσουν τη συζήτησή τους. Όταν η μεγαλύτερη αδελφή προσπαθεί να παρέμβει, ο θεραπευτής λέει στην Μπόνι: «Αυτό είναι ανάμεσα σε σένα και τον πατέρα σου. Όποτε προσπαθείς να ακουστεί η φωνή σου, η βοηθητική σου οικογένεια σου βουλώνει το στόμα με τη βοήθεια της. Μην τους αφήνεις να σου το κάνουν». Ο πατέρας και η κόρη συνεχίζουν, και μετά αρχίζει να μιλάει η μητέρα. Ο θεραπευτής σηκώνει το χέρι του, κάνοντας νόημα ότι η συζήτηση είναι ανάμεσα στην Μπόνι και τον πατέρα της. Την επόμενη φορά που κάποιος διακόπτει, η ίδια η Μπόνι λέει «Περίμενε ένα λεπτό, παρακαλώ». Η δημιουργία ορίου τηρείται τώρα από ένα μέλος της οικογένειας.

Χαράζοντας ένα όριο γύρω από τη δυάδα πατέρα-κόρης, ο θεραπευτής χρησιμοποιεί αρχικά μια χωροταξική διευθέτηση. Μετακινεί την καρέκλα της Μπόνι, οριοθετώντας ένα υποσύστημα: τον πατέρα και τη μικρότερη κόρη. Αυτό κάνει τη συνομιλία τους ευκολότερη για εκείνους και δυσκολότερη για όποιον θέλει να τους διακόψει. Έπειτα καθοδηγεί την Μπόνι να δημιουργήσει ένα όριο γύρω από τη συζήτησή τους. Αργότερα, κάνει σήμα στους άλλους να μείνουν εκτός.

Μια άλλη μη λεκτική τεχνική είναι να ζητήσει απλώς από τους γονείς να φέρουν στη συνεδρία ορισμένα μόνο μέλη της οικογένειας και όχι άλλα καταδεικνύοντας έτσι ένα διαχωρισμό των υποσυστημάτων. Ο θεραπευτής μπορεί ακόμη να υποδείξει ποιος πρέπει να συμμετάσχει σε διαφορετικές συνεδρίες.

ΟΡΙΑ

Ο θεραπευτής εμπλέκεται στον καθορισμό των ορίων ή γίνεται ο ίδιος το όριο. Για να είναι όμως αποτελεσματικός, η θεραπεία θα πρέπει να συνεχίζεται και εκτός συνεδρίας. Όταν ο θεραπευτής ενδιαφέρεται να διατηρήσει ένα συγκεκριμένο υποσύστημα, μπορεί να δώσει στην οικογένεια δουλειά για το σπίτι, για να ενισχύσει τη διαδικασία που ξεκίνησε στη συνεδρία.

Στην οικογένεια Πουλάσκι, μια χήρα μητέρα είναι υπερ-εμπλεγμένη με την υποχόνδρια 18χρονη κόρη της. Ο θεραπευτή αναθέτει στη μητέρα μια εργασία: να βρει κάτι με το οποίο να απασχολείται μόνον η ίδια. Στην επόμενη συνεδρία η μητέρα, που είναι κάπως υπέρβαρη, πληροφορεί το θεραπευτή πως γράφτηκε σε μια ομάδα δίαιτας. Στην περίπτωση της συγκεκριμένης εργασίας, το περιεχόμενο δεν έχει σημασία: εξαρτάται από τη μητέρα να επιλέξει τι της ταιριάζει στο πλαίσιο της δικής της ζωής.

ΟΡΙΑ

- Σε άλλες περιπτώσεις, ο θεραπευτής θα αναθέσει επακριβείς εργασίες. Για παράδειγμα, σε μια οικογένεια με μια υπερ-εμπλεγμένη δυάδα μητέρας-γιου με έναν περιφερειακό σύζυγο, ο θεραπευτής μπορεί να κατευθύνει τον πατέρα να βοηθήσει το γιο του στα μαθήματά του ή να ελέγχει το αγόρι, όταν παραφέρεται, ή να το μάθει πώς να παίζει ποδόσφαιρο ή να κάνει ξυλοκοπτική, με την επεξήγηση πως «αφού είστε άνδρας και ο γιος σαν θα μεγαλώσει και θα γίνει άνδρας, θα πρέπει να τον πειθαρχήσετε... ή να τον διδάξετε... ή να παίξετε μαζί του για την επόμενη εβδομάδα». Μια τέτοιου είδους εργασία μπορεί να υποβοηθηθεί από μια δήλωση ενδιαφέροντος για τη μητέρα, όπως «Μια και η γυναίκα σας έχει δουλέψει τόσο σκληρά με τον Μπίλι, είναι σημαντικό να ξεκουραστεί για μία ή δύο εβδομάδες». Ο προσδιορισμός ενός χρονικού ορίου δίνει στην οικογένεια ένα πλαίσιο μετάβασης και πειραματισμού και διευκολύνει τη συμμετοχή των μελών της στην αναζήτηση εναλλακτικών λύσεων.
- Μια διαφορετική τακτική δημιουργίας ορίων σε υπερ-εμπλεγμένες δυάδες είναι η χρήση παράδοξων εργασιών, στην οποία ο θεραπευτής εισηγείται ή σκηνοθετεί μια αύξηση της εγγύτητας των μελών της οικογένειας μιας υπερ-εμπλεγμένης δυάδας ή υποσυστήματος. Για παράδειγμα, μπορεί να κατευθύνει μια υπερ-εμπλεγμένη μητέρα να αυξήσει την προσοχή της στις ασήμαντες ανάγκες του παιδιού της, ή να καθοδηγήσει έναν υπερ-εμπλεγμένο σύζυγο να παρακολουθεί στενότερα τις κινήσεις της γυναίκας του. Ο σκοπός αυτής της τεχνικής είναι να δημιουργήσει μεγαλύτερη σύγκρουση μεταξύ των συμμετεχόντων, έτσι ώστε στη συνέχεια να αυξηθεί και η απόσταση μεταξύ τους.

ΑΠΟΣΤΑΘΕΡΟΠΟΙΗΣΗ

Στην αποσταθεροποίηση, ο θεραπευτικός στόχος είναι η αλλαγή της ιεραρχικής σχέσης των μελών σε ένα υποσύστημα. Ο θεραπευτής συχνά ενώνεται και υποστηρίζει ένα άτομο ή υποσύστημα εις βάρος των άλλων. Συμμαχεί με ένα χαμηλόβαθμο ιεραρχικά μέλος της οικογένειας και το ενδυναμώνει, αντί να το αποδυναμώνει. Αγνοεί το «κέντρο ελέγχου» της οικογένειας.

Η αποσταθεροποίηση ενός συστήματος μπορεί να προκαλέσει σημαντικές αλλαγές, καθώς τα μέλη της οικογένειας θα μπορέσουν να πειραματιστούν με διευρυμένους ρόλους και λειτουργίες σε διαπροσωπικά πλαίσια. Τέτοιες αλλαγές μπορούν να δημιουργήσουν νέες πραγματικότητες για τα μέλη της οικογένειας. Αφού η πραγματικότητα των μελών της οικογένειας είναι θέμα προοπτικής και στίξης, κάθε αλλαγή στις ιεραρχικές θέσεις της προκαλεί μια αλλαγή στην προοπτική των μελών, όσον αφορά το τι επιτρέπεται στις μεταξύ τους συναλλαγές. Εναλλακτικές για κάθε υποσύστημα μπορούν τότε να αποκαλυφθούν και να καταστούν δυνατές.

Οι τεχνικές αποσταθεροποίησης εμπίπτουν σε τρεις κατηγορίες, ανάλογα με τις απαιτήσεις τους για προσωπική εμπλοκή του θεραπευτή. Ο θεραπευτής μπορεί να συμμαχήσει με μέλη της οικογένειας, να αγνοήσει μέλη της οικογένειας, ή να συνάψει συνασπισμό με μερικά μέλη ενάντια σε άλλα.

ΑΠΟΣΤΑΘΕΡΟΠΟΙΗΣΗ

ΣΥΜΜΑΧΙΑ ΜΕ ΜΕΛΗ ΤΗΣ ΟΙΚΟΓΕΝΕΙΑΣ

Η θεραπευτική ένωση είναι, στην ουσία, μια τεχνική συμμαχίας. Ο θεραπευτής επιβεβαιώνει τους ανθρώπους, δίνει έμφαση στα δυνατά τους σημεία, και γίνεται έτσι μια σημαντική πηγή αυτοεκτίμησης γι' αυτούς. Χρησιμοποιώντας τον εαυτό του για να δημιουργήσει ένα πλαίσιο εμπιστοσύνης κι ελπίδας, ο θεραπευτής διευκολύνει τη διερεύνηση και τον πειραματισμό με εναλλακτικές. Για να αποσταθεροποιήσει, ο θεραπευτής χρησιμοποιεί τη συμμαχία του με ένα μέλος της οικογένειας, ώστε να αλλάξει την ιεραρχική θέση του μέλους αυτού στο οικογενειακό σύστημα. Η εστίαση σε ένα μέλος της οικογένειας αλλάζει τη θέση όλων των μελών της οικογένειας. Παρ' ότι η αποσταθεροποίηση είναι δυνατή, αν ο θεραπευτής συμμαχήσει με ένα κυρίαρχο μέλος μιας ομάδας, η τεχνική χρησιμοποιείται κυρίως για να ενισχύσει ένα περιφερειακό μέλος της οικογένειας ή κάποιο ιεραρχικά χαμηλόβαθμο. Νιώθοντας τη συμμαχία του θεραπευτή, το άτομο αυτό αρχίζει να αμφισβητεί την προδιαγεγραμμένη του θέση στο σύστημα.

ΑΠΟΣΤΑΘΕΡΟΠΟΙΗΣΗ

Στην οικογένεια Μπλεζ, ένα 13χρονο κορίτσι που αποφεύγει να πηγαίνει στο σχολείο και είναι υπερ-εμπλεγμένο με τη μητέρα του, έρχεται για θεραπεία με στόχο να προσπαθήσει να πάρει άδεια γιατρού για κατ' οίκον διδασκαλία. Ο θεραπευτής ενισχύει την ανησυχία της μητέρας για την κόρη, προβάλλει τις δυσκολίες της στη δουλειά, καθώς ποτέ δεν είναι σίγουρη αν η κόρη της έχει πάει στο σχολείο ή όχι, ανησυχεί για το ότι η μητέρα χάνει το ημερομίσθιό της, όταν αναγκάζεται να μην πάει στη δουλειά, επειδή η κόρη μένει στο σπίτι, και γενικά πλαισιώνει την υποστήριξή του για τη μητέρα ως ενδιαφέρον για το βαρύ της φορτίο: το να έχει μια κόρη που αρνείται να πάει στο σχολείο. Η παρέμβασή του κάνει τη μητέρα να αντιληφθεί ότι η κόρη της την εκμεταλλεύεται. Η μητέρα επαναστατεί, απαιτώντας να πάει η κόρη στο σχολείο.

ΑΠΟΣΤΑΘΕΡΟΠΟΙΗΣΗ

ΕΝΑΛΛΑΓΗ ΣΤΙΣ ΣΥΜΜΑΧΙΕΣ

Σε ορισμένες οικογένειες μια εναλλασσόμενη συμμαχία με τα συγκρουόμενα υποσυστήματα μπορεί να καταλήγει σε αλλαγή του ιεραρχικού μοτίβου της οικογένειας. Ο στόχος της τεχνικής αυτής είναι να απονείμει σε κάθε υποσύστημα μια διαφορετική και συμπληρωματική ειδικότητα, έτσι ώστε αντί να ανταγωνίζονται για την ιεραρχία στο ίδιο πλαίσιο, τα μέλη της οικογένειας να εξερευνούν νέους τρόπους σύνδεσης σε ένα ευρύτερο πλαίσιο. Τέτοιου είδους στρατηγικές είναι χρήσιμες, όταν κάποιος δουλεύει με οικογένειες εφήβων, όπου ο θεραπευτής υποστηρίζει το δικαίωμα των γονιών να παίρνουν γονεϊκές αποφάσεις και το προνόμιο των εφήβων να αμφισβητούνται να απαιτούν αλλαγές στη διαδικασία λήψης αποφάσεων της οικογένειας.

Στην οικογένεια Γουίνστον, ο 15χρονος γιος και οι γονείς του είναι παγιδευμένοι σε μια σύγκρουση. Ο νεαρός πιστεύει ότι οι γονείς είναι ιδιαίτερα άδικοι, επειδή επιμένουν να πηγαίνει στο σχολείο, να γυρίζει μια ορισμένη ώρα, και να τους μιλά με σεβασμό. Επιπλέον, ο νεαρός άνδρας είναι έξαλλος, επειδή οι γονείς του επιμένουν να κρατάει το δωμάτιό του τακτοποιημένο, να φτιάχνει το κρεβάτι του κάθε μέρα, και να αλλάζει σεντόνια μία φορά την εβδομάδα. Ο θεραπευτής παρεμβαίνει υποστηρίζοντας τον νεαρό άνδρα στο θέμα του δωματίου, θεωρώντας το κάστρο του. Είναι μια περιοχή του σπιτιού στην οποία θα πρέπει να έχει αυτονομία. Ταυτόχρονα, ο θεραπευτής υποστηρίζει τους γονείς στην επιθυμία τους να πηγαίνει το αγόρι σχολείο, να τους φέρεται με σεβασμό, και να υπακούει σε βασικούς κανόνες που αφορούν τη διαφύλαξη της ευημερίας του, όπως το να επιστρέφει μια λογική ώρα.

ΑΠΟΣΤΑΘΕΡΟΠΟΙΗΣΗ

ΑΓΝΟΗΣΗ ΜΕΛΩΝ ΤΗΣ ΟΙΚΟΓΕΝΕΙΑΣ

Αυτή η τεχνική αποσταθεροποίησης έρχεται σε αντίθεση με την ουσία του πολιτισμικού προτύπου του θεραπευτή, διότι απαιτεί την ικανότητα να μιλά και να φέρεται σαν να μη βλέπει ορισμένους ανθρώπους. Ο θεραπευτής χρησιμοποιεί την τεχνική αυτή στην πιο ήπια μορφή της, όταν αγνοεί ένα υπερ-απαιτητικό παιδί που βρίσκεται στο επίκεντρο. Μπορεί να πει: «Δεν μου αρέσει να μιλάω με ανθρώπους που δεν φέρονται ανάλογα με την ηλικία τους», ή «Αποφεύγω τα παιδιά που φέρονται σαν τετράχρονα, ενώ είναι 14, όταν η κόρη σας γίνει πάλι 14, θα της μιλήσω».

ΑΠΟΣΤΑΘΕΡΟΠΟΙΗΣΗ

ΣΥΝΑΣΠΙΣΜΟΣ ΕΝΑΝΤΙΑ ΣΕ ΜΕΛΗ ΤΗΣ ΟΙΚΟΓΕΝΕΙΑΣ

Σε αυτή την τεχνική αποσταθεροποίησης, ο θεραπευτής συμμετέχει ως μέλος ενός συνασπισμού ενάντια σε ένα ή περισσότερα μέλη της οικογένειας. Το είδος αυτό της άμεσης συμμετοχής του θεραπευτή απαιτεί, εκ μέρους του, την ικανότητα να αντιπαρατίθεται και να χρησιμοποιεί τη θέση εξουσίας του ως ειδικού του συστήματος για να αμφισβητεί και να ακυρώνει τη δεξιότητα ενός μέλους της οικογένειας.

Η οικογένεια Φόρμαν, αποτελούμενη από ένα επτάχρονο, πολύ παχύσαρκο αγόρι, τη διαζευγμένη μητέρα του και τους γονείς της, ήρθε για θεραπεία. Η δομή της οικογένειας περιλαμβάνει το κυρίαρχο υποσύστημα του παππού και της κόρης, που είναι υπερ-εμπλεγμένοι μεταξύ τους, καθώς και το επτάχρονο αγόρι και μια περιφερειακή γιαγιά. Σε μια συνεδρία, η οικογένεια μιλάει για τον τρόπο με τον οποίο ταΐζουν υπερβολικά το παιδί. Ο παππούς και η μητέρα, που δεν μπορούν να του αρνηθούν τίποτα, εκφράζουν την αγάπη τους δίνοντας του φαγητό. Η γιαγιά πιστεύει πως η προσέγγιση αυτή είναι καταστροφική για το παιδί.

ΑΠΟΣΤΑΘΕΡΟΠΟΙΗΣΗ

- *Minuchin*: Θα ήθελα να καθίσω δίπλα στη γιαγιά, γιατί ξέρετε είστε ένα πολύ σοφό άτομο. Είστε πραγματικά σωστή, και είναι κρίμα που είστε τόσο αβοήθητη, γιατί νομίζω πως αυτοί οι δύο άνθρωποι δεν αφήνουν τον νεαρό αυτό άνδρα να γίνει ούτε επτά. Νομίζω πως είναι μάλλον τριών ή δύο. Είναι παχύς, αλλά είναι πολύ πολύ μικρός, και αυτοί είναι εκείνοι που τον κρατάνε μικρό. Είναι κρίμα που, ενώ είσαστε τόσο σωστή, δεν σας ακούνε. Γιατί συμβαίνει αυτό, αφού θα μπορούσατε να είστε πολύ σημαντική για το παιδί; Θα μπορούσε να μεγαλώσει και να γίνει επτά, αν μπορούσατε να τους πείσετε ότι έχετε δίκιο.
- *Γιαγιά*: Είναι δύο εναντίον ενός,
- *Minuchin*: Εσείς όμως έχετε δίκιο κι εκείνοι άδικο. Ακόμα κι αν είναι δύο, εσείς και πάλι έχετε δίκιο.
- *Γιαγιά*: Καλά, απλώς δεν πιστεύω στο να δίνεις τα πάντα σ' ένα παιδί. Δεν ξέρω, πραγματικά δεν ξέρω, αλλά τους το λέω όλη την ώρα, κι εκείνοι λένε ότι ανησυχώ υπερβολικά, ότι ανησυχώ υπερβολικά.
- *Minuchin*: Είναι επτά, αλλά στην πραγματικότητα είναι πολύ μικρότερος σε κάποια πράγματα, κι αυτό γιατί δε σας ακούνε. Μπορείτε να αλλάζετε θέσεις με την κόρη σας, ώστε να είστε κοντά στον άνδρα σας νομίζω πως εκείνος που δεν σας ακούει είναι ο άνδρας σας. Νομίζω πως εκείνος έχει τη μεγαλύτερη αντίθεση. Αν μπορούσατε να τον πείσετε, έχω την αίσθηση πως θα μπορούσατε να πείσετε την κόρη σας. Έχω την αίσθηση πως δεν μπορείτε να πείσετε τον άνδρα σας.
- *Γιαγιά*: Αλήθεια είναι.