

Foulkes, S.H. (1975) *Group-Analytic Psychotherapy. Method and Principles*. London: Gordon and Breach, Science Publishers. Reprinted London: Karnac Books, 1986. (153 -155)

### **Αποφθέγματα (Maxims)**

Εδώ λοιπόν βρίσκονται με την μορφή αποφθεγμάτων, κάποιες σκόρπιες σημειώσεις επάνω στις λειτουργίες ή στις αρχές του συντονιστή, με στόχο να αποτελέσουν μια σύντομη υπενθύμιση γύρω από το τι αναλαμβάνει να κάνει, πως μπορεί να το επιδιώξει, ή πως δεν θα έπρεπε να το κάνει.

1. Προετοιμαστείτε καλά. Η τελική γνώση δεν κατακτείται ποτέ. Εργάζεστε συνεχώς με τον εαυτό σας μέσω της δραστηριότητάς σας και της λειτουργίας σας. Ο συντονισμός είναι μια διαδικασία συνεχούς μάθησης, ωστόσο αυτό δεν θα πρέπει να γίνεται εις βάρος της ομάδας.
2. Δεν θα πρέπει να επικοινωνείτε με την ομάδα με σκοπό την ικανοποίηση των δικών σας αναγκών, όπως για παράδειγμα την ανακούφιση του προσωπικού σας άγχους.
3. Προσπαθήστε να κατανοήσετε τις αρχές της ομαδικο-αναλυτικής κατάστασης. Χρειάζεται να την δημιουργήσετε και να την διατηρήσετε, μέσα στα πλαίσια του ρόλου σας ως διαχειριστή και ως υπεύθυνου διευθύνοντα και καθοδηγητή.
4. Ακολουθείτε πάντα την ομάδα. Ακούτε πριν παρέμβετε. Εάν θεωρείτε ότι καταλαβαίνετε, ακούστε ξανά και επιβεβαιώστε την σκέψη σας.
5. Η βασική (συνήθης) σας λειτουργία δεν είναι να επικοινωνείτε την προσωπική σας ενόραση με την ομάδα ή να ερμηνεύετε. Παρατηρήστε καλύτερα αν οι θεραπευόμενοι οι ίδιοι βρίσκουν τις λύσεις και αν όχι, γιατί συμβαίνει αυτό. Μπορεί ενίοτε διακριτικά να τους βοηθήσετε, αν είναι απαραίτητο. Μην χρησιμοποιείτε την ανάλυση και την ερμηνεία – και πολύ περισσότερο την ιστορική ερμηνεία – ως άμυνα.
6. Ανακαλύψτε γιατί και πως η ομάδα οδηγείται στο να μην κατανοεί. (Επίσης γιατί και πως ο κάθε θεραπευόμενος οδηγείται στο να μην αλλάζει). Στην ανάλυση αυτών των εμποδίων ή των αντιστάσεων μπορείτε να είστε πιο ενεργητικοί και να βοηθάτε στην αποκάλυψη των ασυνείδητων αιτιών τους. Εάν οι αντιστάσεις αυτές είναι κοινές, αναδείξτε τις σε όλους και στην ομάδα ως όλον μέσω της αντιπαράθεσης, της ανάλυσης συμπεριφοράς, καθώς και της ερμηνείας.
7. Όλες οι ερμηνείες με την ευρύτερη έννοια, όπως και όλες οι παρατηρήσεις βασίζονται πρωτίστως στην ομάδα ως όλον, στο ομαδικό πλαίσιο. Εδώ είναι

που ο προσανατολισμός της σχέσης μορφής / φόντου και ο σωστός εντοπισμός των διαταραχών γίνονται σημαντικοί. Αυτό δεν σημαίνει ότι πρέπει απαραίτητα να απευθύνουμε τις ερμηνείες μας στην ομάδα ως όλον.

8. Δεν κάνετε καλύτερη θεραπεία, αν την παρατείνετε πολύ στο χρόνο. Πάρτε επαρκή χρόνο και φροντίστε να εισάγετε τον θεραπευόμενο στην ιδέα της ολοκλήρωσης της θεραπείας του και να εργάζεστε μέσω αυτής. Αναλύετε κάθε επιθυμία ή φαινομενική ανάγκη για ατομικές συναντήσεις μέσα στην ομάδα αν είναι δυνατό.
9. Επικεντρώστε στην ανάγκη του θεραπευόμενου να είναι άρρωστος και να αμύνεται της ασθένειάς του, καθώς και στην αυτό-καταστροφικότητά του. Μην αφήνετε στους χειρισμούς του, που σας οδηγούν να είστε υπεύθυνοι για εκείνον. Οφείλετε επίσης να του δείξετε ότι δεν είστε ο πατέρας του, η μητέρα του κ.ο.κ.
10. Τι κάνουμε με τις αντιδράσεις μας με τις προκλήσεις και τις οχλήσεις των ασθενών; Η ομάδα θα σας υποβάλλει σε σκληρή δοκιμασία. Θα εστιάσει στα αδύναμα σημεία σας, σαν να ήταν μια συλλογική ψυχολογική ιδιοφυΐα. Πρέπει να αντιμετωπίσετε αυτά τα πλήγματα και τον πόνο μέσω της δικής σας ψυχικής υγιεινής. Η περιοδική υποβολή σε εκ νέου ανάλυση δεν είναι απαραίτητα η καλύτερη απάντηση στο πρόβλημα. Ίσως είναι καλύτερο να συζητάτε για αυτές τις εντάσεις αμοιβαία με συναδέλφους με τους οποίους υπάρχει αλληλοκατανόηση, ίσως με την βοήθεια επιστημονικών και τεχνικών όρων να έχετε κάποιου είδους ελεύθερη ομαδική συζήτηση. Εάν είστε επαρκώς υγιείς και συναισθηματικά ισορροπημένοι ως πρόσωπα, η ίδια σας η ζωή και τα ενδιαφέροντά σας θα σας βοηθήσουν να τοποθετήσετε αυτά τα τραύματα της αυτοεκτίμησής σας στην σωστή τους προοπτική.
11. Εάν συντονίζετε την ομάδα σύμφωνα με τις αρχές οι οποίες εκτίθενται σε αυτό το βιβλίο και με το πνεύμα αυτών των αποφθεγμάτων, θα γίνετε δυνατότεροι και καλύτεροι τόσο ως θεραπευτές, όσο και ως πρόσωπα. Ένα ειλικρινές θεωρητικό και φιλοσοφικό ενδιαφέρον προς το όλο θέμα βοηθά, κατά την γνώμη μου, κυρίως στην κατάκτηση της σωστής ισορροπίας μεταξύ της ανθρώπινης εμπλοκής και της επιθυμητής αποστασιοποίησης. Ένα τέτοιο ενδιαφέρον επιτρέπει περισσότερο να αντιλαμβανόμαστε το γενικό, το καθολικό, την σπουδαιότητα των γεγονότων, παρά την μερική λεπτομέρεια που απαιτεί την άμεση προσοχή μας.