

Μια ματιά στο παρελθόν, το παρόν και το μέλλον της ομαδικής ψυχοθεραπείας.

Ομιλία στον Ελληνικό Οργανισμό Ψυχοθεραπείας & Παιδείας στην Ομαδική Ανάλυση, 15/10/2012.

Οι ομαδικές ψυχοθεραπείες είναι πολλών ειδών και διαφέρουν μεταξύ τους όχι μόνο στις τεχνικές και τις μεθόδους που χρησιμοποιούν, αλλά και σε βαθύτατες φιλοσοφικές και ιδεολογικές παραδοχές. Αυτή η πανσπερμία είναι αποτέλεσμα του προσανατολισμού των κοινωνιών στον εξορθολογισμό της κοινωνικής ζωής και μιας πολύ έντονης ανάπτυξης της ψυχοθεραπείας ως κοινωνικής πρακτικής στο δυτικό πολιτισμό για πάνω από 100 χρόνια. Η ψυχική υγεία γίνεται κεντρικό θέμα για το κράτος και αποδεικνύεται ότι είναι συνυφασμένη με διάφορα κοινωνικά προβλήματα. Η ψυχοθεραπεία λοιπόν γίνεται μαζική. Η πολυμορφία των ψυχοθεραπειών δείχνει το πόσο πολλοί ταλαντούχοι άνθρωποι με διαφορετικές αναφορές, πηγές, ιδέες, στόχους και γνώσεις ασχολήθηκαν σχεδόν ταυτόχρονα με το ίδιο πράγμα: τη θεραπεία της ψυχικής ασθένειας.

Παρ' όλη την άρρητη, ενίοτε και ρητή, παραδοχή ότι η ψυχοθεραπεία είναι ένας τρόπος να κάνουμε καλύτερη την κοινωνία, δεν έχουμε καταφέρει ακόμη στη σύγχρονη εποχή να ορίσουμε θετικά την ψυχική υγεία. Όταν μιλάμε για ψυχική υγεία εννοούμε ψυχική ασθένεια ή δυσλειτουργία – με τον ίδιο τρόπο που όταν μιλάμε για καλύτερη κοινωνία εννοούμε κοινωνία χωρίς προβλήματα.

Φέτος συμπληρώνονται 70 χρόνια από το περίφημο "πείραμα του Northfield", όπου στο ομώνυμο στρατιωτικό νοσοκομείο ο Foulkes εφάρμοσε τις ιδέες του στην ψυχοθεραπεία σε ομάδες. Αυτή είναι μια κομβική ημερομηνία, όχι γιατί δεν υπήρξαν πριν από αυτήν άλλες ομαδικές ψυχοθεραπείες – στις ΗΠΑ ήδη το 1942 και το 1943 ιδρύονταν δυο επαγγελματικές ενώσεις ομαδικών ψυχοθεραπευτών. Ωστόσο η προσέγγιση που διαμόρφωσε ο Foulkes έδωσε μία νέα διάσταση στην ομαδικότητα. Γι' αυτό και η Ομαδική Ανάλυση συνέβαλλε πολύ και συνδέθηκε με το κίνημα των δημοκρατικών θεραπευτικών κοινοτήτων. Τα μοντέλα των ομαδικών ψυχοθεραπειών, από τις πρώτες οργανωμένες προσπάθειες τη δεκαετία του 1920 μέχρι και σήμερα, στηρίζονται στην ανάδειξη μεθόδων απαλλαγής από την ψυχική ασθένεια. Η Ομαδική Ανάλυση όμως περιέχει μια φιλοσοφία της ψυχικής υγείας.

Αυτή είναι και η πρόκληση για την ομαδική ψυχοθεραπεία. Η ίδια η ύπαρξή της σηματοδοτεί μία παραδοξότητα σε μία ναρκισσιστική κουλτούρα με ατομιστικές αξίες. Αν η ψυχοθεραπευτική ομάδα αντιμετωπίζεται ως φόντο της ατομικής πορείας, ως εργαλείο που χρησιμοποιείται για την επίτευξη ατομικών στόχων ή ως αντικείμενο που καταναλώνεται για να ικανοποιήσει την επείγουσα ανάγκη, τότε η ομαδική ψυχοθεραπεία προσφέρει ελάχιστα από τη δυναμική της.

Στις σύγχρονες συνθήκες, που η αναγωγή της αποτελεσματικότητας στον ελάχιστο χρόνο και το μικρότερο κόστος είναι πιο έντονη από ποτέ και οι ψυχικές ασθένειες παίρνουν πολυπλοκότερες μορφές, η ομαδική ψυχοθεραπεία χρειάζεται να σταθεί στην εμπειρία της σχεδόν εκατόχρονης ιστορίας της και να απαρτιώσει τις τεχνικές της με μια φιλοσοφία της ομαδικότητας.

Βιβλιογραφία

- Agazarian, Y.M. (2001) "*Systems-centered group psychotherapy: What to do about phases of group development*". Paper written for Friends Hospital Series on The Systems-centered Approach to Group-as-a-Whole Therapy. Newark: Good Enough Press.
- Αγγελόπουλος Α. (2006) "*Μία κοινωνική και πολιτιστική προσέγγιση στην ιστορία της ομαδικής ψυχοθεραπείας*". Παρουσίαση στην εναρκτήρια ημερίδα του Σεμιναρίου "Ανθρώπινες σχέσεις και δυναμική των ομάδων", Ελληνικός Οργανισμός Ψυχοθεραπείας & Παιδείας στην Ομαδική Ανάλυση. (<http://blog.apostolisangelopoulos.gr/?p=83>)
- Βασιλαματζής Γ., Χαμπέρης Ν., Φαλάρας Β., Κατσούλας Δ. (2003) *Η Ψυχανάλυση στον 21^ο Αιώνα*. Αθήνα: Παπαζήση.
- Anthony E. (1971) The History of Group Psychotherapy, in Kaplan, H. & Sadock, B. (eds.) (1971/1993), *Comprehensive Group Psychotherapy*. Baltimore: Williams & Wilkins p. 3-35.
- Behr H., Hearst L. (2005) *Group - Analytic Psychotherapy. A Meeting of Minds*. London: Whurr Publishers.
- Blatner A. (2000) *Foundations of Psychodrama: History, Theory & Practice*. New York: Springer
- Brabender V., Fallon A., Smolar A. (2004) *Essentials of Group Therapy*. New Jersey: John Wiley & Sons.
- Campling P. & Haigh R. (eds.) (2002) *Therapeutic Communities. Past, Present and Future*. London: Jessica Kingsley Publishers.
- Cohn, H.W. (2006) *Existential Thought and Therapeutic Practice*. London: Sage.
- Nathanson D. L. (1997) "*From Empathy to Community*", *The Annual of Psychoanalysis* vol. 25: 125-143.
- Nitsun M. (2000) "*The future of the group*", *International Journal of Group Psychotherapy*, 50(4): 455-472.
- Pines M. (1998) *Circular Reflections: Selected Papers on Group Analysis and Psychoanalysis*, London: Jessica Kingsley Publishers.
- Pines M. (1999) "*Forgotten pioneers: The unwritten history of the therapeutic community movement*", *Therapeutic Communities* vol. 20: 1.
- Pines M. (ed.) (1983) *The Evolution of Group Analysis*. London: Jessica Kingsley Publishers.
- Ringer T.M. (2004) *Group Action. The Dynamics of Groups in Therapeutic, Educational and Corporate settings*. London: Jessica Kingsley Publishers.
- Saiger G., Rubenfeld S., Dluhy M. (eds) (2008) *Windows into Today's Group Therapy*. N.Y.: Routledge.
- Salvendy J. (1999) "*Ethnocultural Considerations in Group Psychotherapy*", *International Journal of Group Psychotherapy* vol. 49:4, 429-464.
- Sandison R. (2001) *A Century of Psychiatry, Psychotherapy and Group Analysis*. London: Jessica Kingsley Publishers.
- Schneider S. & Weinberg H. (eds.) (2003) *The Large Group Revisited: The Herd, Primal Horde, Crowds and Masses*. London: Jessica Kingsley Publishers.
- Stapley L.F. (2006) *Individuals, groups and organizations beneath the surface*. London: Karnac.
- Stone W. (2001) "*A Model of Group Psychotherapy for Persons with Chronic Mental Illness*", *Funzionne gamma* vol. 4.
- Thompson S. (1999) *The Group Context*. London: Jessica Kingsley Publishers.