

Συστημική Προσέγγιση:

P. Γουρνέλλης,
Καθηγητής Ψυχιατρικής,
Β΄ Ψυχιατρική Κλινική ΕΚΠΑ,
Αττικό Νοσοκομείο

Ο Συστημικός Θεραπευτής Πρέπει να Έχει ως Θεωρητικό Υπόβαθρο

- Γενική Θεωρία Συστημάτων,
- Θεωρίες της επικοινωνίας,
- Μεταμοντέρνες θεωρήσεις

Δεξιότητες

Να συγκροτεί μια αρχική υπόθεση όχι μόνο για το ατομικό ιστορικό του ασθενούς αλλά και για το:

- Πως συνήθως λειτουργεί η οικογένεια
- Πως μπορεί να σχετίζεται η διαταραχή του ασθενούς με την ευρύτερη ή πυρηνική οικογένεια
- Να καλεί τη συμμετοχή της οικογένειας
- Ερωτήσεις για τις σχέσεις
- Νοηματοδότηση του συμπτώματος

Στάσεις

Ουδετερότητα

Περιέργεια

Ικανότητα να διεξάγει ισότιμα μια συζήτηση και να ευοδώνει την ανάπτυξη νέων πιο λειτουργικών αφηγήσεων

Παρέμβαση στην Οικογένεια

- Ουδετερότητα (πεποιθήσεις, το φύλο του θεραπευτή)
- Περιέργεια
- Ευόδωση της συζήτησης
- Ερωτήσεις σχέσεων
- Αναζήτηση πολλαπλών αφηγήσεων

Σύσταση

Θεωρητικά σεμιναριακά μαθήματα

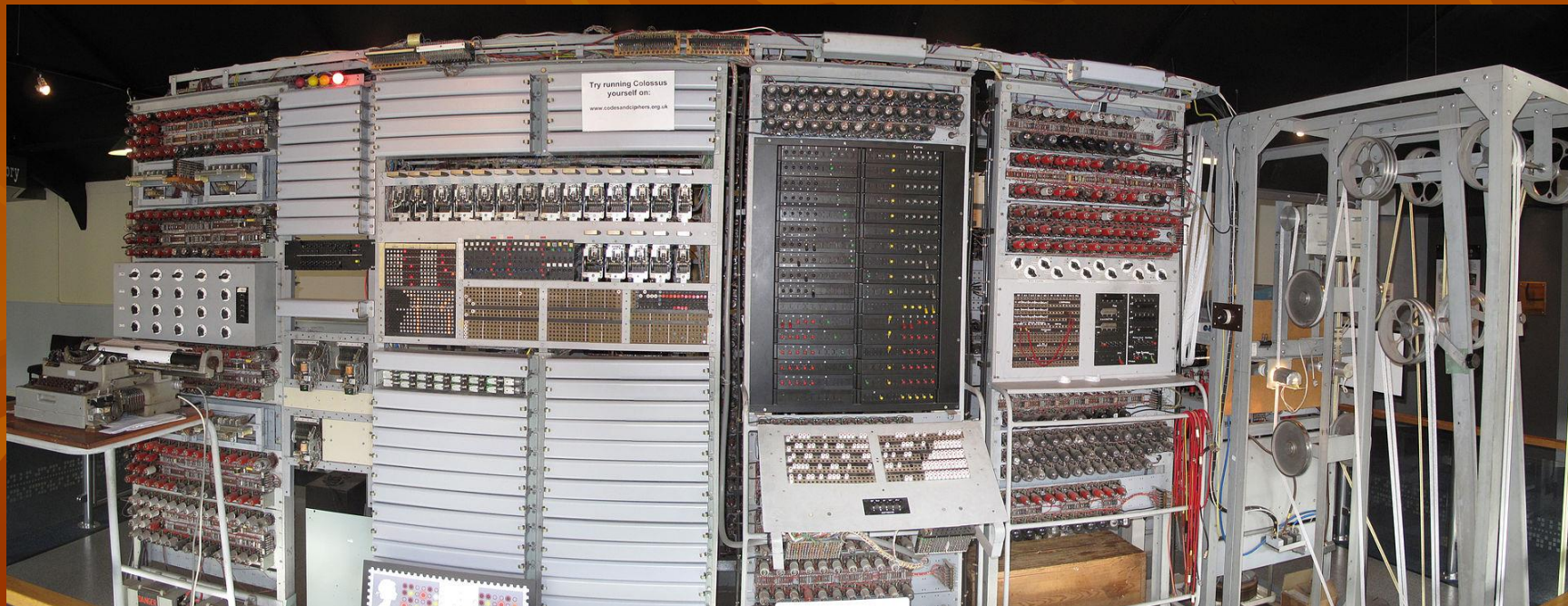
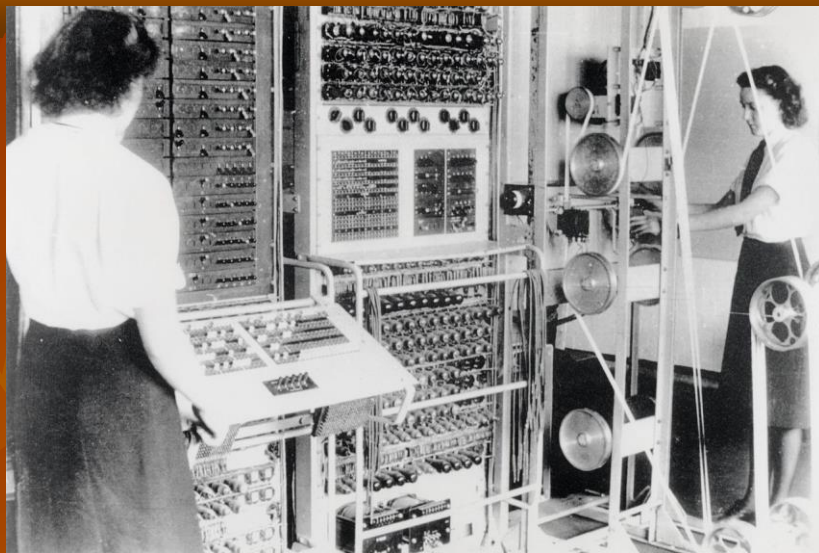
Παρακολούθησεις video και ανάλυση περιπτώσεων

Εποπτεία στην οικογενειακή παρέμβαση

Παρακολούθηση οικογενειακής ψυχοθεραπείας

Εισαγωγικά

- Η συστημική ψυχοθεραπεία στηρίζει το μεγαλύτερο μέρος του εννοιολογικού της πλαισίου στη/στις
 - *Γενική θεωρία συστημάτων*
 - *Θεωρίες της επικοινωνίας*
 - *Μεταμοντέρνες θεωρήσεις*



Colossus 1942-43

Η Γενική Θεωρία Συστημάτων

- Προσπαθεί να απαντήσει στο ερώτημα πως ένα σύνολο είναι κάτι περισσότερο από τα μέρη του αλλά και πως τα συστήματα πετυχαίνουν την ομοιόστασή τους ή την προσαρμογή τους σε νέες καταστάσεις χρησιμοποιώντας ρυθμιστικούς μηχανισμούς που λειτουργούν μέσω κυκλωμάτων ανατροφοδότησης (feedback).

- Απέναντι στις κλασσικές επιστήμες που στηρίζονται στον αναγωγισμό και στις γραμμικές σχέσεις αιτίου- αποτελέσματος, και που αποσυνδέουν το αντικείμενο από το πλαίσιο του, εγκαθιδρύεται μια νέα Επιστημολογία η οποία αντιλαμβάνεται τη γνώση ως αποτέλεσμα αμφίδρομων κυκλικών σχέσεων

Η Γενική Θεωρία Συστημάτων

- Σε αντίθεση λοιπόν με την καρτεσιανή-γραμμική αντίληψη που αναλύει το αντικείμενο στα μέρη του (προσπαθώντας να απαντήσει στο ερώτημα «τι είναι το αντικείμενο»), η συστημική μεθοδολογία θεωρεί το αντικείμενο ως σύνολο, εισάγοντας την κυκλική αιτιότητα, σύμφωνα με την οποία η ανατροφοδότηση της πληροφορίας και η αλληλεπίδραση των στοιχείων του συστήματος αποκλείουν την διάκριση αιτίου-αποτελέσματος («πως λειτουργεί»)

Gregory Bateson 1904-1980



- Η μελέτη του πλαισίου είναι οι διαχωριστική γραμμή με τη νέα επιστημολογία
- Ο Bateson έκανε και τη γέφυρα με την ψυχιατική
- Ο άνθρωπος είναι ανοικτό σύστημα, η επικοινωνία με το πλαίσιο κεντρικής σημασίας και η οικογένεια βασικό σύστημα σημασίας



Η Γενική Θεωρία Συστημάτων

- Εφαρμόζοντας τις αρχές της γενικής θεωρίας συστημάτων μπορούμε να θεωρήσουμε την οικογένεια ως σύστημα με όρια και υποσυστήματα
- Η συμπεριφορά κάθε μέλους καθορίζεται από τον τύπο των αλληλεπιδράσεων μεταξύ των μελών της οικογένειας
- Μέσα στα οικογενειακά συστήματα υπάρχουν διαδικασίες που αναστέλλουν την αλλαγή («μορφόσταση» ή «ομοιόσταση») ή την προάγουν («μορφογένεση»)

Η Γενική Θεωρία Συστημάτων

- Αν η οικογένεια δεν έχει επαρκή αποθέματα για προσαρμογή, τότε προσαρμόζεται στα νέα δεδομένα μέσα από την αντίσταση στην αλλαγή
- Σε αυτήν την περίπτωση μπορεί να αναπτυχθεί προβληματική συμπεριφορά σε κάποιο μέλος

Η Γενική Θεωρία Συστημάτων

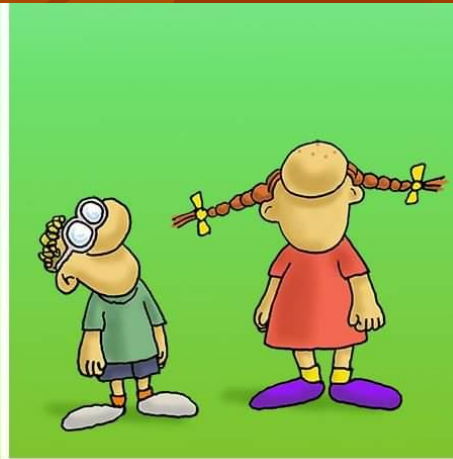
- Η οικογένεια και τα ανθρώπινα συστήματα είναι ανοιχτά, οι σχέσεις μεταξύ των μελών πολύπλοκες και τα αποτελέσματα των παρεμβάσεων σε αυτά μη προβλέψιμα

Η Θεωρία της Επικοινωνίας

- Με τη σειρά της η *ανθρώπινη επικοινωνία* είναι μια πολυεπίπεδη διαδικασία
- Κάθε συμπεριφορά περιέχει ένα μήνυμα
- Στις διαπροσωπικές σχέσεις είναι αδύνατον για οποιονδήποτε «να μην επικοινωνεί»
- Οι άνθρωποι επικοινωνούν τόσο «ψηφιακά» (μέσω του λόγου) όσο και «αναλογικά» (μέσω συμπεριφορών, συναισθημάτων, κινήσεων κτλ)

Η Θεωρία της Επικοινωνίας

- Κάθε επικοινωνία έχει δύο πλευρές: αυτή του περιεχομένου και αυτή της σχέσης
- Όλες οι επικοινωνιακές συναλλαγές είναι είτε συμμετρικές (από ίση θέση), είτε συμπληρωματικές (από άνιση θέση)
- Τέλος, η φύση μιας σχέσης καθορίζεται από τον τρόπο που τα άτομα θέτουν «στίξη» στην επικοινωνία τους



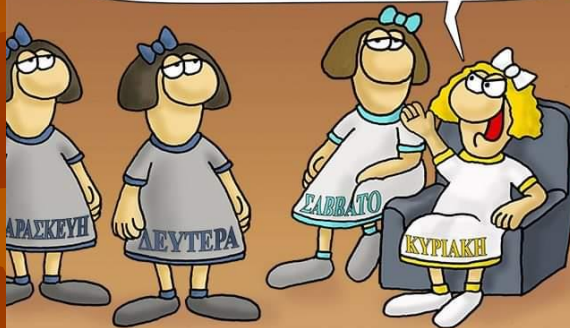
- Κάθε συμπεριφορά, φυσιολογική ή παθολογική, εντάσσεται σε κάποιο κοινωνικό πλαίσιο σχέσεων
- Το σύμπτωμα νοηματοδοτείται ως μήνυμα προς άλλους, ως ρυθμιστής σχέσεων κτλ
- Το δε σημείο εστίασης της θεραπείας δεν βρίσκεται πλέον στο άτομο αλλά στις σχέσεις μεταξύ των ατόμων
- Ο συστημικός θεραπευτής είναι θεραπευτής σχέσης

ΠΑΡΙΣΤΑΝΕΙΣ ΤΗΝ ΑΡΙΣΤΟΚΡΑΤΙΣΣΑ, ΠΑΛΙΟΞΙΠΑΣΜΕΝΗ,
ΑΛΛΑ ΔΕΝ ΞΕΡΕΙΣ ΟΤΙ Η ΤΕΜΠΕΛΙΑ ΕΙΝΑΙ Ο, ΤΙ ΠΙΟ ΧΥΔΑΙΟ
ΚΑΙ ΚΑΚΟΓΟΥΣΤΟ ΥΠΑΡΧΕΙ!

ΑΝΤΕ ΝΑ ΞΥΡΙΣΕΙΣ
ΤΑ ΠΟΔΙΑ ΣΟΥ, ΡΕ ΤΑΓΑΡΙ,
ΠΟΥ ΘΑ ΜΟΥ ΚΑΝΕΙΣ ΕΣΥ
ΜΑΘΗΜΑ ΑΙΣΘΗΤΙΚΗΣ!



ΕΣΥ, ΜΩΡΗ, ΓΙΑΤΙ ΔΕ ΜΕ ΣΥΓΓΙΡΑΤΕΙΣ ΚΑΙ
ΜΕ ΑΦΗΝΕΙΣ ΝΑ ΠΕΦΤΩ ΣΤΟ ΕΠΙΠΕΔΟ ΤΟΥΣ;



Τα Προβλήματα Οικογενειακών Σχέσεων στο DSM - 5: “Other conditions that may be a focus of clinical attention” (p715, 716)

Relational problems:

- Προβλήματα σχετιζόμενα με την οικογενειακή ανατροφή: η ποιότητα της σχέσης επηρεάζει την πορεία και θεραπεία μιας σωματικής ή ψυχικής νόσου (ανεπαρκής γονικός έλεγχος/υπερπροστασία, ψυχολογική πίεση, βία, αποφυγή προβλημάτων)
- Προβλήματα σχέσης ανάμεσα σε αδέρφια,
- Ανατροφή μακριά από τους γονείς,
- Παιδί που επηρεάζεται από την επιβάρυνση των γονιών

- Επιβαρυνόμενη σχέση με σύζυγο ή σύντροφο:
(ποιότητα της σχέσης επηρεάζει την πορεία και θεραπεία μιας σωματικής ή ψυχικής νόσου)
- Διάσπαση της οικογενειακής συνοχής
εξαιτίας χωρισμού ή διαζυγίου
- Υψηλά εκφραζόμενο συναίσθημα:
(εχθρικότητα, επικριτικότητα, υπερεμπλοκή κυριαρχεί ή επηρεάζει την πορεία και θεραπεία μιας σωματικής ή ψυχικής νόσου)

Υπάρχει μια «Τυπολογία της Οικογενειακής Ψυχοπαθολογίας»;

- Μη οριοθετημένοι ρόλοι και υπευθυνότητες
- Σχέσεις που δεν είναι ζεστές και στοργικές, με έλλειψη σεβασμού της ατομικότητας των μελών
- Οι κανόνες συμπεριφοράς στην οικογένεια είναι ασαφείς και μη αποδεκτοί από όλους
- Έλλειψη ανοχής στη σύγκρουση και ικανότητας να την αντιμετωπίζουν όταν αυτή ξεσπά
- Απομόνωση της οικογένειας
- Έλλειψη προσαρμοστικότητας τόσο σε ξαφνικά όσο και σε αναμενόμενα γεγονότα / συνθήκες και κυριαρχία μύθων και αφηγήσεων του παρελθόντος

Υπάρχει μια Τυπολογία της Οικογενειακής Ψυχοπαθολογίας;

- Ποιότητα της επικοινωνίας
- Προσαρμοστικότητα
- Όρια / κανόνες
- Επίπεδο της σύγκρουσης

Ενδείξεις

- Το πρόβλημα εμφανίζεται με όρους οικογενειακής δυσλειτουργίας με τα μέλη εμπλεγμένα στη σύγκρουση (εντάσεις, συγκρούσεις π.χ. γονέα-εφήβου)
- Η οικογένεια αντιμετωπίζει ένα ισχυρό στρεσογόνο γεγονός αναμενόμενο ή όχι
- Εξουθένωση της οικογένειας από χρόνιο πρόβλημα
- Τα συμπτώματα αναπτύχθηκαν σε πλαίσιο οικογενειακής δυσλειτουργίας (πολλαπλή ψυχοπαθολογία)

Ενδείξεις

- Ο «απόηχος» μιας βαριάς ψυχιατρικής διάγνωσης και της συμπεριφοράς του ασθενούς που οδηγεί σε δυσλειτουργική συμπεριφορά την οικογένεια

Τεκμηριωμένη Αποτελεσματικότητα

Ποικίλα παιδοψυχιατρικά προβλήματα

Προβλήματα ζεύγους

Σχιζοφρένεια (πρώτο ψυχοσικό επεισόδιο)

Συναισθηματικές διαταραχές

Αγχώδεις διαταραχές

Ανορεξία

Ψυχοσωματικά χρόνια νοσηρές καταστάσεις

Carr, 2014

Αντενδείξεις για Ψυχοθεραπεία Οικογένειας

- Οικογένεια δεν υπάρχει
- Έλλειψη κινήτρου κάποιων μελών
- Επισφαλής οικογενειακή ισορροπία χωρίς επανορθωτικές προοπτικές π.χ. σεξουαλική κακοποίηση
- Κατά την διάρκεια έντονου επεισοδίου π.χ. μελαγχολία
- Ο ΙΡ θέλει να βρει την προσωπική του ταυτότητα μακριά από το οικογενειακό περιβάλλον

Οι Σχολές της Συστημικής Οικογενειακής Ψυχοθεραπείας

Η Στρατηγική Σχολή

(D. Jackson, J.Haley, J. Weakland,
P.Watzlavick δεκαετία '60)

Κύκλος Ζωής της Οικογένειας

- Αποχωρισμός από την οικογένεια καταγωγής
- Δέσμευση στον γάμο και στην αμοιβαιότητα
- Προσαρμογή όταν έρθουν τα παιδιά
(επανακαθορισμός της σχέσης με τους γονείς)
- Εφηβεία των παιδιών, αυτονομία / εξάρτηση
αλλά και επανακαθορισμός του γάμου και της
σταδιοδρομίας
- Αποχώρηση των παιδιών, θάνατος των γονιών
- Παππούδες, αντιμέτωποι με τον θάνατο

Κύκλος Ζωής της Οικογένειας

- Η πολυπλοκότητα από φάση σε φάση αυξάνει
- Απαιτούνται οργανωσιακές και δομικές αλλαγές σε κάθε φάση
- Η μετάβαση προκαλεί στρες, ιδίως όταν είναι απρόβλεπτες, ή η προετοιμασία ανεπαρκής.
- Οι συνθήκες αλλάζουν, όμως μπορεί τα στερεότυπα παραμένουν, να υπάρξει παλινδρόμηση κτλ
- «Κόμβοι», επεξεργάσθηκαν την προηγούμενη φάση; έμειναν λίγο ή πολύ; Πχ. χωρίς να περάσουν το στάδιο των δύο γεννιέται ένα παιδί (ανεπιθύμητοι εγκυμοσύνη) και γρήγορα περνούν στο στάδιο των τριών

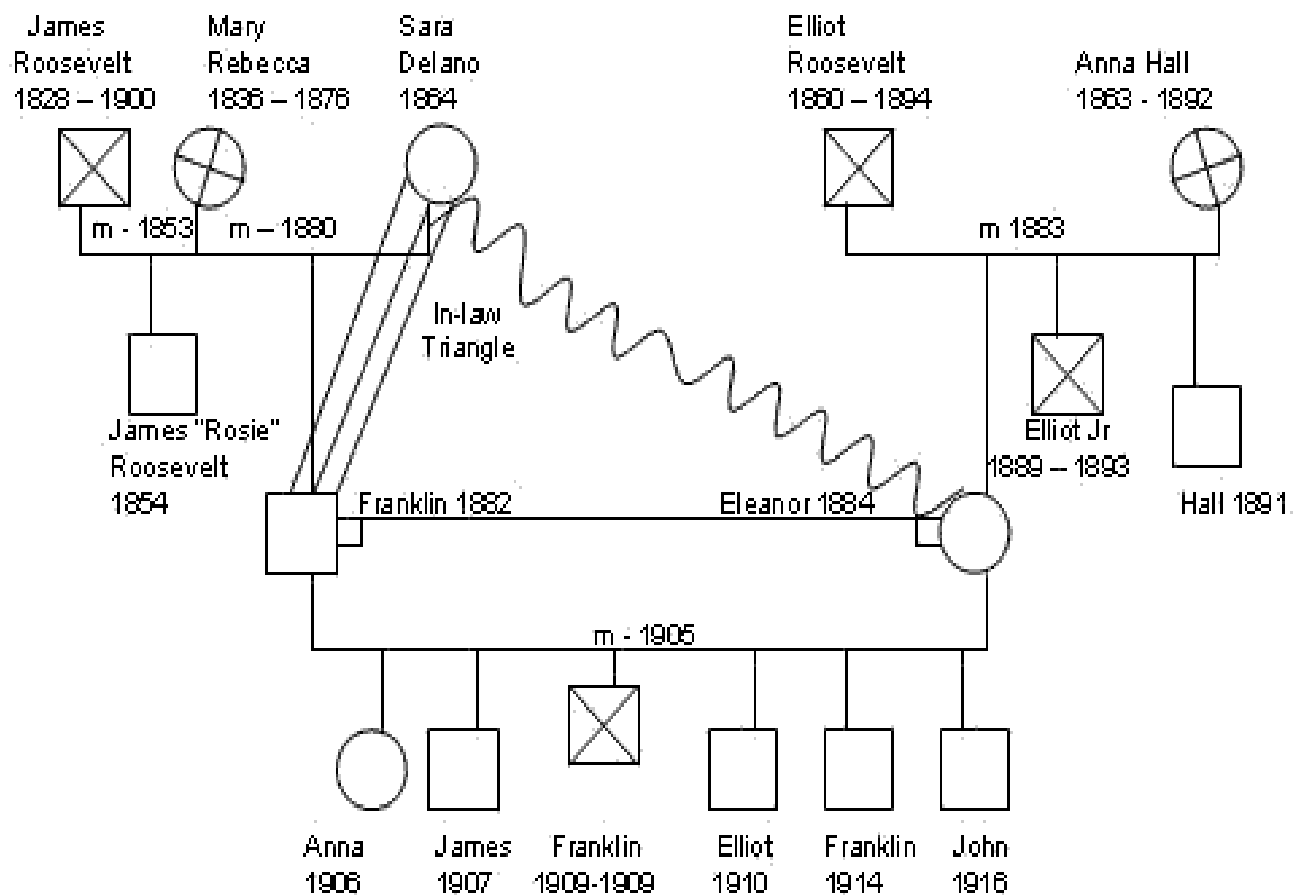
Οι Σχολές της Συστημικής Οικογενειακής Ψυχοθεραπείας

Η Διαγενεακή Σχολή (Murray Bowen δεκαετία 1950)

Το γενεόγραμμα:

- Δομή κι οργάνωση της οικογένειας,
- Δημογραφικά στοιχεία,
- Ποιότητα σχέσεων,
- Συναισθηματικός δεσμός,
- Σημαντικά γεγονότα: μετανάστευση, κρίσιμες, αλλαγές, επιτυχίες, στεσογόνα γεγονότα, απώλειες, επαναλήψεις,

Figure 4. EXAMPLE OF COMPLETED GENOGRAM



Οι Σχολές της Συστημικής Οικογενειακής Ψυχοθεραπείας

- Η Δομική Σχολή (Minuchin δεκαετία 1970)
- Η Συστημική Σχολή (M.Selvini-Palazolli, L.Boscolo, G.Cecchin, G.Prata δεκαετία 1970)

Ερωτήσεις Σχέσης

Γραμμικές: πληροφορίες, εξηγήσεις («πότε χωρίσατε;»)

Κυκλικές ερωτήσεις: διερεύνηση αλληλεπιδράσεων, διαφοροποιήσεων, αλλαγές πριν ή μετά κάποιο γεγονός, υποθετικές μέλλοντα χρόνου: «τι κάνουν οι γονείς όταν ο Ι.Ρ. αποσύρεται; ποιος ήθελε περισσότερο να έρθουν, ποιος λιγότερο; η ανορεξία άρχισε πριν ή μετά τον θάνατο της γιαγιάς; Πως θα είναι τα πράγματα σε πέντε χρόνια;

Στρατηγικές: «τι σε κάνει να αφήνεις τη μητέρα σου να μιλά για λογαριασμό σου;»

Αναστοχαστικές: διερευνούν εναλλακτικούς τρόπους σκέψης «τι θα συνέβαινε αν αντί να αποσύρεσαι έλεγες ότι θύμωσες;»

- Α και Β κυβερνητική

Σύγχρονη Μεταμοντέρνα Ρεύματα στην Συστημική

- **Κονστρουκτιβισμός:** Ο θεραπευτής με την οικογένεια κατασκευάζει μια πραγματικότητα και μια γλώσσα και δεν είναι «αντικειμενικός» (το πρόβλημα ορίζει το σύστημα)
- **Κονστρουκτιονισμός:** οι κατασκευές είναι γλωσσικής φύσεως και όχι ψυχολογικής (εξουσία, φύλο, γλώσσα)
- **Αφηγηματική θεραπεία:** η θεραπεία αποτελεί μια διαδικασία επαν-έκδοσης των ιστοριών των ασθενών και της οικογένειας

Σύγχρονα Ρεύματα στην Συστημική

Εστιασμός στις πεποιθήσεις, αφηγήσεις,
νοηματοδοτήσεις και εξηγήσεις

Έμφαση στη σχέση θεραπευτή-οικογένειας
(reflective team)