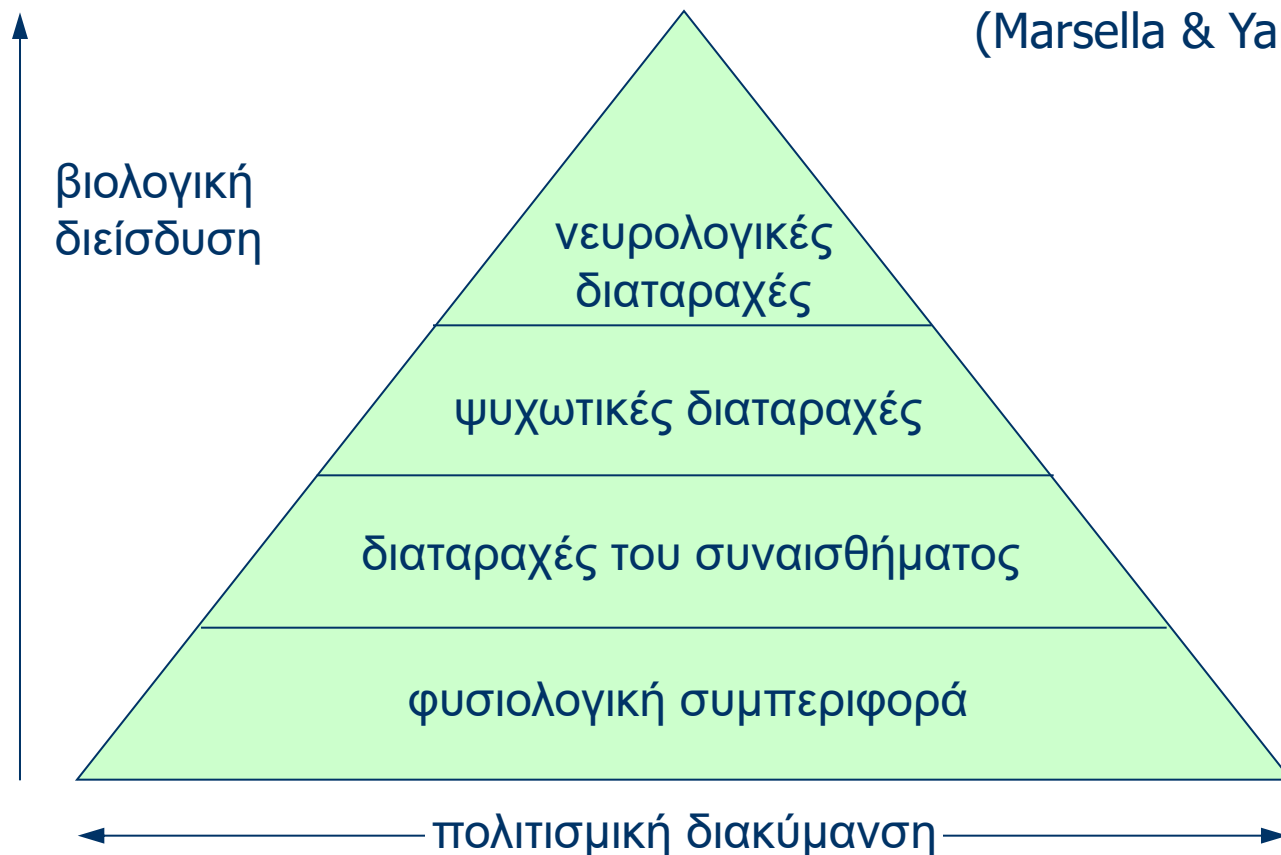


Πολιτισμός και ψυχοπαθολογία

- Ο πολιτισμός ως αιτιολογικός παράγοντας ψυχοπαθολογίας
- Ερευνητικά δεδομένα
- DSM-IV-TR
- Διαπολιτισμική συμβουλευτική και ψυχοθεραπεία

ΨΧ56: Διαπολιτισμική Ψυχολογία
Τμήμα Ψυχολογίας ΕΚΠΑ
Εαρινό εξάμηνο 2024-2025
Καθηγητής Βασίλης Παυλόπουλος

Πολιτισμική διακύμανση ψυχικών διαταραχών ανάλογα με τη βιολογική διείσδυση και την πλαστικότητα της συμπεριφοράς



(Marsella & Yamada, 2007)

Ο πολιτισμός ως αιτιολογικός παράγοντας της ψυχοπαθολογίας

Ο πολιτισμός υπαγορεύει, μεταξύ άλλων:

- ✓ τους τύπους και τις παραμέτρους του περιβαλλοντικού και του ψυχοκοινωνικού στρες,
- ✓ τις στρατηγικές αντιμετώπισης και τους πόρους που αξιοποιούμε για να μετριάσουμε την αρνητική επίδραση του στρες,
- ✓ βασικές δομές της προσωπικότητας, π.χ. αυτοαντίληψη, κίνητρα,
- ✓ τη γλώσσα, μέσω της οποίας αναγνωρίζουμε και οργανώνουμε τις αντιδράσεις μας απέναντι στην πραγματικότητα,
- ✓ την κοινωνική νόρμα σχετικά με την «ομαλή» και αποκλίνουσα συμπεριφορά, καθώς και την κυρίαρχη ιδεολογία για το τι είναι και πώς πρέπει να προσφέρεται η θεραπεία.

Πολιτισμός και ψυχοπαθολογία: ορισμένα ερευνητικά δεδομένα

- Η θεραπεία της σχιζοφρένειας είναι πιο επιτυχής σε μη βιομηχανικές κοινωνίες λόγω συνθηκών, όπως η ύπαρξη υποστηρικτικών δικτύων και η δυνατότητα εργασίας (Lin & Kleinman, 1988).
- Η κατάθλιψη είναι πιο συχνή στις Δυτικές χώρες λόγω των ενοχών, των ατομικιστικών αξιών και της αφηρημένης δομής της γλώσσας. Στην Ανατολή η θλίψη συχνά σωματοποιείται (Kleinman, 2004).
- Υπάρχει ισχυρή αντίστροφη συνάφεια ανάμεσα στην κατάθλιψη και την κοινωνική τάξη (Lorant et al., 2004).
- Η ψυχική υγεία ατόμων από εθνοτικές ομάδες αξιολογείται πιο θετικά όταν η διάγνωση γίνεται από θεραπευτές με παρόμοιο πολιτισμικό υπόβαθρο (Russell et al., 1996).

Μερικά παραδείγματα πολιτισμικά συγκεκριμένων διαταραχών

- Amok (ΝΑ Ασία, Φιλιππίνες): Ξαφνική έκρηξη επιθετικότητας μετά από περίοδο κοινωνικής απόσυρσης-απάθειας.
- Taijimi kyofusho (Ιαπωνία): έντονος φόβος διαπροσωπικών σχέσεων, πίστη ότι τα μέρη του σώματος εκπέμπουν οσμές που δυσαρεστούν τους άλλους.
- Susto (Λατινική Αμερική): έντονος φόβος για απώλεια της ψυχής, ανορεξία, απώλεια βάρους, ωχρότητα, κούραση, υπνηλία, έντονη δίψα, ακαταστασία, ταχυκαρδία, απόσυρση.
- Uquamaquineq (Εσκιμώοι): Κατάσταση ύπνωσης, ανήσυχος ύπνος, παραλυσία, αποσχιστικά επεισόδια, περιστασιακές παραισθήσεις.

Η πολιτισμική παράμετρος στα διαγνωστικά εγχειρίδια

- DSM-IV (American Psychiatric Association, 1994):
 - ✓ Γλωσσάριο πολιτισμικά σχετιζόμενων συνδρόμων
 - ✓ Περίγραμμα για την πολιτισμική διατύπωση περίπτωσης
 - ✓ «Ένας κλινικός που δεν είναι εξοικειωμένος με τις λεπτές αποχρώσεις του πολιτισμικού πλαισίου αναφοράς ενός ατόμου μπορεί να κρίνει λανθασμένα ως ψυχοπαθολογία εκείνες τις φυσιολογικές διακυμάνσεις στη συμπεριφορά, τις πεποιθήσεις ή την εμπειρία του ατόμου, οι οποίες είναι χαρακτηριστικές του συγκεκριμένου πολιτισμού του.»
- Ο πολιτισμός “μετράει” (U.S. Dept. of Health & Human Services, 2001)

Οδηγίες του DSM-IV-TR (2000) για την ταξινόμηση των ψυχικών διαταραχών όταν τίθενται πολιτισμικά ζητήματα

Πέντε τομείς που προτείνεται να διερευνηθούν διεξοδικά:

- ✓ η εθνοπολιτισμική ταυτότητα του πελάτη,
- ✓ οι πολιτισμικές ερμηνείες της διαταραχής του,
- ✓ οι πολιτισμικοί παράγοντες που σχετίζονται με το ψυχοκοινωνικό περιβάλλον του πελάτη και τα επίπεδα της λειτουργικότητάς του,
- ✓ πολιτισμικά στοιχεία της σχέσης μεταξύ θεραπευτή-πελάτη (π.χ. προβλήματα στην επικοινωνία ή διαφορές στην πρόσληψη του συμπτώματος λόγω πολιτισμικής απόστασης),
- ✓ συνολική πολιτισμική εκτίμηση της διάγνωσης και του τρόπου αντιμετώπισης.

Διαπολιτισμική συμβουλευτική και ψυχοθεραπεία: η «τέταρτη δύναμη»;

- Αναγνώριση, αποδοχή και επεξεργασία των κοινωνικο-πολιτισμικών εμπειριών του ατόμου, καθώς και των πολιτισμικών διαφορών που επηρεάζουν την προσαρμογή του.
- Ανταπόκριση στις ειδικές ψυχοκοινωνικές ανάγκες των ατόμων, οι οποίες συνδέονται με το επιπολιτισμικό στρες.
- Η σημασία των κινήτρων για διαπολιτισμική επαφή: τα κίνητρα μπορεί να είναι ασαφή και να προκαλούν αμφιθυμικά συναισθήματα.
- Οι εμπειρίες προκατάληψης και ρατσισμού απειλούν την ταυτότητα σε συνειδητό και μη συνειδητό επίπεδο.

Ορισμένες σημαντικές έννοιες (Γιωτσίδη & Σταλίκας, 2004)

- Επιστημονική συνειδητότητα: η ικανότητα του θεραπευτή να διατυπώνει υποθέσεις (αντί να εξάγει πρώιμα συμπεράσματα προβάλλοντας ακατάλληλα τη δική του πολιτισμική εμπειρία).
- Πολιτισμική επίγνωση: η συνειδητοποίηση της συμβολής των πολιτισμικών παραγόντων στη συμπεριφορά.
- Πολιτισμική ενσυναίσθηση: η ικανότητα του θεραπευτή να κατανοεί τα θέματα των πελατών του από τη δική τους πολιτισμική σκοπιά.
- Πολιτισμική επάρκεια και πολιτισμική ενδυνάμωση: η προαγωγή καλύτερης αίσθησης ελέγχου του περιβάλλοντος, ιδιαιτέρως όσον αφορά σε πρακτικά θέματα (π.χ. πρόσβαση σε υπηρεσίες).

Πολιτισμική επίγνωση (Tomalin & Stempleski, 1993)

- Ο διαπολιτισμικός θεραπευτής συνειδητοποιεί την επίδραση που ασκούν οι πολιτισμικοί παράγοντες στη συμπεριφορά.
- Αναγνωρίζει τα πολιτισμικά στοιχεία των πελατών του, τα οποία συνδέονται με τη διαφορετική τους κουλτούρα.
- Έχει καλή κατανόηση του δικού του πολιτισμού και των επιδράσεων που ασκεί στη διαμόρφωση της συμπεριφοράς του.
- Αντιλαμβάνεται την πολιτισμική ετερότητα υπό το πρίσμα των σχέσεων εξουσίας και της ασύμμετρης κοινωνικής ισχύος στις διαπροσωπικές σχέσεις (π.χ. πλειονότητα-μειονότητα).

Διαπολιτισμική ενσυναίσθηση (Γιωτσίδη & Σταλίκας, 2004. Zhu, 2011)

- Ο πολιτισμικός θεραπευτής είναι σε ετοιμότητα να «μεταφράσει» τα θέματα των εμπλεκομένων σε μια επικοινωνιακή συνθήκη μερών από τη δική τους πολιτισμική σκοπιά.
- Προσπαθεί να κατανοεί τις διαφορετικές ή ακόμα και προκλητικές απόψεις χωρίς να τις κρίνει, αποφεύγει τις ερμηνείες που βασίζονται σε στερεότυπα.
- Είναι σε θέση να «ζυγίζει δυναμικά» τους ατομικούς και τους ευρύτερους πολιτισμικούς παράγοντες που διαμορφώνουν τη συμπεριφορά.
- Είναι ανοιχτός στο να αναθεωρήσει τα θεωρητικά μοντέλα και να διευρύνει τις γνώσεις του.

Πολιτισμική επάρκεια (Masgoret & Ward, 2006)

- Αφορά στην απόκτηση πολιτισμικού περιεχομένου γνώσεων και δεξιοτήτων, πέραν της εκμάθησης της γλώσσας.
- Οι δεξιότητες αυτές περιλαμβάνουν, μεταξύ άλλων, την έκφραση στάσεων και συναισθημάτων, τη ρύθμιση της διαπροσωπικής απόστασης και της βλεμματικής επαφής, την εξοικείωση με κοινωνικά σενάρια και τυπικές συναλλαγές.
- Τα κοινωνικά επιδέξια άτομα «ερμηνεύουν» εύστοχα τις κοινωνικές περιστάσεις και τις αντιδράσεις των άλλων, ώστε να προσαρμόζονται με ευέλικτο τρόπο τη συμπεριφορά τους.

Πολιτισμική ενδυνάμωση (García Coll & Szalacha, 2004)

Στην ενίσχυση της αίσθησης ελέγχου του περιβάλλοντος στις καθημερινές, πρακτικού χαρακτήρα συναλλαγές συντελούν, μεταξύ άλλων, τα εξής:

- εκμάθηση δεξιοτήτων (π.χ. γλώσσα, συμβολικοί πόροι) που αφορούν τις επιπολιτιζόμενες ομάδες,
- στρατηγικές ερμηνείες του κοινωνικού πλαισίου με πολιτισμικά λειτουργικούς όρους,
- ανάπτυξη πολλαπλών όψεων της ταυτότητας για την αντιμετώπιση του κοινωνικού στίγματος,
- ενεργοποίηση/εμπλοκή μελών της εσω-ομάδας ΚΑΙ της εξω-ομάδας.

Καλές πρακτικές για τη διαπολιτισμική ψυχοθεραπεία σε πολυπολιτισμικά περιβάλλοντα (Acle et al., 2021)

- ✓ Χρήση πολιτισμικά ενήμερων παρεμβάσεων.
- ✓ Αντιμετώπιση των πολιτισμικά σχετιζόμενων εμποδίων που προκαλούν αντίσταση στη θεραπεία.
- ✓ Κατανόηση των πελατών μέσα στο πολιτισμικό τους πλαίσιο.
- ✓ Διερεύνηση του αντίκτυπου που έχουν στη θεραπεία πολιτισμικά σχετιζόμενοι παράγοντες πλαισίου των πελατών.
- ✓ Υιοθέτηση μιας συνεργατικής και ανοιχτής θεραπευτικής στάσης.
- ✓ Κατανόηση των λεπτών αποχρώσεων του λόγου που επηρεάζουν την κατανόηση σε μια κλινική συζήτηση.

Καλές πρακτικές για τη διαπολιτισμική ψυχοθεραπεία σε πολυπολιτισμικά περιβάλλοντα (Acle et al., 2021)

- ✓ Διερεύνηση του οικογενειακού και κοινωνικού υποστηρικτικού δικτύου των πελατών.
- ✓ Χρήση ψυχοεκπαιδευτικών τεχνικών με έμφαση στην πολιτισμική μάθηση.
- ✓ Διερεύνηση της εθνικής ταυτότητας, της επιπολιτισμοποίησης και του επιπολιτισμικού στρες των πελατών.
- ✓ Χρήση ενός πολιτισμικά ευέλικτου διαγνωστικού μοντέλου.
- ✓ Παρακολούθηση σεμιναρίων κατάρτισης των ψυχοθεραπευτών για την εργασία με εθνοπολιτισμικές, φυλετικές και μειονοτικές ομάδες.