

Προλογικό σημείωμα για την ελληνική έκδοση

Προσωποκεντρική συμβουλευτική στην πράξη: Σχόλια για κριτικό αναστοχασμό

Δεν είναι τυχαίο πως το βιβλίο, *Η Προσωποκεντρική Συμβουλευτική στην πράξη*, εκκινεί από τη Σάλι. Το ανθρώπινο υποκείμενο είναι αυτό που καθορίζει όλο το βιβλίο. Η προσωποκεντρική συμβουλευτική τοποθετεί στο επίκεντρο τον πελάτη, εφόσον ο πελάτης εκφράζει τον εαυτό του με όλες τις διαστάσεις του στη συμβουλευτική-θεραπευτική σχέση, και εστιάζεται στην υποκειμενικότητα, όπως την ορίζει και ο Σαρτρ (2014) με την έννοια της self-agency, της αυτο-διαχείρισης.

Στην καρδιά της προσωποκεντρικής προσέγγισης βρίσκεται η αναγνώριση της σημασίας της ανθρώπινης βούλησης, και σε αυτή την περίπτωση χρειάζεται να αναλογιστούμε την agency (Parker, 1994) ως την κινητήριο δύναμη για την αλλαγή και ενδεχομένως ως την κύρια συνέπεια της ανθρώπινης ελευθερίας. Ο άνθρωπος ως πρόσωπο στην προσωποκεντρική προσέγγιση είναι ο agent (πράκτης), δηλαδή το ανθρώπινο υποκείμενο που εντάσσεται στην ιστορία της νεωτερικής ταυτότητας, κατανοείται με ποικίλους τρόπους, ανάμεσα στους οποίους, όπως δηλώνει ο Taylor, με «το σύνολο των (εν πολλοίς άναρθρων) τρόπων κατανόησης του τι σημαίνει να είναι κανείς άνθρωπος πράκτης (agent): την αίσθηση εσωτερικότητας, ελευθερίας, ατομικότητας και του να ριζώνεις στη φύση, που βρίσκονται όλες στο στοιχείο τους στη νεωτερική Δύση» (2007: 7).

Γιατί όμως έχει σημασία μια τέτοια έκδοση στην ελληνική πραγματικότητα;

Αρχικά, επειδή φέρνει σε άμεση επαφή την προσωποκεντρική προσέγγιση και τις σύγχρονες εξελίξεις της με τους Έλληνες αναγνώστες. Σε ένα πρώτο επίπεδο, το συγκεκριμένο βιβλίο επιτρέπει το ξεκαθάρισμα της έννοιας *προσωποκεντρική προσέγγιση* και εξηγεί γιατί αυτή η έννοια προτιμάται από τους όρους: μη κατευθυντική συμβουλευτική ή πελατοκεντρική συμβουλευτική. Σύμφωνα με τους συγγραφείς, οι πιο σοβαροί λόγοι αυτής της προτίμησης είναι: η έμφαση στη σχέση ανάμεσα σε δύο ανθρώπους και στη σημασία των εξελίξεων στην προσωποκεντρική και η παράλληλη κατανόηση πως η πρακτική της προσωποκεντρικής προσέγγισης δεν

είναι επιφανειακή και ανεπαρκής, όπως για πολύ μεγάλο χρονικό διάστημα γινόταν συχνά και λανθασμένα αντιληπτή, έως ότου η προσέγγιση περνώντας από μια διαδικασία διαρκούς εμπλουτισμού να φτάσει και να αποκτήσει τη σημερινή της μορφή.

Στα κεφάλαια του βιβλίου τους, οι Mearns, Thorne και McLeod παρουσιάζουν συνοπτικά μια επισκόπηση των θεωρητικών δομικών στοιχείων της προσέγγισης, των δεξιοτήτων και των συμπεριφορών του συμβούλου, της ανάπτυξης μιας συγκεκριμένης θεραπευτικής σχέσης και της σημασίας της έρευνας στον χώρο της προσωποκεντρικής προσέγγισης. Στη συνέχεια, οι συγγραφείς ολοκληρώνουν το βιβλίο με ένα παιχνίδι ερωταποκρίσεων, οι οποίες ενισχύουν τη ζωηρότητα και τη φρεσκάδα του λόγου τους, καθώς και την επιθυμία του αναγνώστη να το διαβάσει.

Τσως κάποια από τα πιο ενδιαφέροντα σημεία του βιβλίου βρίσκονται ακριβώς σε αυτό το παιχνίδι των ερωταποκρίσεων, οι οποίες δημιουργούν ένα πρόσφορο έδαφος για ανάλαφρη επικοινωνία και συνάμα εμβάθυνση. Επομένως, στο Παράρτημα καθρεφτίζεται όλος ο πυρήνας του βιβλίου και αφορά όποιον αναγνώστη θέλει να ταξιδέψει πέρα από τις δεξιότητες που άφθονα φωτίζουν οι συγγραφείς σε όλο το κείμενό τους και, εξαιτίας αυτού, χρειάζεται να αποτυπώσει ανεξίτηλα μέσα του τα παρακάτω λόγια...

Εξετάζοντας συγκεκριμένα την προσωποκεντρική προσέγγιση, υπάρχουν βασικά χαρακτηριστικά τα οποία θα θεωρήσουμε εγγενή, χρησιμοποιώντας αυτή την ονομασία. Ειδικότερα, αυτά αφορούν την κατανόσή μας για την ευρηματικότητα του ατόμου, τη λειτουργία της τάσης πραγμάτωσης και τη δυνατότητά του να αυτοκατευθύνεται· την πίστη μας για τη σημασία των θεραπευτικών συνθηκών και την επικέντρωση στη μη κατευθυντική στάση του θεραπευτή σε επίπεδο περιεχομένου· και την άρνησή μας να αναλάβουμε τον ρόλο του ειδικού στη ζωή και την εμπειρία του θεραπευόμενου. Αυτά τα βασικά χαρακτηριστικά από μόνα τους αποκλείουν την πιθανότητα να συνδυάσουμε την προσέγγιση με άλλες θεωρητικές κατευθύνσεις, οι οποίες βασίζονται σε εντελώς διαφορετικές ή και αντίθετες υποθέσεις.

Σε αυτές τις φράσεις θα θέλαμε να σταθούμε με σεβασμό, επιζητώντας ταυτόχρονα να αποφύγουμε να εγκλωβιστούμε σε ένα προσωποκεντρικό δόγμα, όπως επεδίωξε και η ποιοτική έρευνα των Sflakidou και Kefaloroulou (2015), η οποία εξέτασε την προσωποκεντρική προσέγγιση ως ιδεολογικό λόγο μέσα από την ανάλυση λόγου κατά Φουκώ σε αφηγήσεις Ελλήνων προσωποκεντρικών θεραπευτών. Η έρευνα αυτή ανέδειξε μια δυνατή ιδεολογική σχέση ανάμεσα στους προσωποκεντρικούς συμβούλους-θεραπευτές και στην προσωποκεντρική προσέγγιση, με επίκεντρο πέντε κυρίαρχους λόγους: τον φιλοσοφικό λόγο, τον λόγο της ελευθερίας, τον λόγο της θρησκείας/πνευματικότητας, τον λόγο της μαχητικότητας και τον ερωτικό (αγαπητικό) λόγο.

Με βάση το γεγονός πως το παρόν βιβλίο αποτελεί ένα κλασικό βιβλίο αναφοράς, κάποιες τοποθετήσεις του είναι απαραίτητο να συζητηθούν κριτικά. Για παράδειγμα, παρατηρούμε πως σχετικά με την παρουσίαση της θεωρίας προσωπικότητας γίνεται

αναλυτική αναφορά στη θεωρία των Mearns και Thorne για τις διαμορφώσεις, που δεν είναι η μόνη επικρατούσα στον χώρο της προσωποκεντρικής προσέγγισης. Αναφερόμενοι ιδιαίτερα στον όρο *διαμορφώσεις*, οι Mearns και Thorne παρουσιάζουν τη *διαμόρφωση* ως ανεπτυγμένο «εαυτό-μέσα-στον-εαυτό» με βάση ένα ευρύ φάσμα στοιχείων αλλά, αντίστοιχα, εκφράζουν και τη σοβαρή επιφύλαξη πως η έννοια του *πλουραλιστικού εαυτού* μπορεί να αφορά πολλούς, αλλά να μην ταιριάζει σε όλους. Και υπογραμμίζουν πως ως προσωποκεντρικοί σύμβουλοι δουλεύουμε θεραπευτικά ανάλογα με το αν ο πελάτης παρουσιάζει τον εαυτό του ολιστικά ή πλουραλιστικά. Πρόκειται για μια αξιόλογη μεθοδολογική και επιστημονική επισήμανση με εστίαση στη συζήτηση που έχει ανοίξει ανάμεσα στους προσωποκεντρικούς συμβούλους και ψυχοθεραπευτές για την έννοια του εαυτού και σχετίζεται άμεσα με την εξέλιξη της προσωποκεντρικής προσέγγισης στο σήμερα. Αποτελεί μάλιστα κομβικό σημείο θεωρητικής αντιπαράθεσης των νέων διεργασιών που αναπτύσσονται στον Παγκόσμιο Οργανισμό για την Προσωποκεντρική και Βιωματική Ψυχοθεραπεία και Συμβουλευτική, όπως αναφέρεται πλέον ο διεθνής οργανισμός που αντιπροσωπεύει τους προσωποκεντρικούς συμβούλους και θεραπευτές, αλλά και τους πιο βιωματικούς συμβούλους και ψυχοθεραπευτές.

Ανάλογη προσοχή χρειάζεται να δώσουμε και στον όρο *κοινωνική διαμεσολάβηση*. Οι συγγραφείς εισάγουν την έννοια της *κοινωνικής διαμεσολάβησης* ως ρύθμιση της τάσης πραγμάτωσης σε συνδιαλλαγή με τα διάφορα κοινωνικά πλαίσια του ατόμου, όπως και τον όρο *διαδικασία πραγμάτωσης* ως ομοίωση των επιταγών των δύο όρων. Αυτές οι έννοιες, αν και ευρύτατα αποδεκτές, δεν χρησιμοποιούνται από όλους τους προσωποκεντρικούς επαγγελματίες.

Μια άλλη έννοια που αξίζει να αναφερθεί και συμπληρώνει την ανανέωση της θεωρίας, όπως την προτείνουν οι συγγραφείς του βιβλίου, είναι η έννοια *εγω-συντονικός*, η οποία εισάγεται αρχικά από τον Mearns αλλά καλλιεργείται στο παρόν βιβλίο ως διαδικασία κατά την οποία το άτομο σχετίζεται με τον κοινωνικό κόσμο μόνο με βάση την προσωπική εμπειρία του, χωρίς να καταλάβει τη διαφορετικότητα των άλλων, με πολύ σοβαρές κοινωνικές αλλά και προσωπικές συνέπειες.

Επιπλέον, διακρίνουμε πως η θέση των συγγραφέων για τη *μη κατευθυντικότητα* είναι, επίσης, μία παρόμοια περίπτωση που δεν εκφράζει στο σύνολό της την προσωποκεντρική κοινότητα, αλλά φαίνεται να συμβαδίζει με ένα μεγάλο μέρος της, όταν επικεντρώνεται όχι στα δύο άκρα (απαγόρευση συμπεριφορών του συμβούλου-εμπιστοσύνη στη διαδικασία του πελάτη), αλλά στη μοναδικότητα που έχει η συμβουλευτική-θεραπευτική σχέση με την εστία αξιολόγησης του πελάτη.

Σχετικά με όλα μας τα σχόλια έως τώρα, φαίνεται πως είναι σημαντικό να λάβουμε σοβαρά υπόψη μας πως το βιβλίο, *Η Προσωποκεντρική Συμβουλευτική στην πράξη*, αν και έξοχα συνθετική σε επιμέρους τοποθετήσεις, απηχεί και την πολύτιμη προσωπική καταγραφή των συγγραφέων. Με αυτή την υπενθύμιση, θερμή υποδοχή χρειάζεται να έχει και η προσθήκη του κεφαλαίου για την έρευνα που γράφτηκε από τον

McLeod, ο οποίος με την ευρυμάθεια και την αναλυτικότητά του αυξάνει τη γνώση αλλά και τα ερωτηματικά των προσωποκεντρικών επαγγελματιών. Όπως γνωρίζουμε, ο Carl Rogers ήταν ερευνητής υποθέσεων (Κεφαλοπούλου, 2018), ξεκίνησε τη θεωρία του με την κεντρική υπόθεση που αφορά την τάση πραγμάτωσης, ενώ ήδη από τη δεκαετία του 1940 μαγνητοφώνουσε συνεδρίες για ερευνητικούς σκοπούς. Μετά την εκπόνηση του ψυχομετρικού εργαλείου *I the Relationship Inventory* από τον G. Barrett-Lennard, από το 2000 κι έπειτα μεγάλος αριθμός ερευνών επιβεβαίωσαν την αποτελεσματικότητα της προσέγγισης. Ειδικότερα στην Ελλάδα, η έρευνα στην προσωποκεντρική προσέγγιση έχει προσλάβει πολύ σημαντικές διαστάσεις μέσα από την πληθώρα ερευνών που έχουν διεξαχθεί τα τελευταία χρόνια από το Κολλέγιο Ανθρωπιστικών Επιστημών - ICPS.

Σε αυτό το σημείο, μπορούμε να ολοκληρώσουμε τη σύντομη κριτική αναφορά μας με την πρόθεσή μας να ασχοληθούμε με την ελληνικότητα της προσωποκεντρικής προσέγγισης, είτε αγγίζοντας τις πτυχές της ελληνικής φιλοσοφίας και παράδοσης που συνδέονται με αυτή, είτε μιλώντας για τις σύγχρονες αξίες μας που διαμορφώθηκαν κάτω από διαρκείς αγώνες για την ελευθερία. Και σε αυτούς τους αγώνες έρχεται συνοδοιπόρος η προσωποκεντρική προσέγγιση στη συμβουλευτική και την ψυχοθεραπεία, που αναδεικνύει την ανθρώπινη ελευθερία και το νόημα του προσώπου ως παράγοντα ελευθερίας. Διερευνώντας τις ελληνικές ρίζες της φιλοσοφίας της προσωποκεντρικής προσέγγισης, η Κεφαλοπούλου (2011) συναρτά την αισθητική διάσταση της Ροτζεριανής θεώρησης της ζωής ως «τέχνης του βίου», καθώς και την αναγνώριση του «προσώπου» ως αισθητικού υποκειμένου, με τους αρχαίους Έλληνες φιλοσόφους. Με αφετηρία τον Ηράκλειτο και την έννοια της ροής, συνεχίζει με τον Σωκράτη και την «τέχνη του βίου», αναφέρεται στην Πλατωνική αλήθεια και το «ωραίο» στον Αριστοτέλη και στον Πλωτίνο και εντοπίζει τη δύναμη του *προσώπου* στην ελληνική παράδοση του ορθόδοξου Βυζαντίου. Όλες αυτές οι πλευρές αναπαριστώνται στο βιβλίο, *Η Προσωποκεντρική Συμβουλευτική στην πράξη*, μέσα από τον διάλογο που πραγματοποιούν οι συγγραφείς με βασικές αξίες του ανθρωπισμού, που είναι πάντα επίκαιρες.

Με θεμέλιο αυτές τις ανθρωπιστικές αξίες έχει διαμορφωθεί και η ελληνική προσωποκεντρική κοινότητα, και σχετικές επισημάνσεις με κοινωνικές και πολιτισμικές αναφορές έχουν γίνει από τις Κεφαλοπούλου και Ιωσηφίδη (2020), και ειδικότερα στο άρθρο τους που αφορά τις *Ιστορίες του ανήκειν: από το εθνικό στο προσωπικό*. Αυτές οι ιστορίες εστιάζουν στην επιρροή των εθνικών ταυτοτήτων, βασιζόμενες σε αφηγήσεις Ελλήνων προσωποκεντρικών θεραπευτών και αναλύονται αναφορικά με θέματα εθνικής ταυτότητας των συμβούλων και των ψυχοθεραπευτών μέσα στο συμβολικό παγκοσμιοποιημένο σύμπαν που αποτελεί ο σύγχρονος κόσμος μας. Στο πλαίσιο της ανθρωπιστικής βάσης της προσωποκεντρικής προσέγγισης, που διευρύνεται με τη συμβολή της πολιτικοποίησης της προσέγγισης και της αναγνώρισης της διαφορετικότητας (Schmid, 2012), η διερεύνηση των θεμάτων φύλου

έχει απασχολήσει τις Κεφαλοπούλου και Ιωσηφίδη σε αντίστοιχη έρευνα με Έλληνες προσωποκεντρικούς συμβούλους, στην οποία απεικονίζεται το παράδειγμα του φύλου ως κυρίαρχος λόγος και αναφέρεται στο άρθρο της Κεφαλοπούλου (2021) για την ανάλυση λόγου κατά Φουκώ.

Κλείνοντας, θα τολμήσουμε να επισημάνουμε πως ένας πιθανός κίνδυνος που μπορεί να προκύψει από την αντιμετώπιση αυτού του βιβλίου ως εγχειρίδιου, και πιο ειδικά ως εισαγωγικού βιβλίου δεξιοτήτων, θα ήταν η δημιουργία της πεποίθησης πως θα μπορούσε να το χρησιμοποιήσει οποιοσδήποτε, αφήνοντας στο περιθώριο την ουσία και τη δύναμη της προσωποκεντρικής προσέγγισης... Αν τυχόν διαβάσουμε κριτικά και στοχαστούμε πάνω στο βιβλίο, *Η Προσωποκεντρική Συμβουλευτική στην πράξη*, θα διαπιστώσουμε πως μπορεί να καλύψει τις ανάγκες όχι μόνο όσων θέλουν να ενημερωθούν και να αποκτήσουν κάποια έγκυρη βάση σε σχέση με τις δεξιότητες της προσωποκεντρικής προσέγγισης, αλλά και τις επιδιώξεις όσων θέλουν να εμβαθύνουν στην προσωποκεντρική θεωρία και πρακτική, καθώς και στη συμβουλευτική και στην ψυχοθεραπεία γενικότερα. Γι' αυτό είναι ένα πολύτιμο και μοναδικό βιβλίο, ένα διαχρονικό δώρο των Mearns, Thorne και McLeod, το οποίο προσφέρεται, μέσα από τη σπουδαία μετάφραση της Αθηνάς Δελλαπόρτα, στους Έλληνες συμβούλους και ψυχοθεραπευτές, προσωποκεντρικούς και μη.

Μαρία Κεφαλοπούλου

Βιβλιογραφία

- Κεφαλοπούλου, Μ. (2011). Η «τέχνη του βίου» και η αισθητική του «προσώπου». Οι φιλοσοφικές ρίζες της προσωποκεντρικής προσέγγισης στην αρχαία Ελλάδα, στο ICPS (εκδ.) Κατσαούνη, Κηπιώτη, Δελλαπόρτα, *Η Προσωποκεντρική Συμβουλευτική και Ψυχοθεραπεία Σήμερα: Διαδρομή και Προκλήσεις* (277-286). Αθήνα: Κοντύλι.
- Κεφαλοπούλου, Μ. (2019). Η προσωποκεντρική εκπαίδευση, στο Π. Ασημάκης, *Σύγχρονες Ψυχοθεραπείες στην Ελλάδα*. Ασημάκης.
- Κεφαλοπούλου, Μ. (2021). Foucauldian discourse analysis (FDA) and the person-centered approach (PCA): a discourse, with a special focus on the gender paradigm, *Person-Centered & Experiential Psychotherapies*. DOI: 10.1080/14779757.2021.1898453
- Κεφαλοπούλου, Μ. & Iossifides, A.M. (2020). Stories of belonging: from the national to the personal. Based on the workshop drawing ourselves, drawing our country: From Greek specificities to a globalizing dialogue (PCE 2018 conference, Vienna, 8-12 July 2018), *Person-Centered & Experiential Psychotherapies*, 19(4): 275-291. DOI: 10.1080/14779757.2020.1748695
- Parker, I. (1994). Reflexive research and the grounding of analysis: Social psychology and the psychocomplex, *Journal of Community and Applied Social Psychology*, 4, 239-252.
- Sartre, J.P. (2014). *Τι είναι η υποκειμενικότητα*; Πλέθρον.
- Schmid, P.F. (2012). Psychotherapy is political or it is not psychotherapy: The person-centered approach as an essentially political venture, *Person-Centered and Experiential Psychotherapies*, 11(2): 95-108. <https://doi.org/10.1080/14779757.2012.682441>
- Sflakidou, S. & Κεφαλοπούλου, Μ. (2015). The person-centred approach as an ideological discourse: a discourse analysis of person-centred counsellors' accounts on their way of being, *European Journal of Psychotherapy & Counselling*, 17(2): 179-193. DOI: 10.1080/13642537.2015.1027783
- Taylor, C. (2007). *Πηγές του εαυτού, Η γένεση της νεωτερικής ταυτότητας*. Ίνδικτος.