



«Ομοιοπαθητική Θεραπεία και Συστημική Οικογενειακή Ψυχοθεραπεία»

**Φωτεινή Μιχαλάκη –
Δερνίκου, Ιατρός**
Ομοιοπαθητικός Μ.Σc.Ολιστικά
Εναλλακτικά Θεραπευτικά
Συστήματα: Κλασική
Ομοιοπαθητική

ΟΜΟΙΟΠΑΘΗΤΙΚΗ ΘΕΡΑΠΕΙΑ ΚΑΙ ΣΥΣΤΗΜΙΚΗ ΟΙΚΟΓΕΝΕΙΑΚΗ ΨΥΧΟΘΕΡΑΠΕΙΑ

Ο Ομοιοπαθητικός γιατρός συμβάλλει στη Συστημική οικογενειακή ολοκλήρωση των θεραπευτικών διεργασιών του ιδίου οικογενειακού συστήματος κατά τη διάρκεια της ομοιοπαθητικής θεραπείας.

Παρουσίαση:

Διπλωματικής Εργασίας της Μεταπτυχιακής Φοιτήτριας:

Φωτεινής Μιχαλάκη – Δερνίκου,

Ιατρού – Χειρουργού Οδοντιάτρου

12 Μαΐου 2012, Σύρος

Εισαγωγή

- Ζούμε σε μια περίοδο μεγάλων αλλαγών και αναταραχών. Ο κοινωνικός ιστός κλυδωνίζεται και το άτομο ψάχνει απεγνωσμένα για σταθερές που όμως και αυτές είναι σε μια εξέλιξη και μεταμόρφωση.
- Η ελληνική κοινωνία πέρασε διάφορες φάσεις από την αγροτική, στη βιομηχανική μέχρι τη μεταμοντέρνα..

Η σύγχρονη οικογένεια

- καλείται να επαναπροσδιορίσει το σκοπό της ύπαρξής της και να επανεξετάσει τις φάσεις του κύκλου ζωής της και τη λειτουργία της ώστε να μπορέσει να προσαρμοστεί στο ευρύτερο κοινωνικό πλαίσιο.
- Αλλάζουν οι αξίες και μαζί μ' αυτές οι ρόλοι και οι συμπεριφορές των ατόμων. Συχνά κουβαλάμε ακατέργαστα κομμάτια από το παρελθόν στο παρόν, με αποτέλεσμα να βιώνουμε μεγάλες αντιφάσεις στις προσδοκίες και στους στόχους μας.
- Ο φόβος του μέλλοντος, του τι θα σημαίνει οικογένεια, σε συνάρτηση με τις πολιτικοκοινωνικές εξελίξεις του τόπου προκαλεί μεγάλη σύγχυση η οποία εκδηλώνεται, με ποικίλες μορφές: όπως σωματικά συμπτώματα, προβλήματα συμπεριφοράς ή ακόμα και σοβαρές ψυχικές παθήσεις.

Γενική Θεωρία Συστημάτων

Με την επίδραση της Γενικής Θεωρίας Συστημάτων και της κυβερνητικής, δημιουργήθηκε η συστημική - οικογενειακή θεραπεία, για να αντιμετωπίσει τα προβλήματα του οικογενειακού συστήματος. Η οικογένεια είναι ένα ζωντανό σύστημα, υπάρχει θεραπευτική αλληλεπίδραση, ο θεραπευτής δεν είναι ουδέτερος και παρεμβαίνει. Ο θεραπευτής επηρεάζει το σύστημα του θεραπευόμενου και επηρεάζεται ο ίδιος από αυτό.

Το άτομο που νοσεί καθώς και τα συμπτώματα που εκδηλώνει, δεν αντιμετωπίζονται μεμονωμένα αλλά μέσα στη δυναμική της οικογένειας και βρίσκουν το νόημα τους μέσα από την αλληλεπίδραση των μελών μεταξύ τους μέσα στο οικογενειακό σύστημα. Συχνά είναι ενδείξεις της δυσλειτουργίας όλου του συστήματος και λειτουργούν σαν μοχλοί αλλαγής ολόκληρης της οικογένειας. Συχνά επίσης, λειτουργούν με τρόπο ενισχυτικό της ομοιόστασης και άρα συντήρησης της προϋπάρχουσας κατάστασης.

Σχετικά με τη Θεραπεία

- Η θεραπεία ενός μέλους της οικογένειας μπορεί να επιφέρει αλλαγές σε άλλο μέλος ή και σε ολόκληρη την οικογένεια. Το παιδί μπορεί να είναι σε ρόλο βοηθός γονιού και να βοηθάει τον γονιό του να ανταπεξέλθει στις δυσκολίες του ρόλου του, με το να είναι εκείνο υπάκουο και πλήρως συναισθηματικά ταυτισμένο μαζί του. Αυτό μπορεί να οδηγήσει σε συγκρουσιακή σχέση με τον άλλο γονιό.
- Επίσης, υπάρχει το τριγωνοποιημένο παιδί που λειτουργεί σαν τον σύμβουλο της οικογένειας και προστατεύει τη σχέση των γονιών του μπορεί να έχει φοβίες, να προκαλεί συχνά στο σχολείο, ώστε η προσοχή των γονιών του να είναι στραμμένο στο ίδιο και να «ξεχνούν» οι γονείς τα προβλήματα της σχέσης τους. Σαφώς με τεράστιο κόστος για το ίδιο το παιδί. Ο θεραπευτής λοιπόν, οφείλει να ψάξει για τις κρυμμένες αλήθειες της οικογένειας και τα δυναμικά της και να νοηματοδοτήσει το σύμπτωμα.

Η Συστημική Οικογενειακή Θεραπεία

Η συστημική οικογενειακή θεραπεία έχει τις ρίζες της στις αρχές της δεκαετίας του 1960 όταν ο Γιώργος και η Βάσω Βασιλείου ίδρυσαν στην Ελλάδα το Αθηναϊκό Κέντρο Μελέτης του Ανθρώπου (ΑΚΜΑ) .

Σήμερα στην Ελλάδα η οικογενειακή συστημική θεραπεία, όπως αυτή εκφράζεται από τους συνεχιστές του έργου τους, στην εκπαίδευση συστημικών ψυχοθεραπευτών και στην έρευνα, Πέτρο Πολυχρόνη στο ΑΚΜΑ και Χάρις Κατάκη στο Εργαστήριο Διερεύνησης Ανθρωπίνων Σχέσεων, μπορεί να ξεκινήσει και με ένα μέλος της οικογένειας, το πιο κινητοποιημένο. Στόχος είναι μελλοντικά να κινητοποιηθούν και άλλα μέλη της οικογένειας.

Όπως λέει και ο Bowen (1996, σελ.46) «ο σκοπός αυτής της μεθόδου είναι να βοηθηθεί το μέλος που έχει το κίνητρο να κατανοήσει το ρόλο που παίζει ο ίδιος ο εαυτός του στο οικογενειακό σύστημα, έως ότου το μη κινητοποιημένο μέλος της οικογένειας θελήσει να έρθει στη θεραπεία σε μια προσπάθεια συνεργασίας».

Ελληνική Συστημική Σκέψη (συνέχεια)

- Ο συστημικός θεραπευτής βλέπει ότι η προβληματική συμπεριφορά ενός ατόμου μπορεί: α) να υπηρετεί μια λειτουργία ή ένα σκοπό για την οικογένεια, β) να είναι μια λειτουργία της ανικανότητας της οικογένειας να λειτουργεί παραγωγικά, ιδιαίτερα κατά την διάρκεια των αναπτυξιακών μεταβάσεων ή γ) να είναι ένα σύμπτωμα δυσλειτουργικών μορφών που μεταβιβάζονται από γενιά σε γενιά.

Οικογενειακοί παράγοντες, Ερμηνεία των συμπτωμάτων & οι αλλαγές από τη θεραπεία ενός μέλους της οικογένειας

- Οικογενειακοί παράγοντες, όπως δυσαρμονία στη σχέση παιδιού γονέα, έλλειψη στοργής και διαζύγιο γονιών, παίζουν σημαντικό ρόλο στην αιτιοπαθογένεια των ψυχολογικών και σωματικών διαταραχών των παιδιών, όπως π.χ η κατάθλιψη, νυκτερινή ενούρηση, υπερκινητικότητα, κλπ καθώς επίσης πολλές φορές παίζουν καθοριστικό ρόλο και στις σχέσεις μεταξύ των αδελφών και στη μεταξύ τους πιθανή αντιπαλότητα.
- Ερμηνεύοντας τα συμπτώματα ενός μέλους, εξετάζοντας όλη την οικογένεια, έχουμε τη δυνατότητα να κατανοήσουμε σε μεγαλύτερο βάθος το πως οι σχέσεις μεταξύ των μελών ορίζουν και καθορίζουν τις συμπεριφορές τους καθώς επίσης να συνδέσουμε, το εδώ και τώρα, της οικογένειας με την ιστορία και το παρελθόν της, την ιστορική της κληρονομιά (προσδοκίες και ανεκπλήρωτα όνειρα που έρχονται από προηγούμενη γενιά σαν "οφειλές")
- Παρατηρήσαμε ότι η θεραπεία ενός μέλους της οικογένειας πυροδοτεί αλλαγές σε ολόκληρο το οικογενειακό σύστημα και στον τρόπο αλληλεπίδρασης των μελών και ο συστημικός ψυχοθεραπευτής μπορεί να δράσει υποστηρικτικά στα υπόλοιπα μέλη τα οποία ωφελούνται διπλά όταν ενημερώνονται για τις αιτίες της διαταραχής και την δυνατότητα συμμετοχής τους στη θεραπεία.

Το Γενεόγραμμα

- Όπως αναφέρει ο Silvestri (2010), το γενεόγραμμα είναι το οικογενειακό δέντρο που απεικονίζει τις σχέσεις τριών γενεών. Η ΜακΓκόλντρικ υποστηρίζει πως Το Γενεόγραμμα είναι μια διαγενεακή απεικόνιση του προτύπου της οικογένειας, ένα από και οπτικοποιημένο μέσο για να χαρτογραφηθούν με συνοπτικό τρόπο: 1) η οικογενειακή δομή, 2) να γίνει καταγραφή των πληροφοριών γύρω από την οικογένεια και 3) να απεικονισθούν γραμμικά οι οικογενειακές σχέσεις. Ο χάρτης αυτός αποτελείται από σχήματα που συμβολίζουν ανθρώπους και γραμμές που δηλώνουν τις σχέσεις μεταξύ τους. Υπάρχουν κάποια τυποποιημένα σύμβολα που βοηθούν την εύκολη ανάγνωση του γενεογράμματος.
- Ο συστημικός οικογενειακός θεραπευτής με τη βοήθεια της συμβουλευτικής και του γενεογράμματος μπορεί να συμβάλει στο να μην εκφραστούν ή να θεραπευτούν συμπτώματα δυσλειτουργικών μορφών των προγόνων στους απογόνους πχ (Patterns) πρότυπα συμπεριφορών.

Το Γενεόγραμμα (συνέχεια)

- Οι οικογένειες μπορεί να είναι πηγές ψυχολογικής πίεσης όσο και υποστήριξης σε περιόδους ασθένειας. Το γενεόγραμμα, ως βασικό εργαλείο βοηθάει στην περιγραφή των οικογενειών και των λειτουργιών τους. Στο γενεόγραμμα μπορεί να δει κανείς την πολυπλοκότητα των σχέσεων του οικογενειακού πλαισίου και τις συνδέσεις με τις ασθένειες των προγόνων.
- Σύμφωνα με τις αρχές της συστημικής προσέγγισης το άτομο που εκφράζει τη δυσλειτουργία, που νοσεί (ο ip = identified patient δηλ. ο αναγνωρισμένος ασθενής) εκφράζει συχνά τη δυσλειτουργία όλου του συστήματος «τα μέρη μιας ενότητας (όπως η οικογένεια) είναι αλληλένδετα, άρα αλληλοεπηρεάζονται και αλληλοπροσδιορίζονται, ώστε να καθίσταται ανέφικτη και άσκοπη η εξέταση της συμπεριφοράς του ενός ανεξάρτητα από τη συμπεριφορά του άλλου [...] Με άλλα λόγια η διαταραγμένη συμπεριφορά του προβληματικού, ή «άρρωστου» μέλους, που φέρνει η οικογένεια στον θεραπευτή, εκφράζει τις διαταραγμένες οικογενειακές σχέσεις [...] η διαπίστωση ότι το προβληματικό, όπως το χαρακτηρίζουν, μέλος εκφράζει δυσλειτουργικές οικογενειακές σχέσεις, οδήγησε στην ακόμη συγκλονιστικότερη και καθοριστική διαπίστωση ότι το πρόβλημα που προσβάλλει την οικογένεια βοηθάει να διατηρούνται ευαίσθητες ισορροπίες, τις οποίες η οικογένεια διστάζει, φοβάται και συχνά αρνείται να διαταράξει»

Ομοιόσταση

- Ένα βασικό χαρακτηριστικό των οικογενειακών συστημάτων είναι η τάση για τη διατήρηση τους και επομένως και την επιβίωση τους. Το χαρακτηριστικό αυτό λέγεται ομοιόσταση και απασχόλησε έντονα τη συστημική θεωρία, η διατήρηση δηλαδή της ισορροπίας μετά από την εναρμόνιση μιας υπάρχουσας κατάστασης σε μια ιδανική κατάσταση, κυρίως διαμέσου της διοχέτευσης πληροφοριών, οι οποίες αναδεικνύουν αποκλίσεις και εισαγουν διορθώσεις, προς την κατεύθυνση της ιδανικής κατάστασης.
- Η έννοια της ομοιόστασης προϋποθέτει την ύπαρξη μιας ιδανικής κατάστασης με την οποία στην καλύτερη περίπτωση ταυτίζεται η υφιστάμενη κατάσταση, κατά κανόνα όμως η υφιστάμενη κατάσταση δεν είναι παρά μια μειονεκτική παραλλαγή της ιδανικής κατάστασης. Η δυναμική του οικογενειακού συστήματος έγκειται στο ότι κάθε μέλος συνδέεται άρρηκτα με τα άλλα μέλη με μια ενεργή δύναμη, που τους διαπερνά όλους και τους υπερβαίνει, περιφρουρώντας έτσι την ισοτιμία μεταξύ τους και το δικαίωμα όλων να ανήκουν.

Ομοιόσταση (συνέχεια)

- Η οικογένεια, κατά το συστημικό μοντέλο, θεωρείται ένα ομοιοστατικό σύστημα.
- Σύμφωνα με την Παπαδιώτη-Αθανασίου, στην κατεύθυνση της διατήρησης του συστήματος αναπτύσσονται δυο κύριες τάσεις: Η πρώτη αποτελείται από διεργασίες που σκοπό έχουν να προστατεύσουν την οικογένεια από ξένες παρεμβάσεις, ενώ η δεύτερη έχει ως σκοπό την διατήρηση των σχέσεων μεταξύ των μελών» Με αυτόν τον τρόπο προστατεύονται οι αρχές της οικογενείας που είναι σημαντικές για την διατήρηση της ίδιας ως σύστημα, καθώς και του προσδιορισμού της

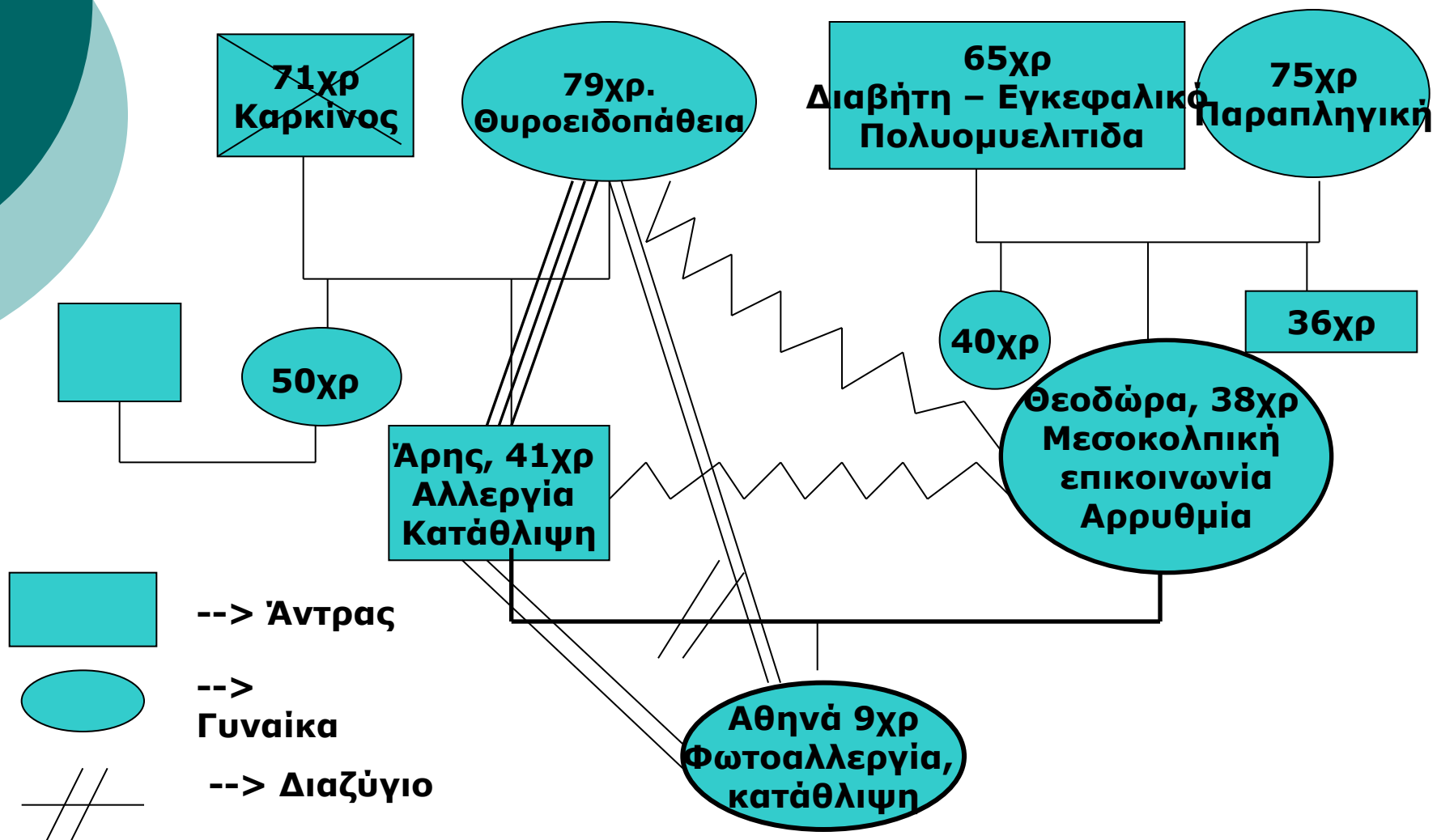
Αποσταθεροποίηση κατά τον μετασχηματισμό

- Όταν θεραπευτεί το «άρρωστο» μέλος της οικογένειας, ενδέχεται το σύστημα να μπει σε κατάσταση ανισορροπίας, οπότε χρειάζονται την στήριξη του θεραπευτή και τα υπόλοιπα μέλη για να ισορροπήσει πάλι η οικογένεια. Ο θεραπευτής χρειάζεται να είναι ευαίσθητος στη δυναμική που αναπτύσσουν τα μέλη της οικογένειας που βιώνουν έντονο στρες προσπαθώντας να διατηρήσουν το σύστημα σταθερό κατά τη μεταβατική περίοδο της αλλαγής και της διαφοροποίησης.
- Ο καθηγητής Ομοιοπαθητικής Γ. Βυθούλκας στο Διεθνές συνέδριο Οικογενειακής Ψυχοθεραπείας 1996 παρουσίασε την περίπτωση νεαρής γυναίκας με χαμηλή αυτοπεποίθηση, άγχος υγείας, φόβο θανάτου, και δυσκαταποσία. Ο πατέρας κυρίαρχος, αυταρχικός και η μητέρα χωρίς πρωτοβουλία. Συνοδεύεται στο ιατρείο από σύζυγο και μητέρα. (Πήρε το ομοιοπαθητικό φάρμακο *Baryta Carbonica*). Η μητέρα της ασθενούς όταν έγινε καλά η κόρη της και δεν την χρειαζόταν για συνοδό στις εξόδους της, έπαθε κατάθλιψη.

Αποσταθεροποίηση κατά τον μετασχηματισμό (συνέχεια)

- Αν θεραπευθεί το άρρωστο μέλος πιθανόν να αναδυθεί πρόβλημα αποστολής της ζωής των άλλων μελών της οικογένειας. Μέσα από τη συστημική ματιά βλέπουμε μια κόρη που παρουσιάζεται ως αδύναμη δίνοντας έναν ρόλο προστάτη στη μητέρα («Χρειάζομαι να με χρειάζεσαι») η οποία στη σχέση με τον σύζυγο είναι παθητική και καταπιέζεται. Όταν η κόρη εστιάσει στον εαυτό της και βγει από τον εγκλωβισμό, αναδύεται το πρόβλημα της μητέρας και της σχέσης της με τον αυταρχικό σύζυγο. Συχνά τα παιδιά αρνούνται να πάνε παρακάτω της ζωή τους νιώθοντας ότι «εγκαταλείπουν» τον έναν ή και τους δύο γονείς. Η εμφάνιση συμπτωμάτων σε περιόδους έντονων αλλαγών στον κύκλο ζωής της οικογένειας («σύνδρομο άδειας φωλιά») ή μεταβάσεων είναι συνήθης.

Παρουσίαση Κλινικού Περιστατικού Γεννεόγραμμα



Σημασία της Συνεργασίας της Συστημικής Ψυχοθεραπείας και της Ομοιοπαθητικής

- Συχνά οι θεραπευόμενοι κατά τη διάρκεια της ψυχοθεραπείας μπορεί να χρειάζονται τη χορήγηση ψυχοφαρμάκων, κάτι που συχνά λειτουργεί ανασταλτικά στη θεραπεία τους λόγω των παρενεργειών και του φόβου για πιθανή εξάρτηση από αυτά.
- Χρειάζεται η συνεργασία της Συστημικής οικογενειακής ψυχοθεραπείας και ομοιοπαθητικής θεραπείας και σε περιπτώσεις ασθενών που υποφέρουν από σωματικά συμπτώματα κατά τη διάρκεια της ψυχοθεραπείας και ζητούν μία πιο άμεση θεραπευτική αντιμετώπιση. Είδαμε ότι ο θεραπευόμενος με ομοιοπαθητική αγωγή βελτιώνεται γρήγορα και δυναμώνει ψυχικά ώστε να μπορεί να ενσωματώσει με ασφάλεια το απωθημένο υλικό που αναδύεται μέσα από τη θεραπεία του και μπορεί να κάνει συνδέσεις σχετικά με τα αίτια του συμπτώματος.

Σημασία της Συνεργασίας της Συστημικής Ψυχοθεραπείας και της Ομοιοπαθητικής (συνέχεια)

- Ακόμα, διαπιστώσαμε ότι μετά τη χορήγηση του ομοιοπαθητικού φαρμάκου οι ασθενείς μείωσαν ή σταμάτησαν τη φαρμακευτική αγωγή με ψυχοφάρμακα, και αυτοκτονικοί ασθενείς απέβαλαν τις αυτοκτονικές τους τάσεις ή μειώθηκε η ένταση των ψυχικών συμπτωμάτων.
- Η συστημική οικογενειακή ψυχοθεραπεία μπορεί να ωθήσει τους ασθενείς σε μεγαλύτερη συνειδητοποίηση του αληθινού εαυτού τους, την Αυτογνωσία τους και σε μια ολιστική λειτουργικότητα του οικογενειακού συστήματος.

Επίλογος

- Τα τελευταία χρόνια η σύνθεση όχι μόνο μεταξύ των διαφόρων ψυχοθεραπευτικών προσεγγίσεων αλλά και με άλλες επιστήμες κερδίζει έδαφος. Παρατηρήσαμε ότι η ομοιοπαθητική με την συστημική ψυχοθεραπεία στηρίζονται σε έναν ολιστικό τρόπο θεώρησης του ασθενούς όπου ο στόχος, σύμφωνα με τον Βυθούλκα είναι η ολιστική βελτίωση της εικόνας του ασθενούς, στα τρία επίπεδα (σωματικό, ψυχικό, νοητικό).
- Αντίστοιχα στην συστημική ψυχοθεραπεία «σκοπός της ψυχοθεραπείας είναι να βοηθήσει τα άτομα να αυξήσουν το βαθμό της εσωτερικής τους συγκρότησης ως το σημείο πέρα από το οποίο να είναι σε θέση να αυτοκατευθύνονται συνεχίζοντας την ανοδική τους πορεία και μειώνοντας την «δυσλειτουργία στον εαυτό τους και στους άλλους».

Βιβλιογραφία

- Βασιλείου, Γ.Α. (1990). Τριάντα πέντε χρόνια πάνω στη μελέτη-διερεύνηση της οικογενειακής και της ομαδικής διεργασίας. *Ψυχιατρική*, 1, 283-288.
- Bowen, Murray (1996). Τα τρίγωνα στην οικογένεια (σελ.46). Αθήνα: Ελληνικά Γράμματα.
- Βυθούλκας, Γ. (1996). Δυναμική που αναπτύσσεται σε μια οικογένεια γύρω από ένα άρρωστο μέλος. Ομιλία στο Διεθνές Συνέδριο Οικογενειακής Θεραπείας. Αθήνα.
- Βυθούλκας, Γ. (2005). Η επιστήμη της Ομοιοπαθητικής. Διεθνής Ακαδημία Ομοιοπαθητικής.
- Hellinger, B., Weber, G. & Beaumont, H. (2002). Η κρυφή συμμετρία της αγάπης: Αναπαράσταση των ανθρωπίνων συστημάτων: Εμπλοκές και λύσεις. Αθήνα: Medicum.
- Ferris, J. A. (2008). Homeopathy and Depth Psychotherapy: A Vital Partnership. Dissertation Ph.D in Clinical Psychology to Pacifica Graduate Institute.
- Ferreira, A.J. (1963). Family myth and homeostasis. *Archives of General Psychiatry*, 9, 457-463.
- Katakis D. & Katakis C. (1982). Teleonomic entropy in biopsychosocial systems. *Behavioral Science*, 27, 118-124.
- Κατάκη, Χ. (1987). Πρόλογος της Ελληνικής Έκδοσης στο August Napier & Carl Whitaker. Οικογένεια, μαζί και όμως αλλιώς (σελ.8). Αθήνα: Κέδρος.
- Κατάκη, Χ. (2008). Το ήμερο φίδι του Θεού. Αθήνα: Ελληνικά Γράμματα.
- Μπαφίτη, Τ. & Καλαρρύτης, Γ. (2009). Συστημική Προσέγγιση. Θεωρήσεις και εφαρμογές. Αθήνα: Ελληνικά Γράμματα.
- Παπαδιώτη-Αθανασίου, Β. (2000). Οικογένεια και όρια, συστημική προσέγγιση (σελ. 111). Αθήνα: Ελληνικά Γράμματα.
- Σακκάς, Δ. (1994). Η ανάπτυξη της οικογενειακής θεραπείας όπως τη ζήσαμε: Μια συζήτηση του Διονύση Σακκά με τους Γιώργο και Βάσω Βασιλείου. *Τετράδια Ψυχιατρικής*, 45, 11-21.
- Silvestri, Kenneth (2010). Integrating Psychotherapy and Homeopathy: A means to determining the needs of the vital force, Homeopathy and Mental Health Care: Integrative Practice, Principles and Research. Homeolinks Publishers: Netherlands.
- Μακ Γκολντρικ Μ & Γκέρσον, Ρ. (1999). Το Γενεόγραμμα. Αθήνα: Κέδρος.
- ΜακΓκόλντρικ, Μ. (2009). Ανοίγοντας τα παλιά σεντούκια. Αθήνα: Ελληνικά Γράμματα.



Σας ευχαριστώ.