

1st Πανελλήνιο Συνέδριο στη Θεραπεία Ζεύγους Panhellenic Conference on Couple Therapy



25-27 Σεπτεμβρίου

2026

Ηράκλειο Κρήτης

ΑΛΛΗΛΕΠΙΔΡΑΣΙΣ ΙΚΕ

Ιατρική Σχολή Πανεπιστημίου Κρήτης

Medical School of the University of Crete

ΠΕΡΙΕΧΟΜΕΝΑ

Χαιρετισμός Προέδρου	3
Πρόγραμμα	4
Παρασκευή	5
Σάββατο.....	6
Κυριακή	10
Προφορικές περιλήψεις.....	15
Περιλήψεις POSTER	99
INDEX	109
Χορηγοί	112

Η ‘‘Αλληλεπίδρασις’’ ΙΚΕ ‘‘ΚΕΝΤΡΟ ΣΥΣΤΗΜΙΚΗΣ ΕΚΠΑΙΔΕΥΣΗΣ ΚΑΙ ΣΥΜΒΟΥΛΕΥΤΙΚΗΣ ΣΕ ΠΑΙΔΙΑ, ΕΦΗΒΟΥΣ, ΕΝΗΛΙΚΕΣ ΚΑΙ ΖΕΥΓΑΡΙΑ’’ διοργανώνει το 1^ο Πανελλήνιο Συνέδριο στη Θεραπεία Ζεύγους το οποίο βρίσκεται υπό την αιγίδα της **European Family Therapy Association (EFTA)**, του Τομέα Ψυχιατρικής και Επιστημών Συμπεριφοράς του Πανεπιστημίου Κρήτης, του Ελληνικού Μεσογειακού Πανεπιστημίου (ΕΛΜΕΠΑ), της Συστημικής Εταιρείας Βορείου Ελλάδος (ΣΕΒΕ) και της υποστήριξης του Αυτοτελούς Γραφείου Ισότητας της Περιφέρειας Κρήτης και του Μητροπολιτικού Κολλεγίου.

Η θεραπεία ζεύγους αποτελεί ένα συνεχώς εξελισσόμενο πεδίο της ψυχοθεραπείας και αυτό οφείλεται σε διάφορους παράγοντες όπως

- Στην τεκμηριωμένη πια σύνδεση ανάμεσα στα συζυγικά προβλήματα και στο διαζύγιο και στην εμφάνιση ψυχολογικών/σωματικών προβλημάτων στους συντρόφους ή/και στα παιδιά τους (2)
- Στη μεγάλη ανάγκη για ψυχοθεραπεία και συμβουλευτική που εκφράζεται από τα σύγχρονα ζευγάρια (4) και
- Στο γεγονός ότι μεγάλο ποσοστό ανθρώπων που αναζητούν ατομική θεραπεία, τελικά θα μεταβούν σε θεραπεία ζεύγους (1,2,3).

Μέσα σε αυτό το πλαίσιο, η οργάνωση του 1^{ου} Πανελλήνιου Συνεδρίου στη Θεραπεία Ζεύγους στοχεύει στη δημιουργία για τη χώρα μας ενός ‘‘χώρου’’ επιστημονικού διαλόγου, θεωρητικού στοχασμού, κατάθεσης της κλινικής μας εμπειρίας αλλά και ανάδειξης των σοβαρών προκλήσεων που αντιμετωπίζουν τα σύγχρονα ζευγάρια.

Φιλοδοξία όλων εμάς που ονειρευτήκαμε και εργαστήκαμε για αυτό το επιστημονικό συμβάν, είναι να συνδέσουμε μεταξύ τους όλους τους επαγγελματίες που εργάζονται με θέματα των ζευγαριών, να ενισχύσουμε την επιστημονική και επαγγελματική ταυτότητα της ψυχοθεραπείας ζεύγους στην Ελλάδα αλλά και να εμπνεύσουμε τους νέους θεραπευτές να αναζητήσουν γέφυρες ανάμεσα στις διάφορες θεωρίες και στην κλινική πρακτική.

Με αυτές τις σκέψεις σας καλωσορίζουμε στο 1^ο Πανελλήνιο Συνέδριο στη Θεραπεία Ζεύγους ‘‘Βαδίζοντας από τη διαφορά στη σύνθεση’’ και ευελπιστούμε ότι θα είστε συμμετέχοντες σε κάθε επόμενο επιστημονικό εγχείρημά μας.

Η Πρόεδρος της Οργανωτικής Επιτροπής

Αϊβαλιώτη Ελένη

Ψυχολόγος MSc, PhD



1. Conradi, H. J., et al. (2025). Prevalence and predictors of help-seeking steps in a nationally representative Dutch sample of romantic couples. *Family Process*. Άρθρο στο Wiley
2. Lebow, J. L., Chambers, A. L., Christensen, A., & Johnson, S. M. (2012). Research on the treatment of couple distress. *Journal of Marital and Family Therapy*, 38(1), 145–168.
3. Morrill, M. I., et al. (2011). The Marriage Checkup: Increasing access to marital health care. *Family Process*, 50(4), 471–485.
4. Doss, B. D., Atkins, D. C., & Christensen, A. (2003). Who's dragging their feet? Husbands and wives seeking marital therapy. *Journal of Marital and Family Therapy*, 29(2), 165–177.
<https://doi.org/10.1111/j.1752-0606.2003.tb01198>.

ПРОГРАММА

Παρασκευή 25 Σεπτεμβρίου 2026

16:00-17:30 **ΕΓΓΡΑΦΕΣ - ΠΑΡΑΛΑΒΗ ΣΥΝΕΔΡΙΑΚΟΥ ΥΛΙΚΟΥ**

ΚΕΝΤΡΙΚΟ ΑΜΦΙΘΕΑΤΡΟ ΙΑΤΡΙΚΗΣ ΣΧΟΛΗΣ

17:30-18:30 **ΑΝΟΙΓΜΑ ΣΥΝΕΔΡΙΟΥ - ΧΑΙΡΕΤΙΣΜΟΙ**

Ελένη Αϊβαλιώτη, Πρόεδρος Οργανωτικής Επιτροπής

Umberta Telfener, Πρόεδρος ΕΕΤΑ

Μαρία Μπάστα, Διευθύντρια της Ψυχιατρικής και Παιδοψυχιατρικής Κλινικής ΠΑΓΝΗ

Δημήτρης Μαργριπλής, Πρόεδρος ΕΕΣΣΚΕΨΟ

Δημήτρης Θεοδωρίδης, Αντιπρόεδρος ΣΕΒΕ

Γιάννης Λυκομήτρος, Μητροπολιτικό Κολλέγιο, Διευθυντής Campus Ηρακλείου Κρήτης

.....

18:30-20:30 **ΚΕΝΤΡΙΚΕΣ ΟΜΙΛΙΕΣ**

18:30-19:00 **Κυριακή Πολυχρόνη**

What happened to Love? Embracing Attachment and Emotional Vulnerability in Couples' Therapy Today

19:00-19:30 **Umberta Telfener**

Integrating the body in couple's therapy, following the third systemic revolution

19:30-20:00 **Nevena Calovska**

When Passion Fades - working with Couples with Low Libido.

Sexual Choreography: The Dance between System and Body

20:00-20:30 **Martine Nisse**

Systemic-Analytic Couples Therapy for Former Incest Victims and Their Partners - Whether the Partner Is Unaware of the Past or Is Themselves a Former Sexual Abuser

Juan Luis Linares

A typology of couples according to organization and mythology

20:30-21:30

ΚΡΗΤΙΚΟ ΚΑΛΩΣΟΡΙΣΜΑ

Παραδοσιακά κεράσματα της Κρήτης

Σάββατο 26 Σεπτεμβρίου 2026

9:30-11.00

ΚΕΝΤΡΙΚΟ ΑΜΦΙΘΕΑΤΡΟ (1) ROUND TABLE

ΕΞΣΚΕΨΟ

Δεσμοί, Δεσμεύσεις, Αποδεσμεύσεις: Η πολυπλοκότητα στο σύγχρονο ζευγάρι

Συντονισμός: Δημήτρης Μαγριπλής, Κωνσταντίνος Μπατσαλιάς

1. **Ειρήνη Μηνοπούλου**
Attachment και Σεξουαλικότητα: Πως οι πρώιμες σχεσιακές αναπαραστάσεις διαμορφώνουν τη σεξουαλική λειτουργία του ζεύγους
2. **Δημήτρης Γεωργιάδης**
«Για το καλό του παιδιού». Θεραπεία με διαζευγμένα «ζευγάρια» γονέων, που απευθύνονται για σοβαρά προβλήματα των παιδιών τους
3. **Βαλέρια Πομίνι / Παρουσίαση: Δημήτρης Μαγριπλής**
Διαπολιτισμικά Ζευγάρια: Προκλήσεις και Προβληματισμοί
4. **Βασιλική Κωστοπούλου**
Η Βία στο Ζευγάρι ως ένα ψυχοκοινωνικό σύμπτωμα. Η Ευαισθητοποιημένη προς το Φύλο Θεραπεία

11:00-11:30 COFFEE BREAK

11:30-13:30

ΚΕΝΤΡΙΚΟ ΑΜΦΙΘΕΑΤΡΟ (1) ROUND TABLE

ΜΟΝΑΔΑ ΟΙΚΟΓΕΝΕΙΑΚΗΣ ΘΕΡΑΠΕΙΑΣ ΠΟΛΥΔΥΝΑΜΗ ΝΟΣΗΛΕΥΤΙΚΗ ΜΟΝΑΔΑ ΨΥΧΙΚΗΣ ΥΓΕΙΑΣ ΑΤΤΙΚΗΣ
Όψεις των συγκρούσεων στα Υψηλά συγκρουσιακά ζευγάρια και η θέση του θεραπευτή. Η εμπειρία μιας Μονάδας Οικογενειακής Θεραπείας του Δημοσίου Τομέα

Συντονισμός: Νίκος Μαρκέτος

1. **Γεωργία Μοσχάκου**
Η κατανόηση του σχεσιακού βιώματος στα συγκρουσιακά ζευγάρια
2. **Κάτια Χαραλαμπίκη**
Τριγωνοποίηση Ζεύγους ως κεντρικό στοιχείο της Θεραπείας
3. **Ιωάννα Παπαϊωάννου**
Βαδίζοντας από την σύνθεση στην διαφοροποίηση
4. **Ειρήνη Σεργέδου**
Ό,τι δεν λέγεται, μάχεται. Αρχέτυπα ζευγάρια εν πολέμω: από την Μυθολογία στην Κλινική Πράξη

ΑΜΦΙΘΕΑΤΡΟ 2 WORKSHOP

Nevena Calovska

Couple in Crisis - From Symptom to System

ΑΜΦΙΘΕΑΤΡΟ 3 ROUND TABLE

ΙΝΣΤΙΤΟΥΤΟ ΣΥΣΤΗΜΙΚΗΣ ΣΥΜΒΟΥΛΕΥΤΙΚΗΣ & ΕΚΠΑΙΔΕΥΣΗΣ

Νέες τάσεις στην θεραπεία ζεύγους

Συντονισμός: Παναγιώτης Χρυσός

1. **Μυρτώ-Βασιλική Κούτρα**
Ψυχογενεαλογία & συστημική αναπαράσταση: γνωστικές & βιωματικές παρεμβάσεις στην αντιμετώπιση προκλήσεων στις συντροφικές σχέσεις
2. **Εύη Βασιλείου**
Από την Ασυνείδητη Αφοσίωση στη Βιωματική Επίγνωση: Κλινικές Εφαρμογές Συστημικής Αναπαράστασης στη Θεραπεία Ζεύγους
3. **Δήμητρα Μπληζιώτη**
Διαχείριση Δυσλειτουργιών στο Ζευγάρι και την Οικογένεια / Γνωστική και Βιωματική Αναπλαισίωση στην Κλινική Πρακτική
4. **Αθανασία Κυριακίδου**
Το Σύμπτωμα ως Κώδικας Διαγενεακής Σύνδεσης
5. **Αντώνης Ανδρουλιδάκης**
Συλλογικό Ιστορικό Τραύμα και Συστημική Αναπαράσταση: Η αόρατη παρουσία της Ιστορίας στη θεραπεία ζεύγους και οικογένειας

ΑΙΘΟΥΣΑ 7Α1.1 ROUND TABLE

ΚΕΔΙΘΑΣ

ΘΑΣ και Βία στα Ζευγάρια: Από τη Θεωρία στην Κλινική Μεταμόρφωση

Συντονισμός: Βασιλική Παπαδιώτη

1. **Ειρήνη Παρίση**
Η Εξέλιξη της Βίας: από τη Γραμμική Αφήγηση στη Συστημική Πολυπλοκότητα
2. **Ελευθέριος Γκοτζίδης**
Η Συστημική Ματιά: Η Επιστημολογία και οι Αρχές ΘΑΣ στην Αντιμετώπιση της Βίας στα Ζευγάρια
3. **Ειρήνη Παρίση, Άντα Μπατάλα**
Η Αποτελεσματικότητα της ΘΑΣ: Ερευνητικά Δεδομένα για Αντιμετώπιση της Ενδοσυντροφικής βίας
4. **Καίτη Γαρεφαλάκη**
Πριν και Μετά: Κλινικές Ιστορίες Θεραπείας Ζευγαριών με ΘΑΣ

ΑΙΘΟΥΣΑ 7Α1.2 WORKSHOP

Tracey Johnston, Peter Robinson

Journeying through the 'Mirrors of Possibilities': Co-Creating Magic Moments in Couples Therapy

13:30-15:00 LUNCH BREAK

15:00-16:45

ΚΕΝΤΡΙΚΟ ΑΜΦΙΘΕΑΤΡΟ (1) ORAL PRESENTATIONS

Συντονισμός: Ειρήνη Παρίση

1. **Ευφροσύνη Μουρελή**
Ποιος φοβάται την αναταραχή στη συντροφική σχέση

2. **Φανή Τριανταφύλλου**

Ερωτήματα...

3. **Αργυρούλα Καλαϊτζάκη**

Κατανόηση και αξιολόγηση των διαπροσωπικών σχέσεων και αλληλεπιδράσεων στις διαστάσεις απόστασης-εγγύτητας και θέση ισχύος-θέση αδυναμίας

4. **Μαρία Παπαδακάκη**

Το ζευγάρι στη διαδικασία της ποινικής διαμεσολάβησης: Σκέψεις και προβληματισμοί

5. **Βασιλική Παπαδιώτη**

Θεωρητική βάση και κλινική εφαρμογή του Συνθετικού Μοντέλου Θεραπείας Ζεύγους

**ΑΜΦΙΘΕΑΤΡΟ 2
WORKSHOP**

Umberta Telfener

Basic Procedures to Start a Couple's Therapy

**ΑΜΦΙΘΕΑΤΡΟ 3
WORKSHOP**

Άννα Μαμάη, Ελένη Σιδεράκη

Όταν το παρελθόν ενεργοποιείται μέσα στη σχέση: Η σύνδεση της συστημικής θεραπείας ζευγαριού με τη θεωρία της τραυματοθεραπείας EMDR

**ΑΙΘΟΥΣΑ 7Α1.1
WORKSHOP**

Λαμπρινή Ιωάννου, Ιωάννης Βοσκόπουλος

Η Πρεσβεία μιας Νέας Χώρας: Μια σχεσιακή προσέγγιση στη θεραπεία ζεύγους στον Αυτισμό

**ΑΙΘΟΥΣΑ 7Α1.2
WORKSHOP**

Κατερίνα Γονέου

Οι πεποιθήσεις του θεραπευτή και η σημασία τους στην θεραπεία ζεύγους

16:45-17:15 COFFEE BREAK

17:15-19:00

**ΚΕΝΤΡΙΚΟ ΑΜΦΙΘΕΑΤΡΟ (1)
ROUND TABLE**

Ελληνική Εταιρεία Έρευνας Συμπεριφοράς - Παράρτημα Μακεδονίας, Θεσσαλονίκη

Όταν η Γνωστική Συμπεριφορική Θεραπεία Ζεύγους συναντά τη Συστημική Οπτική στη Θεραπεία Ζεύγους: Πρακτική εφαρμογή σε διαφορετικές κλινικές περιπτώσεις

Συντονισμός: Μαρία Μπάστα

1. **Elena Heinz**

Η Λειτουργική Ανάλυση και η Διατύπωση Περίπτωσης στο Συγκεραστικό Μοντέλο της Θεραπείας Ζεύγους

2. **Ευάγγελος Παπαδάκης**

Τα Μοτίβα στη Συζυγική Αλληλεπίδραση

3. **Μαρία Αργυροπούλου**

Γνωστική - Συμπεριφορική θεραπεία ζεύγους σε περιπτώσεις συνοσηρότητας. Μελέτη περίπτωσης

4. **Πανταζής Πανταζούδης**

Η Εφαρμογή της Γνωστικής Συμπεριφορικής Θεραπείας Ζεύγους στην αντιμετώπιση της Ζηλοτυπίας και της Διαπροσωπικής Δυσλειτουργίας

ΑΜΦΙΘΕΑΤΡΟ 2 WORKSHOP

Αλεξάνδρα-Αριάδνη Βασιλείου, Βέρα Λάρδη

Ο άγνωστος Χ στο θεραπευτικό δωμάτιο: Στίγμα και μειονοτικό στρες στις ΛΟΑΤΚΙ+ σχέσεις

ΑΜΦΙΘΕΑΤΡΟ 3 WORKSHOP

Βασίλης Χαραλαμπόπουλος, Νίκος Καϊτσας, Αντώνης Αντωνίου

Ενεργοποιώντας τις αισθήσεις μας ως Ψυχοθεραπευτές - μια αναλογία της μουσικής στην ψυχοθεραπεία ζευγαριού

ΑΙΘΟΥΣΑ 7Α1.1 WORKSHOP

Ειρήνη Παρίτση, Ελευθέριος Γκοτζίδης, Καίτη Γαρεφαλάκη

Αυξάνοντας τη σύνδεση στα ζευγάρια – Βιωματικό Εργαστήρι για Θεραπευτές

ΑΙΘΟΥΣΑ 7Α1.2 WORKSHOP

Παναγιώτα Θεοδώρου, Έρση Κουνέλη, Ιωάννης Κ. Τσέγκος

Ή Όμαδικοαναλυτική Έποπτεία στη Θεραπεία Ζεύγους

Κυριακή 27 Σεπτεμβρίου 2026

9.30-11.00

ΚΕΝΤΡΙΚΟ ΑΜΦΙΘΕΑΤΡΟ (1) ROUND TABLE

ΨΥΧΙΑΤΡΙΚΗ ΚΛΙΝΙΚΗ ΠΑΓΝΗ

Το Ζεύγος στο Επίκεντρο της Κρίσης: Ποια είναι η Κλινική Χρησιμότητα της Θεραπείας Ζεύγους και των Οικογενειακών Δυναμικών σε Δομές Ψυχικής Υγείας

Συντονισμός: Βασίλης Κούδας

1. **Μαρία Μπάστα**
Θεραπεία Ζεύγους στην Ψυχιατρική Κλινική Ενηλίκων: Συμμαχία εν μέσω Κρίσης
2. **Ελένη Αϊβαλιώτη**
Η θεραπεία ζεύγους σε πανεπιστημιακή ψυχιατρική κλινική: πολυτέλεια ή αναγκαιότητα;
4. **Βουλγαράκη Ευγενία, Τζιμπιμπάκης Αργύρης, Πασχαλίδου Άννα**
Το Πρώτο Ψυχωσικό Επεισόδιο και οι Δονήσεις στο Οικογενειακό Σύστημα: Από το Σοκ στην Ανασυγκρότηση
5. **Γιώργος Γεροστέργιος, Αναστασία Καπατζιά**
Εργαλεία οικογενειακής θεραπείας και συμβουλευτικής γονέων που χρησιμοποιούμε στο Τμήμα Νοσηλείας Εφήβων του ΠΑΓΝΗ. Παρουσίαση περιστατικού

ΑΜΦΙΘΕΑΤΡΟ 2 WORKSHOP

Κυριακή Πολυχρόνη

Fostering Security and Resilience in an Ever-changing World: a demonstration of Emotionally Focused Couple Therapy focusing on the “heart of the matter”

ΑΜΦΙΘΕΑΤΡΟ 3 ORAL PRESENTATIONS

Συντονισμός: Αργυρούλα Καλαϊτζάκη

1. **Νικολέτα-Νεκταρία Μπουλαδάκη**
Εγώ καλά, Εσύ καλά, Εμείς καλά
2. **Ανθή Αργυρούδη**
Η αναζήτηση συντρόφου στην ψηφιακή εποχή: Νέες μορφές οικειότητας και σχέσης, (εξ αποστάσεως)
3. **Παναγιώτης Χρυσός**
Διαγενεακή – Αφηγηματική Θεραπεία ζεύγους: Υφαίνοντας ευκαιρίες με νήματα ιστορίας από της οικογένειες καταγωγή
4. **Tubanur Bayram Kuzgun**
When Intimacy Activates Modes: Internalizing and Controlling Relational Schema Modes in Romantic Relationships

ΑΙΘΟΥΣΑ 7Α1.1 ORAL PRESENTATIONS

Συντονισμός: Μαρία Αναστασάκη

1. **Ιωάννα Τσιγκουρλά**
Υπογονιμότητα και Αναπαραγωγικό Αφήγημα του Ζευγαριού: Μια Συστημική Οπτική Infertility and the Couple's Reproductive Story: A Systemic Perspective

2. Αλίκη Ανυφαντάκη

Η συμβολή της ψυχοκοινωνικής παρέμβασης στη θεραπευτική πορεία ζευγαριών σε πρόγραμμα Ιατρικώς Υποβοηθούμενης Αναπαραγωγής (Ι.Υ.Α.)

3. Κατερίνα Βαρδάκη

Συστηματική βιβλιογραφική ανασκόπηση της επίδρασης της υπογο-νιμότητας στην ψυχική υγεία του ζευγαριού και η αποτελεσματικότητα των ψυχοκοινωνικών παρεμβάσεων

ΑΙΘΟΥΣΑ 7Α1.2

ROUND TABLE

Σύλλογος «Η ΕΠΙΣΤΡΟΦΗ»

Το αλκοόλ ως τρίτος στη σχέση του ζεύγους

Συντονισμός: Γιάννης Μουζάς

1. Αγγελική Ευσταθοπούλου

Η προσέγγιση Hudolin και τα ΚΟΠΑ σε περιπτώσεις προβληματικής χρήσης αλκοόλ ως θεραπευτική προσέγγιση ζεύγους: μελέτη περίπτωσης

2. Ιωάννης Ανυφαντάκης

Οι επιδράσεις του αλκοόλ στα ζευγάρια

3. Ελπίς Σκίπη

Από τον Φαύλο Κύκλο της Χρήσης στον Κύκλο της Σύνδεσης: Θεραπεία Ζεύγους στις Εξαρτήσεις μέσα από την Συστημική Οπτική

11:00-11:30 COFFEE BREAK

11:30-13:00

ΑΙΘΟΥΣΑ 7Α1.4

ROUND TABLE

1. Αλεξάνδρα-Αριάδνη Βασιλείου

Ο Ελέφαντας στο Δωμάτιο: Ετεροκανονικότητα και Θεραπεία με ΛΟΑΤΚΙ+ Άτομα σε Σχέση

2. Αντώνιος Πούλιος

Από το ζευγάρι στη σχεσιακότητα: Απο-αποικιοποίηση της θεραπευτικής σκέψης

ΑΜΦΙΘΕΑΤΡΟ 2

ROUND TABLE

ΜΗΤΡΟΠΟΛΙΤΙΚΟ ΚΟΛΛΕΓΙΟ

Από το Άτομο στο Ζευγάρι και πίσω: Ανάπτυξη, Σεξουαλικότητα και Θεραπεία σε Συστημικό και Συνθετικό Πλαίσιο

Συντονισμός: Δήμητρα Σηφάκη-Πιστόλλα

1. Γιώργος Μαρινάκης

Το αποτύπωμα της «κούνιας»: Η επίδραση του πρώιμου δεσμού στην επιλογή και διατήρηση συντρόφου

2. Μαρίνα Κρητικού

Το Ζευγάρι ως Σύστημα: Κυκλικότητα, Μοτίβα Επικοινωνίας και Θεραπευτικές Παρεμβάσεις

3. Αλεξάνδρα Κακουδάκη

Όταν το Ζευγάρι Μετασχηματίζεται σε Γονεϊκό Σύστημα: Κλινικές και Θεραπευτικές Προεκτάσεις

4. Κατερίνα Ζήση

Δυσλειτουργικότητα στο Ζευγάρι: Συστημική και Σεξολογική Ερμηνεία

5. **Δήμητρα Σηφάκη-Πιστόλλα**

Συναισθηματική Σύνδεση και Σεξουαλικότητα στο Ζευγάρι: Μια Συνθετική Θεραπευτική Ανάγνωση

ΑΜΦΙΘΕΑΤΡΟ 3
ORAL PRESENTATIONS

Συντονισμός: Αθανάσιος Αράπογλου

1. **Βασιλική Κουλουψούζη**

Η απιστία ως αποτέλεσμα ανεπεξέργαστου πένθους: Μελέτη περίπτωσης υπό το πρίσμα της γνωστικής-συμπεριφορικής προσέγγισης

2. **Βασιλική Χονδρού**

Η βιωμένη εμπειρία της συμβίωσης με τη σκλήρυνση κατά πλάκας: Η συντροφικότητα ως διάσταση της ποιότητας ζωής και οι προκλήσεις για τη θεραπεία ζεύγους και την ατομική συμβουλευτική

3. **Έλλη Νότιση, Ντανιέλλα Πυλαρινού**

Διαπολιτισμική δυναμική σε ομοφυλόφιλο ζευγάρι: κλινική παρουσίαση και θεραπευτικές προσεγγίσεις

3. **Χριστίνα Πανταζή**

Η συντροφική βία στα ΛΟΑΤΚΙ+ ζευγάρια: **παράγοντες κινδύνου**, προκλήσεις αναγνώρισης και θεραπευτικές προσεγγίσεις

ΑΙΘΟΥΣΑ 7Α1.1
ORAL PRESENTATIONS

Συντονισμός: Παναγιώτα Θεοδώρου

1. **Παναγιώτα Θεοδώρου, Έρση Κουνέλη, Θαλής Παπαδάκης, Ευθύμης Μαρκεζίνης**

Ή Άνοικτων Συστημάτων ή Όμαδικοαναλυτική Προσέγγιση στη Θεραπεία Ζεύγους

2. **Ξανθή Σταυριανού - Χαλίδα**

Ψυχαναλυτική ψυχοθεραπεία ζευγαριού. Κλινική παρουσίαση ναρκισσιστικού - ανακλιτικού ζεύγους

3. **Τσαμπίκα Μπαφίτη**

Όταν το ζευγάρι δεν χρειάζεται λύση αλλά ασφαλή παρουσία: Η SANE - System Attachment Narrative Encephalon® προσέγγιση στη διαφορά που βιώνεται ως απειλή

ΑΙΘΟΥΣΑ 7Α1.2
WORKSHOP

Ευάγγελος Παπαδάκης

Η Διαλεκτική συμπεριφορική παρέμβαση στις έντονες συντροφικές συγκρούσεις

13:00-14:00 LUNCH BREAK

14:00-15:30

ΚΕΝΤΡΙΚΟ ΑΜΦΙΘΕΑΤΡΟ (1)
ROUND TABLE

ΟΜΑΔΑ ΣΥΣΤΗΜΙΚΗΣ ΨΥΧΟΘΕΡΑΠΕΙΑΣ

Δυο άνθρωποι, μια σχέση, ένα σύστημα: προκλήσεις και νέα σύνθεση στη θεραπεία ζεύγους

Συντονισμός: Μαρία Αναστασάκη

1. **Μαλβίνα Τσουνάκη**

Η σχέση του ζευγαριού - Το ψυχόγραμμα - Η θεραπεία

2. **Αρετή Λύκου, Ελένη Λοΐζου**

Ο ακινητοποιημένος έφηβος: Η δυναμική της σχέσης του ζευγαριού και της οικογένειας

4. **Μαρία Μπαλωτή**

Πώς τα παιδιά εκφράζουν το άρρητο του ζευγαριού; Ο ρόλος του παιδικού συμπτώματος

4. **Σοφία Κωνσταντοπούλου**

Η ποιότητα της σχέσης του ζευγαριού σε διαφορετικά θεραπευτικά μονοπάτια: μια συγκριτική προσέγγιση

5. **Γεωργία Τεώρου, Μαριάννα Τσιάχτα**

Το ζευγάρι ζωγραφίζει: Πώς αναδύεται η σχέση του μέσα από τις ζωγραφιές

**ΑΜΦΙΘΕΑΤΡΟ 2
WORKSHOP**

Χριστίνα Δαλακούρα, Κλεάνθη Κασσωτάκη

Ο Νευρο - συστημικός κύκλος της σύγκρουσης στο ζεύγος. Κατανόηση και παρέμβαση σε υψηλά συγκρουσιακές δυναμικές

**ΑΜΦΙΘΕΑΤΡΟ 3
WORKSHOP**

Αικατερίνη Αθανασίου, Τράγου Έλενα

Από το σωματικό εύρημα στη σχεσιακή κρίση: Συστημική μελέτη περίπτωσης επανενεργοποίησης τραύματος μετά από θεραπεία καρκίνου μαστού

**ΑΙΘΟΥΣΑ 7Α1.1
WORKSHOP**

Σταυρωτή Μπαντουβά, Τζωρτζίνα Βερίγου, Γιαννικάκης Δημήτρης

Ανάμεσα σε δύο αλήθειες: Ο ορισμός της πραγματικότητας στο ζεύγος

**ΑΙΘΟΥΣΑ 7Α1.2
WORKSHOP**

Μυρτώ Κούτρα

Αρχέτυπα & συστημική αναπαράσταση: Μυθολογική Αναπαράσταση «έρως & ψυχή»

15:30-15:40 COFFEE BREAK

15:40-17:15

**ΚΕΝΤΡΙΚΟ ΑΜΦΙΘΕΑΤΡΟ
ORAL PRESENTATIONS**

Συντονισμός: Αλεξάνδρα Κακουδάκη

1. **Αθανάσιος Αράπογλου, Ελένη Κορναράκη**

Το «συμπτωματικό» παιδί ως καθρέφτης της συζυγικής δυναμικής: Συστημική προσέγγιση της παιδικής και εφηβικής αυτοκτονικότητας και αυτοτραυματισμού στο πλαίσιο της θεραπείας ζεύγους

2. **Σταυρούλα Μήλιου**

Συγκρουσιακό διαζύγιο - Το παιδί στο προσκήνιο ως «μήλον της έριδος» μέσα από την εμπειρία

3. **Αναστασία-Γαρυφαλιά Αντωνάκη**

Θεραπεία ζεύγους και χρόνιο νόσημα παιδιού και εφήβου

4. **Σοφία Ηλιοπούλου**

Από την κρίση στη σύνδεση: Η συμβολή της θεραπείας ζεύγους στην πρόληψη του διαζυγίου και τη μείωση του τραύματος του χωρισμού στα παιδιά μέσα από συστημικές και αφηγηματικές προσεγγίσεις

**ΑΜΦΙΘΕΑΤΡΟ 2
WORKSHOP**

Ελένη Καρτσωνάκη, Κωνσταντίνος Φλουρής

Από το δεσμό της παιδικής ηλικίας στη συντροφική σχέση

**ΑΙΘΟΥΣΑ 7Α1.4
WORKSHOP**

Χριστίνα Φραγκιαδάκη

Μεταξύ Ασφάλειας και Επιθυμίας: Η Ερωτική Δυναμική της Απόστασης στο Ζευγάρι

**ΑΙΘΟΥΣΑ 7Α1.1
WORKSHOP**

Γιώργος Σαμπροβαλάκης

Ζευγάρια με διαφορετικό αίτημα. Περνώντας από τη σύγκρουση στη διερεύνηση της δυνατότητας θεραπείας

**ΑΙΘΟΥΣΑ 7Α1.2
WORKSHOP**

Βασιλική Κατσαβριά, Μαριλένα Χατζάκη

Δεσμοί που Δεσμεύουν: Βιωματική προσέγγιση της συν-εξάρτησης στο σύστημα του ζεύγους

17:15-17:45

ΚΕΝΤΡΙΚΟ ΑΜΦΙΘΕΑΤΡΟ

ΑΠΟΛΟΓΙΣΜΟΣ ΣΥΝΕΔΡΙΟΥ - ΚΛΕΙΣΙΜΟ

ΤΙΤΛΟΙ POSTERS

1. **Άννα Καρακερέζη**
Αναδομώντας το νόημα μετά το διαζύγιο: Μια κοινωνικο-κονστροκτιβιστική και συστημική προσέγγιση της μετα-διαζυγιακής προσαρμογής
2. **Κωνσταντίνα Μπατάλα**
Αλλαγές σε ζευγάρια με βίαιες συγκρούσεις μετά από βραχεία συστημική παρέμβαση με τη ΘΑΣ
3. **Γεωργία Γκοβίνα**
Συναισθηματική ρύθμιση και φυσική δραστηριότητα στο ζεύγος: ένα ενσωματωμένο EFT–SDT μοντέλο σε χρόνιο πόνο
4. **Χρήστος Θεοδωρόπουλος**
Κυκλική αιτιότητα και μοτίβα αλληλεπίδρασης σε ζευγάρια στο πλαίσιο της διπλής διάγνωσης: μια συστημική χαρτογράφηση
5. **Μαριάννα Βαμβουκάκη**
Θεωρία Δεσμού και ενήλικες διαπροσωπικές σχέσεις▪ μια βιβλιογραφική ανασκόπηση
6. **Σοφία Καλαϊτζάκη, Αργυρώ Παπαδογιωργάκη, Δωροθέα Λιβανίου**
Η εμπειρία της υπογονιμότητας στο ζευγάρι: από τη διαφορά στη σύνθεση μέσα από τη συστημική συμβουλευτική
7. **Βασίλης Κούδας, Μαρία Αναστασάκη**
Η εμφάνιση μείζονος ψυχοπαθολογίας και η ανάδειξη των σχεσιακών δυναμικών
8. **Μαρία Κονταξάκη**
Το πένθος στο ζευγάρι όταν η σχέση πενθείται: Μια συστημική προσέγγιση της αόρατης απώλειας
9. **Κατερίνα Παπανικολάου**
Το κινητό ως «τρίτος» στη σχέση: Partner phubbing, κυκλικά μοτίβα αλληλεπίδρασης και συναισθηματική σύνδεση στο ζευγάρι – μια συστημική προσέγγιση

ΠΡΟΦΟΡΙΚΕΣ ΠΕΡΙΛΗΨΕΙΣ

Integrating the body in couple's therapy, following the third systemic revolution

Umberta Telfener¹

Three revolutions of the systemic paradigm: 1. the cybernetic lenses with their circularity processes. 2. Second order cybernetics and the therapist within the system. 3. The idea that the mind is embodied: the importance of the body (embodiment) and of the context (embedded experiences).

Mind – body – movement and relationship become our main focuses in therapy.

This third revolution, proposed by F.Varela (1993), obliges us to new positionings: we are compelled to create a shared field of embodied experience where we accept/ welcome all the bodies present and make our clients act while we act as well. We need to give words to the body and allow our body to become an instrument and a language.

What does it mean to highlight the bodily experiences? Many things. To ask our clients to act with us and among themselves. It means to give chores in the session and at home, to play together; to utilize embodied memory in order to recall uncomfortable emotions/situations and redefine the positionings from the here and now.

What does it require from the professional? To get in tune, to resonate with the songs that emerge from its body. To access to the shared presence and amplify it.

It means to learn to think through the body and respect it as our best ally.

¹ Psychologist and epistemologist, Umberta is a teacher of the Milan school of Boscolo and Cecchin. She is the President of the European Family Therapy Association and is in clinical practice since 1980.

When Passion Fades –Working with Couples with Low Libido

Sexual Choreography: The Dance between System and Body

Nevena Calovska Herzog, MD, PhD, ECP

Systemic perspective conceptualizes sexual desire as an emergent property of relational processes embedded within broader family, social and cultural contexts. Reciprocal influences of attachment patterns, communication processes, life cycle transitions, power dynamics, family of origin legacies and sociocultural narratives surround intimacy and sexuality. Couple's erotic system is shaped by emotional closeness/distance, resolved/unresolved relational injuries, flexible/rigid interactional patterns and coping stress style.

Contemporary systemic thinking, current research and evidence based strategies for fostering sustainable passion are therapeutic framework for, shifting the focus from performance to connection, learning how to cultivate erotic life, addressing sexual fading while strengthening intimacy, flexibility, resilience across couple's life cycle and reframing sexual fading as "not an end of desire but an opportunity for transformation within the relational system".

Process of therapy is elaborated through phases of mapping, exploring loyalties, deconstructing dysfunctional sequences, integration and consolidation. Each phase with specific goal and appropriate interventions will illustrate systemic practical tools.

A typology of couples according to organization and mythology

Juan Linares, Psychiatrist, psychotherapist and psychologist

Couples build their relationships based on an equation defined by similarity and difference. People look for a partner who is both equal and different, in varying proportions depending on the case.

In practice, this results in different types of organization :

1. Symmetrical,
2. Balanced,
3. Complementary

And different ways of constructing couple mythologies from the individual narratives of both members:

1. Already existing mythologies built from identical or very similar narratives.
2. Mythologies that can be constructed from compatible narratives.
3. Mythologies that are impossible to construct due to incompatible or highly divergent narratives.

Nine distinct types of couples, that will be examined in the lecture, emerge from the combination of these two variables.

**Attachment και Σεξουαλικότητα:
Πως οι πρώιμες σχεσιακές αναπαραστάσεις διαμορφώνουν
τη σεξουαλική λειτουργία του ζεύγους**

*Ειρήνη Μηνοπούλου
Κλινική Ψυχολόγος – Ψυχοθεραπεύτρια, MSc
Ειδίκευση στη Θεραπεία Ζεύγους – Οικογένειας & στην Κλινική Σεξολογία
Επιστημονική Συνεργάτης του Ειδικού Ιατρείου Σεξουαλικής Υγείας & Ασυμφωνίας Φύλου
Α' Ψυχιατρική Κλινική, Παν/μιο Αθηνών – Αιγινήτειο Νοσοκομείο
Εισηγήτρια & Επόπτρια: Ερευνητικό Πανεπιστημιακό Ινστιτούτο Ψυχικής Υγιεινής (Ε.Π.Ι.Ψ.Υ.) –
Εταιρεία Περιφερειακής Ανάπτυξης και Ψυχικής Υγείας (Ε.Π.Α.Ψ.Υ.)*

Η παρούσα εισήγηση εξετάζει τη σχέση μεταξύ των πρώιμων εμπειριών δεσμού και της σεξουαλικής λειτουργίας στο πλαίσιο της συντροφικής σχέσης. Αναλύονται οι βασικοί τύποι δεσμού και οι διαφοροποιήσεις τους ως προς τη βίωση της οικειότητας, της επιθυμίας και της σεξουαλικής ικανοποίησης. Η σεξουαλικότητα προσεγγίζεται όχι μόνο ως βιολογική λειτουργία αλλά και ως πεδίο έκφρασης συναισθηματικών αναγκών, όπως η ασφάλεια, η αποδοχή και η εγγύτητα. Ιδιαίτερη έμφαση δίνεται στη δυναμική του ζευγαριού, όπου οι αλληλεπιδράσεις μεταξύ διαφορετικών τύπων δεσμού συμβάλλουν στη διαμόρφωση επαναλαμβανόμενων σχεσιακών και σεξουαλικών μοτίβων. Θα παρουσιαστεί κλινικό υλικό αναδεικνύοντας τα σημεία που διευκολύνουν ή δυσκολεύουν την πορεία μιας τέτοιας διαδικασίας.

**«Για το καλό του παιδιού».
Θεραπεία με διαζευγμένα «ζευγάρια» γονέων,
που απευθύνονται για σοβαρά προβλήματα των παιδιών τους**

Δημήτριος Γεωργιάδης

Ψυχίατρος παιδιού και εφήβου, ψυχοθεραπευτής, μέλος Δ.Σ. Ε.Ε.Σ.ΣΚΕ.Ψ.Ο.

Αποτελεί συνηθισμένη τακτική στη θεραπεία παιδιών με ψυχικές δυσκολίες, ο θεραπευτής να εργάζεται με το γονικό ζευγάρι. Η ένδειξη πολλές φορές είναι ισχυρή όταν το παιδί/έφηβος παρουσιάζει σοβαρή συμπτωματολογία παράλληλα με σοβαρή δυσκολία των γονέων στον ρόλο τους και στη συνεννόηση τους. Η θεραπεία με τους γονείς είναι πολλές φορές αναγκαία και με «διαζευγμένα ζευγάρια» τα οποία βρίσκονται σε δυσκολία συνεννόησης. Συζητούνται οι συνθήκες υπό τις οποίες είναι δυνατή η από κοινού Συμβουλευτική/Θεραπεία αυτών των γονιών, ενώ εξετάζεται και η συμμετοχή των παιδιών στην αξιολόγηση και σε κάποιες συνεδρίες. Αναζητούνται οι στόχοι της από κοινού εργασίας. Παρουσιάζεται η από κοινού συμβουλευτική/θεραπεία των διαζευγμένων γονέων έφηβης 14 ετών με σοβαρές δυσκολίες, οι οποίοι μετά από χρόνια χωρισμού παραμένουν σε σύγκρουση και ασυνεννοησία. Στις συνεδρίες η εστίαση μεταφέρεται συχνά από τα θέματα που αφορούν στην έφηβη όπως οριοθέτηση, αυτονόμηση, σχέσεις με συνομήλικους, παραπτωματικότητα, εκπαίδευση, σε άλλα συγκρουσιακά θέματα που αφορούν τους ίδιους όπως διαφορετικά αξιακά συστήματα και απωθημένα της πρότερης κοινής ζωής. Ο θεραπευτής, αναλαμβάνει έναν δύσκολο διαμεσολαβητικό ρόλο και είναι συχνά μάρτυρας ισχυρών ατέρμονων συγκρούσεων. Οφείλει αφού κατανοήσει τις ιδιαιτερότητες της θέσης κάθε γονέα, να οριοθετήσει τη θεραπεία στη βάση ενός καλά καθορισμένου συμβολαίου και να μετακινήσει τους γονείς από θέσεις απόρριψης σε θέσεις αποδοχής και συνεννόησης. Κυρίαρχος στόχος η αναγνώριση και σεβασμός της ύπαρξης και της διαφορετικότητας του άλλου, η απορρόφηση των συγκρούσεων και η συγκατασκευή μιας νέας αφήγησης και πλαισίου ζωής «για το καλό του παιδιού».

Διαπολιτισμικά Ζευγάρια: Προκλήσεις και Προβληματισμοί

Δρ Βαλέρια Πομίνι

Κλινική Ψυχολόγος – Ψυχοθεραπεύτρια, αφ. ΕΔΙΠ Ιατρική Σχολή ΕΚΠΑ, Σύμβουλος Ιατρείο Οικογένειας Α΄ Ψυχιατρική Κλινική ΕΚΠΑ, Συν-υπεύθυνη Προγραμμάτων Εκπαίδευσης στην Συστημική Ψυχοθεραπεία, ΕΠΨΥ

Παρουσιαστής : Δημήτρης Μαγριπλής, Πρόεδρος ΕΕΣΣΚΕΨΟ

Τα διαπολιτισμικά, «μικτά» ζευγάρια αποτελούν ένα ιδιαίτερο σχήμα ζεύγους που απαιτεί την εναρμόνιση μεταξύ πολιτισμών σε διαπροσωπικό, οικογενειακό και κοινωνικό επίπεδο. Έχουν περιγραφεί ως *πολυπολιτισμική κυψέλη* ή *πολυπολιτισμικά εργαστήρια* όπου οι διαφορές και οι ομοιότητες συνυπάρχουν, οδηγώντας συχνά σε συγκρούσεις, αλλά και προάγοντας τη συνύπαρξη και τη δημιουργική αλληλεπίδραση ανάμεσα σε ομάδες διαφορετικών πολιτισμών. Η παρουσίαση θα εστιάσει στις κύριες προκλήσεις που αντιμετωπίζουν τα μικτά ζευγάρια στην σύγχρονη κοινωνία, σχετικά με τις γλωσσικές και πολιτισμικές διαφορές τους, τις σχέσεις με τις οικογένειες καταγωγής, την ανατροφή των παιδιών, την σχέση με την κοινότητα, καθώς και τις ιδιαιτερότητες που προκύπτουν στην θεραπευτική διεργασία και την θεραπευτική σχέση όταν αναζητούν επαγγελματική βοήθεια.

Η Βία στο Ζευγάρι ως ένα ψυχοκοινωνικό σύμπτωμα. Η Ευαισθητοποιημένη προς το Φύλο Θεραπεία

*Βασιλική Κωστοπούλου
Κλινική Κοινωνική Λειτουργός, M.Sc, M.Sc.
Συστημική Οικογενειακή Ψυχοθεραπεύτρια
Επιστήμων Κοινωνικής Πολιτικής
Ψυχιατρική Κλινική Γ.Ν.Α. «Γ.ΓΕΝΝΗΜΑΤΑΣ»*

Ιστορικά η βία ήταν υπόθεση ρουτίνας στην οικογενειακή & σεξουαλική ζωή των γυναικών, αλλά και «αόρατο» γεγονός, προστατευμένο κάτω από «ηθική» αξία της ιδιωτικότητας. Σήμερα, συνεχείς μελέτες για τις εμπειρίες βίας των γυναικών μέσα στην οικογένεια, δίνουν συγκλονιστικά μεγέθη. Πως τα κοινωνικά δεδομένα της έμφυλης βίας αντικατοπτρίζονται στην ενδο-οικογενειακή βία, ποια είναι τα ατομικά χαρακτηριστικά ανδρών και γυναικών που δεσμεύονται σε κακοποιητικές σχέσεις, σε ρόλους θύτη και θύματος και πως αυτό συνδέεται με τα χαρακτηριστικά του κοινωνικού φύλου και τους μύθους για τις κακοποιητικές σχέσεις, θα έπρεπε να αποτελεί θεμελιώδη γνώση των ψυχοθεραπευτών. Η κατανόηση και εξοικείωση, με έννοιες του θεωρητικού υπόβαθρου του φαινομένου, όπως η Κυκλική Θεωρία της Βίας, το Σύνδρομο της Κακοποιημένης Γυναίκας, οι Θεωρίες της Επίκτητης Αδυναμίας και των Εξωτερικών Παραγόντων, η εναλλαγή ρόλων «επιζήσας» και «θύματος» αποτελούν σημαντικά εργαλεία στην θεραπευτική διαδικασία. Εάν το ζευγάρι ζητήσει θεραπεία, οι θεραπευτές θα πρέπει να έχουν επίγνωση της ευαισθητοποιημένης σε θέματα φύλου, θεραπείας, δηλαδή επίγνωση των διαφορών στη συμπεριφορά, στις στάσεις και στις εμπειρίες κοινωνικοποίησης ανδρών–γυναικών, των διαφορών στην ισχύ, στην κοινωνική θέση και στα προνόμια μέσα στην οικογένεια και στην κοινωνία, των περιορισμών ρόλων και μειονεκτημάτων ανδρών και γυναικών, ως αποτέλεσμα της κοινωνικοποίησης τους, με βάση το «κοινωνικό» φύλο. Η οικογενειακή βία είναι ο διαπροσωπικός χώρος, όπου το φύλο, η ασυμμετρία της δύναμης και ο έλεγχος τέμνονται. Η δυναμική του ζευγαριού στην κακοποίηση, με την συστημική θεώρηση, είναι ένα παιχνίδι εξουσίας, χαρακτηριστικό της σχέσης, όχι του ατόμου και εξαρτάται από αυτόν που την ασκεί και αυτόν που τη δέχεται και από τον ευρύτερο κοινωνικό περίγυρο. Η ευαισθητοποιημένη, στο φύλο, οικογενειακή θεραπεία ενθαρρύνει τα άτομα, καθιστώντας τα ικανά να προχωρήσουν πέρα από προκαθορισμένους ρόλους, σύμφωνα με το φύλο, σε ρόλους που μπορούν να επιλέξουν ελεύθερα.

Η κατανόηση του σχεσιακού βιώματος στα συγκρουσιακά ζευγάρια

Γεωργία Μοσχάκου, Κοινωνική λειτουργός ψυχοθεραπεύτρια,

Μονάδα οικογενειακής θεραπείας της Πολυδύναμης Νοσηλευτικής Μονάδας Ψυχικής Υγείας Αττικής

Η πρακτική σημασία του ενός ανθρώπου για τον άλλον καθορίζεται τόσο από τις ομοιότητες όσο και από τις διαφορές. Στις ποικίλες μορφές τους και οι δύο αποτελούν τις αρχές κάθε εσωτερικής και εξωτερικής ανάπτυξης, λέει ο Simmel, στην πραγματικότητα συνεχίζει, η πολιτισμική ιστορία της ανθρωπότητας μπορεί να γίνει αντιληπτή ως ιστορία των διενέξεων και των προσπαθειών συμβιβασμού μεταξύ των δύο. Μεταξύ ομοιότητας και διαφοράς τόσο στην τυπική λογική όσο και στην καθημερινή πρακτική υπάρχει πλήρης εξάρτηση. Καμία δεν έχει νόημα χωρίς την άλλη.

Καταρχάς η διαφορά διαταράσσει γιατί υπάρχει χωρισμός, λέει πως υπάρχουν δύο, πως υπάρχει ο Άλλος. Η διαφορά είναι η απόκλιση-το ανοίκειο, γι αυτό τρομάζει, είναι «το μη ίδιο», το ξένο. Είναι αυτό που δεν ξέρω. Η διαφορά είναι έμφυλη, είναι τοποθετημένη πάνω στο σώμα. Είναι όμως εποικοδομητική ακριβώς επειδή χωρίζει. Δομεί, δημιουργεί μας κάνει να προχωράμε, ανοίγει τον αναγκαίο χώρο για τη σκέψη. Είναι αναγκαία για να μπορέσουμε να σκεφτούμε, να δημιουργήσουμε παραστάσεις, για να γνωρίσουμε τον εαυτό, εξάλλου το βρέφος αναγνωρίζει τον εαυτό του από τον σημαίνοντα Άλλο.

Το πόσο ξέρουμε τον εαυτό μας είναι βασικά το ίδιο με πόσο ξέρουμε τους άλλους, ανάλογα με την παρατήρηση, την ανασκόπηση και την προβολή στο μέλλον (R. Jenkins), έτσι είχαν τα πράγματα τότε, έτσι έχουν τώρα και έτσι θα έχουν στο μέλλον. Στα πρόσωπα του ξένου, αναφέρει ο Μανωλόπουλος, ενώνουμε αυτά τα νήματα για να πούμε μια ιστορία, πώς ξεκινάμε τη ζωή μας με έναν ξένο, εξαρτόμαστε για να επιζήσουμε, μέσα σε μια ακραία ασύμμετρη σχέση, ώστε να γίνουμε ένα υποκείμενο μέσα σε μια αμοιβαία σχέση με έναν άλλον όμοιο, με τον οποίο οι διαφορές και οι ασυμμετρίες δεν μας αποξενώνουν, αλλά μας ενώνουν επειδή μας χωρίζουν.

Στο σύμπλεγμα αυτών των συγκρουόμενων δυνάμεων κάτι γεννιέται με αρκετά οδυνηρό τρόπο. Έχει άραγε η ψυχοθεραπεία τη δυνατότητα να απελευθερώσει κάποιον από τον έναν και μοναδικό λόγο; Τη μία και μοναδική εμπειρία του εαυτού και του κόσμου; Και να επιτρέψει τη δυνατότητα σύνδεσης με άλλους λόγους, άλλους τρόπους ύπαρξης και εμπειρίας, στους οποίους δεν είχε πρόσβασης Πιθανώς λέει ο Foulkes, αυτό είναι το μόνο που μπορεί να ειπωθεί.

Λέξεις Κλειδιά: Σχεσιακό βίωμα, διαφοροποίηση

Τριγωνοποίηση Ζεύγους ως κεντρικό στοιχείο της Θεραπείας

*Κάτια Χαραλαμπίκη, Ψυχίατρος συστημική ψυχοθεραπεύτρια,
πρώην Διευθύντρια της στη Μονάδας Οικογενειακής Θεραπείας ΠΟ.ΝΟ.ΜΟ.ΨΥ.Α.*

Η τριγωνοποίηση του ζευγαριού είναι ένα από τα βασικά ζητήματα που δημιουργούν βαριά προβλήματα στη συζυγική και οικογενειακή ζωή και, συχνά, γίνεται το κεντρικό θέμα αντιμετώπισης στη θεραπεία ζεύγους. «Τρίγωνο» στο ζευγάρι δημιουργείται από διάφορους παράγοντες, όπως παιδιά, γονείς, εργασία, φίλους, εξωσυζυγικές σχέσεις κ.λπ. Στόχος της θεραπείας ζεύγους είναι η «αποτριγωνοποίηση» (από το παθολογικό τρίγωνο) και επιστροφή σε μια δυάδα με δυνατότητα επικοινωνίας, κυρίως μέσω και της «μεταεπικοινωνίας». Το ενδιαφέρον στην περίπτωση αυτή είναι ότι σε αυτή τη θεραπεία ζεύγους βασικός παράγοντας είναι το «θεραπευτικό τρίγωνο», δηλαδή η δημιουργία μιας τριάδας του ζεύγους με τον θεραπευτή. Υπάρχουν πολλά παραδείγματα από τη θεραπευτική εμπειρία μας που μπορούν να συζητηθούν.

Βαδίζοντας από την σύνθεση στην διαφοροποίηση

Παπαϊωάννου Ιωάννα

Κοινωνική Λειτουργός – Ψυχοθεραπεύτρια

Μονάδα Οικογενειακής Θεραπείας της Πολυδύναμης Νοσηλευτικής Μονάδας Ψυχικής Υγείας Αττικής

Ο τίτλος του Συμποσίου «Βαδίζοντας από την διαφορά στη σύνθεση» με οδήγησε συνειρμικά σε μία συνέχεια αυτού. Η αδιαφοροποίητη σχέση αποτελεί κεντρική έννοια στη συστημική προσέγγιση, και όχι μόνο, και αναφέρεται στη δυσκολία διάκρισης μεταξύ του «εγώ» και του «εμείς» μέσα στο ζευγάρι.

Όταν οι σύντροφοι έρχονται στην θεραπεία φτάνουν συνήθως μатаιωμένοι και εξουθενωμένοι από τις έντονες συγκρούσεις ή την αποστασιοποίηση, φαινόμενα που βιώνουν ως απόρροια ενός ελλειμματικού ή ακόμα και ανύπαρκτου «μαζί» και αναζητούν, σε ένα πρώτο επίπεδο, έναν τρόπο να συνδεθούν καλύτερα, να «συνθέσουν την διαφορά τους».

Στο βρέφος η προσδοκία για ένα αντικείμενο προσκόλλησης είναι εγγενής και αυτή η ανάγκη μας συνοδεύει και πυροδοτεί τη συμπεριφορά μας αδιάλειπτα καθ' όλη την διάρκεια της ζωής μας (Robert Fairbairn 1944, 1952). Έτσι η συντροφική σχέση μπορεί να είναι ασυνείδητα η εκπλήρωση αυτής της πρώιμης επιθυμίας να έχουμε κάποιον αποκλειστικά για εμάς - να ικανοποιεί τις ανάγκες μας, να μας κατανοεί και να μας αποδέχεται απόλυτα. Τι νόημα δίνουν λοιπόν οι σύντροφοι στην εμπειρία του «μαζί»;

Σε μία δεύτερη ανάγνωση αυτού του αιτήματός τους πολλές φορές οι θεραπευτές ερχόμαστε αντιμέτωποι με μία πραγματικότητα εκ διαμέτρου αντίθετη... ένα «μαζί» συγχωνευτικό όπου τα όρια μεταξύ του ζευγαριού είναι θολά, η αίσθηση ενός ξεχωριστού εαυτού λείπει και το «εμείς» γίνεται τελικά ένα σχετιζέσθαι απειλητικό και ασφυκτικό που επηρεάζει την επικοινωνία, τη ρύθμιση των συγκρούσεων και την ανάπτυξη προσωπικής αυτονομίας.

Στο πλαίσιο της θεραπείας η επιθυμία για μία συμβιωτική σχέση δεν «παίζεται» μόνο στο δυναμικό του ζευγαριού αλλά μεταφέρεται και στη σχέση με τον θεραπευτή με ποικίλες εκφάνσεις όπως η πίεση για συμμαχία (να πάρει θέση υπέρ του ενός ή του άλλου), η μετάθεση στο πρόσωπό του ενός γονέα ιδανικού που θα κατανοήσει απόλυτα, το βίωμα ως ενός τρίτου που θα τους κρατήσει ενωμένους (σαν να μην μπορεί το ζευγάρι να υπάρξει χωρίς αυτόν). Αν ο θεραπευτής δεν μπορέσει να αναγνωρίσει αυτή την αλληλεπίδραση κινδυνεύει να παγιδευτεί σε αυτή την παθολογική οργάνωση.

Η συνεχιζόμενη εκπαίδευση, η εποπτεία και η προσωπική θεραπεία του ίδιου του θεραπευτή διαδραματίζουν καθοριστικό ρόλο στην ανάπτυξη και διατήρηση μιας στάσης ισορροπίας ανάμεσα στην εγγύτητα και τα όρια όπου δεν θα ικανοποιεί πλήρως ή θα απορρίπτει τη συγχωνευτική ανάγκη αλλά θα την εμπεριέχει και θα την επεξεργάζεται λειτουργώντας έτσι διορθωτικά και βοηθώντας το ζευγάρι να μετακινηθεί σε ένα πιο ώριμο τρόπο σύνδεσης όπου το «ξεχωρίζω» δεν θα βιώνεται ως «χωρίζω».

Ό,τι δεν λέγεται, μάχεται. Αρχέτυπα ζευγάρια εν πολέμω: από την Μυθολογία στην Κλινική Πράξη

Ειρήνη Σεργέδου,

MSc, PhD, ψυχίατρος, Διευθύντρια ΕΣΥ, Μονάδα Οικογενειακής Θεραπείας, Πολυδύναμη Νοσηλευτική Μονάδα Ψυχικής Υγείας Αττικής (πρώην ΨΝΑ, Δαφνί)

Η παρούσα εισήγηση εξερευνά τη δυναμική του συγκρουσιακού ζευγαριού μέσα από την οπτική της μυθολογίας -ελληνικής και μη-, αναζητώντας στα αρχέτυπα αφηγήματα αυτό που η κλινική πράξη αναγνωρίζει καθημερινά: τη σύγκρουση ως γλώσσα του άφατου.

Αφετηρία της εισήγησης αποτελεί η παρατήρηση ότι η διαπροσωπική σύγκρουση στο ζευγάρι σπάνια αφορά αυτό που φαίνεται να αφορά. Πίσω από την επίθεση, την εκδίκηση, την ακινησία ή τη σιωπή, βρίσκεται συνήθως αυτό που δεν μπόρεσε να ρηματοποιηθεί — η μπλοκαρισμένη ανάγκη αναγνώρισης, το τραύμα που δεν εξομολογήθηκε, η κρυμμένη φοβιστική αλήθεια πίσω από μια καθωσπρέπει όψη.

Μέσα από τη μυθολογική παράδοση αναδεικνύονται διαχρονικά πρότυπα συζυγικής δυναμικής: η ασυμμετρία στην εξουσία, η προβλητική ταύτιση, ο ασφυκτικός εναγκαλισμός, η τριγωνοποίηση, η αποφυγή της άμεσης αντιπαράθεσης και η οργή ως υπαρξιακό αίτημα και επαφή. Τα μυθολογικά ζευγάρια που εξετάζονται αντιπροσωπεύουν διαφορετικές εκφάνσεις συζυγικής σύγκρουσης όπως την κυκλική επανάληψη, την ολική καταστροφή και την μεταμόρφωση — αναδεικνύοντας έτσι την πολυμορφία των άκαμπτων ρόλων και την πρωτεϊκή φύση της επιθετικότητας.

Η εισήγηση κινείται στη διεπαφή ψυχαναλυτικής/ψυχοδυναμικής και συστημικής προσέγγισης, αξιοποιώντας έννοιες όπως το containment, το holding, τα δυσλειτουργικά όρια, τους ανατροφοδοτούμενους βρόχους, την διαγενεακή μετάδοση αλλά και την αναδιατύπωση, την αναστοχαστικότητα, και την συναρμολόγηση νέων αφηγήσεων εντός του συστήματος του ζευγαριού. Κεντρικό ερώτημα είναι ο ρόλος του θεραπευτή απέναντι στο ζευγάρι εν πολέμω: τι καλείται να ακούσει, να αντέξει και να ονοματίσει.

Η μυθολογία με την συμβολική της δύναμη χρησιμοποιείται ως καθρέφτης και εργαλείο κλινικής σκέψης: επιτρέπει την αποστασιοποίηση και την υπενθύμιση ότι αυτό που το ζευγάρι βιώνει ως αδιέξοδο είναι βαθιά ανθρώπινο, παλιό και γνώριμο — και ότι ορισμένες φορές, μέσα στην ίδια τη σύγκρουση, κρύβεται ήδη ο δρόμος προς την μεταμόρφωση.

Couple in Crisis – From Symptom to System

Nevena Calovska Herzog, MD, PhD,

Couple in distress, regardless of whether it is defined as developmental, traumatic, sexual, identity crisis or a mixture of these, experience a sense of loss. Isomorphically, in therapy they display silent dissatisfaction or escalation, or polarization, or meaning ambiguities and therapy becomes context for resolution; transformation or rupture, evolution or break up of the relationship.

Indeciseness and postponing divorce decision, leaving couples without sense of ownership over their relationship destabilizes further them, emotionally, communicationwise, sexually, in parenting,...

Therapy is to be a safe place where crisis'symptoms are understood as an attempt of the system to survive.

Workshop aims to map crisis contents and relational dynamics and explore therapeutic presence and interventions.

Circular questioning, enactments, relational reframing , rituals of connection and repair are some of the systemic techniques to be discussed and reflected upon.

**Ψυχογενεαλογία & συστημική αναπαράσταση:
Γνωστικές & βιωματικές παρεμβάσεις στην αντιμετώπιση προκλήσεων στις
συντροφικές σχέσεις**

Μυρτώ-Βασιλική Κούτρα

*Συστημική Οικογενειακή Ψυχοθεραπεύτρια/Σύμβουλος Ψυχικής Υγείας, εκπαιδύτρια και επόπτρια
Φαινομενολογικής Συστημικής Προσέγγισης και Συστημικής Αναπαράστασης, Δ/τρια Ινστιτούτου
Συστημικής Συμβουλευτικής & Εκπαίδευσης (Ι.Σ.Σ.Ε.)*

Τι μεταβιβάζεται ως ψυχική κληρονομιά από τις οικογένειες καταγωγής?

Πώς το παρελθόν διαμορφώνει ασυνείδητα τα μοντέλα ανταλλαγής στο παρόν?

Προγονικές και πρώιμες εμπειρίες δρουν ως αυτοεκπληρούμενες προφητείες ή μπορούν να αλλάξουν?

Παρελθοντικά τραυματικά γεγονότα και ισχυρά συναισθηματικά βιώματα μπορεί να γίνουν πηγή συμπτωμάτων και σχεσιακών δυσλειτουργιών στο παρόν, τόσο σε ατομικό όσο και σε διαπροσωπικό επίπεδο.

Παρεμβάσεις μέσω εργαλείων Ψυχογενεαλογίας / Διαγενεακής Συστημικής Θεραπείας και βιωματικών τεχνικών Συστημικής Αναπαράστασης καθιστούν τα, έως τώρα, γνωστικά και συναισθηματικά μοντέλα πιο εύελικτα, ως προς τον μετασχηματισμό τους.

Η Ψυχογενεαλογία εστιάζει στην ανάδειξη προγονικών και επετειακών συνδρόμων που μεταβιβάζονται διαγενεακά, ως ‘αθέατη αφοσίωση’ στην οικογένεια καταγωγής και εξασφάλιση του ‘ανήκειν’, ως υπαρξιακή θέση. Η Συστημική Αναπαράσταση, ως βιωματική τεχνική της Φαινομενολογικής Συστημικής Προσέγγισης, αναδεικνύει και αποτυπώνει εμπειρικά τόσο το συνειδητό όσο και το ασυνείδητο ψυχικό υλικό στο εδώ και τώρα, απαρτιώνοντάς το με διευρυμένη επίγνωση. Τα αναδυόμενα συναισθήματα και η συγκινησιακή μέθεξη αναδιαμορφώνουν την νοηματοδότηση, προσεγγίζοντας τα εσωτερικά μοντέλα και τις γνωστικές δομές που αφορούν στην οργάνωση των εμπειριών και πεποιθήσεων ως προς τον εαυτό και τις αποκρίσεις στους άλλους.

Η γνωστική ανάδειξη των ασυνείδητων μοτίβων συμπεριφοράς και μοντέλων αλληλεπίδρασης και η βιωματική αποτύπωσή τους σε πλαίσιο εμπιστοσύνης, ελευθερίας και δημιουργικότητας αποτελούν καταλυτικούς παράγοντες στις διεργασίες αλλαγής. Θα συζητηθεί πώς τα εγκατεστημένα δυσλειτουργικά ψυχικά εγγράμματα δύναται να επαναπροσδιοριστούν, συμβάλλοντας σε μια πιο υγιή, τόσο ατομικότητα όσο και, συντροφικότητα.

Θα ακολουθήσει αναφορά σε μελέτη περιπτώσεων από την εργασία με ζευγάρια και άτομα με δυσκολίες στις συντροφικές σχέσεις, η οποία θα εμπλουτιστεί από ασκούμενους του επιμορφωτικού Προγράμματος Επαγγελματικής Μετεκπαίδευσης στην Φαινομενολογική Συστημική Προσέγγιση & την Συστημική Αναπαράσταση που προσφέρεται από το Ι.Σ.Σ.Ε.

Από την ασυνείδητη αφοσίωση στη βιωματική επίγνωση: Κλινικές εφαρμογές συστημικής αναπαράστασης στη θεραπεία ζεύγους

Εύη Βασιλείου, Ψυχολόγος, MSc Διαχείριση Στρες, επιμόρφωση στην Συστημική Προσέγγιση, ασκούμενη στο επιμορφωτικό Πρόγραμμα Μετεκπαίδευσης στην Φαινομενολογική Προσέγγιση και την Συστημική Αναπαράσταση

Η παρούσα σύντομη κλινική εισήγηση εστιάζει στον τρόπο με τον οποίο διαγενεακά σχεσιακά μοτίβα και πρώιμες οικογενειακές εμπειρίες φαίνεται να επηρεάζουν τη συναισθηματική οργάνωση, τη θέση του ατόμου μέσα στη συντροφική σχέση και τους τρόπους σύνδεσης του ζευγαριού. Μέσα από δύο σύντομα case studies προερχόμενα από θεραπευτική εργασία με άτομα και ζευγάρια, θα παρουσιαστούν επαναλαμβανόμενες δυναμικές που σχετίζονται με ζητήματα συναισθηματικής απόσυρσης, ανάγκης συγχώνευσης, δυσκολίας διαφοροποίησης και αναπαραγωγής οικογενειακών ρόλων στη συντροφική ζωή.

Η κλινική παρατήρηση θα προσεγγιστεί μέσα από συστημική και φαινομενολογική οπτική, δίνοντας έμφαση όχι μόνο στο περιεχόμενο των αφηγήσεων αλλά και στον τρόπο με τον οποίο οι θεραπευόμενοι βιώνουν και οργανώνουν τη σχεσιακή τους εμπειρία. Θα εξεταστεί ο θεραπευτικός ρόλος της επίγνωσης των διαγενεακών επιρροών και ο τρόπος με τον οποίο η αναγνώριση αυτών των μοτίβων μπορεί να διευκολύνει νέες μορφές συναισθηματικής σύνδεσης, μεγαλύτερη διαφοροποίηση και αναδιαμόρφωση της θέσης των συντρόφων μέσα στη σχέση. Ιδιαίτερη αναφορά θα γίνει στη συμβολή βιωματικών παρεμβάσεων συστημικής αναπαράστασης, ως θεραπευτικών τεχνικών που διευκολύνουν την αναδιοργάνωση της σχεσιακής εμπειρίας και την επανατοποθέτηση του ατόμου απέναντι σε ασυνείδητα διαγενεακά μοτίβα.

Η εισήγηση φιλοδοξεί να συμβάλει στη συζήτηση γύρω από τη σύγχρονη θεραπεία ζεύγους, αναδεικνύοντας τη σημασία της διαγενεακής κατανόησης και της βιωματικής εμπέδωσής της, ως συμπληρωματικών θεραπευτικών εργαλείων και τεχνικών στην κλινική πράξη.

Διαχείριση δυσλειτουργιών στο ζευγάρι και την οικογένεια / γνωστική και βιωματική αναπλαισίωση στην κλινική πρακτική

Μπληζιώτη Δήμητρα

Ψυχολόγος, Κοινωνιολόγος, Συστημική Οικογενειακή Ψυχοθεραπεύτρια, ασκούμενη στο επιμορφωτικό Πρόγραμμα Μετεκπαίδευσης στην Φαινομενολογική Προσέγγιση και την Συστημική Αναπαράσταση

Στα πλαίσια της συστημικής προσέγγισης, το ζευγάρι προσεγγίζεται ως μέρος ενός ευρύτερου πλέγματος σχέσεων. Κάθε μέλος φέρει τις δικές του συνιστώσες, όπως αυτές έχουν διαμορφωθεί στις οικογένειες καταγωγής. Συναισθηματικά μοτίβα, τρόποι επικοινωνίας που μεταβιβάζονται διαγενεακά αλληλεπιδρούν με τις προσδοκίες και τους ρόλους που αναλαμβάνουν οι σύντροφοι και συνδιαμορφώνουν την σχέση και τη μεταξύ τους επικοινωνία.

Θα παρουσιαστούν κλινικές περιπτώσεις, όπου παρατηρούνται έντονα συγκρουσιακά μοτίβα επικοινωνίας και αλληλεπίδρασης στο συζυγικό υποσύστημα. Διερευνάται το πως κοινωνικές και πολιτισμικές παράμετροι ενεργοποιούν στο κάθε σύντροφο εγκατεστημένα δυσλειτουργικά σχήματα και τραυματικές εμπειρίες του παρελθόντος, η ακόλουθη επιρροή στην λειτουργία του γονεϊκού υποσυστήματος και, ακολούθως η διαμόρφωση του σχεσιακού περιβάλλοντος στην οικογένεια, μέσα στην οποία παιδί αναπτύσσει τρόπους προσαρμογής και αναλαμβάνει θέσεις με συγκεκριμένη συστημική λειτουργία. Αναδεικνύεται η συστημική λειτουργία του συμπτώματος του παιδιού, ως φορέας νοήματος που υποδεικνύει δυσλειτουργίες στο γονεϊκό και το συζυγικό υποσύστημα. Η γνωστική ανάδειξη υποστηρίζεται βιωματικά με τεχνικές συστημικής αναπαράστασης, συμβάλλοντας ώστε να εμπεδωθούν οι ψυχογενεαλογικές διασυνδέσεις καθώς και να αναδειχτεί στην θεραπευτική διαδικασία η δυνατότητα αλλαγής στην οργάνωση και λειτουργία του οικογενειακού συστήματος.

Το Σύμπτωμα ως κώδικας διαγενεακής σύνδεσης

Δρ Αθανασία Κυριακίδου

Μαέστρος, Συστημική Οικογενειακή Σύμβουλος Ψυχικής Υγείας, ασκούμενη στο επιμορφωτικό Πρόγραμμα Μετεκπαίδευσης στην Φαινομενολογική Προσέγγιση και την Συστημική Αναπαράσταση

Η ασθένεια/σύμπτωμα δεν αποτελεί μια εσωτερική, απομονωμένη παθολογία του ατόμου, αλλά μια ζωντανή, και με νόημα φέρουσα, ‘κραυγή’ - έναν ρυθμιστικό μηχανισμό ολόκληρου του σχεσιακού συστήματος στο οποίο ανήκει. Είτε εκδηλώνεται ως σωματικό νόσημα είτε ως σχεσιακή διαταραχή, το σύμπτωμα αποτελεί ταυτόχρονα τον τροφοδότη και το παράγωγο μιας ευρύτερης συστημικής δυσλειτουργίας. Η εκδήλωσή του λειτουργεί ως ένας κρυπτογραφημένος κώδικας που επιτελεί μια συστημική λειτουργία, αναδεικνύοντας δυσλειτουργικές δομές, ανείπωτα τραύματα, προγονικά σύνδρομα και άρρητους νόμους του οικογενειακού συστήματος.

Θα γίνει αναφορά σε μελέτη περιπτώσεων, όπου διερευνάται ψυχογενεαλογικά πώς τόσο το άτομο όσο και η συντροφική σχέση ενσωματώνουν τη δυναμική Θύτη και Θύματος. Μέσω βιωματικών παρεμβάσεων συστημικής αναπαράστασης αποπειράται ο γνωστικός και συναισθηματικός μετασχηματισμός της νοηματοδότησης του συμπτώματος, αναδεικνύοντας τη συνειδητή και ασυνείδητη κληρονομιά του ατόμου, με το θεραπευτικό ενδιαφέρον να μετατοπίζεται από την απλή εξάλειψη της σωματικής δυσφορίας στην καθολική αναπλαισίωση του σχεσιακού και οικογενειακού ιστού.

Συλλογικό ιστορικό τραύμα και συστημική αναπαράσταση: Η αόρατη παρουσία της Ιστορίας στη θεραπεία ζεύγους και οικογένειας

Αντώνης Ανδρουλιδάκης

Αναπτυξιακός Ψυχολόγος, Συστημικός Οικογενειακός Σύμβουλος Ψυχικής Υγείας, ασκούμενος στο επιμορφωτικό Πρόγραμμα Μετεκπαίδευσης στην Φαινομενολογική Προσέγγιση και την Συστημική Αναπαράσταση

Η παρούσα εισήγηση επιχειρεί να διερευνήσει τη σχέση ανάμεσα στο συλλογικό ιστορικό τραύμα και στις σύγχρονες δυσκολίες που εμφανίζονται στη θεραπεία ζεύγους και οικογένειας, αναδεικνύοντας τη μέθοδο της Συστημικής Αναπαράστασης ως ένα καινοτόμο θεραπευτικό εργαλείο κατανόησης και επεξεργασίας διαγενεακών και συλλογικών δυναμικών.

Στην ελληνική κοινωνία, αλλά και ευρύτερα στις κοινωνίες της ύστερης νεωτερικότητας, όλο και περισσότεροι θεραπευόμενοι εμφανίζουν βιώματα άγχους, απορρύθμισης, συναισθηματικής αποσύνδεσης, δυσκολίας σύνδεσης, υπερλειτουργικότητας, ενοχής, φόβου εγκατάλειψης και υπαρξιακής εξάντλησης. Συχνά τα συμπτώματα αυτά αντιμετωπίζονται αποκλειστικά ως ατομικές ψυχοπαθολογικές εκδηλώσεις. Ωστόσο, η συστημική και διαγενεακή οπτική αποκαλύπτει ότι πολλές από αυτές τις δυσκολίες συνδέονται με άρρητες οικογενειακές ιστορίες, συλλογικές τραυματικές εμπειρίες και ασυνείδητες μορφές μεταβίβασης ιστορικού πόνου. Ιστορικά γεγονότα όπως πόλεμοι, προσφυγιά, κατοχή, εμφύλιος, μετανάστευση, οικονομική ανασφάλεια και κοινωνική απονοηματοδότηση συνεχίζουν να επηρεάζουν ασυνείδητα τις σχέσεις, τις γονεϊκές στάσεις, τη συναισθηματική διαθεσιμότητα και τη δυνατότητα σύνδεσης των ανθρώπων στο παρόν.

Μέσα από τη μέθοδο της Συστημικής Αναπαράστασης θα αναδειχθεί πώς το “μη ειπωμένο” οικογενειακό και συλλογικό τραύμα αποκτά συχνά χωρική, σωματική και συναισθηματική έκφραση μέσα στο θεραπευτικό πεδίο, επιτρέποντας τη βαθύτερη κατανόηση δυναμικών που δεν γίνονται εύκολα προσβάσιμες μόνο μέσω του λεκτικού λόγου.

Τέλος, θα συζητηθεί η σημασία της αποκατάστασης της σχέσης, της αναγνώρισης της συλλογικής μνήμης και της επανασύνδεσης με το αίσθημα του ανήκειν ως βασικών θεραπευτικών παραγόντων για την ψυχική ανθεκτικότητα ατόμων, ζευγαριών και οικογενειών στη σύγχρονη εποχή.

Η Εξέλιξη της Βίας: Από τη γραμμική αφήγηση στη συστημική πολυπλοκότητα*Ειρήνη Παρίτση*

Η ομιλήτρια παρουσιάζει πώς η βία στα ζευγάρια έχει μεταμορφωθεί τις τελευταίες δεκαετίες, περνώντας από κυρίως σωματικές μορφές σε σύνθετες ψυχολογικές, σεξουαλικές, οικονομικές και ψηφιακές εκφάνσεις. Αναδεικνύει τα συστημικά μοτίβα, τις πολιτισμικές αλλαγές και τη διαγενεακή μετάδοση που διαμορφώνουν τη σύγχρονη δυναμική βίας.

Η Συστημική ματιά: Η Επιστημολογία και οι αρχές ΘΑΣ στη αντιμετώπιση της βίας στα ζευγάρια

Λευτέρης Γκοτζίδης

Ο Ομιλητής εισάγει τον πυρήνα της Θεραπείας Ανθρώπινων Συστημάτων (ΘΑΣ), εξηγώντας την επιστημολογία της, τις αρχές ΘΑΣ και την εγχειριδιοποιημένη δομή της. Δείχνει πώς η ΘΑΣ αναπλαισιώνει τη βία ως συστημικό φαινόμενο και πώς ο θεραπευτής χρησιμοποιεί συστημικές υποθέσεις, κυβερνητική στάση και τις αρχές ΘΑΣ για να παρέμβει αποτελεσματικά στη δυναμική του ζευγαριού.

Η Αποτελεσματικότητα της ΘΑΣ: ερευνητικά δεδομένα για αντιμετώπιση της ενδοσυντροφικής βίας

Ειρήνη Παρίτση, Αντα Μπατάλα

Οι ομιλήτριες παρουσιάζουν την ερευνητικά τεκμηριωμένη αποτελεσματικότητα της ΘΑΣ στην αντιμετώπιση της ενδοσυντροφικής βίας, βασισμένος σε πρόσφατες δημοσιευμένες μελέτες. Αναλύονται τα ποσοτικά και ποιοτικά αποτελέσματα της μελέτης, και πως η ΘΑΣ αποτελεί ένα εμπειρικά τεκμηριωμένο μοντέλο για βίαιες δυναμικές σε ζευγάρια.

Πριν και Μετά: Κλινικές ιστορίες θεραπείας ζευγαριών με ΘΑΣ*Καίτη Γαρεφαλάκη*

Η ομιλήτρια μοιράζεται παραδείγματα από πολυετή κλινική εμπειρία, παρουσιάζοντας πραγματικές περιπτώσεις ζευγαριών πριν και μετά τη θεραπεία με ΘΑΣ. Περιγράφει πώς ζευγάρια με βιαίες δυναμικές μετακινήθηκαν προς μεγαλύτερη σύνδεση, συνεργασία, συναισθηματική εγγύτητα και λειτουργική ισορροπία. Αναδεικνύει συγκεκριμένες παρεμβάσεις ΘΑΣ που οδήγησαν σε μετασχηματισμό, προσφέροντας μια ζωντανή εικόνα του πώς η θεωρία γίνεται πράξη και πώς η ΘΑΣ μπορεί να αλλάξει βαθιά ριζωμένα μοτίβα.

Journeying through the ‘Mirrors of Possibilities’: Co-Creating Magic Moments in Couples Therapy

Tracey Johnston

*Systemic Psychotherapist and Peter Robinson, Psychotherapist
Possibilities Counselling and Psychotherapy Centre Aberdeen, Scotland*

Using practice case examples, the workshop presents the ‘Mirrors of Possibilities’ metaphor, a recently developed relationally reflexive, multi-faceted method for playfully addressing systemic issues in couple therapy. The method facilitates re-positioning and the collaborative construction of multiple possibilities, rich descriptions of difference, and the emergence of transformative experiences. The workshop also offers the opportunity to adventure into the decolonisation of the therapist and therapy, deconstruction of the unitary self, alongside an introduction to the benefits of ‘multi-being-based relational reflexivity’, incorporating ideas from CMM (Co-ordinated Management of Meaning) to ‘Co-create Magic Moments’ (cCMM).

The workshop will offer participants the opportunity to discover and explore the wide-ranging applications of the ‘Mirrors of Possibilities’ Method in individual therapy and couple therapy as practised at ‘Possibilities Counselling and Psychotherapy Centre, Aberdeen’, an independent psychotherapy service.

After this workshop, participants will be able to:

- Describe and begin to practice and ‘journey with the ‘Mirrors of Possibilities.’ methods in couples and marital therapy.
- Appreciate the archetypal power of ‘mirrors’ in ancient wisdom traditions and spirituality.
- Play with different ways of inviting multiple reflections using the metaphor of mirrors.
- Begin to help clients reposition aspects of embodied emotions and parts of ‘self’ in the couple relationship.
- Help couples connect with their inner-voices of multi-being, inter-being and relational possibilities.
- Develop more positions of connection and curiosity in couple relationships.
- Enhance the therapeutic relationship with the couple.
- Consider constraints, resources, problems and possibilities using the ‘Mirrors of Possibilities’ with a couple.
- Adopt ‘reflexivity’ as an ethical posture.
- Practice ‘radical presence’ and become more familiar with CMM and the ethic of relational responsibility to help address personal, interpersonal, local, historical, cultural and ecological issues within the relationship via the ‘Mirrors of Possibilities’.
- Explore ways of reaching beyond dominant discourses to salvage discourses of liberation and relational healing.
- Decolonising the therapist and therapy.
- Deconstruct the ‘unitary self’ and develop the practice of ‘multi-being-based relational reflexivity’ using the ‘Mirrors of Possibilities’.
- Describe and begin to practice the extension of the CMM model into ideas of multi-being and inter-being.

The workshop will consist of an overview of the above with examples from our practice shown via presentation, case descriptions, interactive discussion, short video examples and the opportunity to briefly practice the ‘Mirrors of Possibilities’ method.

Ποιος φοβάται την αναταραχή στη συντροφική σχέση

Ευφροσύνη Μουρελή,

Ψυχίατρος, αναλύτρια ομάδας, οικογενειακή ψυχοθεραπεύτρια

Μέσα σε ένα παγκοσμιοποιημένο περιβάλλον αστάθειας, αβεβαιότητας, ανισοτήτων, πολεμικών συγκρούσεων και οικολογικών κινδύνων, η συντροφική σχέση, νομικά κατοχυρωμένη ή όχι, είναι το πεδίο που οι άνθρωποι επιχειρούν να συνυπάρξουν, εκεί όμως έρχονται αντιμέτωποι με το παράδοξο της ανάγκης για ανεξαρτησία και της ανάγκης για σύνδεση. Η συντροφική σχέση είναι ο τόπος όπου οι κοινωνικές εξελίξεις όσον αφορά την ταυτότητα φύλου, τη σεξουαλικότητα, την πολυσυντροφικότητα, τις ποικίλες μορφές οικογένειας, εκφράζονται με όλη τους τη δύναμη, εκεί επίσης γίνεται η πάλη με τα υπολείμματα της πατριαρχίας. Η ίδια σχέση αναλαμβάνει την ανατροφή των παιδιών, συχνά την φροντίδα των ηλικιωμένων, προσπαθώντας να παραμένει σταθερή την ίδια στιγμή που η οικονομική της επιβίωση της υφίσταται τους κλυδωνισμούς από τις «ελαστικές» συνθήκες εργασίας και η επιβίωση της επιθυμίας της από τη συνεχή διέγερση των επιθυμιών του καπιταλιστικού τρόπου ζωής. Οι τρόποι με τους οποίους οι σύντροφοι θα φτάσουν στην αμοιβαία αναγνώριση των υποκειμενικοτήτων τους ώστε να έχουν μια ικανοποιητική σχέση, απασχολούν τους συστημικούς θεραπευτές, πράγμα που θα δείξουν τα παραδείγματα που παρατίθενται.

Ερωτήματα...

(βίντεο, 22 min, στα Ελληνικά με Αγγλικούς υπότιτλους)

Φανή Τριανταφύλλου,

Ψυχίατρος, ψυχοθεραπεύτρια, εκπαιδεύτρια και επόπτρια στη Συστημική και την Ψυχαναλυτική Ψυχοθεραπεία. Ιδρυτικό μέλος της Συστημικής Εταιρείας Β. Ελλάδος και της Βορειοελλαδικής Ψυχαναλυτικής Εταιρείας. Συντάκτρια του περιοδικού *Μετάλογος* (www.metalogos-systemic-therapy.eu).

Μια βιντεο-κατασκευή, μια συναρμολόγηση εικόνων και φωνών — πελατών, θεραπειών και στοχαστών — απ' όπου αναδύονται ερωτήματα για τους τρόπους με τους οποίους ζευγάρια και θεραπευτές/τριες συναντιούνται μέσα στο μεταβαλλόμενο πεδίο της συστημικής θεραπείας.

Questions...

A 22-minute film in Greek with English subtitles

Fany Triantafyllou is a psychiatrist, psychotherapist, trainer, and supervisor in Systemic and Psychoanalytic Psychotherapy. She is a founding member of the Systemic Society of Northern Greece and the NorthHellenic Psychoanalytic Society. She also serves on the editorial board of the journal Metalogos (www.metalogos-systemic-therapy.eu).

A video construction—an assemblage of images and voices from clients, therapists, and thinkers— from which questions emerge about the ways couples and therapists encounter one another within the shifting landscape of systemic therapy.

Κατανόηση και αξιολόγηση των διαπροσωπικών σχέσεων και αλληλεπιδράσεων στις διαστάσεις απόστασης-εγγύτητας και θέση ισχύος–θέση αδυναμίας.

*Αργυρούλα Καλαϊτζάκη
Τμήμα Κοινωνικής Εργασίας, Ελληνικό Μεσογειακό Πανεπιστήμιο*

Η Θεωρία του Σχετίζεσθαι (Relating Theory, Birtchnell 1993/1996) προσφέρει ένα ολοκληρωμένο πλαίσιο περιγραφής και κατανόησης της διαπροσωπικής συμπεριφοράς μέσα από δύο κάθετα τεμνόμενους άξονες: απόσταση-εγγύτητα (οριζόντιος άξονας) και θέση ισχύος–θέση αδυναμίας (κάθετος άξονας). Η προσθήκη τεσσάρων ενδιάμεσων διαστάσεων παράγει ένα γράφημα («διαπροσωπικό οκτάγωνο»), όπου μπορούν να αναπαρισταθούν, ποιοτικά και ποσοτικά, οι δυσλειτουργικές (αρνητικές) και οι λειτουργικές (θετικές) σχέσεις. Η θεωρία διακρίνει μεταξύ του σχετίζεσθαι (relating) και του αλληλοσχετίζεσθαι (interrelating) για την κατανόηση των διαπροσωπικών σχέσεων ενός ατόμου με άλλα άτομα γενικά και συγκεκριμένων δυαδικών σχέσεων, αντίστοιχα. Τα ψυχομετρικά εργαλεία που έχουν προέλθει από τη θεωρία (π.χ. PROQ3, CREOQ3, FMIQ και ORB), επιτρέπουν την λεπτομερή χαρτογράφηση (αυτοαναφορά και παρατήρηση) των αρνητικών και θετικών διαπροσωπικών σχέσεων ατόμων, ζευγαριών και οικογενειών. Η θεωρία μπορεί να συνδυαστεί δημιουργικά με τη συστημική προσέγγιση, ενισχύοντας την κατανόηση και αξιολόγηση των σχέσεων και των μοτίβων αλληλεπίδρασης σε δυαδικές σχέσεις και να καθοδηγήσει αποτελεσματικά τη θεραπεία.

Θεωρητική βάση και κλινική εφαρμογή του Συνθετικού Μοντέλου Θεραπείας Ζεύγους

Βάσω Παπαδιώτη Αθανασίου

Με βάση τη σχετική βιβλιογραφία, ο θεραπευτής είναι πιο αποτελεσματικός όταν έχει την ευελιξία, να χρησιμοποιεί σε ένα ενιαίο όλο (ενοποιητικό μοντέλο) αρχές και τεχνικές από διαφορετικά μοντέλα που του ταιριάζουν και που θεωρεί ότι είναι χρήσιμα στην οικογένεια ή το ζευγάρι που έχει απέναντί του (Lebow, 2019). Με βάση τις θέσεις αυτές και την κλινική μας εμπειρία με ζευγάρια, διαμορφώσαμε ένα ενοποιητικό μοντέλο που περιλαμβάνει αρχές και τεχνικές από την Συναισθηματικά Εστιασμένη Θεραπεία Ζεύγους (Emotional Focused Couple Therapy), την Αφηγηματική Θεραπεία (Narrative Therapy) και την Θεραπεία Εστιασμένη στη Λύση (Solution Focused Therapy) και υλοποιείται σε τρία στάδια. Στο πρώτο στάδιο προσπαθούμε να ανασύρουμε τις θετικές εμπειρίες των συντρόφων από τη σχέση τους και να τους δώσουμε ελπίδα για την αντιμετώπιση των προβλημάτων τους. Στο *δεύτερο στάδιο* επικεντρωνόμαστε στα κύρια προβλήματα που το ζευγάρι αντιμετωπίζει χρησιμοποιώντας αρχές και τεχνικές κυρίως από την Συναισθηματικά Εστιασμένη Θεραπεία Ζεύγους και την Εστιασμένη στη Λύση. Στο τρίτο στάδιο προσπαθούμε να ανασύρουμε κάποια όνειρα και στόχους που είχαν κάποτε ή και έχουν ακόμη, ο κάθε σύντροφος για τον εαυτό του και τη σχέση τους και να τους βοηθήσουμε να δρομολογήσουν την υλοποίησή τους. Ενδιάμεσα μπορεί να κάνουμε και χωριστές συνεδρίες με κάθε σύντροφο. Στις περισσότερες περιπτώσεις ο αριθμός των συνεδριών είναι περίπου 10 και ακολουθούν κάποιες follow up συναντήσεις σε μακρότερα χρονικά διαστήματα.

Basic procedures to start a couple's therapy"

Umberta Telfener

During the seminar we will try to answer together to all the following questions and to others that the participants will pose.

Which are the premises to start a couple's therapy? What do we think of being a couple? Which are the basic principles that

organize our work with couples? How much do we need to reflect on our own relations: what did we learn from our family of origin,

what from our couple/s, what did our children teach us? When do we invite the whole family, when the couple or just one individual?

Which prejudices are useful to have, which will risk that we get stuck? How not to be triangulated; how to create circularity within a

couple' interview? Which homeworks to organize and which exercises during the sessions

Όταν το παρελθόν ενεργοποιείται μέσα στη σχέση: Η σύνδεση της συστημικής θεραπείας ζευγαριού με τη θεωρία της τραυματοθεραπείας EMDR

*Μαμάη Άννα, Ψυχολόγος MSc, PhDc, Συστημική Ψυχοθεραπεύτρια, EMDR practitioner uS
Σιδεράκη Ελένη, Κλινική κοινωνική λειτουργός MSc, Συστημική Ψυχοθεραπεύτρια, EMDR practitioner
uS*

Στη θεραπεία ζεύγους, τα επαναλαμβανόμενα μοτίβα σύγκρουσης κατανοούνται μέσα από τους κύκλους αλληλεπίδρασης και τις σχεσιακές δυναμικές των συντρόφων. Ωστόσο, οι έντονες συναισθηματικές αντιδράσεις που αναδύονται κατά τις συγκρούσεις δεν αφορούν αποκλειστικά το παρόν, αλλά συνδέονται με προγενέστερες βιωματικές εμπειρίες και τραυματικές μνήμες που ενεργοποιούνται στο σχεσιακό πλαίσιο. Η σύγχρονη βιβλιογραφία τεκμηριώνει ότι το ψυχικό τραύμα διαμορφώνεται εντός διαπροσωπικών πλαισίων και επηρεάζει καθοριστικά τις βασικές αναπαραστάσεις του εαυτού και των άλλων, επαναδιαμορφώνοντας τις προσδοκίες και τις αντιδράσεις στις στενές σχέσεις. Η συστημική προσέγγιση προσφέρει ένα συνεκτικό και πολυεπίπεδο θεωρητικό πλαίσιο κατανόησης των σχεσιακών μοτίβων, ενσωματώνοντας οικογενειακές και διαγενεακές επιρροές. Το workshop φιλοδοξεί να συμβάλει στη γεφύρωση δύο διακριτών αλλά συμπληρωματικών θεραπευτικών παραδειγμάτων, διερευνώντας συστηματικά τη θεωρητική και κλινική σύνδεση της συστημικής θεραπείας ζεύγους με τη μέθοδο EMDR στην επεξεργασία του σχεσιακού τραύματος. Η καινοτομία της προσέγγισης έγκειται στη συνδυαστική εστίαση στη χαρτογράφηση των σχεσιακών πυροδοτήσεων ως σημείων σύνδεσης μεταξύ ατομικού τραύματος και διαπροσωπικής δυναμικής. Το workshop περιλαμβάνει στοχευμένη θεωρητική εισαγωγή και εστιασμένη ανάλυση κλινικών περιστατικών, προτείνοντας ένα συνθετικό πλαίσιο κατανόησης και παρέμβασης. Οι συμμετέχοντες θα εργαστούν σε μικρές ομάδες με στόχο την εις βάθος αναγνώριση σχεσιακών μοτίβων, τη συστηματική χαρτογράφηση τραυματικών ενεργοποιήσεων και τη διερεύνηση τεκμηριωμένων θεραπευτικών παρεμβάσεων μέσα από μια συνδυαστική θεραπευτική οπτική. Η προσέγγιση αυτή επιδιώκει να ενισχύσει τη θεωρητική ενοποίηση και να προσφέρει εφαρμόσιμα κλινικά εργαλεία για επαγγελματίες ψυχικής υγείας που εργάζονται με ζευγάρια και σχεσιακό τραύμα. Στόχος του workshop είναι η προαγωγή της ανάπτυξης πιο ολοκληρωμένων και αποτελεσματικότερων παρεμβάσεων στη θεραπεία ζεύγους. Λέξεις-κλειδιά: Θεραπεία Ζεύγους, Συστημική Ψυχοθεραπεία, Σχεσιακό Τραύμα, Τραυματοθεραπεία EMDR, Σχεσιακά Μοτίβα Αλληλεπίδρασης, Διαπροσωπικές Δυναμικές

Η Πρεσβεία μιας Νέας Χώρας: Μια σχεσιακή προσέγγιση στη θεραπεία ζεύγους στον αυτισμό

*Ιωάννου Λαμπρινή, Ψυχολόγος, Συστημική Ψυχοθεραπεύτρια, Marte Meo
Supervisor, Εκπ Τραυματοθεραπεύτρια EMDR*

*Βοσκόπουλος Ιωάννης, Ψυχολόγος, Social & Organisational Psychologist,
Neuroaffirming Therapist, Εκπ. Trauma Informed Therapist*

Στο σύγχρονο κλινικό τοπίο, η θεραπεία ζεύγους καλείται να ανταποκριθεί στις ιδιαίτερες ανάγκες των νευροδιαφορετικών σχέσεων, όπου ο ένας ή και οι δύο σύντροφοι βρίσκονται στο φάσμα του αυτισμού. Η παρούσα εισήγηση προτείνει ένα νευροεπιβεβαιωτικό μοντέλο προσέγγισης, αξιοποιώντας τη μεταφορά της «Πρεσβείας μιας Νέας Χώρας», όπου η θεραπευτική διαδικασία νοείται ως η δημιουργία ενός κοινού, ασφαλούς πεδίου ανάμεσα σε διαφορετικές «χώρες», τρόπους εμπειρίας και επικοινωνίας.

Κεντρικός άξονας αποτελεί η παραδοχή ότι η νευροδιαφορετικότητα δεν συνιστά έλλειμμα προς διόρθωση, αλλά μια διακριτή γνωστική και αισθητηριακή κουλτούρα. Οι σχεσιακές δυσκολίες προκύπτουν από ασυμμετρίες στην επεξεργασία και στην έκφραση της εμπειρίας, οι οποίες συχνά οδηγούν σε παρερμηνείες και απόδοση αρνητικών κινήτρων. Η θεωρία της Διπλής Ενσυναίσθησης αξιοποιείται ως πλαίσιο κατανόησης αυτών των ασυμμετριών, τόσο μεταξύ διαφορετικών νευροτύπων όσο και εντός νευροδιαφορετικών ζευγαριών. Η θεραπεία λειτουργεί ως «ουδέτερο έδαφος», όπου οι θεραπευτές διευκολύνουν τη μετάφραση των αναγκών, την αποσαφήνιση των προσδοκιών και την ανάπτυξη ενός κοινού λεξιλογίου σχέσης. Παρουσιάζονται κλινικά παραδείγματα που αναδεικνύουν προκλήσεις της καθημερινότητας, όπως οι διαφορές στην επικοινωνία, η διαχείριση των αισθητηριακών αναγκών, η ρύθμιση των συγκρούσεων και οι διαφοροποιήσεις στην εκτελεστική λειτουργία.

Ιδιαίτερη έμφαση δίνεται σε ζευγάρια όπου και οι δύο σύντροφοι είναι αυτιστικοί, αναδεικνύοντας τόσο προκλήσεις, όπως η αισθητηριακή υπερφόρτιση και οι ασυμμετρίες ενέργειας, όσο και δυνατότητες, όπως η κοινή εστίαση, η άμεση επικοινωνία και η δυνατότητα αυθεντικής απομάσκεισης (unmasking) εντός της σχέσης.

Η εισήγηση περιλαμβάνει πρακτικές κατευθύνσεις, όπως η χρήση βοηθητικών ερωτήσεων, οπτικών στρατηγικών και η συν-διαμόρφωση κοινών αξιών. Η «Νέα Χώρα» αναδύεται ως ένας δυναμικός χώρος όπου η διαφορά δεν εξαλείφεται, αλλά αναγνωρίζεται και ενσωματώνεται ως θεμέλιο βιώσιμης οικειότητας.

Οι πεποιθήσεις του θεραπευτή και η σημασία τους στην θεραπεία ζεύγους

*Γονέου Κατερίνα MA, ECP, Ψυχολόγος & Ψυχοθεραπεύτρια
Θεραπεύτρια Ζεύγους, Συστημική Εκπαιδευτρια, Κλινική Επόπτρια
Εργαστήριο Διερεύνησης Ανθρώπινων Σχέσεων*

Τι ορίζουμε ως “φυσιολογικό” και τι ως “λειτουργικό” σε μια σχέση; Και ποιος τελικά το αποφασίζει; Στη θεραπεία ζεύγους, θεραπευόμενο δεν είναι το άτομο αλλά η ίδια η σχέση. Ένα δυναμικό σύστημα στο οποίο συνυπάρχουν διαφορετικές ανάγκες, επιθυμίες, αξίες και αφηγήσεις γύρω από το πώς “πρέπει” να λειτουργεί η συντροφικότητα.

Μέσα σε αυτή τη συνθήκη, ο θεραπευτής καλείται διαρκώς να αναμετρηθεί όχι μόνο με τις δυσκολίες του ζευγαριού, αλλά και με τις δικές του παραδοχές σχετικά με την οικειότητα, τη δέσμευση, τη σεξουαλικότητα, τη συναισθηματική εγγύτητα και τη λειτουργικότητα μιας σχέσης. Πόσο ουδέτερη μπορεί να είναι τελικά η θεραπευτική στάση; Και πώς οι κοινωνικές και πολιτισμικές αλλαγές των τελευταίων χρόνων επαναπροσδιορίζουν όσα θεωρούσαμε δεδομένα για τις σχέσεις;

Η ομιλία αυτή επιχειρεί να ανοίξει έναν αναστοχαστικό διάλογο γύρω από τη θέση του θεραπευτή στη θεραπεία ζεύγους, αναδεικνύοντας σύγχρονες θεωρητικές προσεγγίσεις, τελευταίες τάσεις και νέες έννοιες που μας καλούν να διευρύνουμε την κατανόησή μας για το τι μπορεί να είναι λειτουργικό για κάθε μοναδική σχέση.

Η λειτουργική ανάλυση και η διατύπωση περίπτωσης στο συγκεραστικό μοντέλο της Θεραπείας ζεύγους

Έλενα Χάιντς, PhD, Ψυχολόγος, Ελληνική Εταιρεία Έρευνας Συμπεριφοράς - Παράρτημα Μακεδονίας, Θεσσαλονίκη

Σκοπός της παρούσας ανακοίνωσης είναι η παρουσίαση ενός μοντέλου λειτουργικής ανάλυσης στη Θεραπεία Ζεύγους, το οποίο έχει ως θεωρητική βάση το συγκερασμό της Γνωστικής – Συμπεριφορικής Θεραπείας (ΓΣΘ) με τη Συστημική Θεραπεία και ως αποτέλεσμα τη διατύπωση περίπτωσης η οποία περιλαμβάνει την ερμηνεία της αλληλεπίδρασης των συντρόφων αλλά και της ατομικής συμπεριφοράς του κάθε συντρόφου εντός του πλαισίου της σχέσης. Το περιεχόμενο της διατύπωσης περίπτωσης καθοδηγεί τους τρόπους παρέμβασης, καθώς αναδεικνύει τα μοτίβα αλληλεπίδρασης των συντρόφων και κατ' επέκταση το σύστημα της σχέσης. Στο Συγκεραστικό Μοντέλο Θεραπείας Ζεύγους, η αλληλεπίδραση των συντρόφων αποτυπώνεται με μια αλυσιδωτή μορφή όπου η λεκτική και μη λεκτική συμπεριφορά του ενός συντρόφου γίνεται αντιληπτή ως ερέθισμα για τον άλλο σύντροφο ο οποίος/α με τη σειρά του θα αντιδράσει. Η επιλογή όμως της αντίδρασης αιτιολογείται με βάση την ατομική διατύπωση περίπτωσης, όπως αυτή προκύπτει από το ατομικό ιστορικό των συντρόφων. Το αποτέλεσμα αυτού του τύπου «ανάγνωσης» της αλληλεπίδρασης των συντρόφων είναι μια ατελείωτη αλυσίδα αντιδράσεων η οποία αποτυπώνει το σύστημα της σχέσης τους και τα μοτίβα που έχουν υιοθετήσει και στα οποία γίνεται η θεραπευτική παρέμβαση. Στη θεραπευτική παρέμβαση περιλαμβάνονται τόσο τεχνικές της ΓΣΘ όσο και της Συστημικής Θεραπείας βασιζόμενες στη θεωρία της επικοινωνίας και στην μετεπικοινωνιακή ανάγνωση της αλληλεπίδρασης των συντρόφων. Συμπερασματικά το συγκεκριμένο μοντέλο προέκυψε από τη διαπίστωση στη κλινική πράξη ότι υπάρχουν κοινοί εννοιολογικοί τόποι μεταξύ των δύο προσεγγίσεων και έχει μελετηθεί ως προς τη αποτελεσματικότητά του με πολύ ικανοποιητικά αποτελέσματα.

Τα μοτίβα στη συζυγική αλληλεπίδραση

*Ευάγγελος Παπαδάκης, M.Sc., Ψυχολόγος, Ελληνική Εταιρεία Έρευνας Συμπεριφοράς - Παράρτημα
Μακεδονίας, Θεσσαλονίκη*

Σύμφωνα με το Συγκεραστικό Μοντέλο της Θεραπείας Ζεύγους τα χαρακτηριστικά των συντρόφων (συναισθήματα, σκέψεις, προσωπικότητα και κίνητρα) διαμορφώνουν το σύστημα της σχέσης όπως αυτό αποτυπώνεται στα μοτίβα αλληλεπίδρασης του ζευγαριού. Το σύστημα μίας σχέσης, χρειάζεται να διαθέτει την απαραίτητη ευελιξία ώστε να μπορεί να προσαρμοστεί στις αλλαγές διατηρώντας παράλληλα μία ισορροπία σε σχέση με τα υπάρχοντα μοτίβα αλληλεπίδρασης και τους ρόλους των συντρόφων εντός του συστήματος της σχέσης. Αυτά τα μοτίβα λοιπόν μπορεί, είτε κατά το στάδιο διαμόρφωσης του συστήματος της σχέσης είτε σε περιόδους προκλήσεων και αλλαγών, να αποτελέσουν πηγή δύναμης και ευελιξίας για το ζευγάρι ή πηγή δυσφορίας και δυσλειτουργίας. Τα συνήθη μοτίβα αλληλεπίδρασης τα οποία έχει διαπιστωθεί ότι λειτουργούν ως γενεσιουργοί παράγοντες ή παράγοντες διατήρησης της δυσλειτουργίας της σχέσης με τη μορφή φαύλων κύκλων αλληλεπίδρασης είναι τα εξής: α) το μοτίβο αρνητικής αμοιβαιότητας, β) το μοτίβο της αμοιβαίας επιθετικότητας, γ) το μοτίβο απαίτησης – απόσυρσης, δ) το μοτίβο αμοιβαίας απόσυρσης και ε) το μοτίβο αμοιβαίας ή μονόπλευρης συναισθηματικής απεμπλοκής. Η ανάλυση των ιδιογραφικών μοτίβων αλληλεπίδρασης των συντρόφων με συστημικούς όρους, δηλαδή εντοπίζοντας πώς συμβάλλουν στη σταθερότητα ή την προσαρμοστικότητα ως προς την ικανοποίηση των αναγκών των συντρόφων, τόσο σε σχεσιακό όσο και σε ατομικό επίπεδο καθώς και στη διατήρηση της δυαδικής σχέσης, αποτελεί έναν βοηθητικό και χρήσιμο οδηγό για το θεραπευτή στην επιλογή και εφαρμογή των κατάλληλων θεραπευτικών παρεμβάσεων.

Γνωστική -Συμπεριφορική θεραπεία ζεύγους σε περιπτώσεις συνοσηρότητας. Μελέτη περίπτωσης

*Μαρία Αργυροπούλου, Ψυχολόγος, Ελληνική Εταιρεία Έρευνας Της Συμπεριφοράς, Παράρτημα
Μακεδονίας*

Η παρούσα μελέτη περίπτωσης εξετάζει ένα ζεύγος (άνδρας 47 ετών, γυναίκα 44 ετών) με επταετή έγγαμο βίο, που αντιμετωπίζει δυσλειτουργικά μοτίβα επικοινωνίας. Ο σύζυγος παρουσιάζει χαρακτηριστικά Ναρκισσιστικής Διαταραχής Προσωπικότητας εκδηλώνοντας αμυντική απομόνωση ως απόκριση στην διαφωνία ή την κριτική. Η σύζυγος εμφανίζει έντονη συμπτωματολογία άγχους, η οποία συχνά τροφοδοτεί έναν κύκλο διεκδικητικής πίεσης, επιτείνοντας τις συγκρούσεις. Οι θεραπευτικοί στόχοι που τέθηκαν ήταν οι εξής: α) Αποδόμηση του μοτίβου "Κριτική - Απόσυρση": Μείωση της τάσης του συζύγου για απομόνωση και της αγχώδους πίεσης της συζύγου, β) Βελτίωση Επικοινωνιακών Δεξιοτήτων: Αντικατάσταση των αμυντικών μηχανισμών με λειτουργική έκφραση αναγκών, γ) Ενίσχυση Θετικής Αλληλεπίδρασης: Αύξηση του κοινού ποιοτικού χρόνου και της αμοιβαίας επιβράβευσης. Η μεθοδολογία που ακολουθήθηκε και οι τεχνικές που εφαρμόστηκαν περιελάμβαναν: α) Γνωστική Αναδόμηση: Εντοπισμός των πυρηνικών πεποιθήσεων του συζύγου περί ανεπάρκειας που ενεργοποιούν την άμυνα, και των καταστροφικών σκέψεων της συζύγου για την εγκατάλειψη, β) Εκπαίδευση στις δεξιότητες επικοινωνίας: Εκπαίδευση στην ενεργητική ακρόαση χωρίς διακοπές ή αμυντικότητα, γ) Θέσπιση πρωτοκόλλου για ελεγχόμενη παύση της σύγκρουσης, ώστε ο σύζυγος να μην αποσύρεται τιμωρητικά, αλλά να ρυθμίζει το συναισθημά του πριν την επανασύνδεση, δ) Ημέρες φροντίδας: Προγραμματισμός θετικών δραστηριοτήτων για την αποκατάσταση της οικειότητας και τη μείωση της απομόνωσης. Η παρέμβαση, μέσω της εφαρμογής ΓΣΘ τεχνικών, εστίασε στη συστημική αναπλαισίωση της κριτικής σε αίτημα και της απομόνωσης σε ανάγκη για ρύθμιση και χρόνο. Η μελέτη αναδεικνύει πώς η εφαρμογή του Συγκεραστικού Μοντέλου της Θεραπείας Ζεύγους μπορεί να μειώσει την αμυντικότητα και να προάγει μια πιο ασφαλή συναισθηματική σύνδεση.

Η Εφαρμογή της Γνωστικής Συμπεριφορικής Θεραπείας Ζεύγους στην αντιμετώπιση της Ζηλοτυπίας και της Διαπροσωπικής Δυσλειτουργίας.

*Πανταζής Πανταζούδης, Ψυχολόγος, M.Sc., Ελληνική Εταιρεία Έρευνας Της Συμπεριφοράς,
Παράρτημα Μακεδονίας.*

Παρουσιάζεται περίπτωση ετεροφυλόφιλου ζευγαριού που προσήλθε σε θεραπεία ζεύγους με αίτημα τη μείωση των συγκρούσεων που σχετίζονται με ζηλοτυπική συμπεριφορά. Εξετάζεται η δυναμική της ζηλοτυπίας σε έναν νεαρό άνδρα, ο οποίος εμφανίζεται με έντονη ανάγκη για διαβεβαιώσεις σχετικά με την αφοσίωση της συντρόφου του. Η ζηλοτυπία εκδηλώνεται μέσω επαναλαμβανόμενων ελέγχων και αναζητήσεων επιβεβαίωσης, οι οποίες λειτουργούν βραχυπρόθεσμα αγχολυτικά αλλά μακροπρόθεσμα ενισχύουν τον φαύλο κύκλο της ανασφάλειας. Η σύντροφος ανταποκρίνεται είτε με συνεχή παροχή διαβεβαιώσεων, ενισχύοντας ακούσια τη συμπεριφορά, είτε με έντονες εκρήξεις θυμού, οδηγώντας σε περαιτέρω αποστασιοποίηση και επιβεβαίωση των δυσλειτουργικών πεποιθήσεων του συντρόφου της. Τόσο κατά τη διατύπωση περίπτωσης, όσο και κατά τη θεραπευτική διαδικασία, εφαρμόστηκε το Συγκεραστικό Μοντέλο της Γνωστικής Συμπεριφορικής Θεραπείας για τη θεραπεία ζεύγους με έμφαση στις γνωστικές διαστρεβλώσεις, στις πυρηνικές πεποιθήσεις αναξιοπρέπειας και εγκατάλειψης, καθώς και στον διαπροσωπικό κύκλο διατήρησης της ζηλοτυπίας. Παρουσιάζονται οι θεραπευτικές παρεμβάσεις που εφαρμόστηκαν, συμπεριλαμβανομένης της γνωστικής αναδόμησης, της μείωσης των συμπεριφορών ελέγχου και διαβεβαίωσης, καθώς και της εκπαίδευσης του ζεύγους σε δεξιότητες επικοινωνίας και ρύθμισης συναισθήματος, με στόχο τη διακοπή του φαύλου κύκλου και την ενίσχυση της εμπιστοσύνης στη σχέση.

Ενεργοποιώντας τις αισθήσεις μας ως Ψυχοθεραπευτές - μια αναλογία της μουσικής στην ψυχοθεραπεία ζευγαριού

Βασίλης Χαραλαμπίδης, Νίκος Καϊτσα, Αντώνης Αντωνίου

«Μην παίζεις αυτό που είναι εκεί αλλά αυτό που δεν είναι ...»

Miles Davis, jazz μουσικός

« Η συναισθηματική αντίδραση είναι αυτό που μετράει. Όσο υπάρχει η αίσθηση της επικοινωνίας, δεν είναι αναγκαίο αυτή να κατανοηθεί»

John Coltrane, jazz μουσικός

Στη θεραπεία ομάδας και οικογένειας και ζευγαριών , καθώς και στον μουσικό αυτοσχεδιασμό, οι σχέσεις εξελίσσονται μέσα από έναν μη συνειδητό αλλά ταυτόχρονα συνεχόμενα δημιουργικό τρόπο. Η συγκεκριμένη διεργασία ακολουθεί κάποιες αρχές που είναι κοινές.

Οι έννοιες του ρυθμού, του χρόνου, του κεντρικού θέματος, του διαλόγου, της σύνθεσης, η δημιουργική παύση, το να είσαι παρών, η συναισθηματική αντανάκλαση και σύνδεση, η μη λεκτική επικοινωνία, τα μοτίβα επικοινωνίας, οι συνηχήσεις, η αλληλεξάρτηση, η αυτορρύθμιση, η αυτόνομη έκφραση, η επικοινωνία μέσω κατοπτρικών νευρώνων και η διαφοροποίηση είναι μερικές από τις αρχές που συναντάμε σε ένα θεραπευτικό περιβάλλον που δουλεύει είτε μια ομάδα είτε μια οικογένεια, όπως επίσης και ένα μουσικό τρίο που αυτοσχεδιάζει μοιραζόμενο ένα μουσικό πλαίσιο μέσα από νότες, ιδέες και ήχους.

Μέσα από την εφαρμογή των ανωτέρω, αλλά και άλλων αρχών, οι θεραπευτές βοηθούν να δημιουργηθεί ο χώρος που καλωσορίζει και αναγνωρίζει τη διάσταση της ύπαρξης και της επικοινωνίας, ενώ ταυτόχρονα παρέχει τη «διατάραξη» που μπορεί να βοηθήσει το σύστημα να επεξεργαστεί νέες προοπτικές.

Σε αυτό το workshop ο Νίκος Καϊτσα, ο Αντώνης Αντωνίου και ο Βασίλης Χαραλαμπίδης, μουσικοί και ψυχοθεραπευτές, θα προσπαθήσουν να οξύνουν τις αισθήσεις μας, χρησιμοποιώντας τη μουσική παίζοντας ζωντανά και αυτοσχεδιάζοντας σε πραγματικό χρόνο.

Οι συμμετέχοντες θα έχουν την ευκαιρία να καθρεφτίσουν την εμπειρία τους μετά τον αυτοσχεδιασμό και να εντοπίσουν σημεία που αναδύθηκαν οι προαναφερόμενες αρχές, καθώς και πώς αυτές εμφανίζονται στην κλινική πρακτική.

Μέσα από αυτόν τον βιωματικό δρόμο οι συνάδελφοι προσκαλούνται να εξερευνήσουν νέους δρόμους να ακούν, να κατανοούν, να συνδέονται να ανταποκρίνονται και να συν- δημιουργούν την αλλαγή στο θεραπευτικό-κλινικό πλαίσιο.

Ἡ Ὁμαδικοαναλυτική Ἐποπτεία στή Θεραπεία Ζεύγους

Ἰνστιτούτο Ὁμαδικῆς Ἀνάλυσης Ἀθηνῶν

Παναγιώτα Θεοδώρα¹, Ἑρση Κουνέλη², Ἰωάννης Κ. Τσέγκος³

¹ Ψυχολόγος, Θεραπεύτρια Οἰκογένειας, Πρόεδρος τῆς Ἑταιρείας Θεραπείας Οἰκογένειας καί Ζεύγους
— ΕΘΟΖ, Ἀθήνα, Ἑλλάς

² Ψυχαναλύτρια Ὁμάδος, Θεραπεύτρια Οἰκογένειας καί Ζεύγους

³ Ψυχίατρος, Ψυχαναλυτής Ὁμάδας, Ἐπίτιμος Πρόεδρος τοῦ Ἀνοικτοῦ Ψυχοθεραπευτικοῦ Κέντρου καί
τοῦ Ἰνστιτούτου Ὁμαδικῆς Ἀνάλυσης Ἀθηνῶν

Τὸ ἐργαστήριο παρουσιάζει τὴν Ὁμαδικοαναλυτική ἐποπτική μέθοδο, ὅπως ἐφαρμόζεται στή θεραπεία οἰκογένειας καί ζεύγους, πού ἔχει ἀναπτυχθεῖ στό Ἰνστιτούτο Ὁμαδικῆς Ἀνάλυσης Ἀθηνῶν – Ι.Ο.Α.Α. (Τσέγκος, 1986, 1995, 2002). Ἡ ἐποπτική διεργασία μιᾶς θεραπευτικῆς συνεδρίας οἰκογένειας ἢ ζεύγους δὲν περιορίζεται στή δυαδική σχέση μεταξύ ἐπόπτη καί ἐποπτευομένου. Ἀντιθέτως, ἐκτυλίσσεται σ' ἓνα εὐρύτερο δίκτυο σχέσεων καί ἐπικοινωνιῶν, πού περιλαμβάνει τόν ἐκπαιδευόμενο παρουσιαστή, τοὺς ὑπόλοιπους συν-ἐκπαιδευομένους του, ἓναν ἔμπειρο παρατηρητὴ (ἐκπαιδευτὴ), καθὼς καί τὴν παρουσιαζόμενη θεραπευτική συνεδρία τῆς οἰκογένειας ἢ τοῦ ζεύγους. Μέσα σὲ αὐτὸ τὸ ὁμαδικὸ πλαίσιο, ἡ ἀλληλεπίδραση μεταξύ τοῦ ὑλικοῦ, πού παρουσιάζει ὁ ἐποπτευόμενος θεραπευτὴς καί τῆς ἐποπτεύουσας ὁμάδας ἀναδύονται πολλαπλὰ ὁμαδικὰ φαινόμενα, ὅπως κατοπτρισμοί, συνηγήσεις κ.ἄ. Ὁ ἐντοπισμὸς τῶν διεργασιῶν αὐτῶν διευκολύνουν τὴ διερεύνηση καί περαιτέρω κατανόηση τῶν συναισθηματικῶν, φαντασιακῶν καί γνωστικῶν ἐπιπέδων, πού προκάλεσε ἡ παρουσιαζόμενη συνεδρία, στὰ μέλη τῆς ὁμάδας. Μέσῳ τῶν σταδίων τῆς ἐποπτείας (παρουσίαση, ἀνάλυση καί σύνθεση) ἡ ὁμάδα ἐποπτείας γίνεται ἓνα ζωντανὸ πεδίο βιωματικῆς μάθησης. Τὸ κλινικὸ ὑλικὸ δὲν συζητιέται μόνο λογικά, ἀλλὰ βιώνεται καί συνηγεῖ σ' ὅλους τοὺς συμμετέχοντες. Μέ βάση τὴν 45ετὴ ἐμπειρία τοῦ Ἰνστιτούτου φαίνεται ὅτι, ἡ μέθοδος αὐτὴ προσφέρει μία πολύτιμη εὐκαιρία γιὰ προσωπικὴ ἀνάπτυξη, κλινικὴ κατανόηση καί ἐνίσχυση τῆς ἐπαγγελματικῆς ταυτότητας, ὅχι μόνο τοῦ ἐποπτευομένου παρουσιαστῆ ἀλλὰ καί ὅλων τῶν συμμετεχόντων σ' αὐτήν.

Θεραπεία Ζεύγους στην Ψυχιατρική Κλινική Ενηλίκων: Συμμαχία εν μέσω Κρίσης

Μαρία Μπάστα, Καθηγήτρια Ψυχιατρικής

Εισαγωγή & Σκοπός:

Η διαχείριση της μείζονος ψυχοπαθολογίας σε νοσοκομειακό περιβάλλον εστιάζει συχνά στην ατομική αντιμετώπιση. Σκοπός της παρουσίασης είναι η ανάδειξη της ανάγκης ενσωμάτωσης των παρεμβάσεων ζεύγους κατά τη νοσηλεία ασθενών με σύνθετη ψυχοπαθολογία.

Παρουσίαση Περιστατικού:

Παρουσιάζεται σπάνια περίπτωση ασθενούς με νευρογενή ανορεξία όψιμης έναρξης και κατάθλιψη, η οποία εισήχθη σε ψυχιατρικό τμήμα. Η ενδελεχής κλινική διερεύνηση αποκάλυψε ότι η έναρξη και η επιδείνωση των συμπτωμάτων σχετίζονταν στενά με σοβαρή δυσλειτουργία στη σχέση του ζεύγους.

Παρεμβάσεις & Αποτελέσματα:

Το θεραπευτικό πλάνο, πέραν της σωματικής και φαρμακευτικής σταθεροποίησης, περιέλαβε στοχευμένες συνεδρίες θεραπείας ζεύγους εντός της κλινικής. Οι παρεμβάσεις εστίασαν στη βελτίωση της επικοινωνίας και στην κινητοποίηση του συντρόφου ως υποστηρικτικού συμμάχου προς το θεραπευτικό αποτέλεσμα. Η αντίσταση στη βελτίωση της σχέσης λειτούργησε ως δυσμενής προγνωστικός παράγοντας για την σημαντική υποχώρηση των συμπτωμάτων και τη διατροφική αποκατάσταση.

Συμπεράσματα:

Η θεραπεία ζεύγους αποτελεί κρίσιμη, συστημική παρέμβαση που μπορεί να καθορίσει θετικά την έκβαση της νοσηλείας σε άτομα με ποικίλη μείζονα ψυχοπαθολογία.

Η θεραπεία ζεύγους σε πανεπιστημιακή ψυχιατρική κλινική: πολυτέλεια ή αναγκαιότητα

Ανάλυση Περίπτωσης

Ελένη Αϊβαλιώτη, Ψυχολόγος MSc, PhD

Η αποκάλυψη μιας απιστίας μπορεί να έχει καταστροφική επίδραση στο ζευγάρι. Οι ‘‘προδομένοι’’ σύντροφοι συχνά αναφέρουν συναισθήματα ντροπής, θλίψης, ανημπόριας και εγκατάλειψης (Abrahms Spring, 1996; Brown, 1991). Η συστημική θεραπεία ζεύγους έχει φανεί πολύ βοηθητική στη διευκόλυνση της αλλαγής υπό τη θεώρηση της απιστίας ως απόκριση σε ένα διαπροσωπικό τραυματικό γεγονός (Baucom et al., 2005; Glass & Wright, 1997; Gordon & Baucom, 1998).*

Παρουσιάζεται περίπτωση άνδρα 42 ετών ο οποίος ανακάλυψε ότι η σύζυγός του 38 ετών έχει συνάψει σχέση με συνάδελφό της και μάλιστα ισχυρίζεται ότι έχει στοιχεία που το αποδεικνύουν. Όταν της το αποκαλύπτει εκείνη το αρνείται και αυτός, το ίδιο βράδυ και ενώ εκείνη και τα παιδιά τους κοιμούνται, ανεβαίνει στον 5^ο όροφο της πολυκατοικίας με σκοπό να αυτοκτονήσει καθώς βιώνει αισθήματα θλίψης, απελπισίας, ανημπόριας και αναξιοσύνης. Σκεπτόμενος τα παιδιά του δεν το επιχειρεί και το εκμυστηρεύεται στη σύζυγο 2 μέρες μετά. Εκείνη τον πείθει να αναζητήσουν βοήθεια και προσέρχονται στα επείγοντα Πανεπιστημιακού Νοσοκομείου αιτούμενοι ψυχολογική βοήθεια.

Πραγματοποιείται ψυχιατρική εκτίμηση, κατά το πρωτόκολλο και λόγω εμφάνισης καταθλιπτικών συμπτωμάτων, ο ασθενής νοσηλεύεται και παραπέμπεται για θεραπεία ζεύγους, θεωρώντας ότι τα σχεσιακά δυναμικά αποτελούν έναν επιπλέον επιβαρυντικό παράγοντα. Λαμβάνονται πλήρες και λεπτομερές ιστορικό ζεύγους και γενεόγραμμα και γίνονται υποθέσεις για τη σημασία της εμφάνισης του συμβάντος.

Φαίνεται ότι η θεώρηση της απιστίας ως μια μορφή διαπροσωπικού τραύματος συμβάλει στην κατανόηση της γνωσιακής, συναισθηματικής και συμπεριφορικής ανισορροπίας της σχέσης στην αποκατάσταση της οποίας, η συστημική θεραπεία είναι πολύ χρήσιμη.

Το Πρώτο Ψυχωσικό Επεισόδιο και οι Δονήσεις στο Οικογενειακό Σύστημα: Από το Σοκ στην Ανασυγκρότηση

Βουλγαράκη Ευγενία, Τζιμπιμπάκης Αργύρης, Πασχαλίδου Άννα

Εισαγωγή/ Σκοπός :

Η εμφάνιση ενός πρώτου ψυχωσικού επεισοδίου σε έναν νέο ενήλικα επηρεάζει βαθιά ολόκληρο το οικογενειακό σύστημα προκαλώντας κρίση στις σχέσεις. Στόχος της ομιλίας είναι η παρουσίαση παρεμβάσεων στο ζεύγος των γονέων πασχόντων από ψυχωσικές διαταραχές με στόχο την καλύτερη έκβαση της νόσου.

Παρουσίαση Περιστατικού:

Στην παρούσα εργασία παρουσιάζεται η κλινική περίπτωση ενός νεαρού ασθενούς με διάγνωση πρώτου επεισοδίου σχιζοφρένειας, και συνυπάρχουσας ΔΕΠΥ, ο οποίος εντάχθηκε στο πρόγραμμα Μονάδας Έγκαιρης Παρέμβασης στην ψύχωση.

Παρεμβάσεις & Αποτελέσματα:

Παράλληλα με την ατομική φροντίδα του ασθενούς με φαρμακοθεραπεία και ατομική/ομαδική ψυχοθεραπεία, στους γονείς προσφέρθηκε θεραπεία ζεύγους. Στόχος της παρέμβασης ήταν η ανακούφιση του γονεϊκού άγχους, η μείωση της επικριτικότητας, η ενίσχυση της μεταξύ τους επικοινωνίας στο ζεύγος και η βελτίωση της σχέσης τους με τον γιο τους. Η θεραπεία βοήθησε το ζευγάρι να διαχειριστεί την κρίση και να επαναπροσδιορίσει τα όρια και τους ρόλους εντός της οικογένειας.

Συμπεράσματα:

Μέσα από το συγκεκριμένο περιστατικό αναδεικνύεται ο κομβικός ρόλος της θεραπείας ζεύγους ως συμπληρωματικού εργαλείου στις δομές έγκαιρης παρέμβασης στην ψύχωση. Υπογραμμίζεται ότι, όταν υπάρχουν οι κατάλληλες ενδείξεις, η στήριξη του ζευγαριού λειτουργεί προστατευτικά, βελτιώνει το οικογενειακό κλίμα και ενισχύει μακροπρόθεσμα την πορεία αποκατάστασης του ασθενούς.

Εργαλεία οικογενειακής θεραπείας και συμβουλευτικής γονέων που χρησιμοποιούμε στο Τμήμα Νοσηλείας Εφήβων του ΠΑΓΝΗ. Παρουσίαση περιστατικού

Γιώργος Γεροστέργιος, Ψυχίατρος Παιδιών και Εφήβων, Παιδοψυχιατρική Κλινική, Πανεπιστημιακό Γενικό Νοσοκομείο Ηρακλείου (ΠΑΓΝΗ)

Αναστασία Καπατζιά, MSc, PhD, Ψυχολόγος, Παιδοψυχιατρική Κλινική, Πανεπιστημιακό Γενικό Νοσοκομείο Ηρακλείου (ΠΑΓΝΗ)

Εισαγωγή & Σκοπός

Η νοσηλεία παιδιών και εφήβων με σοβαρή ψυχοπαθολογία απαιτεί θεραπευτικές παρεμβάσεις οι οποίες υπερβαίνουν την ατομική προσέγγιση και περιλαμβάνουν ενεργά την οικογένεια. Σκοπός της παρουσίασης είναι η ανάδειξη των βασικών εργαλείων οικογενειακής θεραπείας και συμβουλευτικής γονέων οι οποίες εφαρμόζονται στο Τμήμα Νοσηλείας Εφήβων του ΠΑΓΝΗ, καθώς και η κλινική τους αξιοποίηση μέσα από την παρουσίαση ενός περιστατικού.

Παρουσίαση Κλινικού Περιστατικού

Παρουσιάζεται περιστατικό νοσηλευόμενου εφήβου με σύνθετες ψυχοκοινωνικές δυσκολίες, στο οποίο αναδείχθηκαν σημαντικές προκλήσεις στην οικογενειακή λειτουργία και στη γονεϊκή συνεργασία. Τα δημογραφικά και κλινικά στοιχεία έχουν τροποποιηθεί, ώστε να διασφαλίζεται πλήρως η ανωνυμία του περιστατικού.

Παρεμβάσεις

Παρουσιάζονται ενδεικτικά οι θεραπευτικές παρεμβάσεις οι οποίες εφαρμόστηκαν, όπως η συμβουλευτική γονέων, η εκπαίδευση σε δεξιότητες διαχείρισης συμπεριφορών, καθώς και η αξιοποίηση εννοιών από τη συστημική θεραπεία και άλλες σύγχρονες ψυχοθεραπευτικές προσεγγίσεις, προσαρμοσμένων στις ανάγκες της συγκεκριμένης οικογένειας.

Συμπεράσματα

Η συνδυαστική αξιοποίηση εργαλείων οικογενειακής θεραπείας και συμβουλευτικής γονέων αποτελεί ουσιαστικό μέρος της θεραπευτικής αντιμετώπισης εφήβων οι οποίοι νοσηλεύονται σε παιδοψυχιατρικό πλαίσιο και συμβάλλει στην πληρέστερη κατανόηση και διαχείριση των δυσκολιών του παιδιού και της οικογένειάς του.

Εγώ καλά, εσύ καλά, εμείς καλά

Νεκταρία - Νικολέτα Μπουλταδάκη

Η φράση του τίτλου της ομιλίας είναι δανεισμένη από τον πρωτοπόρο οικογενειακό θεραπευτή Carl Whitaker. Ως θεραπευτές ζεύγους και οικογένειας ερχόμαστε αντιμέτωποι διαρκώς με δομικές αλλαγές στον θεσμό του γάμου και στον τρόπο που συνίστανται οι οικογένειες. Οι ρόλοι διαχέονται και αλληλοκαλύπτονται, οι οικογένειες γίνονται σύνθετες, η ίδια η ιδέα της μακροημέρευσης του γάμου φαίνεται να φθίνει ως κοινωνική αξία. Παράλληλα, διαρκώς νέες καινοτόμες παρεμβάσεις ξεπηδούν, σε άμεση συσχέτιση με την ολοένα μεταλλασσόμενη επιστημολογία και την αλλαγή της κυβερνητικής.

Οι θεραπευτές πασχίζουμε να συντονιστούμε τόσο με τις κοινωνικές, όσο και με τις θεραπευτικές εξελίξεις και να κρατηθούμε ενήμεροι μέσα στον καταιγισμό νέων ιδεών. Είναι όμως όλα έρμαια της καταιγιστικής αλλαγής; Η διαρκής μετακίνηση λειτουργεί πάντα μορφογενετικά ή καμιά φορά εξαντλεί το σύστημα; Οι σταθερές ισοδυναμούν απαραίτητα με εντροπία; Και πότε τελικά λύσαμε το αρχικό δίλλημα της χρυσής ισορροπίας του «αυτονομείσθαι εν αλληλεξαρτήσει» του Βασιλείου για να μπορέσουμε να επιλύσουμε τα επόμενα;

Κι εμείς οι ίδιοι οι θεραπευτές ως άνθρωποι, που βρισκόμαστε μέσα σε αυτόν τον νέο χάρτη; Πώς καθρεφτίζει τον σχεσιακό μας εαυτό και τα δικά μας προσωπικά αδιέξοδα η θεραπευτική γλώσσα; Φτάνει η υψηλή μας ανθεκτικότητα για να μας ορίσει καπετάνιους σε αυτά τα νέα άγνωστα σχεσιακά νερά;

Ίσως η απάντηση βρίσκεται στην ανθρώπινη, ευάλωτη συνάντηση, χωρίς φορεσιές και λόγους αυθεντίας.

Η αναζήτηση συντρόφου στην ψηφιακή εποχή: Νέες μορφές οικειότητας και σχέσης

Ανθή Αργυρούδη
Τμήμα Κοινωνικής Εργασίας, ΣΕΥ, ΕΛΜΕΠΑ

Η ψηφιοποίηση των κοινωνικών αλληλεπιδράσεων και η διάδοση των διαδικτυακών εφαρμογών γνωριμιών φαίνεται να έχουν σε έναν βαθμό αναδιαμορφώσει τους όρους συγκρότησης των ερωτικών σχέσεων, επηρεάζοντας τις σύγχρονες αντιλήψεις περί οικειότητας και δέσμευσης. Η παρούσα προσέγγιση διερευνά τις μεταβολές αυτές μέσα από κοινωνιολογικές και κοινωνικοψυχολογικές θεωρήσεις της οικειότητας, με στόχο την ανάδειξη των νέων μορφών σχέσης που αναπτύσσονται στο πλαίσιο της ψηφιακής διαμεσολάβησης και τη διερεύνηση των πιθανών προεκτάσεών τους για το θεραπευτικό πλαίσιο. Οι ψηφιακές τεχνολογίες διευρύνουν το πεδίο επιλογής πιθανών συντρόφων και ενισχύουν την εξατομίκευση της αναζήτησης, επιτρέποντας μια φαινομενικά ενεργητικότερη διαπραγμάτευση της μορφής, των όρων και του βαθμού δέσμευσης μιας σχέσης. Υπό τις συνθήκες αυτές, η οικειότητα αποσυνδέεται, σε έναν βαθμό, από την προϋπόθεση της φυσικής και ενσώματης συνύπαρξης και αναδιαμορφώνεται ως σχέση που δύναται να συγκροτείται και «εξ αποστάσεως», μέσα από τη διαρκή επικοινωνιακή διασύνδεση και την αντίληψη μιας δυνητικά «συνεχούς» διαθεσιμότητας τ@ άλλ@. Παράλληλα, η ψηφιακή διαμεσολάβηση εισάγει ζητήματα, καθώς η λειτουργία των αλγορίθμων, η επιμελημένη παρουσίαση του εαυτού στην «ψηφιακή» σκηνή και η διαρκής διαθεσιμότητα εναλλακτικών επιλογών συνδέονται με αυξημένη αβεβαιότητα, συνεχή αξιολόγηση των σχέσεων, ευκολότερη αποδέσμευση και ενδεχόμενη ευθραυστότητα των δεσμών. Κεντρική θέση στην ανάλυση κατέχει η έννοια της «κινητής εγγύτητας». Οι σχέσεις δύνανται να μεταβάλλονται ως προς τη μορφή, τη διάρκεια και τον βαθμό δέσμευσης, αναδεικνύοντας τη διαχείριση του διπόλου αυτονομία–δέσμευση ως βασικό άξονα κατανόησης της σύγχρονης οικειότητας. Υπό το πρίσμα αυτό, το θεραπευτικό ενδιαφέρον στρέφεται στη νοηματοδότηση που αποδίδουν τα άτομα στις ψηφιακά διαμεσολαβημένες εμπειρίες τους και στους τρόπους με τους οποίους συγκροτούν, διαπραγματεύονται και επαναπροσδιορίζουν την εγγύτητα, την οικειότητα και τη δέσμευση.

Διαγενεακή - Αφηγηματική Θεραπεία ζεύγους: Υφαίνοντας ευκαιρίες με νήματα ιστορίας από τις οικογένειες καταγωγής

Χρυσός Παναγιώτης
Ψυχίατρος, Εργαστήριο Συστημικής Σκέψης & Εκπαίδευσης

Πως δύο άνθρωποι που ερωτεύονται παράφορα καταλήγουν να μισούν ο ένας τον άλλο;

Μήπως ο έρωτας είναι μία ψευδαισθησιακή εμπειρία που λειτουργεί ως καμουφλάζ;

Και αν είναι έτσι τι βρίσκεται κάτω από το καμουφλάζ;

Θα περπατήσουμε μαζί με το ζευγάρι το μονοπάτι της ζωής του, εξερευνώντας τα νήματα που υφαίνουν τις ιστορίες τους. Θα ανοίξουμε ντουλάπια με ιστορίες ξεχασμένες και σκονισμένες φτιαγμένες όμως με τα ίδια νήματα σε διαφορετική ύφανση.

Ίσως τελικά στην θεραπεία αξία έχει η αβεβαιότητα της εξερεύνησης και όχι η βεβαιότητα της θεωρίας.

When intimacy activates modes: Internalizing and controlling relational schema modes in romantic relationships

Tubanur Bayram Kuzgun, Hatice Deniz Ozdemir

Background:

Romantic relationships are among the primary interpersonal contexts in which maladaptive schema modes are activated, reinforced, and expressed. Although existing schema therapy instruments assess schema modes at the individual level, they largely overlook how these modes manifest within relational dynamics between romantic partners. To address this gap, the present study aimed to develop and validate the Relational Schema Modes Scale (RSMS), a novel instrument designed to assess maladaptive relational schema modes in romantic relationships.

Methods:

The RSMS was developed and validated using two independent samples of adults in romantic relationships. Exploratory and Confirmatory factor analyses were conducted.

Results:

Exploratory factor analysis supported a five-factor structure consisting of Covert Controlling, Subjugation, Covert Vulnerability, Dominance, and Withdrawal. A second-order Confirmatory factor model supported two higher-order dimensions—Internalizing Modes (Subjugation and Withdrawal) and Controlling Modes (Covert Controlling, Covert Vulnerability, and Dominance)—indicating a meaningful hierarchical organization of relational schema modes.

Conclusions:

The RSMS demonstrated strong psychometric properties, including robust structural and criterion-related validity. Beyond identifying five relational schema modes, the scale revealed a higher-order distinction between internalizing and controlling relational coping patterns. Internalizing modes reflected self-directed regulation through inhibition, emotional suppression, and withdrawal, whereas controlling modes encompassed overt dominance, covert manipulation, and vulnerability-driven control strategies characterized by attachment testing and the indirect regulation of relational closeness. This hierarchical framework offers a clinically meaningful model for understanding maladaptive interpersonal processes in romantic relationships and may serve as a valuable tool for schema-based assessment, case conceptualization, and intervention in couples therapy.

Υπογονιμότητα και Αναπαραγωγικό Αφήγημα του Ζευγαριού: Μια Συστημική Οπτική

Ιωάννα Τσιγκουρλά, Εργαστήριο Διερεύνησης Ανθρωπίνων Σχέσεων

Η υπογονιμότητα αποτελεί μια σύνθετη εμπειρία που υπερβαίνει τη βιοϊατρική της διάσταση και επηρεάζει βαθιά το άτομο, το ζευγάρι αλλά και το ευρύτερο οικογενειακό σύστημα. Συχνά περιγράφεται ως αναπτυξιακή κρίση και έχει ταξινομηθεί ως ένας από τους εντονότερους στρεσογόνους παράγοντες, συγκρίσιμος με γεγονότα όπως ο θάνατος αγαπημένου προσώπου ή σοβαρές σωματικές νόσοι όπως ο καρκίνος.

Η υπάρχουσα βιβλιογραφία εστιάζει κυρίως στις ατομικές ψυχολογικές επιπτώσεις της υπογονιμότητας, όπως τα συναισθήματα άγχους, ματαίωσης, θυμού και θλίψης που τη συνοδεύουν. Ωστόσο, μια συστημική οπτική παρέχει ένα διευρυνμένο πλαίσιο κατανόησης των πολύπλοκων επιδράσεων της υπογονιμότητας. Αρχικά, μας επιτρέπει να εξετάσουμε τη δυναμική του ζευγαριού, η οποία συχνά δοκιμάζεται ή και ανατρέπεται, κυρίως λόγω των διαφορετικών μηχανισμών αντιμετώπισης που υιοθετούν οι σύντροφοι, προκαλώντας απόσυρση, απομόνωση ή και υπερπροσαρμογή. Παράλληλα, ενεργοποιούνται διαγενεακές προσδοκίες και οικογενειακές πεποιθήσεις σχετικά με τη γονεϊκότητα, καθώς και κοινωνικές απαιτήσεις που δημιουργούν ένα ιδιαίτερο περιβάλλον πιέσεων για το ζευγάρι. Επιπλέον, σύμφωνα με τη Θεωρία Οικογενειακών Συστημάτων, η μη απόκτηση απογόνων καθηλώνει τους συντρόφους στο «στάδιο του ζευγαριού», προκαλώντας πιθανή κρίση και δυσχεραίνοντας τη διαδικασία διαφοροποίησης. Η αίσθηση του ενήλικου εαυτού απειλείται και οι σχέσεις τόσο με την οικογένεια προέλευσης όσο και με το ευρύτερο κοινωνικό πλαίσιο επηρεάζονται. Στην παρούσα εργασία εστιάζουμε στον τρόπο με τον οποίο η υπογονιμότητα διαταράσσει το αναπαραγωγικό αφήγημα (reproductive story) του ζευγαριού, δηλαδή το σύνολο ιστοριών, πεποιθήσεων και φαντασιώσεων που φέρουν οι σύντροφοι σχετικά με τη γονεϊκότητα. Υπό αυτό το πρίσμα, η υπογονιμότητα προσεγγίζεται ως ένα βίωμα που ενεργοποιεί και αναδιαμορφώνει οικογενειακές αφηγήσεις γύρω από την αναπαραγωγή, τη γονεϊκότητα και την ταυτότητα της οικογένειας. Παράλληλα, συζητούνται πιθανές κλινικές προεκτάσεις για τη θεραπευτική εργασία με ζευγάρια που βιώνουν ή έχουν βιώσει υπογονιμότητα, ακόμη και όταν τελικά έχει επιτευχθεί η απόκτηση παιδιού.

Η συμβολή της ψυχοκοινωνικής παρέμβασης στη θεραπευτική πορεία ζευγαριών σε πρόγραμμα Ιατρικώς Υποβοηθούμενης Αναπαραγωγής (Ι.Υ.Α.).

Μ. Φραιδάκη¹, Π. Κακούρη¹, Γ. Πέτσας³, Π. Τσακούμη¹, Αν. Ανυφαντάκη², Κ. Μπιτζοπούλου¹, Α. Ανυφαντάκη¹

- 1. Μ.Ι.Υ.Α Κέντρο Γονιμότητας Κρήτης*
- 2. Πανεπιστημιακό Γενικό Νοσοκομείο Ηρακλείου*
- 3. Μ.Ι.Υ.Α Μονάδα Γονιμότητας Χανίων*

Στην Ευρώπη, η υπογονιμότητα επηρεάζει 1 στα 6 ζευγάρια αναπαραγωγικής ηλικίας και σε ορισμένες χώρες, φτάνει έως και το 20%. Αυτό μεταφράζεται σε 25 εκατομμύρια πολίτες της ΕΕ που χρειάζονται διάγνωση και θεραπεία για την υπογονιμότητα. Η εξωσωματική γονιμοποίηση (IVF) έχει φέρει επανάσταση στην αναπαραγωγική ιατρική, προσφέροντας ελπίδα σε άτομα και ζευγάρια, διέγερνε τον ορισμό της οικογένειας και αμφισβήτησε τις κοινωνικές νόρμες που σχετίζονται με τη γονεϊκότητα. Ωστόσο, η ψυχολογία των υπογόνιμων ζευγαριών είναι μια σύνθετη και συναισθηματικά φορτισμένη κατάσταση που επηρεάζει βαθιά την καθημερινότητα, τη σχέση και την αυτοεικόνα τους.

Η παρούσα μελέτη διερευνά την επίδραση της ψυχολογικής συμβουλευτικής και παρέμβασης σύμφωνα με τον οδηγό της ESHRE στα ζευγάρια κατά την περίοδο προγραμματισμού της εξωσωματικής γονιμοποίησης, τα στάδια της θεραπείας, τις ιατρικές διαδικασίες και την έκβαση της εξωσωματικής γονιμοποίησης.

Μέθοδος :Συνολικά 155 ζευγάρια που υποβλήθηκαν σε θεραπεία Ιατρικώς Υποβοηθούμενης Αναπαραγωγής συμμετείχαν στην έρευνα στη Μ.Ι.Υ.Α Κέντρο Γονιμότητας Κρήτης από το Νοέμβριο του 2024 έως τον Οκτώβριο του 2025.

Αποτελέσματα: Η ενσωμάτωση οργανωμένων υπηρεσιών ψυχολογικής υποστήριξης στα προγράμματα Ιατρικώς Υποβοηθούμενης Αναπαραγωγής, συμβάλλει ουσιαστικά στη διαχείριση του συναισθηματικού φορτίου, μειώνει το άγχος των συχνών επισκέψεων στην Μ.Ι.Υ.Α, την κοινωνική και σεξουαλική ανησυχία, βελτιώνει τη θεραπευτική συμμόρφωση των ζευγαριών και το ποσοστό κλινικών κύψεων.

Συμπέρασμα: Η συμβολή της ψυχοκοινωνικής παρέμβασης στη θεραπευτική πορεία ζευγαριών σε πρόγραμμα Ιατρικώς Υποβοηθούμενης Αναπαραγωγής, είναι σημαντική για τη διαχείριση των συναισθημάτων και τη λήψη αποφάσεων σχετικά με θεραπείες υποβοηθούμενης αναπαραγωγής και η ενσωμάτωση τους στις θεραπείες Ιατρικώς Υποβοηθούμενης Αναπαραγωγής Ι. Υ.Α είναι επιτακτική.

Συστηματική βιβλιογραφική ανασκόπηση της επίδρασης της υπογονιμότητας στην ψυχική υγεία του ζευγαριού και η αποτελεσματικότητα των ψυχοκοινωνικών παρεμβάσεων

Βαρδάκη Κατερίνα

Εισαγωγή: Η υπογονιμότητα αποτελεί μια σύνθετη κρίση ζωής που επηρεάζει βαθιά την ψυχική υγεία και την ποιότητα ζωής των ζευγαριών. Η παρούσα εργασία εξετάζει τη βιβλιογραφική τεκμηρίωση σχετικά με την ψυχολογική επιβάρυνση των συντρόφων και την αποτελεσματικότητα των θεραπευτικών προσεγγίσεων.

Σκοπός: Η διερεύνηση της επίπτωσης της υπογονιμότητας στο άγχος, την κατάθλιψη και την ποιότητα ζωής του ζευγαριού, καθώς και η αξιολόγηση της αποτελεσματικότητας των ψυχοκοινωνικών και συστημικών παρεμβάσεων.

Αποτελέσματα: Ψυχολογική Επιβάρυνση: Τα ποσοστά άγχους ανέρχονται σε **48,0%** για τις γυναίκες και **28,4%** για τους άνδρες, ενώ η κατάθλιψη αγγίζει το **35,6%** και **18,6%** αντίστοιχα. Οι γυναίκες φέρουν σταθερά μεγαλύτερο ψυχολογικό βάρος, ωστόσο η δυσφορία έχει ξεκάθαρα **δυναμικό χαρακτήρα**, καθώς η στρατηγική αντιμετώπισης του ενός συντρόφου επηρεάζει άμεσα τον άλλον.

Ποιότητα Ζωής: Παρατηρείται σημαντική πτώση σε όλους τους τομείς (σωματικό, συναισθηματικό, κοινωνικό), η οποία συχνά επιδεινώνεται μετά από αποτυχημένες προσπάθειες υποβοηθούμενης αναπαραγωγής.

Παρεμβάσεις: Η **Γνωσιακή Συμπεριφορική Θεραπεία (CBT)** αναδεικνύεται ως η πλέον αποτελεσματική για την κατάθλιψη. Η **Ενσυνειδητότητα (Mindfulness)** παρουσιάζει βέλτιστα αποτελέσματα στη διαχείριση του άγχους. Η **Συστημική Θεραπεία Ζεύγους** (6+ συνεδρίες) μειώνει τη σχεσιακή δυσφορία, ιδιαίτερα σε περιπτώσεις ιδιοπαθούς υπογονιμότητας.

Συμπεράσματα: Οι ψυχοκοινωνικές παρεμβάσεις προσφέρουν ουσιαστικά οφέλη στη μείωση της ψυχολογικής δυσφορίας και τη βελτίωση της σχέσης. Παρά τη θεωρητική τεκμηρίωση της δυναμικής φύσης του προβλήματος, τα στοιχεία για τη συστημική θεραπεία παραμένουν περιορισμένα σε σύγκριση με τις ατομικές παρεμβάσεις, υπογραμμίζοντας την ανάγκη για περαιτέρω έρευνα σε εστιασμένες στο ζευγάρι προσεγγίσεις.

Λέξεις-κλειδιά: Υπογονιμότητα, Άγχος, Κατάθλιψη, Ποιότητα Ζωής, Ψυχοκοινωνικές Παρεμβάσεις, Θεραπεία Ζεύγους.

Βιβλιογραφία:

1. **Gu, X., et al. (2025).** Prevalence of psychological problems among individuals and couples during ART. *J Assist Reprod Genet.*
2. **Salari, N., et al. (2024).** Global prevalence of MDD and anxiety among infertile women. *Arch Gynecol Obstet.*
3. **Thompson, J. (2021).** The effectiveness of couple therapy on psychological and relational variables. *ANZJFT.*
4. **Grammenou, M., et al. (2026).** The psychological impact of IVF: A gender systematic review. *Healthcare.*

Η προσέγγιση Hudolin και τα ΚΟΠΑ σε περιπτώσεις προβληματικής χρήσης αλκοόλ ως θεραπευτική προσέγγιση ζεύγους: μελέτη περίπτωσης

*Αγγελική Ευσταθοπούλου,
Κοινωνική Λειτουργός, εκπ. Συστημική Θεραπεύτρια*

Η προβληματική χρήση αλκοόλ αποτελεί ένα πολυπαραγοντικό φαινόμενο, το οποίο δεν μπορεί να κατανοηθεί αποκλειστικά ως ατομικό πρόβλημα. Αντίθετα, επηρεάζεται και επηρεάζει δυναμικά το διαπροσωπικό και οικογενειακό πλαίσιο μέσα στο οποίο εκδηλώνεται.

Μια ιδιαίτερα σημαντική εξέλιξη στη συστημική κατανόηση της εξάρτησης από το αλκοόλ αποτελεί το έργο του Vladimir Hudolin, ο οποίος εισήγαγε ένα κοινωνικο-οικολογικό μοντέλο αντιμετώπισης του αλκοολισμού. Στο πλαίσιο αυτό, η προβληματική χρήση του αλκοόλ, δεν αντιμετωπίζεται ως ατομική ψυχοπαθολογία, αλλά ως φαινόμενο που αναδύεται και διατηρείται μέσα σε ένα δίκτυο σχέσεων που περιλαμβάνει την οικογένεια και την κοινότητα (Hudolin, 1991).

Κεντρική εφαρμογή της προσέγγισης του Hudolin αποτελούν τα ΚΟΠΑ (Κλαμπ Οικογενειών με Προβλήματα από το Αλκοόλ), τα οποία λειτουργούν ως θεραπευτικά μικροσυστήματα μέσα στην κοινότητα. Σε αυτά συμμετέχουν όχι μόνο τα άτομα με προβληματική χρήση, αλλά και τα μέλη της οικογένειάς τους, γεγονός που ενισχύει τη συστημική διάσταση της παρέμβασης.

Μέσω της μελέτης περίπτωσης ζευγαριών που αντιμετώπισαν πρόβλημα εξάρτησης από το αλκοόλ και απευθύνθηκαν στις ομάδες των ΚΟΠΑ, θα αναδείξουμε τη σημασία της μεθόδου, αλλά και τις τυχόν προβληματικές που υπάρχουν. Η εξάρτηση είναι ένα ζήτημα που δεν αφορά στο άτομο ή στην οικογένεια αποκλειστικά. Κατά Hudolin, η έμφαση στην αλληλεπίδραση έχει μια πιο «οικολογική» προοπτική, όπου το θεραπευτικό πλαίσιο μετατοπίζεται στην ομάδα και την κοινότητα, από therapy σε community care. Ο ρόλος δε, του θεραπευτή χαρακτηρίζεται ως αυτός του συντονιστή, του εμπνευστή και τελικά του Υπηρέτη-Δασκάλου, ο οποίος κατέχει μια μη ιεραρχική στάση. Ο στόχος της παρέμβασης – εκτός από την αλλαγή μοτίβων και την καλύτερη αλληλεπίδραση – είναι και η παράλληλη αλλαγή του τρόπου ζωής, η κοινωνική επανένταξη και η κατανόηση των πολιτισμικών συνηθειών.

Οι επιδράσεις του αλκοόλ στα ζευγάρια

Δρ. Γιάννης Ανυφαντάκης, Ψυχολόγος-Ψυχοθεραπευτής, Ερευνητικό Εργαστήριο Αλκοολογίας, Ιατρική Σχολή, Πανεπιστήμιο Κρήτης

Σύμφωνα με τη θεωρία της συμβατότητας, η ομοιότητα μεταξύ των συντρόφων αυξάνει την πιθανότητα τα ζευγάρια να δημιουργήσουν μια αμοιβαία ικανοποιητική σχέση. Η θεωρία της συμβατότητας εξετάζει τόσο τα χαρακτηριστικά της προσωπικότητας όσο και τα κοινά ενδιαφέροντα και προβλέπει ικανοποίηση, δέσμευση, οικειότητα ζευγαριού και μια διαρκή σχέση - εν ολίγοις, μια ποιοτική σχέση. Αντίθετα, τα ανόμοια ζευγάρια βιώνουν περισσότερες συγκρούσεις, δύσκολες σχέσεις και αμφιθυμία στη σχέση. Γενικεύοντας τις έννοιες αυτής της θεωρίας, επομένως, κάποιος θα μπορούσε να αναρωτηθεί εάν η ροπή προς το ποτό είναι κάτι που ενώνει ή χωρίζει τα ζευγάρια. Έρευνες δείχνουν ότι υπάρχουν πολλές συνέπειες για τα ζευγάρια που έχουν διαφορετικά πρότυπα κατανάλωσης αλκοόλ (δηλαδή, ο ένας πότης πίνει πολύ και ο άλλος λίγο). Για παράδειγμα, τα ζευγάρια που πίνουν ασύμβατα, αναφέρουν ότι έχουν σχέση χαμηλότερης ποιότητας. Αυτό το εύρημα υποστηρίζεται από διαχρονικές μελέτες, οι οποίες έχουν διαπιστώσει ότι τα διαφορετικά πρότυπα κατανάλωσης αλκοόλ σε παντρεμένα ζευγάρια σχετίζονται με μεγαλύτερα προβλήματα σχέσης. Ωστόσο, η έρευνα έχει επίσης οδηγήσει σε ευρήματα που έρχονται σαφώς σε αντίθεση με τη θεωρία της συμβατότητας: ειδικότερα, έχει παρατηρηθεί ότι όταν τα ζευγάρια καταναλώνουν μεγάλες ποσότητες αλκοόλ, διατρέχουν μεγαλύτερο κίνδυνο να αντιμετωπίσουν προβλήματα στη σχέση τους. Η χρήση αλκοόλ έχει αναφερθεί ως ένας από τους κύριους λόγους χωρισμού ή διαζυγίου, τόσο μεταξύ των νεότερων, όσο και μεταξύ των ηλικιωμένων, ιδίως λόγω βίαιης συμπεριφοράς. Παράλληλα, όταν ο ένας σύντροφος πίνει αλκοόλ συστηματικά, η απόσταση στη σχέση τείνει να διευρύνεται μέρα με τη μέρα. Το ποτό μπορεί να γίνει μια στρατηγική για την ηρεμία εσωτερικών εντάσεων, δύσκολων συναισθημάτων ή εμπειριών που δεν μπορούν να μοιραστούν με λόγια. Όσοι βρίσκονται γύρω τους, ωστόσο, μπορούν να βιώσουν ένα αίσθημα αποκλεισμού και αδυναμίας: σαν να έχει δημιουργηθεί ένα σιωπηλό φράγμα μεταξύ τους.

Από τον Φαύλο Κύκλο της Χρήσης στον Κύκλο της Σύνδεσης: Θεραπεία Ζεύγους στις Εξαρτήσεις μέσα από τη Συστημική Οπτική

Ελπίς Σκίπη, MSc

Ψυχολόγος – Συστημική Ψυχοθεραπεύτρια, Σύμβουλος Εξαρτήσεων

Ιδιωτική Κλινική Πρακτική

Οι διαταραχές χρήσης ουσιών δεν αποτελούν ατομικό φαινόμενο αλλά εξελίσσονται και διατηρούνται μέσα σε σχεσιακά συστήματα. Η συντροφική σχέση συχνά μετατρέπεται σε πεδίο επαναλαμβανόμενων κύκλων έντασης, ελέγχου, απομάκρυνσης και συνέξαρτησης, οι οποίοι τροφοδοτούν τη χρήση και επιβαρύνουν περαιτέρω τη σχέση. Σύγχρονες μετα-αναλύσεις και ερευνητικές ανασκοπήσεις τεκμηριώνουν ότι οι παρεμβάσεις θεραπείας ζεύγους και οικογένειας αποτελούν από τις πλέον αποτελεσματικές προσεγγίσεις για ενήλικες με προβλήματα χρήσης ουσιών, συμβάλλοντας τόσο στη μείωση της χρήσης και της υποτροπής όσο και στη βελτίωση της λειτουργικότητας της σχέσης. Η παρούσα εισήγηση εστιάζει στη συστημική κατανόηση της εξάρτησης ως αλληλεπιδραστικού φαινομένου και παρουσιάζει ερευνητικά δεδομένα που υποστηρίζουν τη Behavioral Couples Therapy και άλλες συστημικές παρεμβάσεις. Παράλληλα, αναδεικνύεται η συνέξαρτηση όχι αποκλειστικά ως παθολογία αλλά ως προσαρμοστική απόκριση σε περιβάλλον υψηλού στρες και σχεσιακού τραύματος. Μέσα από κλινικά παραδείγματα θα παρουσιαστούν βασικές θεραπευτικές τεχνικές, όπως η αναγνώριση των δυσλειτουργικών κύκλων αλληλεπίδρασης, η αποκατάσταση της επικοινωνίας, η οριοθέτηση και η διαμόρφωση κοινού πλαισίου ανάρρωσης. Στόχος της παρουσίασης είναι να αναδείξει πώς η μετακίνηση από τον φαύλο κύκλο της χρήσης σε έναν κύκλο σύνδεσης, ευθύνης και συναισθηματικής ασφάλειας μπορεί να λειτουργήσει προστατευτικά για τη διατήρηση της ανάρρωσης. Η μέθοδος παρουσίασης περιλαμβάνει σύντομη θεωρητική τεκμηρίωση, αναφορά σε πρόσφατα ερευνητικά δεδομένα και εφαρμογή στη συστημική κλινική πρακτική, με πρόβλεψη χρόνου για συζήτηση.

Ο Ελέφαντας στο Δωμάτιο: Ετεροκανονικότητα και Θεραπεία με ΛΟΑΤΚΙ+ Άτομα σε Σχέση

Αλεξάνδρα-Αριάδνη Βασιλείου, Ph.D.

Ετεροκανονικότητα είναι η παραδοχή ότι η ετεροφυλοφιλία είναι ο κανόνας, η δυαδική έμφυλη ταυτότητα είναι το δεδομένο, και ο «φυσικός» τρόπος να αγαπάς, να σχετίζεσαι και να φτιάχνεις οικογένεια έχει ήδη καθοριστεί — πριν καν μπεις στο θεραπευτικό δωμάτιο.

Η ετεροκανονικότητα αποτελεί πρόκληση για τους/τις θεραπευτές/τριες: αυτή η παραδοχή δεν μένει έξω από την πόρτα όταν ξεκινά η συνεδρία. Έρχεται μαζί μας — ανεξάρτητα από τη δική μας ταυτότητα φύλου ή σεξουαλικό προσανατολισμό. Κρύβεται στις ερωτήσεις που θεωρούμε αθώες ή αυτονόητες, στα εργαλεία που χρησιμοποιούμε χωρίς να τα αμφισβητούμε, στον τρόπο που έχουμε μάθει να ορίζουμε τι σημαίνει «υγιής σχέση». Η ετεροκανονικότητα είναι τόσο βαθιά ενσωματωμένη στην κυρίαρχη κουλτούρα που εύκολα εσωτερικεύεται από όλους, όλες και όλα — συμπεριλαμβανομένων των ίδιων των ΛΟΑΤΚΙ+ θεραπευτών/τριών και θεραπευόμενων. Αυτή η παρουσίαση είναι μια πρόσκληση να σταθούμε απέναντι σε αυτόν τον αθέατο «τρίτο» που παρευρίσκεται σε κάθε θεραπεία σχέσης με ΛΟΑΤΚΙ+ άτομα — και να τον κατονομάσουμε.

Αξιοποιώντας την έννοια της ισχύος από το Processwork, ιδρυτής του οποίου είναι ο Arnold Mindell) και την έννοια του ρόλου-φάντασμα, εξερευνούμε πώς η ετεροκανονικότητα δρα ως αόρατη αλλά διαρκώς παρούσα δύναμη μέσα στο θεραπευτικό σύστημα. Δεν χρειάζεται να την εκφράσουμε για να την ασκήσουμε. Αρκεί να μην την βλέπουμε — να λειτουργεί ως «κανόνας» από τον οποίο κάθε ΛΟΑΤΚΙ+ βίωμα που δεν ανταποκρίνεται στον κανόνα ορίζεται, σιωπηλά, ως απόκλιση.

Η ισχύς που φέρουμε ως θεραπευτές/τριες — κοινωνική, πλαισιακή — διαμορφώνεται από αυτή την εσωτερικευμένη ετεροκανονικότητα, συχνά χωρίς να το συνειδητοποιούμε. Οι υποθέσεις που φτιάχνουμε, τα κριτήρια με τα οποία μετράμε τη «λειτουργικότητα», η γλώσσα που επιλέγουμε — όλα μπορούν να αναπαράγουν αθόρυβα παραδοχές που δεν έχουμε εξετάσει. Και τα θεραπευόμενα άτομα το βιώνουν αυτό: πολλές ΛΟΑΤΚΙ+ σχέσεις που έχουν ζητήσει στήριξη περιγράφουν ότι μέσα στη θεραπεία νιώθουν υποχρεωμένα να εξηγήσουν ποιοι είναι, να δικαιολογήσουν τη σχέση τους, να εκπαιδεύσουν τον/τη θεραπευτή/ριά τους.

Μέσα στη σχέση, επίσης, η εσωτερικευμένη ετεροκανονικότητα μπορεί να εκδηλώνεται με τους δικούς της τρόπους: ένα άτομο είναι out, άλλο όχι· διαφορετικά επίπεδα εσωτερικευμένης ομοφοβίας ή τρανσφοβίας· μια ταυτότητα που βρίσκεται σε κίνηση και κινδυνεύει να διαβαστεί ως «αστάθεια». Αν αυτές οι διαφορές μένουν αόρατες, ο/η θεραπευτής/τρια μπορεί να συμμαχήσει άθελά του/της με το «πιο αναγνώσιμο» μέλος — και να αναπαράγει μέσα στη θεραπεία τις ίδιες δυναμικές κατάχρησης ισχύος που η σχέση ήδη βιώνει έξω από αυτήν.

Θα ανοίξουμε μια συζήτηση, για να μπορέσει μια ΛΟΑΤΚΙ+ σχέση να βρει στη θεραπεία έναν χώρο που δεν λειτουργεί με κανόνες που δεν της ανήκουν, και για να μπορέσουμε εμείς να γίνουμε θεραπευτές/τριες που αναγνωρίζουν και αναλαμβάνουν — την ισχύ που φέρουν, ακόμα και όταν αυτή δεν είναι ευδιάκριτη.

Από το ζευγάρι στη σχεσιακότητα: Απο-αποικιοποίηση της θεραπευτικής σκέψης

Πούλιος Αντώνιος

Επίκουρος καθηγητής Κλινικής Ψυχολογίας, Τμήμα Ψυχολογίας, Πανεπιστήμιο Κρήτης

Οι θεωρίες μας έχουν συγκροτήσει μοντέλα και μύθους που εννοιολογούν τη σχεσιακότητα υπό όρους του ζεύγους το οποίο συγκροτείται αντλώντας από συγκεκριμένα πολιτισμικά και, συνεπώς κανονιστικά πλαίσια. Σχήματα όπως ο οιδιποδιακός σχηματισμός, η πυρηνική οικογένεια, ο ασφαλής δεσμός προσκόλλησης και η μονοσυντροφικότητα εγκαθίστανται ως μέτρα του «υγιούς», του «προσαρμοστικού» και του «επιθυμητού». Τέτοιες αντιλήψεις αποτελούν προϊόν της αποικιοποίησης από την κυρίαρχη ιδεολογία του Παγκόσμιου Βορρά, η οποία ενσωματώνει ιδεώδη όπως η πατριαρχία και η ετεροκανονικότητα, και διαμορφώνει την κλινική μας σκέψη και το θεραπευτικό μας εγώ. Ότι δεν εμπίπτει σε αυτά τα παραδείγματα κινδυνεύει να παθολογιοποιηθεί ή να καταστεί αόρατο: εναλλακτικές μορφές συγγένειας, μη μονογαμικές σχέσεις, queer και μη ετεροκανονικές εμπειρίες σχέσης συχνά εμφανίζονται ως «προβληματικές» αντί για εναλλακτικές ζωές οι οποίες δεν είναι απλώς ισότιμες αλλά προσφέρουν δυνητικά βαθμούς ελευθερίας για να αναστοχαστούμε την εμπειρία μας και κάθε μορφή σχεσιακότητας. Η παρουσίαση, κατά συνέπεια, υποστηρίζει ότι, αν ο θεραπευτικός χώρος θέλει να είναι πραγματικά συμπεριληπτικός και ταυτόχρονα προοδευτικός σε προσωπικό και κοινωνικό επίπεδο, οφείλει να κινηθεί πέρα από την απλή ανεκτική «αποδοχή». Χρειάζεται, αντλώντας από την από-αποικιακή κλινική σκέψη, να εκτεθεί σε εμπειρίες που μέχρι τώρα έχει παθολογιοποιήσει ή αποσιωπήσει, όχι για να τις ερμηνεύσει ή να τις «ρυθμίσει», αλλά για να μάθει από αυτές, να τις επιτρέψει να αλλάξουν τα μοντέλα και τους μύθους του. Μόνο έτσι μπορεί να ανταποκριθεί στις σύγχρονες απαιτήσεις, σε ένα πλαίσιο αυξανόμενης πολυπολιτισμικότητας και ορατότητας της σχεσιακής ποικιλομορφίας, απέναντι στην τάση για συντηρητικό εξευγενισμό και επαναφορά των σχέσεων σε μια κανονιστική νόρμα

Το αποτύπωμα της «κούνιας»: Η επίδραση του πρώιμου δεσμού στην επιλογή και διατήρηση συντρόφου

Υπ. Δρ. Γιώργος Μαρινάκης

Ρόλος: βάζει το επιστημονικό/ερευνητικό υπόβαθρο και “ανοίγει” το τραπέζι.

Η παρούσα εισήγηση εξετάζει τον τρόπο με τον οποίο οι πρώιμες εμπειρίες δεσμού και οι αναπτυξιακές διαδρομές του ατόμου εγγράφονται στη μετέπειτα συντροφική του ζωή. Με αφετηρία σύγχρονα δεδομένα από την αναπτυξιακή ψυχολογία και τη θεωρία της προσκόλλησης, διερευνάται πώς τα πρώιμα σχεσιακά σχήματα, οι εσωτερικευμένες αναπαραστάσεις του εαυτού και του άλλου, καθώς και οι μηχανισμοί ρύθμισης του συναισθήματος επηρεάζουν την επιλογή συντρόφου, τη διαμόρφωση προσδοκιών και τη διαχείριση της εγγύτητας, της απόστασης και της σύγκρουσης.

Η εισήγηση επιχειρεί να αναδείξει ότι η συντροφική σχέση δεν αποτελεί απλώς πεδίο επανάληψης πρώιμων μοτίβων, αλλά και δυναμικό χώρο αναδόμησης, επανεπεξεργασίας και θεραπευτικής αλλαγής. Ιδιαίτερη έμφαση δίνεται στη σύνδεση ανάμεσα στην ατομική αναπτυξιακή ιστορία και στη δυναμική του ζευγαριού, ώστε να κατανοηθεί πώς το «ατομικό αποτύπωμα» μετατρέπεται σε διαπροσωπικό μοτίβο. Η παρουσίαση λειτουργεί ως θεωρητικό και ερευνητικό άνοιγμα της στρογγυλής τράπεζας, θέτοντας το υπόβαθρο για την κατανόηση του ζευγαριού ως τόπου όπου η προσωπική ιστορία συναντά τη σχεσιακή πραγματικότητα. Θα γίνει χρήση ισχυρού βιβλιογραφικού υποβάθρου αλλά και κλινικών περιπτώσεων.

Το Ζευγάρι ως Σύστημα: Κυκλικότητα, Μοτίβα Επικοινωνίας και Θεραπευτικές Παρεμβάσεις

Υπ. Δρ. Μαρίνα Κρητικού

Ρόλος: καθαρή συστημική θεμελίωση, γέφυρα θεωρίας-πράξης.

Η εισήγηση εστιάζει στη συστημική κατανόηση του ζευγαριού ως ζωντανού και δυναμικού σχεσιακού συστήματος, στο οποίο τα συμπτώματα, οι συγκρούσεις και οι επαναλαμβανόμενες δυσκολίες νοηματοδοτούνται μέσα από κυκλικές αλληλεπιδράσεις και όχι ως αποκλειστικά ατομικά ελλείμματα. Μέσα από τη συστημική οπτική, η λειτουργία του ζευγαριού εξετάζεται ως προϊόν αμοιβαίων επιρροών, επικοινωνιακών μοτίβων, ρητών και άρρητων κανόνων, οικογενειακών αφηγήσεων και διαγενεακών μεταβιβάσεων.

Η παρουσίαση αναδεικνύει τη σημασία της μετάβασης από τη γραμμική αιτιότητα στη σχεσιακή κατανόηση: από το «ποιος φταίει» στο «πώς συνδιαμορφώνεται το πρόβλημα». Ιδιαίτερη έμφαση δίνεται σε θεραπευτικές παρεμβάσεις που στοχεύουν στην αναγνώριση και αναπλαισίωση των κυκλικών μοτίβων, στην ενίσχυση της επικοινωνιακής επίγνωσης και στη δημιουργία νέων δυνατοτήτων σύνδεσης. Η εισήγηση γεφυρώνει τη θεωρία με την κλινική πράξη, αναδεικνύοντας πώς η συστημική θεραπεία ζεύγους μπορεί να μετατοπίσει το ζευγάρι από την παγίωση της σύγκρουσης προς την ανάδυση νέων τρόπων συνύπαρξης, διαλόγου και συν-ρύθμισης. Θα γίνει χρήση ισχυρού βιβλιογραφικού υποβάθρου αλλά και κλινικών περιπτώσεων.

Όταν το Ζευγάρι Μετασχηματίζεται σε Γονεϊκό Σύστημα: Κλινικές και Θεραπευτικές Προεκτάσεις

Αλεξάνδρα Κακουδάκη

Ρόλος: ενσωματώνει παιδί–οικογένεια χωρίς να “φεύγει” από το ζευγάρι.

Η μετάβαση στη γονεϊκότητα αποτελεί μία από τις σημαντικότερες αναπτυξιακές και σχεσιακές μεταβάσεις στον κύκλο ζωής του ζευγαριού. Η παρούσα εισήγηση εξετάζει τον τρόπο με τον οποίο η έλευση του παιδιού μετασχηματίζει τη δυαδική σχέση σε ευρύτερο οικογενειακό σύστημα, αναδιατάσσοντας ρόλους, προσδοκίες, όρια, συμμαχίες, συναισθηματικές ανάγκες και μοτίβα επικοινωνίας. Το ζευγάρι καλείται να διατηρήσει τη συντροφική του ταυτότητα, ενώ ταυτόχρονα συγκροτεί μια νέα γονεϊκή λειτουργία, συχνά υπό συνθήκες αυξημένης κόπωσης, ευαλωτότητας και αναβίωσης προσωπικών ή διαγενεακών εμπειριών.

Η εισήγηση αναδεικνύει τις κλινικές προκλήσεις που αναδύονται όταν η γονεϊκότητα απορροφά ή επισκιάζει τη συντροφικότητα, όταν η φροντίδα του παιδιού οργανώνεται γύρω από ανισορροπίες ή όταν άλυτες συγκρούσεις του ζευγαριού εκφράζονται μέσα από το γονεϊκό πεδίο. Παράλληλα, παρουσιάζονται θεραπευτικές κατευθύνσεις που υποστηρίζουν τη διαφοροποίηση των ρόλων, την ενίσχυση της συνεργατικής γονεϊκότητας και την αποκατάσταση της συναισθηματικής σύνδεσης. Στόχος είναι να αναδειχθεί ότι η μετάβαση στη γονεϊκότητα δεν αφορά μόνο την προσαρμογή στην παρουσία του παιδιού, αλλά και τη βαθιά αναδιοργάνωση της σχέσης του ζευγαριού. Θα γίνει χρήση ισχυρού βιβλιογραφικού υποβάθρου αλλά και κλινικών περιπτώσεων.

Δυσλειτουργικότητα στο Ζευγάρι: Συστημική και Σεξολογική Ερμηνεία

Κατερίνα Ζήση

Ρόλος: θέτει ένα ισχυρό κλινικό αποτύπωμα και case material.

Η εισήγηση προσεγγίζει τη σεξουαλική δυσλειτουργία όχι ως απομονωμένο ατομικό σύμπτωμα, αλλά ως πιθανό συστημικό μήνυμα που αναδύεται μέσα στο πλαίσιο της σχέσης. Από συστημική και σεξολογική σκοπιά, οι δυσκολίες στην επιθυμία, στη διέγερση, στην απόλαυση, στην επαφή ή στη σεξουαλική επικοινωνία εξετάζονται ως φαινόμενα που συνδέονται με τη συναισθηματική ασφάλεια, την οικειότητα, την εξουσία, τη ντροπή, τις προσδοκίες φύλου, τα όρια και τις ανεπεξέργαστες συγκρούσεις του ζευγαριού.

Η παρουσίαση αναδεικνύει τη σημασία της αποπαθολογικοποίησης και της διεύρυνσης του θεραπευτικού βλέμματος: το σεξουαλικό σύμπτωμα μπορεί να λειτουργεί ως γλώσσα του σώματος και της σχέσης, εκφράζοντας όσα δεν μπορούν ακόμη να ειπωθούν λεκτικά. Μέσα από κλινική επεξεργασία και ενδεικτικό case material, διερευνώνται τρόποι με τους οποίους ο/η θεραπευτής/τρια μπορεί να βοηθήσει το ζευγάρι να μετακινηθεί από τη σιωπή, την αλληλοκατηγορία ή την αποφυγή προς την κατανόηση, την επικοινωνία και τη σταδιακή αποκατάσταση της σεξουαλικής και συναισθηματικής εγγύτητας. Η εισήγηση υπογραμμίζει ότι η σεξουαλικότητα αποτελεί κατεξοχήν σχεσιακό πεδίο, όπου σώμα, συναίσθημα και ιστορία συναντώνται. Θα γίνει χρήση ισχυρού βιβλιογραφικού υποβάθρου αλλά και κλινικών περιπτώσεων.

Συναισθηματική Σύνδεση και Σεξουαλικότητα στο Ζευγάρι: Μια Συνθετική Θεραπευτική Ανάγνωση

Δρ. Δήμητρα Σηφάκη-Πιστόλλα

Ρόλος: θέτει ερευνητικό και κλινικό αποτύπωμα (case material) και εισάγει τη συνθετική οπτική και ενώνει σώμα-σχέση-συναίσθημα για κλείσιμο τράπεζας.

Η καταληκτική εισήγηση της στρογγυλής τράπεζας προτείνει μια συνθετική θεραπευτική ανάγνωση της σχέσης ανάμεσα στη συναισθηματική σύνδεση και τη σεξουαλικότητα στο ζευγάρι. Αξιοποιώντας στοιχεία από τη συστημική σκέψη, τη σεξοθεραπεία, την προσκόλληση, τη σωματική και συναισθηματική ρύθμιση, καθώς και τη συνθετική ψυχοθεραπευτική παράδοση, η παρουσίαση εξετάζει τη σεξουαλικότητα ως πολυεπίπεδο πεδίο έκφρασης της σχέσης: πεδίο επιθυμίας, ευαλωτότητας, ισχύος, τρυφερότητας, φόβου, αποφυγής και επανασύνδεσης.

Η εισήγηση εστιάζει στον τρόπο με τον οποίο το σώμα, το συναίσθημα και η σχεσιακή αφήγηση μπορούν να ενταχθούν σε ένα ολοκληρωμένο θεραπευτικό πλάνο. Η σεξουαλική δυσκολία προσεγγίζεται όχι μόνο ως πρόβλημα προς επίλυση, αλλά και ως πρόσκληση για βαθύτερη κατανόηση της ποιότητας της σύνδεσης, των αναγκών που δεν έχουν αναγνωριστεί και των εμπειριών που δεν έχουν ακόμη νοηματοδοτηθεί. Μέσα από ερευνητική τεκμηρίωση, κλινικά παραδείγματα και συνθετική επεξεργασία, αναδεικνύεται η ανάγκη για θεραπευτικές παρεμβάσεις που γεφυρώνουν το άτομο με το ζευγάρι, τη σεξουαλικότητα με το συναίσθημα και τη σωματική εμπειρία με τη σχεσιακή αλλαγή. Η εισήγηση λειτουργεί ως ενοποιητικό κλείσιμο, συνοψίζοντας τη βασική θέση της τράπεζας: η θεραπεία ζεύγους απαιτεί μια πολυδιάστατη ματιά που να χωρά την ιστορία, το σύστημα, το σώμα και τη δυνατότητα σύνθεσης. Θα γίνει χρήση ισχυρού βιβλιογραφικού υποβάθρου, κλινικών περιπτώσεων και σύντομων ερευνητικών ευρημάτων από πρωτογενή έρευνα πάνω στο υπό συζήτηση θέμα.

Η απιστία ως αποτέλεσμα ανεπεξέργαστου πένθους: Μελέτη περίπτωσης υπό το πρίσμα της γνωστικής-συμπεριφορικής προσέγγισης

Κουλουψούζη Βασιλική

Η απώλεια ενός γονέα στην ενήλικη ζωή αποτελεί ένα ισχυρό ψυχοπαιστικό γεγονός που δύναται να επηρεάσει βαθιά τη συναισθηματική ισορροπία, την ψυχική ανθεκτικότητα και τη λειτουργικότητα των διαπροσωπικών σχέσεων. Παρότι το πένθος συχνά μελετάται σε ατομικό επίπεδο, οι επιπτώσεις του στη δυναμική του ζευγαριού παραμένουν λιγότερο διερευνημένες, ιδιαίτερα σε μακροχρόνιες σχέσεις. Όταν αυτό το τραύμα δεν έχει επεξεργαστεί συναισθηματικά, μπορεί να επηρεάσει έντονα τις ενήλικες σχέσεις — ακόμη και να εκφραστεί μέσα από συμπεριφορές όπως η απιστία στον έγγαμο βίο. Η παρούσα εργασία εξετάζει τη σύνδεση μεταξύ του ανεπεξέργαστου και καταπιεσμένου πένθους και της απιστίας, μέσα από το πρίσμα της γνωστικής-συμπεριφορικής προσέγγισης. Προτείνεται ότι η απώλεια και το πένθος ενεργοποιεί δυσλειτουργικές πυρηνικές πεποιθήσεις (π.χ. «οι σημαντικοί άλλοι με εγκαταλείπουν»), οδηγώντας σε αρνητικά συναισθήματα και στρατηγικές αποφυγής. Η απιστία νοηματοδοτείται ως δυσλειτουργική στρατηγική συναισθηματικής ρύθμισης, η οποία ενισχύεται βραχυπρόθεσμα αλλά επιβαρύνει τη σχέση μακροπρόθεσμα. Παρουσιάζεται κλινικό παράδειγμα ζεύγους με πολυετή γάμο (μελέτη περίπτωσης, όπου η απώλεια γονέα προηγήθηκε της εξωσυζυγικής σχέσης). Ορισμένες από τις θεραπευτικές παρεμβάσεις που συζητούνται σε ατομικό επίπεδο και σε θεραπεία ζεύγους, είναι η έμφαση στην αναδόμηση δυσλειτουργικών γνωσιών (γνωστική αναδόμηση), την επεξεργασία και διαχείριση του πένθους, την αποκατάσταση της εμπιστοσύνης και της συναισθηματικής εγγύτητας του ζευγαριού. Τα ερευνητικά δεδομένα υπογραμμίζουν τη σημασία κατανόησης της απιστίας όχι μόνο ως παραβίασης του δεσμού του ζεύγους, αλλά και ως ένδειξης συναισθηματικής απορρύθμισης και μιας αποτυχημένης προσπάθειας διαχείρισης του πένθους.

The lived experience of living with multiple sclerosis: Companionship as a dimension of quality of life and the challenges for Couple Therapy and Individual Counseling.

Vasiliki Chondrou, Psychologist, Aristotle University of Thessaloniki, Postgraduate Student "Neurosciences and Neurodegenerative Diseases", Medical School, Aristotle University of Thessaloniki.

The lived experience of living with a chronic disease is increasingly of concern to the modern international research community. Multiple sclerosis (MS) is a chronic inflammatory and demyelinating response of the central nervous system and involves a particularly wide and heterogeneous range of clinical symptoms. It is a leading cause of non-traumatic disability in young adults, with the diagnosis usually found between the ages of 20 and 40. Through the ongoing diploma thesis on the topic: "Living with multiple sclerosis", which is a bibliographic systematic effort and follows the updated PRISMA 2020 guidelines as well as the ENTREQ framework, companionship is highlighted as an important dimension of the quality of life for people living with MS. Companionship-love relationships are the meeting point of the body and soul and in this way the disease does not settle exclusively in the body of one but in the common space of companionship and in general. Ensuring methodological transparency and systematization through guidelines allows for a meaningful dialogue on the needs of people with MS. Through the presentation of the literature review, this paper can raise questions and concerns about the challenges that a chronic disease brings to the partner environment, highlighting the importance and role of couples therapy or individual counseling in highlighting the ways in which the disease transforms the "togetherness", the roles and dynamics of the relationship.

Διαπολιτισμική δυναμική σε ομοφυλόφιλο ζευγάρι: κλινική παρουσίαση και θεραπευτικές προσεγγίσεις

Έλλη Νόιτση, PhDc, Δρ Ντανιέλλα Πυλαρινού

Σε αυτήν την παρουσίαση αναλύεται μια κλινική περίπτωση διαπολιτισμικού, ομοφυλόφιλου ζευγαριού που προσήλθε με αδυναμία λήψης κοινών αποφάσεων σχετικά με το μέλλον της σχέσης τους. Η σχέση τους φαίνεται να έγινε πιο περίπλοκη από τη στιγμή που το ζευγάρι επέλεξε να γίνουν γονείς, όπου κυοφόρησε η μία γυναίκα με το ωάριο της συζύγου.

Η θεραπευτική διερεύνηση ανέδειξε έλλειμμα ουσιαστικής επικοινωνίας, σημαντικές πολιτισμικές διαφορές ως προς τη σχέση με τις οικογένειες καταγωγής, την κοινωνικοποίηση και τις αξίες, καθώς και εξωτερικές επιρροές που επηρέασαν κρίσιμες επιλογές. Επιπλέον, εντοπίστηκαν ασυμβατότητες στις σχέσεις με την εργασία, στη γονεϊκότητα και στη διαχείριση απωλειών. Καθοριστικό σημείο αποτέλεσε η αποκάλυψη συναισθημάτων της μίας προς τρίτο πρόσωπο, γεγονός που ανέδειξε και επισήμανε τις βαθύτερες δυσλειτουργίες της σχέσης.

Κεντρικός παράγοντας δυσλειτουργίας ήταν ο διαφορετικός τύπος πρόσδεσης των δύο συντρόφων: η μία παρουσίαζε αποφευκτικό τύπου δεσμό, ενώ η άλλη ανασφαλή-αγχώδη, κατάσταση που επέτεινε την ασυνεννοησία, την παρερμηνεία προθέσεων και την απομάκρυνση. Στην παρουσίαση αναλύονται οι τεχνικές που χρησιμοποιήθηκαν στη θεραπεία ζεύγους (επικέντρωση στην ουσιαστική επικοινωνία, ενεργητική ακρόαση ψυχοεκπαίδευση για τύπους δεσμού, ασκήσεις αναστοχασμού, διαπολιτισμικό mapping αξιών, διαχείριση κρίσεων και όρια) και η προσαρμογή τους στη συγκεκριμένη πολιτισμική και σεξουαλική συγκυρία.

Κατά τη διάρκεια της παρουσίας, θα συζητηθούν οι δυσκολίες που προέκυψαν στην παρέμβαση — συμπεριλαμβανομένης της οικογενειακής άρνησης και του μερικού συμβιβασμού— καθώς και οι ηθικές/κλινικές προκλήσεις αναφορικά με εχεμύθεια, αυτοπροσδιορισμό και παραπομπή για μελλοντική ατομική θεραπεία. Τέλος, παρουσιάζονται συμπεράσματα για την κλινική πρακτική και προτάσεις για συνέχιση της θεραπευτικής δουλειάς τόσο σε ατομικό, όσο και σε επίπεδο ζεύγους, με έμφαση στην ενίσχυση επικοινωνίας και στην ανάδειξη πολιτισμικών προσδοκιών ως κλειδί για τη λήψη συμφωνημένων αποφάσεων.

Η συντροφική βία στα ΛΟΑΤΚΙ+ ζευγάρια: παράγοντες κινδύνου, προκλήσεις αναγνώρισης και θεραπευτικές προσεγγίσεις

Χριστίνα Πανταζή

Σκοπός της παρουσίασης είναι η ανάδειξη κρίσιμων διαστάσεων της συντροφικής βίας στα ΛΟΑΤΚΙ ζευγάρια. Ειδικότερα, θα παρουσιαστούν συνοπτικά: α) τα ερευνητικά δεδομένα και ο επιπολασμός σχετικά με το φαινόμενο, β) οι αιτιολογικοί και κοινωνικοπολιτισμικοί παράγοντες που συνδέονται με την εμφάνιση της βίας γ) ο ρόλος του μειονοτικού στρες και η επίδραση στη δυναμική των συντροφικών σχέσεων δ) οι μορφές βίας που καταγράφονται στα ΛΟΑΤΚΙ+ ζευγάρια, ε) οι προκλήσεις στον εντοπισμό και τη διαχείριση των περιστατικών από κρατικές και κοινωνικές υπηρεσίες. Η εργασία θα εστιάσει περαιτέρω στις θεραπευτικές παρεμβάσεις υπό το πρίσμα συστημικών προσεγγίσεων και σε μία παρουσίαση μελέτης περίπτωσης. Τέλος, θα τονιστεί η ανάγκη ενίσχυσης της έρευνας και στην ελληνική πραγματικότητα και στην εξειδίκευση των συστημικών θεραπειών σε πιο εξειδικευμένα θέματα που αφορούν τα ΛΟΑΤΚΙ+ ζητήματα όπως η συντροφική βία.

Η διεθνής βιβλιογραφία, σε ένα πεδίο που τα τελευταία έτη παρουσιάζει αυξημένο ερευνητικό ενδιαφέρον καταδεικνύει ότι η συχνότητα εμφάνισης συντροφικής βίας στα ΛΟΑΤΚΙ+ ζευγάρια είναι ίση ή και υψηλότερη σε σχέση με τα ετερόφυλα ζευγάρια. Παράγοντες όπως ο ετεροσεξισμός, η ομοφοβία και η τρανσφοβία, καθώς και το μειονοτικό στρες, φαίνεται να διαδραματίζουν καθοριστικό ρόλο στη διαμόρφωση βίαιων σχεσιακών μοτίβων στα ΛΟΑΤΚΙ+ ζευγάρια. Οι παραπάνω παράγοντες αποτελούν καθοριστικά εμπόδια στην προσπάθεια των θυμάτων να καταγγείλουν την βία καθώς και να αναζητήσουν βοήθεια σε κρατικές, νομικές, κοινωνικές υπηρεσίες όσο και να λάβουν εξειδικευμένη βοήθεια από υπηρεσίες λόγω στερεοτύπων στο ποιος ασκεί βία και ποιος υφίσταται όσο και λόγω του κοινωνικού στίγματος, συντελώντας στην ενίσχυση της σιωπής στο φαινόμενο της συντροφικής βίας στα ΛΟΑΤΚΙ+ ζευγάρια και στην ευαλωτότητά των θυμάτων.

Αναφορικά με τις θεραπευτικές αντιμετώπισεις της συντροφικής βίας στα ΛΟΑΤΚΙ+ ζευγάρια, προτείνονται κατά κύριο λόγο ατομικές παρεμβάσεις ξεχωριστά τόσο για το άτομο που ασκεί την βία όσο και για το άτομο που υφίσταται τη βία, σε συνδυασμό με ψυχοεκπαιδευτικές ομαδικές παρεμβάσεις υπό συγκεκριμένες προϋποθέσεις συνεδρίες ζεύγους. Η μελέτη περίπτωσης θα αναδείξει συνθετότητες στην την πολυπλοκότητα του φαινομένου και στην καλύτερη εμβάθυνση και κατανόηση.

Η Άνοικτων Συστημάτων ή Ομαδικοαναλυτική Προσέγγιση στη Θεραπεία Ζεύγους Άνοικτο Ψυχοθεραπευτικό Κέντρο, Ινστιτούτο Ομαδικής Ανάλυσης Αθηνών

Παναγιώτα Θεοδώρου¹, Έρση Κουνέλη², Θαλής Παπαδάκης³, Εύθύμιος Μαρκεζίνης⁴

¹ *Ψυχολόγος, Θεραπεύτρια Οικογένειας και Ζεύγους, Πρόεδρος της Έταιρείας Θεραπείας Οικογένειας και Ζεύγους — ΕΘΟΖ, Αθήνα, Ελλάδα*

² *Ψυχαναλύτρια Ομάδος, Θεραπεύτρια Οικογένειας και Ζεύγους*

³ *Κλινικός Ψυχολόγος, Ψυχαναλυτής Ομάδας, Θεραπευτής Οικογένειας και Ζεύγους*

⁴ *Ψυχίατρος, Ψυχαναλυτής Ομάδας, Διευθυντής του Εκπαιδευτικού - Ερευνητικού Τομέως του Άνοικτου Ψυχοθεραπευτικού Κέντρου*

Η παρουσίαση αφορά την προσέγγιση Άνοικτων Συστημάτων ή Ομαδικοαναλυτική στη θεραπεία ζευγους. Η συγκεκριμένη μέθοδος εστιάζει στην κατανόηση της συντροφικής σχέσης, ή οποία, κάτω από συγκεκριμένες συνθήκες, μπορεί να αποτελέσει τον πυρήνα δημιουργίας νέας ζωής και, της οικογενειακής ομάδας. Εκ φύσεως, ή συντροφική σχέση διαθέτει μία αναπτυξιακή διάσταση, δηλαδή εξελίσσεται μέσα στον χρόνο. Επηρεάζεται ιδιαιτέρως από τα γεγονότα του φυσικού κύκλου της ζωής και αναπτύσσει, αναπόφευκτα, περιόδους εντάσεων και συγκρούσεων. Ορισμένες φορές, οι εντάσεις μπορούν να οδηγήσουν και στην εμφάνιση ενεργού ψυχοπαθολογίας σε έναν από τους δύο συντρόφους. Στην συγκεκριμένη προσέγγιση τό επίκεντρο της προσοχής είναι ή σχέση του ζευγαριού, δηλαδή ή αλληλοδιαπλοκή των δύο συντρόφων, που δημιουργούν ισχυρά αμοιβαία προβλητικά συστήματα. Η θεραπεία ζευγαριών σε ομάδα αποτελεί μία εξέλιξη της ομαδικής ψυχοθεραπείας. Θεωρείται μέθοδος επιλογής, καθώς χρησιμοποιεί ως θεραπευτικό μέσο την αλληλεπίδραση μεταξύ των ζευγαριών, καθώς και τη σχέση τους με την ομάδα ως σύνολο. Μέσω της ομαδικής διεργασίας, το ζευγάρι έχει τη δυνατότητα να παρατηρήσει τίς εντάσεις και συγκρούσεις που αναδύονται στην ομάδα ως αντανακλάσεις της συντροφικής ζωής και να επεξεργαστεί, μέσω της κατανόησης τους τρόπους του σχετίζεσθαι. Έτσι, ή ομάδα γίνεται χώρος καθρεφτισμάτων, διαφοροποίησης καθώς και διαλόγου προς αναζήτηση μίας ωριμότερης και λειτουργικότερης συζυγικής σχέσης.

Ψυχαναλυτική ψυχοθεραπεία ζευγαριού Κλινική παρουσίαση ναρκισσιστικού – ανακλιτικού ζεύγους

Σταυριανού Χαλίδα Ξανθη

Παρ' ότι η ψυχοδυναμική κατανόηση των οικογενειακών δυναμικών έχει την ρίζα της στον Freud, η ψυχανάλυση άργησε να δημιουργήσει μια ειδική τεχνική για τον γάμο. Η οιδιπόδεια θεωρία φερ' ειπείν, είναι μια θεωρία η οποία αφορά σημαντικές αναπτυξιακές εμπειρίες του ατόμου, οι οποίες διαδραματίζονται εντός του οικογενειακού πλαισίου.

Η αρχική ψυχαναλυτική προσέγγιση, είδε τον γάμο περισσότερο σαν μια σχέση που είχε σκοπό να ελέγχει το σεξουαλικό και το επιθετικό ένστικτο του ανθρωπίνου όντος. Σε αυτήν την αρχική φάση, η σχέση δομείται με βάση την αρχή της συμπληρωματικότητας των αναγκών, έτσι ο Mittelman (1948) περιέγραψε τέσσερις τύπους γάμων και αντιστοίχων προβλημάτων. Αργότερα ο Kernberg (1974) σε μια πιο σύγχρονη προσέγγιση της ψυχανάλυσης σε θέματα γάμου, ανέλυσε την κατανόηση της συμπληρωματικότητας των αναγκών των δυο συζύγων, με βάση τις πρώιμες ταυτίσεις και ενδοβολές. Ξεχώρισε και αυτός τέσσερις διαφορετικούς τύπους σχέσεων αγάπης, εστιάζοντας στην πολυπλοκότητα των δεσμών αγάπης και στον τρόπο που οι άνθρωποι σχηματίζουν δεσμούς ανάλογα με την σχέση τους προς την επιθετικότητα. Κάθε ψυχαναλυτική προσέγγιση μέσα στον γάμο, εστιάζεται στο φαινόμενο της αλληλεπίδρασης που αναπτύχθηκε κατά την παιδική ηλικία του κάθε συζύγου με τους γονείς του. Οι Scharff & Scharff (1987) θεωρούν πως οι σχέσεις μεταξύ των γονιών όπως και οι συγκρούσεις και οι μύθοι που διέπουν κάθε οικογένεια, εσωτερικεύονται από τα παιδιά.

Τα δυναμικά στοιχεία της ψυχαναλυτικής ψυχοθεραπείας ζεύγους, είναι, όπως και στην ατομική ψυχανάλυση, η μεταβίβαση και η αντιμεταβίβαση. Μέσω αυτών των «εργαλείων», της θεραπευτικής σχέσης, αναδύονται εικόνες και πάθη, που συνδέονται με τους γονείς και τους προγόνους του ζευγαριού.

Σ' αυτήν μου την παρουσίαση, θα αναφερθώ σε κλινικό υλικό, από ένα ζευγάρι ναρκισσιστικού – ανακλιτικού profile και θα προσπαθήσω να δείξω την πορεία της θεραπείας και της μεταξύ τους επικοινωνίας.

Όταν το ζευγάρι δεν χρειάζεται λύση αλλά ασφαλή παρουσία: Η SANE - System Attachment Narrative Encephalon® προσέγγιση στη διαφορά που βιώνεται ως απειλή

Τσαμπίκα Μπαφίτη

Στη θεραπεία ζεύγους, οι σύντροφοι συχνά προσέρχονται ζητώντας λύσεις σε συγκρούσεις που φαίνεται να αφορούν την επικοινωνία, τη διαχείριση διαφωνιών ή την καθημερινή συμβίωση. Ωστόσο, πίσω από πολλές επαναλαμβανόμενες συγκρούσεις δεν βρίσκεται η ίδια η διαφορά, αλλά ο τρόπος με τον οποίο αυτή βιώνεται: ως απειλή για τον δεσμό, την προσωπική αξία ή την αίσθηση ασφάλειας.

Η παρούσα εισήγηση αναφέρεται σε περιπτώσεις ζευγαριών με έντονους κύκλους αλληλοκατηγορίας, απόσυρσης και συναισθηματικής αποσύνδεσης. Μέσα από το πρίσμα της SANE - System Attachment Narrative Encephalon® προσέγγισης, η σύγκρουση προσεγγίζεται όχι ως πρόβλημα προς άμεση επίλυση, αλλά ως έκφραση βαθύτερων θεμάτων πρόσδεσης, τραυματικών εμπειριών και αφηγήσεων του εαυτού που ενεργοποιούνται μέσα στη σχέση.

Θα παρουσιαστεί ο τρόπος με τον οποίο η θεραπευτική παρουσία λειτουργεί ως χώρος ασφάλειας και συν-ρύθμισης, επιτρέποντας στους συντρόφους να μετακινηθούν από την αμυντική αντίδραση στην αναγνώριση της ευαλωτότητας που κρύβεται πίσω από αυτήν. Η κλινική διερεύνηση εστιάζει λιγότερο στο «ποιος έχει δίκιο» και περισσότερο στο «τι απειλείται» για τον καθένα μέσα στη σχέση.

Κεντρική θέση της παρουσίασης είναι ότι η σύνδεση στο ζευγάρι δεν επιτυγχάνεται όταν οι σύντροφοι συμφωνούν, αλλά όταν μπορούν να παραμείνουν παρόντες απέναντι στη διαφορά χωρίς να τη βιώνουν ως κίνδυνο. Υπό αυτή την οπτική, η θεραπευτική αλλαγή αναδύεται όχι πρωτίστως μέσα από την αναζήτηση λύσεων, αλλά μέσα από τη δημιουργία ενός ασφαλούς σχεσιακού πεδίου όπου η διαφορά μπορεί να μετασχηματιστεί από απειλή σε δυνατότητα σύνδεσης, συμπληρωματικότητας και εμπλουτισμού.

Η Διαλεκτική Συμπεριφορική Παρέμβαση στις Έντονες Συντροφικές Συγκρούσεις

Ευάγγελος Παπαδάκης, Ελληνική Εταιρεία Έρευνας Συμπεριφοράς - Παράρτημα Μακεδονίας, Θεσσαλονίκη

Το απορυθμισμένο συναίσθημα, ιδιαίτερα τα υψηλά επίπεδα αρνητικού συναισθήματος, είναι ένα από τα κύρια προβλήματα των ζευγαριών που συγκρούονται έντονα και συχνά. Οι σύντροφοι έχουν τη δυνατότητα, διαμέσου της εκμάθησης συγκεκριμένων δεξιοτήτων, να καταφέρουν να διαχειρίζονται τα συναισθήματά τους αποτελεσματικά. Με αυτό το τρόπο η επικοινωνία καθίσταται εποικοδομητική και η σύγκρουση μπορεί να μετασχηματιστεί σε εγγύτητα, ηρεμία και υποστήριξη (Fruzzetti, 2006). Η Διαλεκτική Συμπεριφορική Θεραπεία έχει ως στόχο τη διαλεκτική ισορροπία η οποία προωθεί την αποδοχή του εαυτού μας και του άλλου και την αλλαγή των μη αποτελεσματικών μοτίβων αλληλεπίδρασης. Πιο συγκεκριμένα η διαλεκτική συμπεριφορική προσέγγιση έχει ως στόχο να βοηθήσει το κάθε σύντροφο να αποκτήσει, μέσω μίας μη επικριτικής ματιάς, επίγνωση τόσο του εαυτού όσο και της/του συντρόφου καθώς και των μοτίβων αλληλεπίδρασής τους (Αποδοχή). Παράλληλα εστιάζει και στη μείωση των αρνητικών και συναισθηματικά ακυρωτικών αντιδράσεων προς τον σημαντικό άλλο ενισχύοντας την ατομική συναισθηματική ρύθμιση και βελτιώνοντας τις επικοινωνιακές δεξιότητες και τις ικανότητες επίλυσης προβλήματος (Αλλαγή) (Fruzzetti and Iverson, 2004). Στόχος του συγκεκριμένου εργαστηρίου είναι να εξοικειωθούν οι συμμετέχοντες με το μοντέλο της συναισθηματικής απορρύθμισης και της επίδρασής του στη συντροφική σχέση, την αναγνώριση των συγκρουσιακών μοτίβων, τις τεχνικές επίγνωσης του εαυτού και του άλλου στο πλαίσιο της σχέσης καθώς και τις τεχνικές της αποτελεσματικής επικοινωνίας (ακριβής έκφραση και επικύρωση των αντιδράσεων του άλλου). Οι ασκήσεις που θα εφαρμοστούν αφορούν στη παρουσίαση περιστατικών σύγκρουσης στα οποία οι συμμετέχοντες θα έχουν την ευκαιρία είτε ατομικά είτε σε δυάδες να προσπαθήσουν να εφαρμόσουν τις παραπάνω δεξιότητες.

Η σχέση του ζευγαριού - Το Ψυχόδραμα - Η θεραπεία

*Μαλβίνα Τσουνάκη, Ψυχολόγος Msc - Οικογενειακή Θεραπεύτρια, Ομάδα Συστημικής
Ψυχοθεραπείας*

Πώς επιλέγω σύντροφο ζωής; Πώς η αρχική υπόσχεση, η προσδοκία και ο ενθουσιασμός καταλήγουν σε απογοήτευση; Η παρουσίαση ενός περιστατικού θα αναδείξει τα άρρητα συμβόλαια, τα επαναλαμβανόμενα μοτίβα και τη δυναμική της σχέσης, μέσω Γενογράμματος και άλλων ψυχοδυναμικών εργαλείων αξιολόγησης. Η δυσλειτουργία της σχέσης αναπλαισιώνεται και γίνεται πρόκληση για προσωπική εξέλιξη και θεραπεία που οδηγεί το ζευγάρι από τη συμβατική σύνδεση σε ουσιαστική και αυθεντική σχέση που τρέφει τις ανάγκες και των δύο.

Ο ακινητοποιημένος έφηβος: Η δυναμική της σχέσης του ζευγαριού και της οικογένειας

*Αρετή Λύκου, Ψυχολόγος MA & Έλενα Λοϊζου, Κοινωνική Λειτουργός BSc, Ομάδα
Συστημικής Ψυχοθεραπείας*

Στην πορεία της ενηλικίωσης του, συχνά ο έφηβος ακινητοποιείται, χάνει τους στόχους και τις δυνατότητές του, και δυσκολεύεται να ονειρευτεί το μέλλον του. Τι σημαίνει και πώς συμβαίνει αυτή η ακινητοποίηση; Πώς καταλήγει να καταφεύγει σε μη παραγωγικούς τρόπους και συνήθειες (αναβολή, απομόνωση, υπερβολική ενασχόληση με οθόνες), να μένει μόνος του, να περιπλανιέται, χωρίς όνειρα και νόημα; Το επίκεντρο της παρουσίασης μας θα είναι ένα κλινικό περιστατικό που θα αναδείξει την πολύπλοκη δυναμική της σχέσης του εφήβου με το ζευγάρι στη συγκεκριμένη φάση ζωής της οικογένειας.

Πώς τα παιδιά εκφράζουν το άρρητο του ζευγαριού; Ο ρόλος του παιδικού συμπτώματος

Μαρία Μπαλωτή Ψυχολόγος MA - Συστημική Ψυχοθεραπεύτρια, Ομάδα Συστημικής Ψυχοθεραπείας

Οι οικογένειες προσέρχονται με βασικό αίτημα το σύμπτωμα του παιδιού τους, όταν πια αυτό δεν μπορούν να το διαχειριστούν και γίνεται αδιέξοδο -χρήση ουσιών, αυτοτραυματισμοί, απόπειρες αυτοκτονίας. Ωστόσο, παρότι το αίτημα επικεντρώνεται στο παιδί, το σύμπτωμά του αναδεικνύει τη δυναμική του οικογενειακού συστήματος, τις πεποιθήσεις, τη δομή και τα πιθανά ανεπεξέργαστα τραύματα που βρίσκονται για καιρό στην αφάνεια. Έτσι, το παιδικό σύμπτωμα γίνεται στο τέλος ευκαιρία για αλλαγή και εξέλιξη όλων των μελών. Οι παρεμβάσεις αυτών των περιστατικών θα φωτιστούν μέσα από την αναλυτική παρουσίαση μιας μελέτης περίπτωσης.

Η ποιότητα της σχέσης του ζευγαριού σε διαφορετικά θεραπευτικά μονοπάτια: μια συγκριτική προσέγγιση

Σοφία Κωνσταντοπούλου, Ψυχολόγος MSc-Υποψήφια Διδάκτωρ Ιατρικής Σχολής, Ομάδα Συστημικής Ψυχοθεραπείας

Πόσο διαφορετικά βιώνεται μια συντροφική σχέση ανάλογα με το θεραπευτικό πλαίσιο στο οποίο εντάσσεται το ζευγάρι; Η παρούσα μελέτη επιχειρεί να διερευνήσει την υποκειμενική εμπειρία της συντροφικής-συζυγικής σχέσης μέσα από τέσσερα θεραπευτικά πλαίσια: (α) θεραπεία ζεύγους (β) θεραπεία ζεύγους σε συνδυασμό με ταυτόχρονη ατομική θεραπεία, (γ) παράλληλη ατομική θεραπεία και των δύο συντρόφων, και (δ) ατομική θεραπεία μόνο του ενός. Για την αποτύπωση της ποιότητας της σχέσης θα αξιοποιηθεί η Κλίμακα Δυαδικής Προσαρμογής (DAS) του Spanier, η οποία όχι μόνο αποτυπώνει το «πόσο καλά» λειτουργεί η σχέση, αλλά και το πώς οι σύντροφοι αντιλαμβάνονται βασικές της διαστάσεις, όπως η συναίνεση, η συνοχή, η ικανοποίηση και η έκφραση στοργής. Το θεραπευτικό πλαίσιο προσεγγίζεται ως ένας «καθρέφτης» που αντανακλά και άλλες οπτικές της σχέσης, ώστε να δημιουργήσει εναλλακτικές και τελικά να την μεταμορφώσει. Κύριος στόχος της έρευνας αυτής που θα υλοποιηθεί αρχικά σε πιλοτικό επίπεδο, είναι να αναδειχθεί η θεραπευτική συνθήκη που συμβάλλει στη βελτίωση της σχεσιακής εμπειρίας και της δυναμικής της συντροφικότητας.

Το ζευγάρι ζωγραφίζει: Πως αναδύεται η σχέση του μέσα από τις ζωγραφιές

*Γεωργία Τετώρου, Ψυχολόγος MSc & Μαριάννα Τσιάχτα, Ψυχολόγος BSc, Ομάδα Συστημικής
Ψυχοθεραπείας*

Μέσα από προβολικό υλικό, θα διερευνήσουμε την ποιότητα, τη δυναμική της σχέσης, τη σύνδεση και τις αξίες του ζευγαριού. Πιο συγκεκριμένα, αναλύοντας τις ζωγραφιές και τις αφηγήσεις, θα αναδυθούν το συναίσθημα, οι προσδοκίες και η επικοινωνία στη σχέση. Πώς επηρεάζεται η κοντινότητα στο ζευγάρι, οι ρόλοι στην οικογένεια και η ψυχική διάθεση του ατόμου μέσα σε ένα πολύπλοκο περιβάλλον που διαρκώς μεταβάλλεται; Η παρουσίαση αυτή θα αποτελέσει το έναυσμα για μια ευρύτερη συζήτηση συστημικής κατεύθυνσης αναφορικά με την επιρροή του κοινωνικού πλαισίου στη σχέση του ζευγαριού.

Ο Νευρο - συστημικός Κύκλος της Σύγκρουσης στο Ζεύγος Κατανόηση και παρέμβαση σε υψηλά συγκρουσιακές δυναμικές

Δαλακούρα Χριστίνα, Νευρολόγος

Κασωτάκη Κλεάνθη, Κοινωνική Λειτουργός Msc

Η σύγκρουση στο ζεύγος δεν αποτελεί αποκλειστικά επικοινωνιακό ή γνωσιακό φαινόμενο, αλλά και νευροβιολογικό γεγονός που εκτυλίσσεται εντός ενός διαπροσωπικού συστήματος. Η παρούσα εργασία προτείνει ένα νευροσυστημικό μοντέλο κατανόησης της σύγκρουσης, βασισμένο στους μηχανισμούς ενεργοποίησης του συστήματος επιβίωσης (fight-flight-freeze) και στη συστημική αλληλεπίδραση των συντρόφων. Όταν η συναισθηματική εμπειρία προσλαμβάνεται ως απειλή (π.χ. απόρριψη, κριτική, εγκατάλειψη), ενεργοποιούνται ταχέως εγκεφαλικές δομές, οδηγώντας σε αυτόματες αντιδράσεις επιθετικότητας (fight), απόσυρσης (flight) ή αποσύνδεσης (freeze). Οι αντιδράσεις αυτές δεν λειτουργούν γραμμικά αλλά κυκλικά: η ενεργοποίηση του ενός συντρόφου ενισχύει τη δυσρύθμιση του άλλου, δημιουργώντας έναν κύκλο κλιμάκωσης. Ως βασικός στόχος της θεραπευτικής παρέμβασης προτείνεται η μετατόπιση της εστίασης από την ατομική παθολογικοποίηση, στην κατανόηση του «κύκλου». Η παρουσίαση συνδυάζει θεωρητική τεκμηρίωση και βιωματική χαρτογράφηση του κύκλου σύγκρουσης.

Από το σωματικό εύρημα στη σχεσιακή κρίση: Συστημική μελέτη περίπτωσης επανενεργοποίησης τραύματος μετά από θεραπεία καρκίνου μαστού

Δρ. Κατερίνα Αθανασίου: Συστημική Ψυχοθεραπεύτρια, ΚΕΣΥΘΕΣ (Κέντρο Συστημικής Θεραπείας, Εκπαίδευσης & Συμβουλευτικής), Μέλος της Ομάδας Ψυχοογκολογίας της Γ' Ογκολογικής Κλινικής Νοσοκομείου ΙΑΣΩ.

Δρ. Έλενα Τράγου: Ψυχολόγος, Συστημική Ψυχοθεραπεύτρια, ΚΕΣΥΘΕΣ (Κέντρο Συστημικής Θεραπείας, Εκπαίδευσης & Συμβουλευτικής), Μέλος της Ομάδας Ψυχοογκολογίας της Γ' Ογκολογικής Κλινικής Νοσοκομείου ΙΑΣΩ.

Η εμπειρία του καρκίνου του μαστού συνιστά ένα βαθύτατο τραύμα που κλονίζει όχι μόνο την ατομική ταυτότητα, αλλά και τον πυρήνα της συντροφικής σχέσης, επηρεάζοντας βαθιά την ερωτική διάθεση και προκαλώντας έντονη καταθλιπτική δυσφορία. Απομακρυνόμενο από το αμιγώς ιατρικό μοντέλο της ψυχοπαθολογίας, το παρόν εργαστήριο (σχεδιασμένο για 20 άτομα) προσεγγίζει τη συντροφική δυσλειτουργία μέσα από το πρίσμα της σχεσιακής επανενεργοποίησης του τραύματος. Η βιολογική επιβίωση δεν συνεπάγεται απαραίτητα την ψυχική ολοκλήρωση της τραυματικής εμπειρίας, καθώς νέα σωματικά ευρήματα λειτουργούν ως ισχυρά εκλυτικά αίτια. Σκοπός της παρουσίασης είναι η κλινική κατανόηση μιας νεαρής γυναίκας που βίωσε οξεία αναζωπύρωση τραύματος έπειτα από ένα νέο γυναικολογικό εύρημα. Το ερέθισμα αυτό κινητοποίησε ισχυρούς υπαρξιακούς φόβους θανάτου, απώλειας της γονιμότητας και εγκατάλειψης, οι οποίοι εκφράστηκαν στη σχέση μέσω απόσυρσης και απώλειας της συναισθηματικής σύνδεσης. Η ανάλυση αναδεικνύει διαγενεακά μοτίβα ανασφαλούς προσκόλλησης και προληπτικής απομάκρυνσης, τα οποία, συνδυαστικά με την αποστασιοποίηση του συντρόφου, παγίωσαν έναν αυτοενισχυόμενο σχεσιακό κύκλο επιδίωξης και απόσυρσης. Επιδιώκοντας την ενεργή βιωματική εμπλοκή, οι συμμετέχοντες θα εξασκηθούν μέσω παιχνιδιού ρόλων στην εστίαση στο συναίσθημα, διαχωρίζοντας τι υπαγορεύει ο φόβος από το τι ζητά η πρωταρχική ανάγκη για ασφάλεια. Στις πρακτικές εφαρμογές, προτείνεται η ενσωμάτωση της καταξιοτικής προσέγγισης, η οποία, σε συνδυασμό με τη στοχευμένη ψυχοεκπαίδευση και τη διευκόλυνση του ανοίγματος του συναισθήματος, φαίνεται πως ανακουφίζει το σύστημα και νορμαλοποιεί τις κυκλοθυμικές διακυμάνσεις. Η συγκεκριμένη παρέμβαση ενδυναμώνει την ανθεκτικότητα του ζευγαριού απέναντι στο τραύμα του καρκίνου, μεταφράζοντας το ιατρικό σύμπτωμα σε κοινό σχεσιακό νόημα και προάγοντας την αυθεντική, ασφαλή συντροφική σύνδεση.

Λέξεις-Κλειδιά: τραύμα, συστημική ψυχοθεραπεία, καταξιοτική προσέγγιση, καρκίνος μαστού, δυναμική ζεύγους, συναισθηματική σύνδεση.

Ανάμεσα σε δύο αλήθειες: Ο ορισμός της πραγματικότητας στο ζεύγος

Μπαντουβά Σταυρωτή, Βερίγου Τζωρτζίνα, Γιαννικάκης Δημήτρης

Κάθε σχέση ζεύγους αποτελεί συνάντηση δύο διαφορετικών κόσμων νοήματος. Οι σύντροφοι εισέρχονται στη σχέση φέροντας προσωπικές ιστορίες, εμπειρίες από τις οικογένειες καταγωγής, προσδοκίες, αξίες και πεποιθήσεις για το τι σημαίνουν η αγάπη, η εγγύτητα, η δέσμευση και η συντροφικότητα. Από κοινωνικοκοινωνικοστρουκτιβιστική σκοπιά, η πραγματικότητα της σχέσης δεν αποτελεί μία αντικειμενική και δεδομένη αλήθεια, αλλά διαμορφώνεται μέσα από την αλληλεπίδραση, τη γλώσσα και τη διαπραγμάτευση των επιμέρους εκδοχών των συντρόφων.

Ο γάμος έχει περιγραφεί ως μια ιδιαίτερη διαδικασία κατασκευής πραγματικότητας και νοήματος, μέσα από την οποία οι σύντροφοι οργανώνουν την εμπειρία τους και συγκροτούν έναν κοινό κόσμο (Benham-Clarke et al., 2022; Berger & Kellner, 1964; Enestrom, Rossignac-Milon, Forest & Lydon, 2025). Στο πλαίσιο αυτό, το κρίσιμο στοιχείο για τη σχέση δεν είναι η απουσία διαφορών, αλλά η δυνατότητα των συντρόφων να τις αναγνωρίζουν, να τις διαπραγματεύονται με ευελιξία και να συν-κατασκευάζουν μια κοινή σχεσιακή πραγματικότητα (Levine & Busby, 1993). Η διαδικασία αυτή συνδέεται με την ανάπτυξη μιας σχεσιακής ταυτότητας που εμπεριέχει την αμοιβαιότητα και την ικανότητα να λαμβάνεται υπόψη η οπτική του άλλου (Bar-Shachar & Bar-Kalifa, 2021; Cruwys et al., 2023; Eastwick, Finkel και Simpson, 2019; Gildersleeve et al., 2017; Rogers-de Jong και Strong, 2014; Rossignac-Milon & Higgins, 2018); Singer & Skerrett, 2014; Storaasli & Markman, 1990; Whittaker et al., 2022).

Το εργαστήριο θα διερευνήσει βιωματικά τη μετάβαση από «τη δική μου αλήθεια» και «τη δική σου αλήθεια» προς μια τρίτη, κοινή πραγματικότητα. Μέσα από σύντομες θεωρητικές εισαγωγές, κλινικά παραδείγματα και βιωματικές ασκήσεις, οι συμμετέχοντες θα κληθούν να αναγνωρίσουν πώς κατασκευάζονται οι διαφορετικές εκδοχές της σχέσης, πώς οργανώνεται η σύγκρουση γύρω από αυτές και πώς ο θεραπευτικός διάλογος μπορεί να δημιουργήσει χώρο για εναλλακτικές αφηγήσεις, κοινά νοήματα και ένα περισσότερο ευέλικτο «εμείς».

Αρχέτυπα & Συστημική Αναπαράσταση Μυθολογική Αναπαράσταση® ‘Ερως & Ψυχή’

*Μυρτώ-Βασιλική Κούτρα, Συστημική Οικογενειακή Ψυχοθεραπεύτρια/Σύμβουλος Ψυχικής Υγείας,
εκπαιδεύτρια και επόπτρια Φαινομενολογικής Συστημικής Προσέγγισης και Συστημικής
Αναπαράστασης, Δ/ντρια Ινστιτούτου Συστημικής Συμβουλευτικής & Εκπαίδευσης (Ι.Σ.Σ.Ε.)*

Τα αρχέτυπα, όπως τα ανέδειξε ο Καρλ Γιουνγκ αποτελούν πηγές ενέργειας και δράσης, πρότυπα που καθορίζουν ως νομοτέλεια το γίνεσθαι. Η κατανόηση των αρχετύπων είναι βοηθητική τόσο στην αυτεπίγνωση της δικής μας εσωτερικής λειτουργίας όσο και των συλλογικών ενοποιητικών δυνάμεων που επηρεάζουν τις διαπροσωπικές σχέσεις αλλά και τα ευρύτερα συστήματα στα οποία ανήκουμε. Μπορούν να δράσουν τόσο ενδυναμωτικά, ως πηγές καθοδήγησης, όσο και ως αποτρεπτικά παραδείγματα, ανάλογα με το πώς βιώνονται αλλά κυρίως επεξεργάζονται. Είναι καθολικά, κληρονομήσιμα μοτίβα που εμφανίζονται συχνά στους μύθους.

Οι Μυθολογικές Αναπαραστάσεις Αρχετύπων αποτελούν μια βιωματική μέθοδο προσωπικής ανάπτυξης και ψυχοθεραπευτικής παρέμβασης με στόχο την βαθύτερη κατανόηση της εκδηλούμενης συμπεριφοράς και των ανθρώπινων σχέσεων. Οι βασικές καταβολές τους προέρχονται από την Αναλυτική Ψυχολογία, την Αφηγηματική Θεραπεία, το Ψυχόδραμα, την Φαινομενολογία, την Θεωρία Ομάδων, αντλώντας στοιχεία από τον χώρο των γραμμάτων και της τέχνης. Εστιάζουν στην εμπειρική μάθηση, αναδύοντας συνειδητό και ασυνείδητο ψυχικό υλικό στο ‘εδώ και τώρα’ στην βάση της αυτόβουλης, δημιουργικής και αυθόρμητης συμμετοχής σε ένα φαινομενολογικό δρώμενο δραματουργικής τέχνης.

Στο βιωματικό μας εργαστήρι, θα περιηγηθούμε στην αφήγηση και αναπαράσταση του μύθου ‘Ερως & Ψυχή’, ταξιδεύοντας συλλογικά σε μια περιπέτεια παιδικότητας και ενηλικίωσης, μετάβασης από το σύστημα καταγωγής στο νέο, ενήλικο σύστημα και την συνέχειά του, και παράλληλα στους περιορισμούς, τις δυσκολίες, τις επιθυμίες και την λαχτάρα για αρμονική επαφή με τον εαυτό και τους άλλους, την ισορροπία-ισοτιμία του αρσενικού και θηλυκού, την διεγερμένη αποδοχή, συνύπαρξη και ένωση με το Όλον εντός και εκτός μας.

Θα αναδείξουμε γνωστικά και βιωματικά τα αρχετυπικά διαγενεακά εγγράμματα που αφορούν σε γονεϊκά, αδερφικά και συντροφικά συστήματα και την αντανάκλασή τους στη σύγχρονη πραγματικότητα, διερευνώντας την αξιοποίησή τους τόσο για την διεύρυνση της ατομικότητας όσο και της υγιούς συντροφικότητας.

Το «συμπτωματικό» παιδί ως καθρέφτης της συζυγικής δυναμικής: Συστημική προσέγγιση της παιδικής και εφηβικής αυτοκτονικότητας και αυτοτραυματισμού στο πλαίσιο της θεραπείας ζεύγους

Αθανάσιος Αράπογλου, Ελένη Κορναράκη

Η παιδική και εφηβική αυτοκτονικότητα και ο αυτοτραυματισμός συνιστούν ένα πολυπαραγοντικό και κλινικά απαιτητικό φαινόμενο, το οποίο παραδοσιακά προσεγγίζεται μέσα από ατομοκεντρικά και ψυχοπαθολογικά μοντέλα. Ωστόσο, αυξανόμενα δεδομένα από τη συστημική και οικογενειακή θεραπεία αναδεικνύουν τον καθοριστικό ρόλο των σχεσιακών διεργασιών, και ιδιαίτερα της συζυγικής δυναμικής, στη διαμόρφωση και έκφραση της ψυχικής δυσφορίας των παιδιών και εφήβων.

Η εργασία θα επιχειρήσει μια συστημική-σχεσιακή επανανοηματοδότηση της αυτοκτονικότητας και του αυτοτραυματισμού, προσεγγίζοντας το «συμπτωματικό» παιδί/έφηβο ως φορέα και εκφραστή ασυνείδητων εντάσεων, ρήξεων και αδιεξόδων στο γονεϊκό—και πρωτίστως συζυγικό—υποσύστημα. Ειδικότερα, διερευνάται πώς φαινόμενα όπως η συζυγική αποστασιοποίηση, οι συγκρουσιακές ή αποδιοργανωμένες συμμαχίες, οι τριγωνοποιήσεις και οι άκαμπτες διαγενεακές αφηγήσεις μπορούν να εγγραφούν στο παιδί ως συμπτωματολογία υψηλής έντασης, συμπεριλαμβανομένου του αυτοκτονικού ιδεασμού ή και της απόπειρας.

Αναδεικνύεται ότι η αυτοκτονικότητα και ο αυτοτραυματισμός δύναται να λειτουργεί ως «σχεσιακό σύμπτωμα», το οποίο σταθεροποιεί ή απορροφά τη δυσλειτουργία του ζευγαριού, ενώ ταυτόχρονα εκφράζει ένα αίτημα μετασχηματισμού της οικογενειακής οργάνωσης. Η θεραπευτική παρέμβαση μετατοπίζεται από την αποκλειστική εστίαση στο παιδί προς την ενεργή εμπλοκή του ζευγαριού, με στόχο την αναδόμηση των ορίων, την επαναδιαπραγμάτευση των ρόλων και την αποκατάσταση της συναισθηματικής επικοινωνίας.

Η εργασία προτείνει ότι η κατανόηση της αυτοκτονικότητας και του αυτοτραυματισμού στο πλαίσιο της θεραπείας ζεύγους δεν αποτελεί απλώς μια εναλλακτική οπτική, αλλά μια κλινική αναγκαιότητα, ικανή να ανοίξει νέους δρόμους τόσο για την πρόληψη όσο και για την αποτελεσματική θεραπευτική αντιμετώπιση σε πληθυσμούς υψηλού κινδύνου.

Συγκρουσιακό διαζύγιο - Το παιδί στο προσκήνιο ως «μήλον της έριδος» μέσα από την εμπειρία

Σταυρούλα Μήλιου

Η σύγχρονη οικογένεια καλείται να επαναπροσδιορίσει το σκοπό της ύπαρξης της και να προσαρμοστεί στο ευρύτερο κοινωνικό πλαίσιο. Αλλάζουν οι αξίες, οι ρόλοι και οι συμπεριφορές. Εμείς κουβαλάμε ακατέργαστα κομμάτια από το παρελθόν στο παρόν. Επικρατούν πια νέα κοινωνικά σχήματα και εναλλακτικές μορφές διαβίωσης (π.χ. μονογονεϊκές ή μεικτές οικογένειες).

Οι νέες εξελίξεις φέρνουν σύγχυση και εκδηλώνονται συμπτώματα. Τα συμπτώματα αντιμετωπίζονται στη δυναμική της οικογένειας, ως ενδείξεις δυσλειτουργίας του συστήματος, ως μοχλοί αλλαγής και ως ενισχυτικό της ομοιόστασης της οικογένειας.

Η θεραπεία ενός μέλους φέρει αλλαγές σε όλα τα μέλη. Το τριγωνοποιημένο παιδί λειτουργεί ως σύμβουλος, βοηθάει το γονιό στις δυσκολίες του ρόλου του, βοήθεια για την οποία υπάρχει κόστος για το ίδιο το παιδί. Ο θεραπευτής νοσηματοδοτεί το σύμπτωμα.

Ο θεραπευτής της οικογένειας εστιάζει όχι μόνο στο ζευγάρι αλλά σε όλη την οικογένεια. Στόχος είναι η αναδόμηση των σχέσεων στην οικογένεια, η διαφύλαξη της σχέσης γονέα παιδιού και η ενδυνάμωση των μελών. Το διαζύγιο μπορεί να είναι ευκαιρία για λειτουργική αναδιάρθρωση και ανάπτυξη του συστήματος, θέσπιση υγιών ορίων και διασφάλιση καλύτερης συνεργασίας μεταξύ όλων.

Βασικές αρχές της Συστημικής Θεραπείας είναι ότι:

- Η οικογένεια αποτελεί σύστημα (σχέσεων, συναισθημάτων, δικτύων επικοινωνίας).
- Προσανατολισμός είναι στα παιδιά.
- Χρειάζεται αναδόμηση ρόλων και ανάπτυξη νέων μηχανισμών.
- Διακρίνεται η ανάγκη για συνεργασία επί της ουσίας.

Προτείνεται:

- Συμβουλευτική γονέων.
- Ατομική Ψυχοθεραπεία.
- Οικογενειακή Ψυχοθεραπεία.

Η αποσταθεροποίηση της οικογένειας ενέχει την αγωνία για τη νέα κατάσταση.

Τον εφησυχασμό των μελών χρειάζεται να αντικαταστήσει η κινητοποίηση, την μονομερή καταγραφή η από κοινού εμπλοκή όλων και όλα τα μέλη μέσα στην οικογένεια χρειάζεται να βρουν νέους τρόπους «σχετίζεσθαι». Η Συστημική Θεραπεία δίνει βαρύτητα όχι μόνο στο νομικό αλλά και στο συναισθηματικό διαζύγιο. Οι σύζυγοι πρέπει να θρηνήσουν για την απώλεια, να φροντίσουν τον παραμελημένο εαυτό τους, να αποχαιρετήσουν τον/τη σύζυγο, να οριοθετήσουν τους εκτός οικογένειας και να διαχωρίσουν το συντροφικό από το γονεϊκό.

Οι γονείς διδάσκουν στα παιδιά πώς να διαχειριστούν την αλλαγή και να μετασχηματίσουν τις παραδοχές τους για την προσωπική και την επαγγελματική τους ζωή.

Η ψυχοθεραπευτική συνεδρία λειτουργεί ως επικοινωνιακό γεγονός μεταξύ των συζύγων, όχι απαραίτητα για την επανασύνδεση τους αλλά για την βίωση όλων των συναισθημάτων και τη συνειδητοποίηση τους παράλληλα με τον επαναπροσδιορισμό των στόχων και της προοπτικής της νέας φάσης ζωής.

Το διαζύγιο είναι μία απαραίτητα αλλαγή σε ένα σύστημα με ανισορροπία και η ομαλή μετάβαση θα αποκαταστήσει ακριβώς αυτήν σε ισορροπία.

Οι αλλαγές αυτές μεταφέρονται αλυσιδωτά σε επόμενες γενιές. Οι απόγονοι νιώθουν αυτή την «πρόικα» ή αυτό το βάρος, χωρίς να συνειδητοποιούν από πού προέρχεται.

Ο τρόπος, με τον οποίο οι γονείς θα διαχειριστούν το παιδί μέσα στο διαζύγιο αντανάκλα την ποιότητα της επικοινωνίας και της σχέσης μεταξύ τους και το είδος του γονέα που πραγματικά είναι, με την έννοια της προτεραιοποίησης των δικών του αναγκών ή των δικών τους.

Το παιδί συχνά παίρνει το ρόλο του «υποστηρικτή» του ενός ή και των δύο γονιών, του «πυροσβέστη» των συγκρούσεων μεταξύ τους και συχνά γίνεται το «μήλον της έριδος» στις δικαστικές αντιδικίες. Ο «θιγόμενος» γονιός, προκειμένου να κάνει το «καλύτερο» για το παιδί, με τρόπο που εκείνος το ορίζει, είναι ικανός να αρχίσει έναν ατέρμονο δικαστικό αγώνα προκειμένου να διεκδικήσει προνόμια.

Οι γονείς συμπαράσυνονται σε συμπεριφορές και αγωνίες, που το μόνο που διασφαλίζουν είναι: δικαστική επιβάρυνση, οικονομική εξαθλίωση, ψυχική καταρράκωση όλων των εμπλεκόμενων.

Το παιδί μαθαίνει πράγματα, που δεν θα έπρεπε να ξέρει στην ηλικία του, να προστατεύει τον εαυτό του και τον έναν γονιό του από τον άλλον, να πατάει πάνω σε «ναρκοπέδιο» και να χάνει σταδιακά την αθωότητα της ηλικίας του.

Θεραπεία Ζεύγους και Χρόνιο Νόσημα Παιδιού και Εφήβου

*Αναστασία Γαρυφαλιά Αντωνάκη
Εκπαιδευόμενη στη Συστημική Θεραπεία*

Τα ζευγάρια που έχουν παιδί ή έφηβο με χρόνια νόσημα, όπως παιδιά με άσθμα, χρόνια πόνο ή νεοπλασία, καλούνται να αντιμετωπίσουν σημαντικές μεταβολές στην οικογενειακή λειτουργία από την διάγνωση έως και την περίοδο μετά την θεραπεία της νόσου. Οι γονείς των παιδιών εμφανίζουν αυξημένα επίπεδα στρες και άγχους, προσπαθώντας να προσαρμοστούν σε μία σημαντική αλλαγή στην ισορροπία της οικογένειας και να διαχειριστούν το νόσημα του παιδιού τους. Σκοπός της παρούσας προφορικής ανακοίνωσης και έρευνας αποτελεί η διερεύνηση της σημασίας και αποτελεσματικότητας της θεραπείας ζεύγους ως συστημική μέθοδο παρέμβασης σε γονείς που έχουν παιδί ή έφηβο με χρόνια νόσημα. Για την ανασκόπηση της βιβλιογραφίας αξιοποιήθηκαν δημοσιευμένα άρθρα από το 2016-2026, τα οποία αφορούν γονείς παιδιών ή εφήβων με κάποιο χρόνια νόσημα και προσεγγίσεις αναφορικά με τη θεραπεία ζεύγους και παρουσιάζονται τα αποτελέσματα και τα συμπεράσματα των μελετών. Σύμφωνα με τα αποτελέσματα της ανασκόπησης, η έμφαση στη δυαδική σχέση του ζευγαριού κατά την θεραπεία, στην αναπροσαρμογή των ρόλων και στην επικοινωνία και κοινή κατανόηση μεταξύ των μελών βελτίωσαν τη σχέση του ζευγαριού και την ανταπόκρισή τους στις προκλήσεις του χρόνιου νοσήματος. Ακόμη, η ενίσχυση της οικογενειακής ανθεκτικότητας, συνοχής και συνεργασίας μεταξύ του ζευγαριού ενδυνάμωσε την ικανότητα διαχείρισης των συναισθηματικών δυσκολιών. Συμπερασματικά, η θεραπεία ζεύγους αναδεικνύεται ως σημαντική ψυχολογική παρέμβαση για οικογένειες που έχουν παιδί ή έφηβο με χρόνια νόσημα, συμβάλλοντας στην προσαρμογή του συστήματος και υποσυστήματος του ζεύγους στην μεταβατική κρίση που καλούνται να αντεπεξέλθουν. Προτείνεται η ενίσχυση της βιβλιογραφίας αναφορικά με την θεραπεία ζεύγους και το χρόνια νόσημα στο παιδί και τον έφηβο, και περισσότερες μελέτες αναφορικά με εστιασμένες στη θεραπεία ζεύγους προσεγγίσεις, όπως και στη συμβουλευτική γονέων.

Λέξεις-Κλειδιά: Θεραπεία Ζεύγους, Χρόνιο Νόσημα, Παιδί, Έφηβος

Από την κρίση στη σύνδεση : Η συμβολή της θεραπείας ζεύγους στην πρόληψη του διαζυγίου και τη μείωση του τραύματος του χωρισμού στα παιδιά μέσα από συστημικές και αφηγηματικές προσεγγίσεις

Σοφία Ηλιοπούλου

– Παιδοψυχολόγος-Οικογενειακή Ψυχοθεραπεύτρια, MSc

Η παρούσα εργασία εξετάζει τη θεραπεία ζεύγους ως μία έγκαιρη και στοχευμένη θεραπευτική παρέμβαση. Πιο συγκεκριμένα, σκοπό έχει τη διαχείριση κρίσεων του ζευγαριού με βασικό άξονα την ενίσχυση της συναισθηματικής σύνδεσης και την ανάπτυξη δεξιοτήτων για αποτελεσματικότερη επικοινωνία και επίλυση συγκρούσεων ώστε να μειωθούν οι πιθανότητες ρήξης της σχέσης. Στις περιπτώσεις όμως που το ενδεχόμενο του διαζυγίου κριθεί αναπόφευκτο, υπογραμμίζεται ότι η θεραπεία ζεύγους αποτελεί ένα δυναμικό μέσο, το οποίο συμβάλλει σημαντικά στη λειτουργικότερη συνδιαλλαγή του ζεύγους στο πλαίσιο του γονεϊκού τους ρόλου και τη λήψη κρίσιμων αποφάσεων, μειώνοντας το τραύμα του χωρισμού στα ανήλικα τέκνα. Η εργασία θα βασιστεί σε κλινικά παραδείγματα, αξιοποιώντας μελέτες περιπτώσεων μέσα από τη συστημική οπτική, την θεωρία του δεσμού και αφηγηματικά εργαλεία όπως η περιγραφή εαυτού. Η αναγνώριση των δυσλειτουργικών μοτίβων μέσα από τη θεραπευτική διαδρομή, επιτρέπει την επανανοηματοδότηση της ιστορίας της σχέσης μέσα από εναλλακτικές αφήγησης της εκδοχής του εαυτού καθώς και τρόπων σύνδεσης μέσα από ένα διαφορετικό ερμηνευτικό πλαίσιο για την κατανόηση των συναισθηματικών αναγκών, των μοτίβων προσκόλλησης και των μοτίβων αντίδρασης σε καταστάσεις κρίσης. Συμπερασματικά, η θεραπεία ζεύγους εάν αξιοποιηθεί σε κατάλληλη χρονική στιγμή, διαφαίνεται ότι μπορεί να λειτουργήσει τόσο ως μέσο πρόληψης όσο και ως προστατευτικός παράγοντας στη διαχείριση κρίσεων και στο ενδεχόμενο ρήξης της σχέσης. Ωστόσο, ακόμα και μετά το διαζύγιο, μοιάζει να συνεχίζει η επίδραση της σε ότι αφορά στην ομαλότερη μετάβαση σε ένα λειτουργικότερο μοντέλο, περιορίζοντας σημαντικά την επίδραση του ψυχικού τραύματος του χωρισμού στα παιδιά, προάγοντας τη συναισθηματική ασφάλεια όλων των μελών της οικογένειας.

Λέξεις κλειδιά : θεραπεία ζεύγους, παιδικό τραύμα, διαζύγιο, αφηγηματικά εργαλεία, θεωρία δεσμού, συστημική οπτική

Από τον Δεσμό της Παιδικής Ηλικίας στη Συντροφική Σχέση

Ελένη Καρτσωνάκη, Ψυχολόγος Παιδιών -Εφήβων MSc, Ψυχοθεραπεύτρια και Εκπαιδευόμενη Εκπαιδύτρια Παρεμβαίνουσας μη Κατευθυντικής και Προσωποκεντρικής προσέγγισης.

Κωστής Φλουρής, Προϊστάμενος Παιδείας & Δια Βίου Μάθησης Περιφέρειας Κρήτης, Εκπαιδευτής Ενηλίκων, Σύμβουλος Ψυχικής Υγείας και Εκπαιδευόμενος Εκπαιδευτής Παρεμβαίνουσας μη Κατευθυντικής και Προσωποκεντρικής προσέγγισης.

Η θεωρία δεσμού υποστηρίζει ότι οι πρώιμες σχέσεις με τους βασικούς φροντιστές διαμορφώνουν εσωτερικά μοντέλα λειτουργίας που επηρεάζουν τον τρόπο με τον οποίο τα άτομα αντιλαμβάνονται τον εαυτό τους, τους άλλους και τις στενές διαπροσωπικές σχέσεις. Τα μοτίβα δεσμού αναπαράγονται συχνά στις ενήλικες συντροφικές σχέσεις, επηρεάζοντας τη συναισθηματική ρύθμιση, την επικοινωνία, την εμπιστοσύνη και τη διαχείριση της εγγύτητας και της απόστασης.

Παράλληλα, η Συναισθηματικά Εστιασμένη Θεραπεία Ζεύγους (EFT) αναδεικνύει ότι οι δυσλειτουργικοί κύκλοι αλληλεπίδρασης των ζευγαριών συνδέονται με βαθύτερες ανάγκες για συναισθηματική ασφάλεια, αποδοχή και σύνδεση.

Στόχος του βιωματικού εργαστηρίου είναι η αναγνώριση των μοτίβων δεσμού που μεταφέρονται από την παιδική ηλικία στις ενήλικες συντροφικές σχέσεις, η κατανόηση των συναισθηματικών αναγκών που τα υποστηρίζουν και η διερεύνηση τρόπων ενίσχυσης ενός ασφαλέστερου τρόπου σχετίζεσθαι. Μέσα από τη σύνδεση θεωρίας και προσωπικής εμπειρίας, οι συμμετέχοντες/ουσες θα ενισχύσουν την επίγνωση των σχεσιακών τους μοτίβων και θα διερευνήσουν προϋποθέσεις για την ανάπτυξη σχέσεων που χαρακτηρίζονται από ασφάλεια, αμοιβαιότητα και συναισθηματική εγγύτητα.

Η μεθοδολογία του εργαστηρίου περιλαμβάνει σύντομη θεωρητική εισήγηση, βιωματικές ασκήσεις, αλληλεπίδραση μεταξύ των συμμετεχόντων και διαδικασίες αναστοχασμού και επεξεργασίας της εμπειρίας.

Μεταξύ Ασφάλειας και Επιθυμίας: Η Ερωτική Δυναμική της Απόστασης στο Ζευγάρι

*Φραγκιαδάκη Χριστίνα, Ψυχολόγος BSc (Hons), Συστημική-Οικογενειακή Ψυχοθεραπεύτρια
/Δραματοθεραπεύτρια / Ηθοποιός*

Το παρόν βιωματικό εργαστήριο διερευνά την ερωτική επιθυμία στο ζευγάρι μέσα από το πρίσμα της σχεσιακής απόστασης. Η απόσταση δεν προσεγγίζεται ως ένα απλό χωρικό ή συμπεριφορικό δεδομένο, αλλά ως ένα δυναμικό σχεσιακό πεδίο μέσα στο οποίο συνυπάρχουν και συχνά συγκρούονται η ανάγκη για ασφάλεια και η ώθηση προς την επιθυμία. Στο πλαίσιο αυτό, η ερωτική επιθυμία κατανοείται ως ένα φαινόμενο που δεν είναι σταθερό ή δεδομένο, αλλά αναδύεται και μεταβάλλεται μέσα στη ζωντανή αλληλεπίδραση των συντρόφων.

Αντλώντας από τη συστημική οπτική και αξιοποιώντας δραματοθεραπευτικά εργαλεία, το εργαστήριο εστιάζει στον τρόπο με τον οποίο οι μετακινήσεις εγγύτητας και απόστασης διαμορφώνουν το σχεσιακό πεδίο και επηρεάζουν την εμφάνιση, τη ρύθμιση ή την αναστολή της επιθυμίας. Ιδιαίτερη έμφαση δίνεται στις λεπτές, συχνά μη λεκτικές, κινήσεις μέσα στη σχέση, στον τρόπο με τον οποίο οι σύντροφοι πλησιάζουν ή απομακρύνονται, καθώς και στις θέσεις που καταλαμβάνουν ο ένας απέναντι στον άλλο.

Κεντρικό σημείο της διερεύνησης αποτελεί το παράδοξο της συνύπαρξης ασφάλειας και επιθυμίας, καθώς και οι στιγμές κατά τις οποίες μια εξωτερική αλλαγή δεν συνοδεύεται από αντίστοιχη εσωτερική μετατόπιση. Πρόκειται για στιγμές όπου υπάρχει κίνηση, χωρίς όμως να αναδύεται αναγνώριση, συναισθηματική επαφή ή νέο νόημα. Οι στιγμές αυτές προσεγγίζονται ως κλινικά κρίσιμες, καθώς αποκαλύπτουν τους περιορισμούς αλλά και τις δυνατότητες του σχεσιακού συστήματος.

Μέσα από βιωματικές ασκήσεις, διερεύνηση ρόλων και καθοδηγούμενο αναστοχασμό, οι συμμετέχοντες καλούνται να εξερευνήσουν τη σχέση μεταξύ απόστασης και επιθυμίας, να αναγνωρίσουν σχεσιακά μοτίβα και να εμβαθύνουν στη σημασία της μη λεκτικής επικοινωνίας στη θεραπεία ζεύγους. Η προσέγγιση στοχεύει στη μετατόπιση από μια γραμμική κατανόηση της επιθυμίας προς μια πιο σύνθετη, σχεσιακή και δυναμική θεώρηση.

Η ερωτική επιθυμία δεν αντιμετωπίζεται ως κάτι που υπάρχει ή απουσιάζει, αλλά ως κάτι που αναδύεται ή αποσύρεται μέσα στη ζωντανή συνάντηση των δύο.

Το εργαστήριο απευθύνεται σε επαγγελματίες ψυχικής υγείας και εκπαιδευόμενους και αφορά ζευγάρια κάθε ταυτότητας φύλου και σεξουαλικού προσανατολισμού.

Ζευγάρια με διαφορετικό αίτημα. Περνώντας από τη σύγκρουση στη διερεύνηση της δυνατότητας θεραπείας.

*Σαμπροβαλάκης Γιώργος, Κοινωνικός Λειτουργός, MEd, Συστημικός Θεραπευτής, Μέλος ΔΣ
Συνδέσμου Κοινωνικών Λειτουργών Ελλάδος και Πρόεδρος Περιφερειακού Τμήματος Κρήτης του
ΣΚΛΕ*

Το συγκεκριμένο εργαστήριο επιδιώκει να δώσει έμφαση στη δυνατότητα θεραπείας που αναδύεται σε περιπτώσεις ζευγαριών όπου οι σύντροφοι προσέρχονται με διαφορετικό θεραπευτικό αίτημα και άνιση δέσμευση απέναντι στη σχέση ή και στη θεραπευτική διαδικασία. Τα λεγόμενα «mixed-agenda couples» συνιστούν ένα σύνθετο θεραπευτικό πλαίσιο, στο οποίο ο ένας σύντροφος συχνά επιθυμεί τη διατήρηση ή και επαναδιαπραγμάτευση της σχέσης, ενώ ο άλλος εμφανίζεται αμφίθυμος ή προσανατολισμένος προς τον τερματισμό της. Η δυναμική αυτή δημιουργεί σημαντικές προκλήσεις ως προς τη διαχείριση της σύγκρουσης και τη διερεύνηση της δυνατότητας αλλαγής, σε αυτή καθεαυτή τη θεραπευτική διαδικασία. Το εργαστήριο βασίζεται στη συστημική προσέγγιση της θεραπείας ζεύγους και αξιοποιεί το μοντέλο Συμβουλευτικής (Discernment Counseling) του William Doherty, το οποίο αναπτύχθηκε για ζευγάρια υψηλής αμφιθυμίας όχι μόνο για την είσοδο σε θεραπευτική διαδικασία, αλλά και ως προς την διατήρηση της σχέσης. Ιδιαίτερη έμφαση θα δοθεί στη μετάβαση από την πολωμένη σύγκρουση προς τη διερεύνηση της προσωπικής ευθύνης, της θέσης κάθε μέλους του ζεύγους και της δυνατότητας δέσμευσης σε μια διαδικασία αλλαγής. Το εργαστήριο θα έχει βιωματικό και συμμετοχικό χαρακτήρα. Μετά από σύντομη θεωρητική εισήγηση, οι συμμετέχοντες/ουσες θα εργαστούν σε μικρές ομάδες μέσα από ημι-δομημένο role playing βασισμένο σε κλινικά σενάρια. Οι ασκήσεις θα εστιάζουν στη διαχείριση του θεραπευτικού αδιέξοδου που προκύπτει με το διαφορετικό αίτημα των συντρόφων. Θα ακολουθήσει συλλογική αναστοχαστική επεξεργασία της εμπειρίας. Στόχος του εργαστηρίου είναι η εξοικείωση των συμμετεχόντων με το συγκεκριμένο μοντέλο συμβουλευτικής ως εργαλείο προετοιμασίας για τη θεραπεία ζεύγους.

Δεσμοί που Δεσμεύουν: Βιωματική προσέγγιση της συν-εξάρτησης στο σύστημα του ζεύγους

Κατσαβριά Βασιλική ¹, Μαριλένα Χατζάκη ²

1. Ψυχολόγος, Εθνικός Οργανισμός Πρόληψης και Αντιμετώπισης Εξαρτήσεων (ΕΟΠΑΕ)

2. Κοινωνική Λειτουργός, Εθνικός Οργανισμός Πρόληψης και Αντιμετώπισης Εξαρτήσεων (ΕΟΠΑΕ)

Η εξάρτηση, ως σύνθετο βιοψυχοκοινωνικό φαινόμενο, υπερβαίνει την ατομική παθολογία και αναδύεται ως ένας «δυσλειτουργικός σταθεροποιητής» εντός του οικογενειακού συστήματος. Σύμφωνα με τη Susan Johnson, η εξάρτηση αποτελεί συχνά μια «λανθασμένη προσπάθεια αυτορρύθμισης» (disordered self-regulation), όπου το άτομο καταφεύγει στη ουσία ή σε εξαρτητικές συμπεριφορές για να διαχειριστεί το δυσβάσταχτο συναίσθημα που προκαλεί η ανασφαλής προσκόλληση (Johnson, 2019). Η παρούσα εισήγηση αναλύει πώς η χρήση ουσιών υπονομεύει την εμπιστοσύνη και αναπαράγει μοτίβα ανασφάλειας στο σύστημα του ζεύγους. Σύμφωνα με τη διεθνή βιβλιογραφία (Powers et al., 2008), η συμμετοχή του συντρόφου στη θεραπεία μειώνει τα ποσοστά εγκατάλειψης (drop-out) από το 60% στο 15% και περιορίζει την υποτροπή κατά 30-40% το πρώτο έτος. Στο πλαίσιο αυτό, προτείνεται ένα βιωματικό εργαστήριο που στοχεύει στην αποκωδικοποίηση των μηχανισμών της συνεξάρτησης μέσω τριών κεντρικών ασκήσεων: «Ο Ιστός της Εξάρτησης», μια σωματική αναπαράσταση της συστημικής αλληλεξάρτησης· «Το Ζωντανό Τρίγωνο», μια άσκηση θέσεων για την ανάδειξη της δυναμικής της τριγωνοποίησης· και «Η Πλάτη στην Πλάτη», που εστιάζει στη διαφοροποίηση και την υγιή αυτονόμηση. Συμπερασματικά, η συστημική προσέγγιση μετατρέπει τη σχέση από πεδίο σύγκρουσης σε ισχυρό προστατευτικό παράγοντα, προσφέροντας πρακτικά κλινικά εργαλεία για τη μετάβαση από την παθολογική προσκόλληση στη λειτουργική οριοθέτηση.

Λέξεις-κλειδιά: Συστημική θεραπεία, συνεξάρτηση, τριγωνοποίηση, βιωματικές τεχνικές, προσκόλληση.

Επιλεγμένη Βιβλιογραφία

- Johnson, S. M. (2019). Attachment Theory in Practice: Emotionally Focused Therapy (EFT) with Individuals, Couples, and Families. Guilford Publications.
- Klostermann, K. (2006). Behavioral couples therapy for substance abusing clients. Substance Abuse Treatment, Prevention, and Policy, 1(1), 24.
- McCrady, B. S., & Epstein, E. E. (Eds.). (2018). Addictions: A Comprehensive Guidebook (2nd ed.). Oxford University Press.
- Powers, M. B., Vedel, E., & Emmelkamp, P. M. (2008). Behavioral couples therapy (BCT) for drug and alcohol dependence: A meta-analysis. Clinical Psychology Review, 28(6), 952-962.
- Steinglass, P., et al. (1987). The Alcoholic Family. Basic Books.
- Velleman, R., et al. (2005). The impact of drug and alcohol problems on families. Psychiatry, 4(1), 46-49.

ΠΕΡΙΛΗΨΕΙΣ POSTER

**Αναδομώντας το Νόημα μετά το Διαζύγιο:
Μια Κοινωνικο-Κονστρουκτιβιστική και Συστημική Προσέγγιση της Μετα-Διαζυγιακής
Προσαρμογής**

Άννα Καρακερέζη
Clinical Psychologist, MSc Clinical & Community Psychology, MBA
PhD Candidate in Psychology, University of Essex via Aegean College
Email: annakarakerezi@yahoo.gr

Το διαζύγιο προσεγγίζεται συχνά ως ένα στρεσογόνο γεγονός ζωής που συνδέεται με απώλεια, ψυχική επιβάρυνση και αναδιοργάνωση της οικογενειακής ζωής. Ωστόσο, πέρα από τις νομικές και κοινωνικές του διαστάσεις, μπορεί να κατανοηθεί και ως μια βαθιά σχεσιακή και υπαρξιακή μετάβαση, η οποία επηρεάζει την προσωπική ταυτότητα, τους συναισθηματικούς δεσμούς και τα νοήματα που τα άτομα έχουν διαμορφώσει γύρω από τον εαυτό, την οικογένεια και την αίσθηση του ανήκειν. Παρότι η υπάρχουσα βιβλιογραφία έχει συμβάλει ουσιαστικά στην κατανόηση των ψυχολογικών συνεπειών της λύσης του γάμου, μεγάλο μέρος της έρευνας εξακολουθεί να επικεντρώνεται κυρίως στις δυσκολίες προσαρμογής και στις μετρήσιμες εκβάσεις, παραβλέποντας συχνά τον τρόπο με τον οποίο τα άτομα βιώνουν, αφηγούνται και αναδομούν το νόημα της εμπειρίας τους μετά το διαζύγιο. Αντλώντας από τη συστημική θεωρία οικογένειας, τον κοινωνικό κονστρουκτιβισμό και τις αφηγηματικές θεραπευτικές προσεγγίσεις, η παρούσα μελέτη προσεγγίζει το διαζύγιο όχι μόνο ως το τέλος μιας σχέσης, αλλά ως μια διαδικασία σχεσιακής αναδιοργάνωσης και αναδόμησης νοήματος. Ιδιαίτερη έμφαση δίνεται στους τρόπους με τους οποίους τα άτομα επαναδιαπραγματεύονται την ταυτότητα, τους οικογενειακούς ρόλους και τη συναισθηματική σύνδεση μετά τη λύση της συζυγικής σχέσης, ενώ παράλληλα καλούνται να διαχειριστούν κυρίαρχες κοινωνικές αφηγήσεις γύρω από τον γάμο, την αποτυχία, τον χωρισμό και την ανθεκτικότητα. Υπό αυτό το πρίσμα, η μετα-διαζυγιακή προσαρμογή δεν κατανοείται μόνο ως διαδικασία διαχείρισης της απώλειας, αλλά και ως πιθανή διαδικασία προσωπικού μετασχηματισμού και επαναπροσδιορισμού των σχέσεων. Επιπλέον, ιδιαίτερη σημασία αποδίδεται στη θεραπευτική αξία της αφήγησης και της αναδόμησης νοήματος, καθώς η δυνατότητα των ατόμων να επανασυνδέσουν την εμπειρία του διαζυγίου με μια πιο συνεκτική προσωπική ιστορία φαίνεται να συνδέεται με διαδικασίες ψυχικής ανθεκτικότητας, προσαρμογής και σχεσιακής επαναοργάνωσης. Μέσα από τη σύνθεση σύγχρονων συστημικών και αφηγηματικών προσεγγίσεων, η παρούσα μελέτη επιχειρεί να συμβάλει σε μια πιο ολιστική και ανθρώπινη κατανόηση της μετα-διαζυγιακής προσαρμογής και της σημασίας των διαδικασιών νοηματοδότησης στη θεραπευτική πρακτική.

Αλλαγές σε ζευγάρια με βίαιες συγκρούσεις μετά από βραχεία συστημική παρέμβαση με τη ΘΑΣ

Κωνσταντίνα Μπατάλα, Συστημική Οικογενειακή θεραπεύτρια (EFTA CIM) και εκπαιδεύτρια.

Η παρούσα έρευνα διερεύνησε την αποτελεσματικότητα του μοντέλου της Θεραπείας Ανθρωπίνων Συστημάτων (ΘΑΣ) στην αντιμετώπιση της συντροφικής βίας, με στόχο την κατανόηση και αποτροπή των βίαιων συγκρούσεων στα ζευγάρια. Η μελέτη εστίασε τόσο στα αποτελέσματα των θεραπευτικών παρεμβάσεων όσο και στη διαδικασία επίτευξης της αλλαγής, δίνοντας ιδιαίτερη έμφαση στα ποιοτικά δεδομένα που προέκυψαν από τις Εκθέσεις Θεραπείας. Η στατιστική ανάλυση χρησιμοποιήθηκε επικουρικά για την επιβεβαίωση των ποιοτικών ευρημάτων, με συνεκτίμηση τόσο της στατιστικής σημαντικότητας όσο και του μεγέθους επίδρασης. Η έρευνα πραγματοποιήθηκε σε δείγμα εννέα ζευγαριών που παραπέμφθηκαν από την Εισαγγελία Ηρακλείου μετά από καταγγελίες γυναικών για σωματική βία από τον σύντροφό τους. Ακολουθήθηκε η μέθοδος της Πολλαπλής Μελέτης Περίπτωσης με μικτή μεθοδολογική προσέγγιση (ποιοτική και ποσοτική). Τα δεδομένα συλλέχθηκαν σε τρεις χρονικές στιγμές: πριν την παρέμβαση, μετά την ολοκλήρωσή της και ένα έτος αργότερα. Χρησιμοποιήθηκαν οι κλίμακες CTS2, DES.MOD, SCORE-15 και MHS. Τα αποτελέσματα έδειξαν σημαντική μείωση της συχνότητας και της έντασης των βίαιων συγκρούσεων, ενώ δεν καταγράφηκε κανένα νέο περιστατικό βίας κατά τη διάρκεια της θεραπείας και στην παρακολούθηση ενός έτους. Παράλληλα, διαπιστώθηκε αύξηση της ικανοποίησης από τη σχέση, ενίσχυση των θετικών συναισθημάτων μεταξύ των συντρόφων και βελτίωση της λειτουργικότητας της οικογένειας/ζεύγους. Τα ευρήματα υποστηρίζουν επίσης τη βασική υπόθεση της ΘΑΣ σχετικά με τη διατάραξη της ιεραρχίας στο σύστημα-ζεύγος ως παράγοντα εκδήλωσης της βίας. Συνολικά, η ΘΑΣ φαίνεται να αποτελεί μια αποτελεσματική και βραχεία θεραπευτική προσέγγιση για την αντιμετώπιση της συντροφικής βίας.

Συναισθηματική ρύθμιση και φυσική δραστηριότητα στο ζεύγος: ένα ενσωματωμένο EFT–SDT μοντέλο σε χρόνιο πόνο

Γεωργία Γκοβίνα

Η παρούσα εργασία προτείνει ένα ενσωματωμένο συστημικό μοντέλο που συνδέει τη δυναμική του ζεύγους με τη ρύθμιση της υγείας και της συμπεριφοράς, διερευνώντας τη διασταύρωση χρόνιου πόνου, συναισθηματικής ρύθμισης και εσωτερικής παρακίνησης για φυσική δραστηριότητα. Το θεωρητικό πλαίσιο βασίζεται στη θεωρία της προσκόλλησης και στη Συναισθηματικά Εστιασμένη Θεραπεία (Emotionally Focused Therapy – EFT), σε συνδυασμό με τη Θεωρία του Αυτοκαθορισμού (Self-Determination Theory – SDT), αναδεικνύοντας τον ρόλο του ζευγαρικού δεσμού ως ρυθμιστικού μηχανισμού συναισθηματικής λειτουργίας και υιοθέτησης συμπεριφορών υγείας. Οι χρόνιες ψυχοσωματικές καταστάσεις θεωρείται ότι ενεργοποιούν δυσλειτουργικούς αλληλεπιδραστικούς κύκλους στο ζεύγος, επηρεάζοντας τη συναισθηματική ρύθμιση και την αίσθηση ασφάλειας στη σχέση. Τέτοιοι κύκλοι, όπως μοτίβα απόσυρσης–διεκδίκησης ή υπερπροστατευτικότητας–αποστασιοποίησης, περιορίζουν τη δυνατότητα συν-ρύθμισης και λειτουργικής προσαρμογής του ζεύγους. Στο προτεινόμενο μοντέλο, η EFT λειτουργεί ως μηχανισμός αναδιοργάνωσης των δεσμικών προτύπων, ενισχύοντας μια ασφαλή συναισθηματική βάση στη σχέση. Η αίσθηση ασφάλειας συνδέεται με την ικανοποίηση των βασικών ψυχολογικών αναγκών της SDT (αυτονομία, ικανότητα, συνδεσιμότητα), οι οποίες υποστηρίζουν την εσωτερική παρακίνηση. Η προαγωγή της φυσικής δραστηριότητας προσεγγίζεται μέσω αρχών της Συμβουλευτικής Φυσικής Δραστηριότητας, ως διαδικασία ενίσχυσης της αυτοκαθοριζόμενης κινητοποίησης και όχι απλής συμμόρφωσης. Η συναισθηματική ασφάλεια στη σχέση μπορεί να ενισχύσει την αυτοαποτελεσματικότητα και την εσωτερική παρακίνηση για άσκηση, ενώ οι δυσλειτουργικοί αλληλεπιδραστικοί κύκλοι ενδέχεται να τη μειώσουν. Συμπερασματικά, προτείνεται ένα ενσωματωμένο EFT–SDT συστημικό μοντέλο, στο οποίο η ασφαλής προσκόλληση στο ζεύγος λειτουργεί ως κεντρικός μηχανισμός αλλαγής, υποστηρίζοντας τόσο τη συναισθηματική ρύθμιση όσο και την υιοθέτηση υγιεινών συμπεριφορών σε πληθυσμούς με χρόνιο πόνο και ψυχολογική δυσφορία.

Λέξεις- κλειδιά: θεραπεία ζεύγους, EFT, προσκόλληση, SDT, συναισθηματική ρύθμιση, χρόνιος πόνος, φυσική δραστηριότητα

Κυκλική Αιτιότητα και Μοτίβα Αλληλεπίδρασης σε Ζευγάρια στο πλαίσιο της Διπλής Διάγνωσης: Μια Συστημική Χαρτογράφηση

Χρήστος Θεοδωρόπουλος, Κοινωνιολόγος-Κοινωνικός λειτουργός, Συστημικός Ψυχοθεραπευτής ΕΦΤΑ, Μονάδα Διπλής Διάγνωσης Ηρακλείου, Εθνικός Οργανισμός Πρόληψης και Αντιμετώπισης Εξαρτήσεων (ΕΟΠΑΕ)

Εισαγωγή:

Η διπλή διάγνωση δημιουργεί ένα εξαιρετικά σύνθετο πεδίο παρέμβασης, όπου η ατομική ψυχοπαθολογία αλληλεπιδρά αδιάλειπτα με το σχεσιακό σύστημα. Στο πλαίσιο της συστημικής θεραπείας, το σύμπτωμα δεν αντιμετωπίζεται ως γραμμικό αποτέλεσμα μιας νόσου, αλλά ως μέρος ενός «χορού» αλληλεπίδρασης, ο οποίος επιτελεί ομοιοστατική λειτουργία για το ζεύγος.

Σκοπός:

Η παρούσα εργασία (poster) στοχεύει στη χαρτογράφηση των κυρίαρχων μοτίβων αλληλεπίδρασης που αναπτύσσονται σε ζευγάρια όπου το ένα μέλος παρουσιάζει διπλή διάγνωση.

Μεθοδολογία:

Μέσω κλινικής παρατήρησης και της χρήσης συστημικών εργαλείων (γενεόγραμμα, κυκλικές ερωτήσεις, αναπλαισίωση), αναλύονται οι δυναμικές που αναπτύσσονται κατά τη θεραπευτική διαδικασία. Εξετάζονται έννοιες όπως η ιεραρχία στη σχέση και η «τριγωνοποίηση» με την εξάρτηση και την ψυχική νόσο.

Αποτελέσματα:

Η ανάλυση αναδεικνύει ότι η διπλή διάγνωση συχνά λειτουργεί ως «σταθεροποιητής» μιας εύθραυστης σχεσιακής ισορροπίας. Η μετατόπιση της θεραπευτικής εστίασης από το «ασθενές μέλος» στη σχεσιακή κυκλικότητα επιτρέπει την αποενοχοποίηση των συντρόφων και την ενίσχυση της ανθεκτικότητας του συστήματος. Η παρέμβαση στο ζεύγος κρίνεται αναγκαία για την πρόληψη υποτροπών και διατήρηση της θεραπευτικής πορείας.

Λέξεις-κλειδιά:

Διπλή Διάγνωση, Κυκλική Αιτιότητα, Ομοιόσταση, Εξάρτηση

Θεωρία Δεσμού και ενήλικες διαπροσωπικές σχέσεις*
μια βιβλιογραφική ανασκόπηση

Μαριάννα Βαμβουκάκη

Σκοπός της εργασίας είναι η διερεύνηση πιθανής σχέσης ανάμεσα στους τύπους δεσμού, τη συναισθηματική ρύθμιση και τις διαπροσωπικές σχέσεις στην ενήλικη ζωή. Συγκεκριμένα, πως οι τύποι δεσμού κατά την παιδική ηλικία συνδέονται με διαφορετικές στρατηγικές διαχείρισης του συναισθήματος και πώς επηρεάζουν τη σχεσιακή λειτουργικότητα των ενηλίκων.

Η μελέτη πραγματοποιήθηκε μέσα από τη συστηματική βιβλιογραφική ανασκόπηση εμπειρικών μελετών με βάση τις οδηγίες PRISMA 2020 και συγκεκριμένα κριτήρια ένταξης και αποκλεισμού.

Τα αποτελέσματα έδειξαν ότι ο ασφαλής δεσμός συνδέεται με πιο λειτουργική συναισθηματική ρύθμιση, μεγαλύτερη εμπιστοσύνη, καλύτερη επικοινωνία και αποτελεσματικότερη διαχείριση συγκρούσεων, ο αγχώδης δεσμός συνδέθηκε με υπερενεργοποίηση του συναισθήματος και ανάγκη επιβεβαίωσης, ενώ ο αποφευκτικός δεσμός με συναισθηματική αποστασιοποίηση, καταστολή και μειωμένη αναζήτηση υποστήριξης.

Συμπερασματικά, η εργασία ανέδειξε ότι η συναισθηματική ρύθμιση λειτουργεί ως κρίσιμος ενδιάμεσος μηχανισμός ανάμεσα στους τύπους δεσμού και στην ποιότητα των ενήλικων διαπροσωπικών σχέσεων. Τα ευρήματα επιβεβαιώνουν ότι η κατανόηση του δεσμού είναι σημαντική τόσο για την ερμηνεία της σχεσιακής λειτουργικότητας όσο και για μελλοντικές κλινικές και ερευνητικές εφαρμογές.

Η εμπειρία της υπογονιμότητας στο ζευγάρι: από τη διαφορά στη σύνθεση μέσα από τη συστημική συμβουλευτική

Σοφία Καλαϊτζάκη, Αργυρώ Παπαδογιωργάκη, Δωροθέα Λιβανίου

Η υπογονιμότητα αποτελεί μια σύνθετη εμπειρία ζωής που δεν αφορά μόνο το άτομο, αλλά επηρεάζει βαθιά τη δυναμική του ζευγαριού, τις οικογενειακές σχέσεις και την αντίληψη των συντρόφων για τον εαυτό τους και το κοινό τους μέλλον. Από τη συστημική οπτική, η αδυναμία απόκτησης παιδιού δεν αντιμετωπίζεται ως ατομικό πρόβλημα, αλλά ως κρίσιμο γεγονός που διαταράσσει την ισορροπία του συστήματος του ζευγαριού, επηρεάζοντας την επικοινωνία, τη συναισθηματική εγγύτητα, τη σεξουαλική σχέση, τη λήψη αποφάσεων και τη διαχείριση των πολλαπλών απωλειών που συνοδεύουν την εμπειρία της υπογονιμότητας. Η παρούσα εργασία επιχειρεί να προσεγγίσει την εμπειρία της υπογονιμότητας στο ζευγάρι μέσα από το πρίσμα της συστημικής θεωρίας, αναδεικνύοντας τον τρόπο με τον οποίο οι προσωπικές ιστορίες, οι οικογενειακοί μύθοι, οι πολιτισμικές προσδοκίες και οι αλληλεπιδράσεις μεταξύ των συντρόφων συνδιαμορφώνουν τη νοηματοδότηση της εμπειρίας. Ιδιαίτερη έμφαση δίνεται στις διαφορετικές μορφές θρήνου που αναδύονται κατά τη διάρκεια της διαγνωστικής και θεραπευτικής πορείας, καθώς και στις διαφοροποιήσεις που παρατηρούνται στον τρόπο με τον οποίο κάθε σύντροφος βιώνει, εκφράζει και νοηματοδοτεί την απώλεια. Παράλληλα, εξετάζεται ο ρόλος της συστημικής συμβουλευτικής ως θεραπευτικού πλαισίου που διευκολύνει την αναγνώριση των συναισθημάτων, την ενίσχυση της επικοινωνίας και την αναδόμηση των αφηγήσεων που σχετίζονται με την υπογονιμότητα. Μέσα από την αξιοποίηση της κυκλικής αιτιότητας, της αναπλαισίωσης και της διερεύνησης των οικογενειακών και διαγενεακών επιρροών, η συμβουλευτική παρέμβαση μπορεί να συμβάλει στην ενδυνάμωση της σχέσης του ζευγαριού και στην ανάπτυξη νέων τρόπων νοηματοδότησης της εμπειρίας. Η συστημική προσέγγιση αναδεικνύεται ως ένα πολύτιμο πλαίσιο κατανόησης και υποστήριξης των ζευγαριών που έρχονται αντιμέτωπα με την πρόκληση της υπογονιμότητας, διευκολύνοντας τη μετάβαση από τις διαφορετικές εμπειρίες και αφηγήσεις των συντρόφων προς τη σύνθεση μιας κοινής εμπειρίας, την από κοινού νοηματοδότηση της και την ενδυνάμωση της σχέσης τους.

Η εμφάνιση μείζονος ψυχοπαθολογίας και η ανάδειξη των σχεσιακών δυναμικών: η συμβολή της συστημικής προσέγγισης σε δημόσια ψυχιατρική κλινική.

Βασίλης Κούδας, Μαρία Αναστασάκη

Η νοσηλεία ασθενών με μείζονα ψυχοπαθολογία σε δημόσια ψυχιατρική κλινική αποτελεί μία κρίσιμη περίοδο όχι μόνο για την σταθεροποίηση της συμπτωματολογίας, αλλά και για την κατανόηση των σχεσιακών διεργασιών που συνδέονται με την εμφάνιση, την διατήρηση και την πορεία της διαταραχής. Η συστημική προσέγγιση αντιμετωπίζει το σύμπτωμα ως φαινόμενο που αποκτά νόημα μέσα στο πλαίσιο των οικογενειακών και διαπροσωπικών σχέσεων, αναδεικνύοντας μοτίβα επικοινωνίας, ρόλους, όρια, συμμαχίες και διαγενεακές επιρροές.

Η ενσωμάτωση της οικογένειας στην θεραπευτική διαδικασία διευκολύνει την κατανόηση του νοήματος του συμπτώματος, ενισχύει την συνεργασία μεταξύ των μελών της θεραπευτικής ομάδας ασθενούς και συγγενών και προάγει την συνέχεια της φροντίδας μετά το εξιτήριο. Η εμπειρία αυτή υπογραμμίζει ότι η νοσηλεία μπορεί να αποτελέσει μοναδική ευκαιρία για ουσιαστική συστημική παρέμβαση, συμβάλλοντας τόσο στην βελτίωση της θεραπευτικής έκβασης όσο και στην ενίσχυση της ψυχικής ανθεκτικότητας του οικογενειακού συστήματος.

Το πένθος στο ζευγάρι όταν η σχέση πενθείται: Μια συστημική προσέγγιση της αόρατης απώλειας

Μαρία Κονταξάκη, Δέσποινα Γιαμαλάκη

Στη θεραπεία ζεύγους συναντάμε συχνά μορφές απώλειας που δεν συνδέονται με έναν χωρισμό ή με τον θάνατο ενός συντρόφου, αλλά με τη σταδιακή αποδυνάμωση του συναισθηματικού δεσμού μεταξύ δύο ανθρώπων που εξακολουθούν να βρίσκονται μαζί. Πρόκειται για μια μορφή «αόρατου» πένθους, κατά την οποία η σχέση χάνει σταδιακά τη ζωντάνια, την αμοιβαιότητα και την αίσθηση του «μαζί», χωρίς να υπάρχει κάποιο σαφές γεγονός που να σηματοδοτεί αυτή τη μετάβαση.

Η εργασία προσεγγίζει το φαινόμενο μέσα από τη συστημική θεωρία, αναδεικνύοντας τη μετάβαση από τη σύνθεση στη διαφορά ως μια φυσική εξελικτική διαδικασία κάθε σχέσης. Η διαφορά δεν αποτελεί από μόνη της δυσλειτουργία· δυσκολία ανακύπτει όταν το ζευγάρι αδυνατεί να την ενσωματώσει δημιουργικά στη μεταξύ του σχέση. Σε αυτές τις περιπτώσεις, η απόσταση εγκαθίσταται σταδιακά και η σχέση αρχίζει να «πενθεί» τον ίδιο της τον εαυτό, πριν ακόμη επέλθει ένας πραγματικός χωρισμός.

Αξιοποιώντας την έννοια της αμφίσημης απώλειας (Pauline Boss), η εργασία φωτίζει τις θεραπευτικές προεκτάσεις αυτού του ιδιαίτερου πένθους, όπου ο σύντροφος είναι φυσικά παρών αλλά συναισθηματικά μη διαθέσιμος. Παρουσιάζεται σύντομο κλινικό παράδειγμα που αναδεικνύει τη σταδιακή μετάβαση από την οικειότητα στην αποξένωση και εξετάζεται ο ρόλος της θεραπευτικής διεργασίας στη νοηματοδότηση της εμπειρίας του ζευγαριού.

Βασική θέση της εργασίας είναι ότι σκοπός της θεραπείας δεν είναι η επιστροφή σε μια εξιδανικευμένη προηγούμενη κατάσταση, αλλά η συν-δημιουργία μιας νέας μορφής σύνδεσης, ικανής να χωρέσει τη διαφορά, να αναγνωρίσει την απώλεια και να ανοίξει δυνατότητες επανασύνδεσης. Η αναγνώριση του πένθους της ίδιας της σχέσης αποτελεί ουσιαστικό θεραπευτικό βήμα, καθώς επιτρέπει στο ζευγάρι να μετατρέψει μια αδιόρατη εμπειρία απώλειας σε μια επεξεργάσιμη και νοηματοδοτημένη πραγματικότητα.

Το κινητό ως «τρίτος» στη σχέση: Partner phubbing, κυκλικά μοτίβα αλληλεπίδρασης και συναισθηματική σύνδεση στο ζευγάρι – μια συστημική προσέγγιση

Κατερίνα Παπανικολάου, MSc, MA

Κοινωνική Λειτουργός – Οικογενειακή Ψυχοθεραπεύτρια

Υπουργείο Παιδείας, Θρησκευμάτων και Αθλητισμού (ΥΠΙΑΙΘΑ)

MSc «Περιβάλλον και Υγεία: Διαχείριση Περιβαλλοντικών Θεμάτων με Επιπτώσεις στην Υγεία», Ιατρική Σχολή, ΕΚΠΑ · MA Special and Inclusive Education, University of East London

Η παρούσα εργασία εξετάζει το partner phubbing, δηλαδή τις περιπτώσεις στις οποίες ένας σύντροφος στρέφει την προσοχή του στο κινητό τηλέφωνο και παραμερίζει την επικοινωνία με τον άλλο σύντροφο. Σκοπός της εργασίας είναι να διερευνηθεί πώς αυτή η συμπεριφορά συνδέεται με την ποιότητα της συντροφικής σχέσης και με το αίσθημα εγγύτητας ανάμεσα στα δύο μέλη του ζευγαριού. Η βιβλιογραφική ανασκόπηση επικεντρώνεται στη σχέση του partner phubbing με την ικανοποίηση από τη σχέση και τη συναισθηματική σύνδεση μεταξύ των συντρόφων (Beukeboom & Pollmann, 2021; Bröning & Wartberg, 2021; Mosley & Parker, 2023). Επιπλέον, εξετάζεται κατά πόσο το άγχος προσκόλλησης επηρεάζει τον τρόπο με τον οποίο οι σύντροφοι αντιλαμβάνονται και βιώνουν το partner phubbing (Han et al., 2025). Ιδιαίτερη έμφαση δίνεται σε μελέτες που εξετάζουν και τους δύο συντρόφους, ώστε να αποτυπωθεί η αμοιβαία επίδραση του partner phubbing και στα δύο μέλη του ζεύγους (Carnelley et al., 2023; Denecker et al., 2024). Στο πλαίσιο της συστημικής προσέγγισης, το partner phubbing δεν εξετάζεται ως μεμονωμένη συμπεριφορά, αλλά ως μέρος ενός επαναλαμβανόμενου κύκλου αλληλεπίδρασης. Η ένταση ή η συναισθηματική απόσταση μπορεί να οδηγεί σε συχνότερη χρήση του κινητού, ενώ ο άλλος σύντροφος μπορεί να αντιλαμβάνεται τη συμπεριφορά αυτή ως αδιαφορία ή απόρριψη (Frackowiak et al., 2022; Thomas et al., 2022). Τα ευρήματα της βιβλιογραφίας υποδεικνύουν ότι το partner phubbing σχετίζεται με μειωμένη ικανοποίηση από τη συντροφική σχέση και με χαμηλότερη αντιλαμβανόμενη ποιότητα της σχέσης (Ni et al., 2025). Η συστημική προσέγγιση στρέφει, επομένως, το ενδιαφέρον στον τρόπο με τον οποίο οι δύο σύντροφοι αλληλοεπηρεάζονται από το partner phubbing. Σε κλινικό επίπεδο, η προσέγγιση αυτή μπορεί να αξιοποιηθεί στη θεραπεία ζεύγους για την αναγνώριση των κυκλικών μοτίβων αλληλεπίδρασης που συνδέονται με το partner phubbing και την ανάπτυξη αποτελεσματικότερων τρόπων επικοινωνίας και διαχείρισης των σχετικών δυσκολιών.

A

Αθανασίου, Αικατερίνη	88
Αϊβαλιώτη, Ελένη	54
Αναστασάκη, Μαρία	106
Ανδρουλιδάκης, Αντώνης	33
Αντωνάκη, Αναστασία-Γαρυφαλιά	93
Αντωνίου, Αντώνης	51
Ανυφαντάκη, Αν.	62
Ανυφαντάκη, Αλίκη	62
Ανυφαντάκης, Γιάννης	65
Αράπογλου, Αθανάσιος	91
Αργυροπούλου, Μαρία	49
Αργυρούδη, Ανθή	58

B

Βαμβουκάκη Μαριάννα	104
Βαρδάκη, Κατερίνα	63
Βασιλείου, Αλεξάνδρα-Αριάδνη	67
Βασιλείου, Έυη	30
Βερίγου, Τζωρτζίνα	89
Βοσκόπουλος, Ιωάννης	45
Βουλγαράκη, Τζένη	55

Γ

Γαρεφαλάκη, Καίτη	37
Γεροστέργιος, Γεώργιος	56
Γεωργιάδης, Δημήτριος	21
Γιαννικάκης, Δημήτρης	89
Γιαμαλάκη Δέσποινα	107
Γκοβίνα, Γεωργία	102
Γκοτζίδης, Ελευθέριος	35
Γονέου, Κατερίνα	46

Δ

Δαλακούρα, Χριστίνα	87
---------------------------	----

Ε

Ευσταθοπούλου, Αγγελική Ζ	64
---------------------------------	----

Ζ

Ζήση, Κατερίνα	72
----------------------	----

Η

Ηλιοπούλου, Σοφία	94
-------------------------	----

Θ

Θεοδώρου, Παναγιώτα	52, 78
Θεοδωρόπουλος, Χρήστος	103

Ι

Ιωάννου, Λαμπρινή	45
-------------------------	----

Κ

Καϊτσας, Νίκος	51
Κακουδάκη, Αλεξάνδρα	71
Καλαϊτζάκη, Αργυρούλα	41
Καλαϊτζάκη, Σοφία	105
Καπατζιά, Αναστασία	56
Καρακερέζη, Άννα	100
Καρτσωνάκη, Ελένη	95
Κασωτάκη, Κλεάνθη	87
Κατσαβριά, Βασιλική	98
Κονταξάκη, Μαρία	107
Κορναράκη, Ελένη	91
Κούδας, Βασίλης	106
Κουλουψούζη, Βασιλική	74
Κουνέλη, Έρση	52, 78
Κούτρα, Μυρτώ	29, 90
Κρητικού, Μαρίνα	70
Κυριακίδου, Αθανασία	32
Κωνσταντοπούλου, Σοφία	85
Κωστοπούλου, Βασιλική	23

Λ

Λιβανίου, Δωροθέα	105
Λοϊζου, Ελένη	83
Λύκου, Αρετή	83

Μ

Μαγριπλής Δημήτρης	23
Μαμάη, Άννα	44
Μαρινάκης, Γιώργος	69
Μαρκεζίνης, Ευθύμης	78
Μήλιου, Σταυρούλα	92

Μηνοπούλου, Ειρήνη	20
Μοσχάκου, Γεωργία	24
Μουρελή, Ευφροσύνη	39
Μπαλωτή, Μαρία	84
Μπαντουβά, Σταυρωτή	89
Μπάστα, Μαρία	52
Μπατάλα, Κωνσταντίνα	36, 101
Μπαφίτη, Τσαμπίκα	80
Μπιτζοπούλου Κ.	62
Μπληζιώτη, Δήμητρα	31
Μπουλατάκη, Νεκταρία-Νικολέτα	57

N

Νόιτση, Έλλη	76
--------------------	----

Π

Πανταζή, Χριστίνα	77
Πανταζούδης, Πανταζής	50
Παπαδάκης, Ευάγγελος	48, 81
Παπαδάκης, Θαλής	78
Παπαδιώτη-Αθανασίου, Βάσω	42
Παπαδογιωργάκη, Αργυρώ	105
Παπαϊωάννου, Ιωάννα	26
Παπανικολάου, Κατερίνα	108
Παρίτση, Ειρήνη	34, 36
Πασχαλίδου, Άννα	55
Πέτσας Γ.	62
Πομίνι, Βαλέρια	22
Πούλιος, Αντώνιος	68
Πυλαρινού, Ντανιέλα	76

Ξένοι συγγραφείς

Calovska, Nevena	18, 28
Heinz, Elena	47
Johnston, Tracey	38

Σ

Σαμπροβαλάκης, Γιώργος	97
Σεργέδου, Ειρήνη.....	27
Σηφάκη-Πιστόλλα, Δήμητρα	73
Σιδεράκη, Ελένη	44
Σκίπη, Ελπίς	66
Σταυριανού Χαλίδα, Ξανθή	79

T

Τετώρου, Γεωργία	85
Τζιμπιμπάκης, Αργύρης	55
Τράγου, Έλενα	88
Τριανταφύλλου, Φανή	40
Τσακούμη, Π.	62
Τσέγκος, Ιωάννης Κ.	52
Τσιάχτα, Μαριάννα	86
Τσιγκουρλά, Ιωάννα	61
Τσουνάκη, Μαλβίνα	82

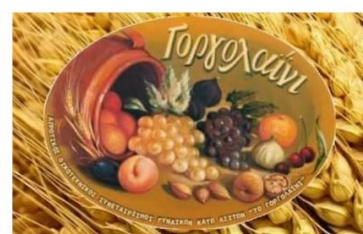
Φ

Φλουρής, Κωνσταντίνος	95
Φραγκιαδάκη, Χριστίνα	96
Φραϊδάκη, Μ.	62

Χ

Χάιντς, Έλενα	47
Χαραλαμπάκη, Κάτια	25
Χαραλαμπόπουλος, Βασίλης	51
Χατζάκη, Μαριλένα	98
Χονδρού, Βασιλική	75
Χρυσός, Παναγιώτης	59

Kuzgun, Tubanur Bayram	60
Linares, Juan Luis	19
Ozdemi, Hatice Deniz	59
Robinson, Peter.....	38
Telfener, Umberta	17, 43





«ΑΛΛΗΛΕΠΙΔΡΑΣΙΣ ΙΚΕ»

*Κέντρο Συστημικής Εκπαίδευσης και Συμβουλευτικής
σε παιδιά, εφήβους, ενήλικες και ζευγάρια*

Associate Member of EFTA TIC

 Εθνικής Αντιστάσεως 82, Ηράκλειο Κρήτης

 +302810 210 421 , +306949 237 721

 allilepidrasis@gmail.com

 /allilepidrasis.ike/

 /allilepidrasis/

 www.allilepidrasis.gr