

ΤΙ ΕΙΝΑΙ Η ΣΥΝΘΕΤΙΚΗ ΘΕΡΑΠΕΙΑ

Η Φιλοσοφία της Συνθετικής Ψυχοθεραπείας

Σύμφωνα με τον ορισμό της Ευρωπαϊκής Εταιρίας Συνθετικής Ψυχοθεραπείας (EAIP) (www.eaip.eu), η συνθετική ψυχοθεραπεία εφαρμόζει, πρωταρχικά, μια ιδιαίτερη πρακτική, με έμφαση στην ενιαία προσέγγιση των ατόμων. Κατά συνέπεια, το επίκεντρό της βρίσκεται στην κατάλληλη και αποτελεσματική ανταπόκριση προς το άτομο σε συναισθηματικό, πνευματικό, γνωστικό, συμπεριφοριστικό και σωματικό επίπεδο. Σκοπός της είναι να διευκολύνει τη σύνθεση, με τρόπο ώστε να μεγιστοποιούνται οι αξίες της ύπαρξης και της λειτουργικότητας ενός ατόμου σε ενδοψυχικό, διαπροσωπικό και κοινωνικο-πολιτικό επίπεδο, δίνοντας παράλληλα τη δέουσα προσοχή στα προσωπικά όρια και τους εξωτερικούς περιορισμούς που ισχύουν για κάθε άτομο.

Σε αυτό το πλαίσιο, είναι κοινώς αποδεκτό ότι η σύνθεση είναι μια διαδικασία κατά την οποία πρέπει να δεσμευτούν και οι θεραπευτές. Γι' αυτό το λόγο, αναγκαία προϋπόθεση είναι η ανάπτυξη του προσωπικού συνθετικού μοντέλου κάθε θεραπευτή. Ωστόσο, είναι, επίσης, κοινώς αποδεκτό, ότι πέρα από την προσωπική ανάπτυξη του θεραπευτή, υπάρχει ανάγκη για μια δέσμευση σχετικά με την επιδίωξη της γνώσης στον τομέα της ψυχοθεραπείας και των σχετιζόμενων πεδίων της. Ως εκ τούτου, η Ευρωπαϊκή Εταιρία για τη Συνθετική Ψυχοθεραπεία (EAIP) ορίζει "Συνθετική" οποιαδήποτε μεθοδολογία και προσέγγιση στην ψυχοθεραπεία, που αποτελεί χαρακτηριστικό παράδειγμα ή αναπτύσσεται προς έναν εννοιολογικά συνεκτικό, ηθικό, θεωρητικό συνδυασμό δύο ή περισσότερων συγκεκριμένων προσεγγίσεων ή/και αντιπροσωπεύει το ίδιο το πρότυπο σύνθεσης. Αυτό σημαίνει ότι οι συνθετικοί ψυχοθεραπευτές έχουν μια ιδιαίτερη δεοντολογική υποχρέωση να αναπτύξουν διάλογο με συναδέλφους διαφορετικών προσανατολισμών και να ενημερώνονται διαρκώς για τις εξελίξεις στο χώρο.

Το κεντρικό δόγμα της συνθετικής ψυχοθεραπείας είναι ότι καμία μεμονωμένη μορφή θεραπείας δεν είναι τέλεια ή τουλάχιστον επαρκής για όλες τις περιπτώσεις. Η συνθετική ψυχοθεραπεία, κατά συνέπεια, προάγει την ευελιξία στον τρόπο που προσεγγίζει τα προβλήματα και συνεισφέρει στη διατήρηση ενός επιπέδου άριστης εξυπηρέτησης πελατών, εποπτείας και εκπαίδευσης. Γι' αυτό, όταν οι συνθετικοί ψυχοθεραπευτές σχεδιάζουν διαφορετικές στρατηγικές, τεχνικές και θεωρητικές δομές για την αντιμετώπιση ιδιαίτερων καταστάσεων, αυτό δε γίνεται αμεθόδευτα, αλλά με τρόπο που συνδυάζει την κλινική αντίληψη, την αδιαμφισβήτητη γνώση, την κατανόηση των υπαρχόντων προβλημάτων και τις παρεμβάσεις που αναμένεται να προκύψουν.

Σε τελική ανάλυση, η συνθετική ψυχοθεραπεία, παρόλο που επιβεβαιώνει τη σημασία της ύπαρξης ιδιαίτερων προσεγγίσεων ή συνδυασμού προσεγγίσεων των συγκεκριμένων προβλημάτων, θέτει την υψηλότερη προτεραιότητα στους παράγοντες που είναι κοινοί σε όλες τις ψυχοθεραπείες και ειδικά στη θεραπευτική σχέση και τις πτυχές της. Όσον αφορά στη θεραπευτική σχέση, δίνεται ιδιαίτερη έμφαση στη διατήρηση μιας στάσης σεβασμού, ευγένειας, εντιμότητας και ισότητας προς τον πελάτη, με τρόπο που επιβεβαιώνει την ακεραιότητα και την ανθρωπιά τόσο του εαυτού όσο και του άλλου. Η συνθετική ψυχοθεραπεία επιβεβαιώνει τη σημασία της δημιουργίας ενός ασφαλούς περιβάλλοντος, στο οποίο τόσο η ανάπτυξη όσο και η θεραπεία διεξάγονται σε έναν αντικειμενικό χώρο, ο οποίος συν-δημιουργήθηκε από τον πελάτη και το θεραπευτή.