



Περιεχόμενα

Κατάλογος Σχεδιαγραμμάτων	11
Οι συγγραφείς του βιβλίου	13
Ευχαριστίες	17
Σημειώσεις για τους όρους και τις κλινικές περιπτώσεις που παρουσιάζονται στο βιβλίο	19

ΜΕΡΟΣ Α΄: ΕΙΣΑΓΩΓΗ ΚΑΙ ΚΛΙΝΙΚΕΣ ΕΝΝΟΙΕΣ

Εισαγωγή	23
1 Θεωρητικές έννοιες	37
2 Πεποιθήσεις για την ασθένεια και τη συμβουλευτική	59
3 Προσαρμόζοντας την ψυχοθεραπευτική πρακτική στον χώρο υγείας	79
4 Μοντέλα διεπαγγελματικής συμβουλευτικής και συνεργασίας	99

ΜΕΡΟΣ Β΄: ΒΑΣΙΚΕΣ ΔΕΞΙΟΤΗΤΕΣ ΓΙΑ ΤΗ ΔΙΕΞΑΓΩΓΗ ΣΥΝΕΔΡΙΩΝ ΣΥΜΒΟΥΛΕΥΤΙΚΗΣ

5 Στόχοι της συμβουλευτικής στους χώρους υγείας	125
6 Διερεύνηση και ορισμός των προβλημάτων στη συμβουλευτική	141
7 Η δομή της συνεδρίας συμβουλευτικής	163

ΜΕΡΟΣ Γ΄: ΨΥΧΟΘΕΡΑΠΕΥΤΙΚΕΣ ΔΕΞΙΟΤΗΤΕΣ ΣΤΗ ΦΡΟΝΤΙΔΑ ΤΗΣ ΥΓΕΙΑΣ

8	Προαγωγή των στρατηγικών αντιμετώπισης και της ανθεκτικότητας του ασθενή	185
9	Αναπλαισίωση και δημιουργία ισορροπίας στις πεποιθήσεις των ασθενών	205
10	Δουλεύοντας με την οικογένεια κατά νου	221
11	Η γνωστική-συμπεριφορική θεραπεία στους χώρους υγείας	239

ΜΕΡΟΣ Δ΄: ΘΕΜΑΤΑ ΚΑΙ ΖΗΤΗΜΑΤΑ ΣΧΕΤΙΚΑ ΜΕ ΤΗΝ ΠΡΑΚΤΙΚΗ ΤΗΣ ΣΥΜΒΟΥΛΕΥΤΙΚΗΣ

12	Διαχείριση του απορρήτου και των μυστικών στην πορεία της συμβουλευτικής	267
13	Παροχή πληροφοριών και ανακοίνωση δυσάρεστων ειδήσεων	283
14	Συμβουλευτική για την απώλεια, την καταληκτική φροντίδα και το πένθος	323
15	Συμβουλευτική των «υγιών που ανησυχούν» και των ασθενών με άγχη για την υγεία	355
16	Όταν η πρόοδος στη συμβουλευτική μοιάζει απατηλή	375
17	Συμβουλευτική για την πρόληψη της ασθένειας	393
18	Εργασιακό στρες και υποστήριξη του προσωπικού	409
	Βιβλιογραφία	421



Οι συγγραφείς του βιβλίου

Ο **Καθηγητής Robert Bor** είναι Επικεφαλής Σύμβουλος Κλινικός Ψυχολόγος στη Γενική Διεύθυνση Ιατρικών Ειδικοτήτων του Royal Free Hospital στο Λονδίνο. Είναι Εγκεκριμένος Κλινικός Ψυχολόγος και Ψυχολόγος Συμβουλευτικής και Υγείας, καθώς και Μέλος της Βρετανικής Ψυχολογικής Εταιρείας. Είναι Εγκεκριμένος Επιστήμονας και Οικογενειακός Θεραπευτής Εγγεγραμμένος στο UKCP, έχοντας ολοκληρώσει την εξειδίκευσή του στην Tavistock Clinic του Λονδίνου. Είναι κλινικό μέλος του Ινστιτούτου Οικογενειακής Θεραπείας στο Λονδίνο. Είναι μέλος του Αμερικανικού Ψυχολογικού Συνδέσμου και του Αμερικανικού Συλλόγου Συζυγικής και Οικογενειακής Θεραπείας. Εργάζεται σε νοσοκομεία, κοινωνικά πλαίσια και χώρους πρωτοβάθμιας φροντίδας με ασθενείς που πάσχουν από οξείες και χρόνιες ασθένειες και τις οικογένειές τους. Εκδηλώνει ιδιαίτερο ενδιαφέρον για την ανάπτυξη θεραπευτικής πρακτικής βασισμένης σε στοιχεία και χρονικά περιορισμένης σε χώρους φροντίδας υγείας και άλλα πλαίσια υψηλού κινδύνου. Δουλεύει ως σύμβουλος για συναδέλφους γιατρούς και νοσηλευτές σε θέματα που αφορούν με την ψυχολογική φροντίδα των ασθενών και διδάσκει επικοινωνιακές δεξιότητες σε φοιτητές ιατρικής. Έχει κάνει πολλές δημοσιεύσεις για τον αντίκτυπο της ασθένειας στις οικογένειες και είναι μέλος συντακτικών επιτροπών σε πολλά διεθνή περιοδικά. Είναι επίσης σύμβουλος ψυχολόγος σε πολλές κλινικές και ιατρικά κέντρα στο Λονδίνο: στη London Clinic και στη London Oncology Clinic της Harley Street· στο Hampstead Group Practice· στη Fleet Street Clinic και στο Brondesbury Medical Centre. Είναι επίσης θεραπευτής παιδιών και εφήβων και εργάζεται ως Σύμβουλος

Ψυχολόγος στο St Paul's School, στο Royal Ballet School και στο JFS. Διατηρεί επίσης ιδιωτικό ιατρείο. Επιπλέον, είναι κλινικός ψυχολόγος στην αεροπορία με εξειδίκευση στη συμπεριφορά επιβατών και πληρώματος, και παρέχει ειδική διεπαγγελματική συμβουλευτική και υπηρεσίες αξιολόγησης σε κορυφαίες αεροπορικές εταιρείες για μέλη πληρωμάτων που αντιμετωπίζουν συναισθηματικά προβλήματα. Είναι μέλος του Churchill.

Η **Sheila Gill** είναι Ψυχοθεραπευτική Σύμβουλος Εγγεγραμμένη στο UKCP, Διαπιστευμένο Μέλος και Επόπτρια της CPC, Ανώτερο Διαπιστευμένο Μέλος του BACP και Εγγεγραμμένη Ανεξάρτητη Σύμβουλος. Έχει εργαστεί σε χώρους πρωτοβάθμιας φροντίδας και στον τομέα της συμβουλευτικής φοιτητών για πολλά χρόνια. Επί του παρόντος διευθύνει της Συμβουλευτική Υπηρεσία στο Keats Group Practice στο Βόρειο Λονδίνο και εργάζεται ως σύμβουλος στο London School of Economics and Political Science (LSE). Έχει συμβάλει στην εκπαίδευση συμβούλων και ψυχολόγων στο City University στο Λονδίνο και στο London Metropolitan University. Στο LSE συμμετείχε στη δημιουργία και εφαρμογή ενδοϋπηρεσιακών προγραμμάτων κατάρτισης για διευθυντικό και υποστηρικτικό προσωπικό, ενώ βοήθησε επίσης στη δημιουργία του επιτυχημένου σχήματος καθοδήγησης των φοιτητών στο LSE. Η μεταπτυχιακή της εκπαίδευση αφορούσε τη μελέτη της γνωστικής-συμπεριφορικής θεραπείας (ΓΣΘ) στη Μονάδα Γνωστικής-Συμπεριφορικής Θεραπείας του Τμήματος Ψυχιατρικής και Συμπεριφορικών Επιστημών του University College London, καθώς και τις σπουδές στη Συμβουλευτική Πρωτοβάθμιας Φροντίδας στο City University στο Λονδίνο. Εκπαιδεύτηκε επίσης στη συστημική θεραπεία στο Kensington Consultation Centre. Τα ειδικά ενδιαφέροντά της και οι τομείς εξειδίκευσής της είναι η εφαρμογή και τελειοποίηση χρονικά ευαίσθητων, βασισμένων σε στοιχεία, μοντέλων θεραπείας για την προαγωγή της επάρκειας και των στρατηγικών αντιμετώπισης σε ασθενείς σε πλαίσια πρωτοβάθμιας φροντίδας και συμβουλευτικής φοιτητών. Είναι συν-συγγραφέας πολλών βιβλίων που πραγματεύονται τη θεωρία και την πρακτική της συμβουλευτικής σε χώρους υγείας.

Η **Riva Miller** έχει εμπειρία στην ιατρική κοινωνική εργασία. Εκπαιδεύτηκε ως οικογενειακή θεραπεύτρια στην Tavistock Clinic, στο Ινστιτούτο Οικογενειακής Θεραπείας και στους Milan Associates στην Ιταλία, δουλεύοντας σε ένα ιατρικό πλαίσιο το οποίο φιλοξενούσε άτομα με χρόνιες ασθένειες. Επί του παρόντος εργάζεται ιδιωτικά ως Συστημική Ψυχοθεραπεύτρια και ως Οικογενειακή Θεραπεύτρια στο Haemophilia Centre στο Λονδίνο. Ξεκίνησε και διηύθυνε τη συμβουλευτική υπηρεσία για τον HIV στο Royal Free Hampstead NHS Trust, στο Λονδίνο, μέχρι το 2000. Είναι Επίτιμη Ανώτερη Λέκτορας στο Royal Free Hospital School of Medicine. Από το 1985 διατηρεί συμβουλευτική υπηρεσία στη National Blood and Tissue Service, βοηθώντας συναδέλφους στην εξέταση δεοντολογικών ζητημάτων, στην υποκίνηση πολιτικών συμβουλευτικής και στην παροχή υποστήριξης στο προσωπικό. Έχει δουλέψει ως σύμβουλος για την Παγκόσμια Οργάνωση Υγείας, διεξάγοντας πολλά εργαστήρια, με ανάθεσή της, για τη μόλυνση από τον HIV. Τα ειδικά ενδιαφέροντά της και η εμπειρία της αφορούν την ενσωμάτωση συστημικών προσεγγίσεων στην αντιμετώπιση και φροντίδα στα πολυσύχναστα ιατρικά πλαίσια. Είναι Συστημική Θεραπεύτρια Εγγεγραμμένη στο UKPC.

Η **Amanda Evans** είναι Εγκεκριμένη Ψυχολόγος και εργάζεται σε νοσοκομειακό πλαίσιο τα τελευταία είκοσι χρόνια, με εξειδίκευση στα άτομα που έχουν μολυνθεί από τον HIV: ασθενείς, συντρόφους, οικογένειες και παιδιά. Έχει τη βάση της στο Royal Free Hospital στο Λονδίνο και δουλεύει με ασθενείς που προέρχονται από διαφορετικά περιβάλλοντα, χρησιμοποιώντας έναν συνδυασμό γνωστικών και συστημικών τεχνικών. Έχει αναλάβει ηγετικό ρόλο στην κατάρτιση και εποπτεία προσωπικού συμβουλευτικής σε μια πολυσύχναστη κλινική ελέγχου του HIV και συμμετέχει στην εποπτεία ασκούμενων ψυχολόγων που εξειδικεύονται στον τομέα. Εργάζεται επίσης ιδιωτικά στο Λονδίνο. Η συμβολή της σε δημοσιεύσεις αφορά θέματα πρακτικής βασισμένης σε στοιχεία, καθώς και την ανάλυση ποικίλων θεμάτων, όπως τα δεοντολογικά διλήμματα σε χώρους υγείας και ψυχολογικές παρεμβάσεις στην πρόληψη του HIV.



Εισαγωγή

Το νοσοκομειακό περιβάλλον διαφέρει από το παραδοσιακό πλαίσιο της συμβουλευτικής. Υπάρχουν διαφορετικός ρυθμός εργασίας και διαφορετικές απόψεις για την εμπιστευτικότητα, τις εργασιακές πρακτικές, τη διάρκεια των συνεδριών και τη διάρκεια της συμβουλευτικής. Είναι σημαντικό να είμαστε προσαρμόσιμοι και δημιουργικοί, να σεβόμαστε τις απαιτήσεις και τους περιορισμούς των χώρων υγείας και να χρησιμοποιούμε το διαθέσιμο δυναμικό της εργασίας στο νοσοκομειακό περιβάλλον, αξιοποιώντας κυρίως τον συνδυασμό δεξιοτήτων της διεπιστημονικής ομάδας.

Το βιβλίο αυτό γράφτηκε κυρίως για συμβούλους, θεραπευτές, ψυχολόγους και όσους χρησιμοποιούν ή χρειάζεται να χρησιμοποιήσουν ψυχοθεραπευτικές δεξιότητες κατά την εργασία τους σε ένα νοσοκομειακό περιβάλλον. Εκπαιδευόμενοι, σε προχωρημένη φάση της επαγγελματικής τους ανάπτυξης, ενδεχομένως να θεωρήσουν ότι οι ιδέες και οι δεξιότητες που παρουσιάζονται έχουν άμεση σχέση με την κλινική τους πρακτική και να κινητοποιηθούν περαιτέρω για τη διερεύνηση των θεωρητικών τους γνώσεων όσον αφορά την εφαρμογή της θεραπείας σε διαφορετικά προβλήματα και πλαίσια.

Εστιάζουμε κυρίως στην ανάπτυξη της κατανόησης των εξής ζητημάτων:

- Πώς η σωματική ασθένεια επηρεάζει τα άτομα, τα ζευγάρια και τις οικογενειακές τους σχέσεις.

- Πώς να εργαστούμε θετικά και αποτελεσματικά σε ένα πλαίσιο στο οποίο οι πόροι είναι περιορισμένοι.
- Πώς να εργαστούμε με δύο βασικές ομάδες ασθενών: εκείνους που υποφέρουν από προσδιορίσιμη ιατρική ασθένεια και εκείνους που παρουσιάζουν στο νοσοκομειακό περιβάλλον συναισθηματική καταπόνηση* και συνήθη ψυχολογικά προβλήματα, όπως κατάθλιψη και άγχος.
- Πώς ο σύμβουλος μπορεί να εργαστεί αποτελεσματικά και δημιουργικά, χρησιμοποιώντας προσεγγίσεις βασισμένες σε στοιχεία, ακόμα και σε περίπλοκες και συναισθηματικά έντονες κλινικές περιπτώσεις.
- Πώς το νοσοκομειακό περιβάλλον επηρεάζει τον ρόλο του συμβούλου και διαμορφώνει τη θεραπευτική διαδικασία.
- Πώς λειτουργεί η δυναμική του έργου της διεπαγγελματικής συμβουλευτικής, με έμφαση στη συνεργασία με άλλους επαγγελματίες υγείας.

Η εμπειρία που αποκτήσαμε δουλεύοντας σε διαφορετικούς χώρους υγείας και με άτομα που καλούνται να διαχειριστούν χιλιάδες προβλήματα υγείας, τόσο σωματικά όσο και ψυχολογικά, έστρεψε την προσοχή μας στους περιορισμούς της κατάρτισης και στην έλλειψη πρακτικών κατευθυντήριων γραμμών για τους συμβούλους. Αυτό ήταν ιδιαίτερα εμφανές όταν εξετάζαμε το πώς οι σύμβουλοι αντιμετωπίζουν την πρόκληση της συνεργασίας με διεπιστημονικές ομάδες, καθώς και με ασθενείς, τις οικογένειες και τους συγγενείς τους. Θεωρήσαμε ότι θα ήταν βοηθητικό να παρουσιάσουμε τις ιδέες μας για τη συμβουλευτική μετά από χρόνια κλινικής πρακτικής, στενής συνεργασίας, καθώς και διεξαγωγής και δημοσίευσης ερευνών. Σε αυτό το βιβλίο επιχειρούμε να εξετάσουμε τα ακόλουθα ερωτήματα:

* Ο αγγλικός όρος «distress» του πρωτότυπου κειμένου αποδίδεται στα ελληνικά με τους όρους ψυχολογική πίεση, ψυχική ένταση, συναισθηματική καταπόνηση και δυσφορία (Σ.τ.Μ.)

- Τι χρειάζεται να γνωρίζει ένας εκπαιδευμένος σύμβουλος για την εργασία σε ένα νοσοκομειακό περιβάλλον;
- Πώς μπορούμε να περιγράψουμε ένα πλαίσιο πρακτικής, σύμφωνο με τα προτεινόμενα, βασισμένα σε στοιχεία μοντέλα, που να λειτουργεί συμπληρωματικά παρά να διαφέρει από τον τομέα της κλινικής πρακτικής και την προτιμώμενη θεραπευτική προσέγγιση του αναγνώστη;

Σχεδόν όλοι οι επαγγελματίες υγείας προσφέρουν συμβουλευτική στην πορεία της δουλειάς τους. Οι ασθενείς, όλο και περισσότερο, προσδοκούν από τους επαγγελματίες υγείας όχι μόνο να είναι ειδικοί στον τομέα που έχουν επιλέξει, όπως η ιατρική ή η νοσηλευτική, αλλά να διαθέτουν επίσης την ευαισθησία και τις δεξιότητες ώστε να συζητούν μαζί τους σύνθετα ζητήματα θεραπείας και φροντίδας, καθώς και να τους βοηθούν να διαχειρίζονται τη σχετική ψυχολογική πίεση. Οι εν λόγω επαγγελματίες υγείας αλληλεπιδρούν συνεχώς με ασθενείς, παρέχοντας πληροφορίες, αποσαφηνίζοντας επιλογές θεραπείας και βοηθώντας τα άτομα να προσαρμοστούν σε νέες και, κάποιες φορές, ανεπιθύμητες καταστάσεις. Από την άλλη πλευρά, οι θεραπευτές αναμένεται να διαθέτουν υψηλού επιπέδου κατάρτιση και προσόντα στον τομέα τους. Τα ειδικά προβλήματα που προκύπτουν στο νοσοκομειακό περιβάλλον και κατά τη διάρκεια της εργασίας με άτομα που παρουσιάζουν προβλήματα υγείας, σε συνδυασμό με τους περιορισμούς σε χρόνο και πόρους κάποιων κλινικών καταστάσεων και τα ισχυρά συναισθήματα που προκαλεί αυτή η δουλειά, μπορεί να δυσκολέψουν ακόμα και έμπειρους επαγγελματίες. Αυτό το βιβλίο παρουσιάζει μια προσέγγιση συμβουλευτικής σε νοσοκομεία και πλαίσια πρωτοβάθμιας φροντίδας, που έχει εφαρμοστεί σε ένα μεγάλο εύρος κοινωνικών και κλινικών προβλημάτων, λαμβάνοντας υπόψη τη μοναδική κουλτούρα και ατμόσφαιρα που επικρατεί σε αυτά τα πλαίσια (Bor & McCann, 1999).

Παρά την πρόσφατη τάση για τυποποίηση της φροντίδας της ψυχικής υγείας μέσω πρακτικής βασισμένης σε στοιχεία και της προώ-

θησης εθνικών κατευθυντήριων γραμμών περί θεραπείας (για παράδειγμα, το National Institute for Health and Clinical Excellence [NICE] στο Ηνωμένο Βασίλειο), καμία προσέγγιση συμβουλευτικής που παρουσιάζεται σε δημοσιευμένη βιβλιογραφία δεν μας διδάσκει «τι να πούμε όταν». Οι ιδέες σε αυτό το βιβλίο αποσκοπούν να προσφέρουν ένα πλαίσιο πρακτικής και να επεκτείνουν το ρεπερτόριο των ιδεών και των δεξιοτήτων που είναι διαθέσιμες στους συμβούλους, αναδεικνύοντας ορισμένες από τις μοναδικές και ειδικές προκλήσεις της εργασίας του συμβούλου στο νοσοκομειακό περιβάλλον. Το βιβλίο εξετάζει επίσης λεπτομερώς τον αντίκτυπο και την επίδραση του χώρου υγείας στην επένδυση στη θεραπεία.

Η πρόκληση για τους συμβούλους στους σύγχρονους χώρους υγείας αφορά το να είναι ικανοί και αποτελεσματικοί επαγγελματίες. Όπως όλοι οι επαγγελματίες, έτσι και οι συγγραφείς αυτού του βιβλίου έχουν εκπαιδευτεί σε ξεχωριστά μοντέλα θεραπείας (για παράδειγμα, συστημικό, πελατοκεντρικό κ.ο.κ.)· στο βιβλίο αυτό, κανένα συγκεκριμένο μοντέλο θεραπείας δεν υιοθετείται έναντι κάποιου άλλου. Δίνεται έμφαση σε ιδέες περί θεραπείας και σε τρόπους δουλειάς με τους ασθενείς στο νοσοκομειακό περιβάλλον που βασίζονται σε στοιχεία και έχουν αποδειχθεί βοηθητικά. Η συστημική θεωρία και η γνωστική-συμπεριφορική θεραπεία αποτελούν τα βασικά θεωρητικά πλαίσια τα οποία διέπουν τις δεξιότητες που περιγράφονται. Το βιβλίο αυτό αποσκοπεί να περιγράψει διεξοδικά, να διερευνήσει και να καταστήσει όσο το δυνατόν πιο σαφή όσα συμβαίνουν στην αλληλεπίδραση μεταξύ συμβούλου και ασθενή, τα οποία καθιστούν τη συνάντηση ωφέλιμη για τους ασθενείς.

Ορισμένες φορές παρατηρείται μια μη βοηθητική ενασχόληση των συμβούλων με ένα συγκεκριμένο μοντέλο εργασίας. Ωστόσο, δεν υπάρχουν στοιχεία που υποστηρίζουν την άποψη ότι οποιαδήποτε μεμονωμένη θεραπευτική προσέγγιση μπορεί ανά πάσα στιγμή να είναι πιο αποτελεσματική από μια άλλη. Μια τέτοια ενασχόληση αποσπά την προσοχή από την εστίαση και την κατανόηση όσων καθιστούν τη θεραπεία επιτυχημένη. Η προσέγγιση που παρουσιάζεται

σε αυτό το βιβλίο δίνει έμφαση στις αντιδράσεις των ασθενών απέναντι σε κάθε θεραπευτική παρέμβαση. Αυτές οι αντιδράσεις διερευνώνται και εξετάζονται τουλάχιστον στον ίδιο βαθμό με την ίδια τη θεραπευτική παρέμβαση. Ένας από τους χρησιμότερους και απλούστερους τρόπους αναγνώρισης του αν η συμβουλευτική βοηθάει, αν είναι «σε καλό δρόμο» και σχετική, είναι η διατύπωση μιας άμεσης ερώτησης στους ασθενείς. Μια τέτοια εμφανώς απλή αρχή αμφισβητεί την έννοια του «ειδικού», στην οποία βασίζονται πολλά θεραπευτικά μοντέλα, και βοηθά στην αναμόρφωση των βαθιά ριζωμένων στάσεων απέναντι στους ασθενείς ως παθητικών δεκτών της θεραπείας.

Η γλώσσα που χρησιμοποιείται σε αυτό το βιβλίο είναι απλή, άμεση και χωρίς ορολογία. Ωστόσο, η απλότητα δεν πρέπει να συγχέεται με την απλοϊκότητα. Η κλινική εμπειρία μάς έχει διδάξει ότι η απλή και άμεση γλώσσα είναι πιο βοηθητική όταν οι άνθρωποι βιώνουν ψυχική ένταση. Τα υψηλά επίπεδα ψυχολογικής πίεσης οδηγούν σε σύγχυση, προκαλούν άγχος και εμποδίζουν τη συνήθη επινοητικότητα. Οι άνθρωποι δεν χρειάζονται ή δεν επιθυμούν απαραίτητα να τους εξηγούν σύνθετες ψυχολογικές διεργασίες όταν είναι αναστατωμένοι, ενοχλημένοι ή πονούν. Ωστόσο, η ψυχολογική πίεση είναι πάντα σύνθετη. Αυτό το βιβλίο επιχειρεί να δώσει έμφαση, να εξηγήσει και να καταστήσει σαφή αυτή τη συνθετότητα. Η πρόκληση για τον σύμβουλο είναι να μπορέσει να συμμετέχει σε αυτή τη συνθετότητα με απλό τρόπο.

Η θεραπεία είναι μια άκρως επαγγελματική δραστηριότητα, υπόλογη απέναντι στον ασθενή, στο εργασιακό πλαίσιο και στους συναδέλφους. Η συμβουλευτική δεν είναι μια διαδικασία τύπου «κάνω κάτι σε κάποιον», αλλά περιγράφεται καλύτερα ως μια διαδραστική διαδικασία. Με αυτό τον τρόπο, διαφέρει από το ιατρικό μοντέλο, που είναι διαγνωστικό και περιορίζεται από θεραπευτικά πρωτόκολλα. Υπάρχουν πολλοί ορισμοί της συμβουλευτικής και της ψυχοθεραπείας και είναι, συνεπώς, σημαντικό να αποσαφηνίσουμε τον ορισμό μας:

Η συμβουλευτική είναι μια αλληλεπίδραση σε ένα θεραπευτικό πλαίσιο που εστιάζει κυρίως σε μια συζήτηση για τις σχέσεις, τις πεποιθήσεις και τη συμπεριφορά (συμπεριλαμβανομένων των συναισθημάτων), μέσω της οποίας το προσλαμβανόμενο πρόβλημα του ασθενή διευκρινίζεται και πλαισιώνεται ή αναπλαισιώνεται με κατάλληλο ή χρήσιμο τρόπο, ώστε να πάρει καινούριο νόημα και να βρεθούν νέες λύσεις για τον ασθενή.

Αναγνωρίζουμε πλήρως την τεράστια ποικιλομορφία των ομάδων πελατών στους οποίους παρέχουμε υπηρεσίες. Πράγματι, μία από τις πιο ενδιαφέρουσες προκλήσεις που αντιμετωπίζουμε ως θεραπευτές είναι να διασφαλίσουμε ότι η θεραπεία επικεντρώνεται στις ανάγκες κάθε μοναδικού ατόμου με το οποίο δουλεύουμε. Μια θεμελιώδης αρχή, στην οποία στηρίζεται αυτή η προσέγγιση, είναι ότι ποτέ δεν πρέπει να υποθέτουμε πως το κοινό πολιτισμικό υπόβαθρο συμβούλου και ασθενή ισοδυναμεί με έναν φυσικό δεσμό μεταξύ τους που μπορεί να επηρεάσει την πορεία, τη φύση και τη διάρκεια της ψυχολογικής θεραπείας. Οι ασθενείς προέρχονται, όλο και περισσότερο, από ποικίλα περιβάλλοντα. Πρόκειται πια για ένα επίκαιρο και πιεστικό ζήτημα, καθώς η παγκόσμια μετανάστευση δημιουργεί νέες προκλήσεις. Και τα δύο φύλα εκπροσωπούνται. Οι ασθενείς ανήκουν σε όλο το ηλικιακό και αναπτυξιακό φάσμα, προέρχονται από πολλές εθνικές, φυλετικές, θρησκευτικές ή πολιτισμικές ομάδες και μπορεί να παρουσιάζουν συγκεκριμένες ορατές ή κρυμμένες αναπηρίες. Επίσης, αυτοπροσδιορίζονται σεξουαλικά με διαφορετικούς τρόπους. Είναι τέτοια η ποικιλομορφία των ασθενών με τους οποίους δουλεύουν οι σύμβουλοι που η προσέγγιση συγκεκριμένων περιπτώσεων με μεγαλύτερη «πολιτισμική ευαισθησία» δεν είναι βοηθητική· αντιθέτως, οι σύμβουλοι πρέπει να θεωρούν *κάθε* κλινική συνάντηση ως πολιτισμικά διαφορετική. Άλλωστε, οι προσω-

πικές διαφορές δεν είναι απλώς ζήτημα φυλής, κοινωνικής τάξης ή φύλου, όσο σημαντικές κι αν είναι αυτές οι ιδιότητες. Αντανακλούν διαφορετικές βασικές ιδέες και προσωπικές πεποιθήσεις για την αντιμετώπιση, και ο μόνος τρόπος να μάθουμε για αυτές είναι μέσω μιας πελατοκεντρικής προσέγγισης, που επιδιώκει ενεργητικά να εκμαιεύσει τις ιστορίες των ασθενών και να κατανοήσει όσο το δυνατόν περισσότερο τις μοναδικές συνθήκες κάθε ατόμου. Οι ιδέες και οι περιπτώσεις που παρουσιάζονται σε αυτό το βιβλίο αναδεικνύουν, έως έναν βαθμό, την ποικιλομορφία που οι σύμβουλοι συναντούν στη δουλειά τους.

Η διαδικασία της συμβουλευτικής μπορεί να βοηθήσει τα άτομα να αντιμετωπίσουν και να προσαρμοστούν σε νέες και ανεπιθύμητες καταστάσεις. Οι άνθρωποι φέρνουν στον χώρο του νοσοκομείου σύνθετα και ποικίλα συναισθήματα, ορισμένα από τα οποία είναι αποτέλεσμα της συνάντησης του ασθενή με έναν επαγγελματία υγείας και των πληροφοριών που μοιράζονται σε αυτή τη συνάντηση. Αυτά τα συναισθήματα ενδέχεται επίσης να προβάλλονται στο προσωπικό, συμπεριλαμβανομένων των συμβούλων, καθώς και στο υποστηρικτικό σύστημα του ασθενή. Η συμβουλευτική βοηθάει και τα μέλη της οικογένειας να προσαρμοστούν στις αλλαγές που οφείλονται σε μια σωματική ή ψυχολογική ασθένεια ή στην ασθένεια ενός αγαπημένου, είτε πρόκειται για οξύ επεισόδιο, είτε για χρόνια κατάσταση, είτε για μια ισόβια (κληρονομική), είτε για μια απειλητική για τη ζωή ασθένεια. Ωστόσο, η ιδέα της «ανάγκης για συμβουλευτική» μπορεί κάποιες φορές να υποτιμήσει ακούσια την ικανότητα του ατόμου να αντιμετωπίσει την κατάσταση και να προσαρμοστεί, λόγω των συσχετίσεων μεταξύ ψυχικής υγείας και ασθένειας. Για παράδειγμα, για τα περισσότερα άτομα είναι ευκολότερο να συμβουλευτούν τον γιατρό για μια σωματική αδιαθεσία, όπως ο πόνος στον ώμο, παρά για κακή διάθεση. Προκύπτουν ορισμένα μοναδικά και ειδικά ζητήματα στους χώρους υγείας, που επηρεάζουν το πώς οι σύμβουλοι δουλεύουν και πώς προσεγγίζουν τη δουλειά τους. Σε αυτά περιλαμβάνονται τα ακόλουθα: