

ΤΟΠΟΣ

Επιστημονικές Εκδόσεις

Επιμέλεια-Διόρθωση: Μαρία Αποστολοπούλου
Ηλεκτρονική επεξεργασία: MOTIBO A.E.

© 2013 Εκδόσεις Τόπος & Βασιλική Γιωτσίδη
[Οι εκδόσεις Τόπος είναι εμπορικό σήμα της MOTIBO A.E.]

ISBN 978-960-499-075-7

Κεντρική διάθεση:
Πλαπούτα 2 & Καλλιδρομίου
11473, Αθήνα
Τηλ.: 210 8222835-856
Fax: 210 8222684

Η πνευματική ιδιοκτησία αποκτάται χωρίς καμία διατύπωση και χωρίς την ανάγκη ρήτρας απαγορευτικής των προσβολών της. Κατά τον Ν. 2387/20 (όπως έχει τροποποιηθεί με τον Ν. 2121/93 και ισχύει σήμερα) και κατά τη Διεθνή Σύμβαση της Βέρνης (που έχει κυρωθεί με τον Ν. 100/1975) απαγορεύεται η αναδημοσίευση, η αποθήκευση σε κάποιο σύστημα διάσωσης και γενικά η αναπαραγωγή του παρόντος έργου με οποιονδήποτε τρόπο ή μορφή, τμηματικά ή περιληπτικά, στο πρωτότυπο ή σε μετάφραση ή άλλη διασκευή, χωρίς γραπτή άδεια του εκδότη.

www.toposbooks.gr

Βασιλική Γιωτσίδη

Η αντίσταση στην ψυχοθεραπεία

θεωρία, έρευνα και κλινικό έργο



Στη μητέρα μου, Άννα

«Ό,τι δεν έχω ακούσει ποτέ,
αν και υπήρχε πάντα,
δεν μπορεί βέβαια να αρχίσω
να το ακούω ξαφνικά».

Φ. Κάφκα, *Στο Υπερώο*

Σ' αυτές τις σκοτεινές κάμαρες, που περνώ
μέρες βαριές, επάνω κάτω τριγυρνώ
για να βρω τα παράθυρα. – Όταν ανοίξει
ένα παράθυρο θα είναι παρηγοριά. –
Μα τα παράθυρα δεν βρίσκονται, ή δεν μπορώ
να τα βρω. Και καλύτερα ίσως να μην τα βρω. Ίσως το φως θα
'ναι μια νέα τυραννία.
Ποιος ξέρει τι καινούργια πράγματα θα δείξει.

Κ. Π. Καβάφης, *Τα Παράθυρα*

Περιεχόμενα

ΕΙΣΑΓΩΓΗ	13
ΜΕΡΟΣ Ι	
Αποσαφηνίζοντας την αντίσταση του θεραπευόμενου στην ψυχοθεραπεία	
ΚΕΦΑΛΑΙΟ 1	
Συναφείς έννοιες της αντίστασης	19
Αντίσταση & αντιδραστικότητα: η θεωρία της ψυχολογικής αντιδραστικότητας	19
Αντίσταση & αμφιθυμία: το μοντέλο της κινητοποιητικής συνέντευξης	24
Αντίσταση & αντίθεση: το μοντέλο της διαπροσωπικής επιρροής	28
Αντίσταση & απροθυμία	30
ΜΕΡΟΣ ΙΙ	
Η αντίσταση στην ψυχαναλυτική/ψυχοδυναμική ψυχοθεραπεία	
ΚΕΦΑΛΑΙΟ 2	
Οι απαρχές της αντίστασης – Ιστορική ανασκόπηση	37
ΚΕΦΑΛΑΙΟ 3	
Μορφές και τύποι αντίστασης	48
ΚΕΦΑΛΑΙΟ 4	
Η θετική διάσταση της αντίστασης: σύγχρονες θεωρητικές και κλινικές απόψεις	82

ΚΕΦΑΛΑΙΟ 5

Η κατανόηση της αντίστασης υπό το πρίσμα της θεωρίας προσκόλλησης	106
Θεωρητική πλαισίωση: η αντίσταση στη θεωρία της προσκόλλησης	108
Κλινική και ερευνητική τεκμηρίωση: η αντίσταση στην πρακτική της θεωρίας προσκόλλησης	142
Θεραπευτική αντιμετώπιση: πρόταση ενός ολιστικού σχήματος	162
Συμπεράσματα	168

ΚΕΦΑΛΑΙΟ 6

Η αντίσταση στην ομαδική ψυχοδυναμική ψυχοθεραπεία	170
Η εξελικτική διάσταση της αντίστασης στην ομαδική ψυχοθεραπεία	171
Μορφές αντίστασης στην ομαδική ψυχοδυναμική θεραπεία	173
Ο ρόλος του θεραπευτή στην αντίσταση της ομάδας	180

ΜΕΡΟΣ ΙΙΙ

Η αντίσταση σε άλλες ψυχοθεραπευτικές προσεγγίσεις

ΚΕΦΑΛΑΙΟ 7

Η αντίσταση ως αποφυγή στην Gestalt θεραπεία	187
Η έννοια της αποφυγής: διαφοροποιητικός παράγοντας της Gestalt από την ψυχανάλυση	187
Προϋποθέσεις αυτο-ρύθμισης των αντιστάσεων	190
Κοινά χαρακτηριστικά της αντίστασης στην Gestalt θεραπεία	192

ΚΕΦΑΛΑΙΟ 8

Η αντίσταση στη συστημική οικογενειακή θεραπεία	195
Η ιστορική εξέλιξη της έννοιας της αντίστασης	196
Αιτιάσεις της αντίστασης στη συστημική θεραπεία οικογένειας	198
Μορφές αντίστασης στη θεραπεία οικογένειας	201
Περαιτέρω εξελίξεις στην έννοια της αντίστασης	211

ΚΕΦΑΛΑΙΟ 9

Η αντίσταση στις γνωστικές προσεγγίσεις ψυχοθεραπείας	213
Ερμηνευτικό πλαίσιο της αντίστασης	213
Μορφές αντίστασης και στρατηγικές αντιμετώπισης	224

ΚΕΦΑΛΑΙΟ 10

Η αντίσταση ως μη-συμμόρφωση στη συμπεριφοριστική θεραπεία	232
Αρχικές προσπάθειες ερμηνείας της αντίστασης	232
Σύγχρονες αιτιάσεις της μη-συμμόρφωσης στη συμπεριφοριστική θεραπεία	234
Συνεργασιμότητα στην κατ' οίκον ανάθεση εργασίας: ερευνητικά δεδομένα	235

ΜΕΡΟΣ IV

Η έρευνα για την αντίσταση

ΚΕΦΑΛΑΙΟ 11

Η μέτρηση της αντίστασης	242
Εξειδικευμένα εργαλεία για τη μέτρηση της αντίστασης	243
Ευρύτερες μέθοδοι για τη μέτρηση της αντίστασης	250

ΚΕΦΑΛΑΙΟ 12

Ερευνητικά δεδομένα για την αντίσταση στην ψυχοθεραπεία	254
Αντίσταση και θεραπευτικό αποτέλεσμα	254
Αντίσταση και ερμηνεία	259
Αντίσταση και θεραπευτική συμμαχία	265
Αντίσταση και παρεμβατικότητα του θεραπευτή	268

Αντί επιλόγου	274
---------------	-----

Βιβλιογραφία	276
--------------	-----

Η έννοια της αντίστασης συντελεί ιδιαίτερα σημαντικό ρόλο στη θεραπευτική διαδικασία. Έννοια κατασκευασμένη από τον πατέρα της ψυχανάλυσης, διαδραμάτισε κεντρικό ρόλο στην κατανόηση και ερμηνεία των ψυχικών δυναμικών και της συμπεριφοράς του θεραπευόμενου. Η αντίσταση του θεραπευόμενου στην ψυχοθεραπεία, μολονότι θεμελιώθηκε στους κόλπους της ψυχαναλυτικής θεωρίας, αποτελεί παν-θεωρητικό φαινόμενο, αποδεκτό σχεδόν από το σύνολο των σχολών της ψυχοθεραπείας. Στο παρόν βιβλίο η αντίσταση εξετάζεται υπ' αυτό το πρίσμα, δηλαδή ως προεξάρχουσα ψυχαναλυτική έννοια, αλλά με ταυτόχρονες παν-θεωρητικές συνιστώσες. Η αντίσταση θεωρείται «πανταχού παρούσα» στη θεραπεία, με καθοριστική επίδραση στη θεραπευτική διαδικασία και το θεραπευτικό αποτέλεσμα. Κατά συνέπεια, η μελέτη της αντίστασης, ως ένα πολυδιάστατο και σύνθετο φαινόμενο, συμβάλλει στην καλύτερη κατανόηση ενός από τους βασικότερους μηχανισμούς που παρεμβάλλονται στη θεραπεία και αναδεικνύει τρόπους καλύτερης αντιμετώπισής του, προς όφελος της θεραπευτικής αλλαγής. Φωτίζεται περισσότερο, έτσι, ένα αναπόσπαστο στοιχείο της θεραπείας που τη συνοδεύει «βήμα-προς-βήμα» και το οποίο συχνά είτε παραβλέπεται εντελώς από τους θεραπευτές, είτε αντιμετωπίζεται ως «ανάθεμα» που αδρανοποιεί τις όποιες δυνατότητες για θεραπευτική πρόοδο.

Η αντίσταση αποτελεί το μεγαλύτερο ίσως εμπόδιο στον δρόμο της αλλαγής και της θεραπείας. Το παράδοξο με την αντίσταση είναι ότι διατηρεί μία υπάρχουσα κατάσταση, η οποία είναι αυτή που οδήγησε το άτομο στη θεραπεία. Παρότι η παρούσα κατάσταση είναι επώδυνη, το άτομο διστάζει, αρνείται, αντιστέκεται στην αλλαγή της. Διάφορες εξηγήσεις, ερμηνείες, υποθέσεις και περιγραφές αναφορικά με την εμφάνιση, δράση, ανάπτυξη, και τα αίτια της αντίστασης έχουν προταθεί, δημιουργώντας έναν πλούσιο επιστημονικό διάλογο και μία εκτεταμένη προσπάθεια διερεύνησης της φύσης και της λειτουργίας της αντίστασης.

Η επιτροπή της Αμερικανικής Ψυχολογικής Εταιρείας η οποία συστάθηκε για τη μελέτη κεντρικών παραγόντων της ψυχοθεραπείας έχει επισημάνει ότι η αντίσταση αποτελεί μία από τις βασικότερες μεταβλητές που επηρεάζουν τόσο τη θεραπευτική διαδικασία όσο και το τελικό θεραπευτικό αποτέλεσμα. Η διαχρονική ανάδειξή της για περισσότερο από έναν αιώνα ως κε-

ντρικό, κοινό, παράγοντα στη διαμόρφωση της ψυχικής αλλαγής, προκρίνει την αντίσταση του θεραπευόμενου σε κρίσιμο συστατικό της θεραπευτικής διαδικασίας, ανεξαρτήτως θεραπευτικής προσέγγισης. Εντούτοις, η σχετική ερευνητική τεκμηρίωση είναι δυσανάλογη της σπουδαιότητάς της σε θεωρητικό και σε κλινικό επίπεδο. Ως συνέπεια, σε αντίθεση με τον πλούσιο θεωρητικό διάλογο, εμφανίζεται μία ένδεια ερευνητικών ευρημάτων.

Η περιορισμένη ερευνητική δραστηριότητα οφείλεται, μερικώς, στο γεγονός ότι πρόκειται για μία έννοια ιδιαίτερα σύνθετη και πολυδιάστατη και συνακόλουθα στην έλλειψη ενός καθολικά αποδεκτού ορισμού της αντίστασης, από το σύνολο των ψυχοθεραπευτικών προσεγγίσεων. Για παράδειγμα, έννοιες όπως η αποφυγή της συνειδητότητας, η αποσπασματική, ή η μηδαμινή, εκπλήρωση συμφωνημένων εργασιών και ασκήσεων, η μη-συμμόρφωση στις επιταγές της θεραπείας, η άρνηση ενδοσκοπήσης ή εσωτερικής διερεύνησης και η αποφυγή αντιμετώπισης της πραγματικότητας, αποτελούν έννοιες που περιγράφουν στοιχεία και συστατικά της αντίστασης. Η έλλειψη ενός κοινά αποδεκτού ορισμού δυσχεραίνει τη γενικευσιμότητα ερευνητικών πορισμάτων και τη δημιουργία μιας κοινής και πλούσιας ερευνητικής βάσης. Επιπρόσθετα των εννοιολογικών και μεθοδολογικών δυσκολιών, η ένδεια ερευνητικών πορισμάτων συνδέεται και με την ασυμβατότητα της ψυχαναλυτικής σκέψης με την ποσοτική επιστημονική ερευνητική μέθοδο, και με την έμφαση σε άλλους τρόπους μελέτης (π.χ., κλινικές βινιέτες, αφηγήσεις, μελέτες περιπτώσεων, κ.λπ.).

Η αντίσταση έχει διέλθει από πολλά διαφορετικά στάδια εννοιολογικής εξέλιξης, τόσο στο πεδίο της ίδιας της ψυχαναλυτικής/ψυχοδυναμικής ψυχοθεραπείας, όσο και σε άλλες ψυχοθεραπευτικές προσεγγίσεις. Ο αρχικός ορισμός της αντίστασης, ως σκόπελος που εγείρει μία σειρά από δυσκολίες στη θεραπευτική διαδικασία, αντηχεί έως και σήμερα στην κλινική πρακτική, παρά τις σύγχρονες τάσεις για μια θετικότερη αντιμετώπιση της αντίστασης. Μολονότι, ήδη από την εποχή του Freud, είχε επισημανθεί ότι οι αντιστάσεις αποτελούν σημαντικό και αναπόσπαστο μέρος της ψυχοθεραπείας, η συγκεκριμένη θέση προβαλλόταν μάλλον μέσα από ένα αρνητικό πρίσμα κατανόησης, παρά μέσα από μία θετική τάση αξιοποίησης των αντιστάσεων προς όφελος της θεραπείας. Δίχως να αναιρείται η κλινικά επιβεβαιωμένη δυσκολία που επισύρει η εμφάνιση αντιστάσεων στη θεραπευτική διαδικασία, τα τελευταία χρόνια η μονόπλευρη αρνητική σημασιοδότηση της αντίστασης αμφισβητήθηκε και ο παραδοσιακός τρόπος κατανόησής της επαναπροσδιορίστηκε, υπό το φως σύγχρονων θεωρήσεων. Συνακόλουθα το ερευνητικό ενδιαφέρον για την αντίσταση στράφηκε περισσότερο στη μελέτη δι-υποκειμενικών μεταβλητών.

Στο βιβλίο αυτό, έχει κανείς τη δυνατότητα να παρακολουθήσει πώς εξελίχθηκε ιστορικά η έννοια της αντίστασης, από τη γένεσή της έως και τις σύγχρονες απόπειρες προσδιορισμού της, οι οποίες διέρχονται μέσα από το πρίσμα της δι-υποκειμενικότητας, εγείροντας ζητήματα ασφάλειας/ανασφάλειας σε ενδοψυχικό, αλλά ταυτόχρονα και σε διαπροσωπικό επίπεδο. Εξάλλου, κοινό τόπο των σύγχρονων θεωρήσεων αναφορικά με την αντίσταση ανάμεσα στις επιμέρους ψυχοθεραπευτικές προσεγγίσεις συνιστά η παράμετρος της ασφάλειας του θεραπευόμενου, ιδιαίτερα όπως αυτή βιώνεται στο πλαίσιο της θεραπευτικής σχέσης.

Στα βήματα των σύγχρονων αυτών τάσεων, το παρόν βιβλίο καινοτομεί προτείνοντας ένα ολιστικό πλαίσιο κατανόησης και αντιμετώπισης των αντιστάσεων στη βάση της θεωρίας προσκόλλησης του Bowlby (1960, 1969, 1973, 1980, 1988). Στο σχετικό, ιδιαίτερα εκτενές, κεφάλαιο ενσωματώνεται η κεντρική θέση της θεωρίας προσκόλλησης ότι η ενδοψυχική ασφάλεια κατακτάται εξελικτικά μέσα στην πρωταρχική σχέση με τη μητέρα και διακυβεύεται από την απώλεια της σχέσης. Η μελέτη του φαινομένου της αντίστασης υπό το πρίσμα κυρίως της θεωρίας της προσκόλλησης, αλλά και άλλων εξελικτικών ψυχοδυναμικών θεωριών, θεωρείται ότι προσφέρει διπλό πλεονέκτημα: αφ' ενός, τονίζει τη διαπροσωπική διάσταση της αντίστασης διευρύνοντας τα περιθώρια θεραπευτικής παρέμβασης, αφ' ετέρου δε διανοίγει νέα πεδία εφαρμογής της θεωρίας προσκόλλησης.

Συνολικά, το βιβλίο περιλαμβάνει τρία μέρη και δώδεκα κεφάλαια.

Στο πρώτο μέρος, πραγματοποιείται μία κριτική και αναλυτική αποσφαίνιση της έννοιας της αντίστασης και η εννοιολογική σχέση της με άλλες συναφείς έννοιες. Στη συνέχεια παρουσιάζουμε την εξέλιξη της αντίστασης στην ψυχανalyτική/ψυχοδυναμική θεωρία και πράξη. Παρουσιάζονται ιστορικά στοιχεία για την έννοια της αντίστασης στην ψυχανάλυση, οι πλείστες μορφές και οι τύποι αντίστασης στην κλινική πρακτική, καθώς και οι σύγχρονες θεωρητικές και κλινικές απόψεις αναφορικά με τις θετικές διαστάσεις της αντίστασης. Ιδιαίτερη έμφαση δίνεται στο πέμπτο κεφάλαιο στην κατανόηση της αντίστασης υπό το πρίσμα της θεωρίας προσκόλλησης. Το πρώτο μέρος ολοκληρώνεται με την ανάδειξη του τρόπου προσέγγισης των αντιστάσεων στην ομαδική ψυχοδυναμική ψυχοθεραπεία.

Στο δεύτερο μέρος, γίνεται μία συστηματική και ιστορικά εξελικτική περιγραφή της αντίστασης στη θεραπεία Gestalt, στη συστημική οικογενειακή θεραπεία και στις γνωστικές και συμπεριφοριστικές προσεγγίσεις. Σε κάθε επιμέρους θεραπευτική προσέγγιση παρουσιάζεται η εννοιολογική εξέλιξη της αντίστασης, η σημασία και ο ρόλος της στην ψυχοθεραπεία, οι κύριες μορφές εκδήλωσης, καθώς και οι τρόποι αντιμετώπισής της.

Το τρίτο και τελευταίο μέρος του βιβλίου αφορά στα ερευνητικά πορίσματα στη μελέτη της αντίστασης. Κατ' αρχάς, περιγράφονται, στο σύνολό τους, οι επιμέρους μεθοδολογικοί τρόποι μέτρησης της αντίστασης, όπως αυτοί έχουν αναπτυχθεί στο πλαίσιο σχετικών ερευνών. Στη συνέχεια, γίνεται αναφορά στα ερευνητικά ευρήματα που αφορούν σε όλες εκείνες τις παραμέτρους που επηρεάζουν την εμφάνιση και την εξέλιξη της αντίστασης, ιδωμένη τόσο ως προγνωστικό παράγοντα του θεραπευτικού αποτελέσματος όσο και ως μεταβλητή της θεραπευτικής διαδικασίας. Στόχος αυτού του τελευταίου μέρους του βιβλίου είναι η κριτική και συνθετική παρουσίαση των ερευνητικών πορισμάτων.

Το παρόν βιβλίο παρουσιάζει μία ολοκληρωμένη αποτύπωση της θεωρητικής, ερευνητικής και κλινικής διάστασης της αντίστασης στην ψυχοθεραπεία. Η πρωτοβουλία για τη συγγραφή του συνδέεται άμεσα με τα ερευνητικά και κλινικά ενδιαφέροντα της συγγραφέως, αλλά δεν εξαντλείται σε αυτά. Η απουσία ελληνικής βιβλιογραφίας, και ιδιαίτερα η απουσία συγγραμμάτων που περιγράφουν τις σύγχρονες θεωρητικές, ερευνητικές και κλινικές εξελίξεις αναφορικά με την έννοια της αντίστασης, αποτέλεσαν ισχυρό κίνητρο. Η διάχυση της σχετικής γνώσης αποτελεί το πρώτο βήμα για τη δημιουργία θεωρητικού διαλόγου, ερευνητικών πρωτοβουλιών και εμπλουτισμό της κλινικής πράξης.

Θεωρούμε ότι η κατανόηση της έννοιας της αντίστασης ως κοινού θεραπευτικού παράγοντα, η γνώση της σχετικής θεωρητικής και η ερευνητικής βιβλιογραφίας και η μελέτη των σύγχρονων τάσεων αποτελεί σημαντική προτεραιότητα για φοιτητές, σπουδαστές, επαγγελματίες ψυχικής υγείας, ψυχοθεραπευτές και ερευνητές.

Ελπίζουμε αυτό το βιβλίο να αποτελέσει έναυσμα γόνιμων προβληματισμών, στοχασμού και επιστημονικής ενασχόλησης.

Καλή μελέτη.

Αναστάσιος Σταλίκας
Αθήνα 2013