

## Η διαπολιτιστική συμβουλευτική και ψυχοθεραπεία σε πρόσφυγες: Ψυχοκοινωνικές ανάγκες και πολιτισμικές διαφορές

ΒΑΣΙΛΙΚΗ ΓΙΩΤΣΙΔΗ  
ΑΝΑΣΤΑΣΙΟΣ ΣΤΑΛΙΚΑΣ  
Πάντειο Πανεπιστήμιο

### ABSTRACT

Το συγκεκριμένο άρθρο επιχειρεί να διερευνήσει το ερώτημα: Πώς μπορεί η διαπολιτιστική συμβουλευτική και ψυχοθεραπεία να συμβάλει στην κατάλληλη αντιμετώπιση των προσφύγων που ζουν στην Ελλάδα; Με βάση τη μέχρι τώρα εμπειρία σε χώρες όπου έχει ήδη εφαρμοστεί η διαπολιτιστική συμβουλευτική και σύμφωνα με τα δεδομένα που προκύπτουν και από την ελληνική εμπειρία, γνωρίζουμε ότι οι πρόσφυγες έρχονται αντιμετώπιζομεν με μια διττή πραγματικότητα: από τη μια πλευρά καλούνται να αντιμετωπίσουν τις μαζικές απώλειες της οικογένειας, του πολιτισμού, του προηγούμενου κοινωνικού πλαισίου αναφοράς, της επαγγελματικής και οικονομικής τους κατάστασης, και από την άλλη αντιμετωπίζουν καινούριες απαιτήσεις για προσαρμογή. Σε συνδυασμό με αυτές τις δυσκολίες, η προσαρμογή και η ενσωμάτωση της συγκεκριμένης ομάδας επηρεάζονται και από τις πολιτισμικές διαφορές οι οποίες υπεισέρχονται στις διαπροσωπικές σχέσεις. Στο πλαίσιο αυτό η διαπολιτιστική ψυχοθεραπεία φαίνεται να αποτελεί την πλέον κατάλληλη προσέγγιση για τους πρόσφυγες, αφού παρέχει τη δυνατότητα για μια ολιστική, πολυ-επίπεδη και ευέλικτη παρέμβαση, η οποία λαμβάνει υπόψη τα ιδιοσυστασιακά χαρακτηριστικά του ατόμου καθώς και το ρόλο των πολιτισμικών επιρροών στη διαμόρφωση της ταυτότητάς του. Παράλληλα, η εφαρμογή της στην Ελλάδα φαίνεται να είναι απαραίτητη, αφού τόσο οι ανάγκες των προσφύγων στη χώρα όσο και οι δυσκολίες που προκύπτουν από τις πολιτισμικές διαφορές έχουν πολλά κοινά με τα θέματα που εξετάζει η διαπολιτιστική συμβουλευτική.

**Λέξεις-κλειδιά:** Διαπολιτιστική συμβουλευτική, Διαπολιτιστική ψυχοθεραπεία, Πρόσφυγες, Πολιτισμικές διαφορές.

### Εισαγωγή

Η ανάπτυξη της διαπολιτιστικής συμβουλευτικής και ψυχοθεραπείας καλύπτει ένα σημαντικό κενό στην αντιμετώπιση των πολιτισμικά διαφοροποιημένων ατόμων, αφού δεν είναι λίγες οι αναφορές στη σχετική βιβλιογραφία όπου οι παραδοσιακές προσεγγίσεις συμβουλευτικής και ψυχοθεραπείας έχουν αποδειχθεί αναποτελε-

ματικές με άτομα από φυλετικές και εθνικές μειονότητες (Bernal & Badilla, 1982. Casas et al., 1986. Ibrahim & Arredondo, 1986. Smith, 1982. Sue et al., 1982. Sue & Sue, 1990). Ένας από τους βασικούς λόγους αυτής της αναποτελεσματικότητας είναι το γεγονός ότι οι παραδοσιακές προσεγγίσεις της ψυχοθεραπείας, έχοντας αναπτυχθεί κατά τη διάρκεια του 20ού αιώνα στη βάση της ευρωπαϊκής και αμερικανικής

κουλτούρας, αντανακλούν ένα πολύ συγκεκριμένο ιστορικό και πολιτισμικό πλαίσιο, το οποίο επηρεάζει τόσο τις βασικές τους αρχές όσο και τον πληθυσμό στον οποίο μπορούν να ανταποκριθούν.

Υπό αυτό το πρίσμα, το συγκεκριμένο άρθρο στοχεύει στην ανάδειξη και στην κατανόηση των κύριων θεωρητικών και πρακτικών αρχών της διαπολιτιστικής συμβουλευτικής, η οποία παρέχει μια νέα προοπτική στο χώρο της συμβουλευτικής και της ψυχοθεραπείας. Η παρουσίαση των θεωρητικών αρχών της διαπολιτιστικής συμβουλευτικής και των εφαρμογών της στην κλινική πρακτική έχει ιδιαίτερη σημασία στο πλαίσιο της γενικότερης προσπάθειας για την ενσωμάτωση των προσφύγων, που απασχολεί σε σημαντικό βαθμό τα τελευταία χρόνια τις χώρες της Ευρωπαϊκής Ένωσης.

Ιδιαίτερα όσον αφορά την Ελλάδα, λόγω και της γεωγραφικής της θέσης, έγινε αποδέκτης σε σύντομο χρονικό διάστημα ενός μεγάλου αριθμού μεταναστών και προσφύγων χωρίς παράλληλα να είναι έτοιμη να ανταποκριθεί έγκαιρα και επαρκώς στις ποικίλες ανάγκες αυτών των ατόμων. Ως αποτέλεσμα της μεγάλης εισροής προσφύγων και μεταναστών στη χώρα ανέκυψε το φαινόμενο της πολυπολιτισμικότητας (multiculturalism), της συνύπαρξης δηλαδή πολλών, πολιτισμικά διαφορετικών ομάδων σε ένα ενιαίο κοινωνικο-πολιτικό πλαίσιο. Οι αλλαγές που έχουν προκύψει από την πολυπολιτισμικότητα θέτουν ως επιτακτική ανάγκη τη διεύρυνση των ορίων της συμβουλευτικής και της ψυχοθεραπείας, προκειμένου να καταστούν περισσότερο κατάλληλες για τα πολιτισμικά διαφοροποιημένα άτομα, και ιδιαίτερα για τους πρόσφυγες που αντιμετωπίζουν αυξημένα ψυχοκοινωνικά προβλήματα.

Την ανάγκη αυτή καλύπτει η διαπολιτιστική συμβουλευτική, η οποία δεν αποτελεί μια προσπάθεια διαμόρφωσης συγκεκριμένων μεθόδων παρέμβασης για κάθε διαφορετική εθνική ή φυλετική ομάδα, όπως πολλές φορές παρερμηνεύθηκε (Patterson, 1978), αλλά μια ολιστική προσέγγιση η οποία σέβεται τη σημασία που έχουν

το πολιτιστικό πλαίσιο του ατόμου και ο ρόλος των πολιτιστικών διαφορών στη θεραπευτική σχέση. Σύμφωνα με τη διαπολιτιστική προσέγγιση, η πολιτιστική ομάδα στην οποία ανήκει το άτομο, το ιστορικό του υπόβαθρο και οι κοινωνικο-πολιτικές του εμπειρίες αποτελούν βασικές διαστάσεις της προσωπικής ταυτότητας του ατόμου και επηρεάζουν τη θεραπευτική διαδικασία.

Κατά συνέπεια η εφαρμογή της διαπολιτιστικής συμβουλευτικής στο πλαίσιο της χώρας και η ευαισθητοποίηση των Ελλήνων επαγγελματιών στη συγκεκριμένη προσέγγιση αποκτούν ακόμη μεγαλύτερη σημασία σήμερα που η Ελλάδα καλείται να επιτύχει την ομαλή ενσωμάτωση προσφύγων από διάφορες χώρες προέλευσης στους κοινωνικο-πολιτιστικούς της κόλπους.

### **Διαπολιτιστική συμβουλευτική και ψυχοθεραπεία**

Η διαπολιτιστική προσέγγιση στη συμβουλευτική και στην ψυχοθεραπεία θεωρείται, όπως τονίζει ο Pedersen (1991), η «τέταρτη δύναμη» στον τομέα της ψυχολογίας, σε συνδυασμό με την ψυχοδυναμική, τη συμπεριφοριστική και την ανθρωπιστική προσέγγιση. Η σημασία αυτή της διαπολιτιστικής προσέγγισης αποδίδεται κυρίως στην επίδραση που είχε στις μέχρι τότε καθιερωμένες πρακτικές της συμβουλευτικής και ψυχοθεραπείας.

Συγκεκριμένα, ενώ στο παρελθόν η ψυχοθεραπεία υιοθετούσε ένα ατομοκεντρικό μοντέλο - σύμφωνα με το οποίο το άτομο αντιμετωπίζεται αποκλειστικά και μόνο σε σχέση με τον εαυτό του, χωρίς να συνεξετάζεται ο ρόλος των πολιτιστικών και κοινωνικο-πολιτικών επιρροών στη διαμόρφωση της ταυτότητάς του-, η διαπολιτιστική συμβουλευτική οδήγησε σε μια μετατόπιση της ψυχοθεραπείας στη σημασία που έχει το πολιτισμικό υπόβαθρο του ατόμου και σε μια ενεργή προσπάθεια συγκερασμού των δύο άκρων της οικουμενικότητας και του σχετικισμού. Στη βάση αυτού του συγκερασμού η συμπεριφορά ερμηνεύεται τόσο σε συνάρτηση με

τα στοιχεία εκείνα που έχουν μεταβιβαστεί στα άτομα από τον πολιτισμό τους, και τα οποία είναι μοναδικά για κάθε πολιτισμό, όσο και σε σχέση με τα οικουμενικά στοιχεία, τα οποία θεωρούνται κοινά σε όλους τους πολιτισμούς (Pedersen, 1991).

Όπως χαρακτηριστικά αναφέρουν οι Rawson, Whitehead και Luthra, «η συμβουλευτική λειτουργεί μέσα σε πλαίσια πολιτιστικά. Η αποτυχία να ανταποκριθούμε με ευαισθησία στις πολιτιστικές διαφορές θα οδηγήσει σε αρνητική εικόνα για το επάγγελμα» (1999, σ. 22). Σύμφωνα με τη διαπολιτιστική προσέγγιση, η συμβουλευτική και η ψυχοθεραπεία με πρόσφυγες προϋποθέτουν την αναγνώριση, την αποδοχή και την επεξεργασία των κοινωνικο-πολιτιστικών εμπειριών του ατόμου και των πολιτισμικών διαφορών, οι οποίες αναπόφευκτα υπεισέρχονται και επηρεάζουν την προσαρμογή των προσφύγων. Μόνο υπό αυτές τις προϋποθέσεις η ψυχοθεραπεία των προσφύγων μπορεί να παρέχει ένα θεραπευτικό πλαίσιο όπου το άτομο θα νιώθει πλήρη αποδοχή και σεβασμό και το οποίο θα παρέχει τη δυνατότητα για τη σταδιακή, ομαλή προσαρμογή του στο νέο πολιτιστικό περιβάλλον.

Παράλληλα, όμως, με τη δυνατότητα κατάλληλου χειρισμού των πολιτισμικών διαφορών, ο θεραπευτής καλείται να ανταποκριθεί στις πλείστες και πολυδιάστατες ψυχοκοινωνικές ανάγκες των προσφύγων. Η μετάβαση από έναν πολιτισμό σε έναν άλλο, οι προηγούμενες (στις περισσότερες περιπτώσεις τραυματικές) εμπειρίες και η εμπειρία του επιπολιτισμού<sup>1</sup> είναι διαδικασίες μακροχρόνιες και επίπονες, που απαιτούν επαρκή γνώση και κατάλληλο χειρισμό από συμβούλους και θεραπευτές. Εξάλλου οι ψυχοκοινωνικές δυσκολίες που βιώνουν οι πρόσφυγες συναρτώνται σε μεγάλο βαθμό με την επίδραση

που έχουν η αλλαγή από έναν πολιτισμό σε έναν άλλο και οι προσπάθειες προσαρμογής στο νέο πολιτιστικό περιβάλλον. Κατά συνέπεια δεν μπορούν να ιδωθούν και να αντιμετωπιστούν σε στενά ατομοκεντρικά πλαίσια.

Για το λόγο αυτό τόσο οι θεωρητικές αρχές όσο και η πρακτική της διαπολιτιστικής συμβουλευτικής φαίνεται να συμβάλλουν στην προσπάθεια της ομαλής προσαρμογής και της υγιούς ενσωμάτωσης των προσφύγων, καθώς και στην προώθηση της ψυχικής τους υγείας. Κι αυτό γιατί προϋποθέτουν την εξέταση των δυσκολιών αυτών μέσα από ένα ευρύτερο κοινωνικο-πολιτιστικό πρίσμα, με σεβασμό στην ιδιότητα του ατόμου ως μέλους μιας συγκεκριμένης πολιτιστικής ομάδας, στην ιστορία του και στις κοινωνικο-πολιτικές του εμπειρίες, καθώς και στην επίδραση που έχουν αυτές στην προσωπικότητα, στις επιλογές και στη γενικότερη συμπεριφορά του.

### **Οι ψυχοκοινωνικές ανάγκες των προσφύγων: Προσαρμογή και ψυχική υγεία**

Τα κίνητρα μετανάστευσης, οι προσδοκίες που τρέφουν για τη χώρα υποδοχής και η αντιμετώπιση που δέχονται σε αυτή, καθώς και το γεγονός ότι πρέπει να κάνουν μια καινούρια αρχή σε όλα τα επίπεδα, βιώνοντας παράλληλα την απώλεια του μέχρι πρόσφατα υποστηρικτικού τους περιβάλλοντος και της κοινωνικής τους ταυτότητας, αποτελούν παράγοντες που επηρεάζουν την ψυχοκοινωνική προσαρμογή και την ψυχική υγεία των προσφύγων, ανεξάρτητα από το ποιες είναι οι χώρες προέλευσής τους. Αυτοί οι παράγοντες και ο ρόλος της διαπολιτιστικής συμβουλευτικής στην αντιμετώπισή τους παρουσιάζονται αναλυτικά στα κεφάλαια που ακολουθούν.

1. Το φαινόμενο του επιπολιτισμού (acculturation) αναφέρεται «στις αλλαγές που βιώνει ένα άτομο ως αποτέλεσμα της επαφής του με άλλους πολιτισμούς αλλά και ως αποτέλεσμα της συμμετοχής του στη διαδικασία του επιπολιτισμού που υφίσταται η πολιτισμική ή η εθνική ομάδα στην οποία ανήκει» (Berry et al., 1992, σ. 271-272).

## Η επίδραση των κινήτρων μετανάστευσης

Η μετανάστευση των προσφύγων αφαιρεί συχνά τη δυνατότητα για προγραμματισμό της αναχώρησής τους και για σχεδιασμό του μέλλοντός τους, γεγονός που οδηγεί σε συναισθήματα αβεβαιότητας, έλλειψης προσωπικού ελέγχου, σύγχυσης και χάους. Εξαιτίας του απότομου χαρακτήρα του εκπατρισμού τους, οι πρόσφυγες δεν έχουν επίσης τη δυνατότητα να αποχαιρετήσουν ομαλά την πατρίδα τους και τα αγαπημένα τους πρόσωπα, με αποτέλεσμα να βιώνουν για μεγάλο χρονικό διάστημα έντονη προσκόλληση σε «όσα έχουν αφήσει πίσω». Όπως χαρακτηριστικά αναφέρει η Eleftheriadou (1999), «η απότομη φύση των γεγονότων συχνά σημαίνει ότι το άτομο δε βιώνει το σοκ παρά σε ένα μεταγενέστερο στάδιο» (σ. 124). Το γεγονός αυτό συνδέεται, σύμφωνα με τη Marlin (1992), με την άρνηση της απώλειας και εξηγεί την πεποίθηση που έχουν πολλοί πρόσφυγες ιδιαίτερα τον πρώτο καιρό ότι η παραμονή τους στη νέα χώρα είναι προσωρινή.

Ωστόσο, από συνεντεύξεις που πραγματοποιήθηκαν στο πλαίσιο σχετικής διερευνητικής μελέτης σε δείγμα Ελλήνων επαγγελματιών με τρέχουσα εμπειρία στην αντιμετώπιση προσφύγων (Γιωτσίδη, 2000) προέκυψε ότι υπάρχουν συγκεχυμένες απόψεις ανάμεσα στους επαγγελματίες για το κατά πόσο η μετανάστευση των προσφύγων αποτελεί προϊόν επιλογής ή εξαναγκασμού. Ενώ δηλαδή υποστηρίζεται από τη μια πλευρά ότι οι πρόσφυγες έχουν αναγκαστεί να φύγουν από τις χώρες τους λόγω της κοινωνικοπολιτικής κατάστασης που επικρατεί σε αυτές, παράλληλα η μετανάστευση των προσφύγων θεωρείται και προϊόν προσωπικής επιλογής, που προκύπτει από τις προσωπικές πολιτικές τους πεποιθήσεις και από την άρνησή τους να συμμορφωθούν προς το κατεστημένο της χώρας τους.

Η σύγχυση που παρατηρείται ανάμεσα στους επαγγελματίες σε σχέση με το πού βρίσκονται τα όρια μεταξύ επιλογής και εξαναγκασμού στην απόφαση των προσφύγων να φύγουν από τη χώρα τους πιθανόν να αντανακλά την

εσωτερική σύγχυση που βιώνουν οι ίδιοι οι πρόσφυγες σε σχέση με την απόφασή τους να εκπατριστούν, αλλά επίσης φαίνεται να αντανακλά και την ευρύτερη πολυπλοκότητα του φαινομένου της μετανάστευσης. Με άλλα λόγια, η επιλογή κάποιου να μεταναστεύσει δε φαίνεται να αποτελεί αποκλειστικά προϊόν προσωπικής βούλησης, αλλά σαφώς συσχετίζεται με τις επικρατούσες κοινωνικές συνθήκες και επηρεάζεται από αυτές, και το αντίστροφο. Κατά συνέπεια στην απόφαση για μετανάστευση το προσωπικό διαπλέκεται άμεσα με το κοινωνικό, χωρίς να καθίσταται δυνατή η μεταξύ τους διάκριση, και η επιλογή για μετανάστευση φαίνεται να αποτελεί εντέλει «αναγκαστική επιλογή».

Ο τρόπος με τον οποίο οι ίδιοι οι πρόσφυγες βιώνουν την απόφασή τους να μεταναστεύσουν καθώς και ο τρόπος αντιμετώπισης της χώρας υποδοχής έχουν ιδιαίτερη σημασία στο πλαίσιο της προσαρμογής των απόμων αυτών αλλά και στο πλαίσιο της συμβουλευτικής παρέμβασης. Για παράδειγμα, η αντιμετώπιση πολλές φορές των προσφύγων και των εξόριστων ως «ηρώων» παρεμποδίζει τη διεργασία και την ολοκλήρωση του πένθους και, όπως τονίζει η Eleftheriadou (1999), καθιστά δύσκολο για αυτούς να βιώσουν το συναίσθημα της απώλειας, αφού ή θα πρέπει να νιώθουν ευγνώμονες ή θεωρούνται ότι είναι δυνατοί. Φαίνεται, έτσι, ότι η προσήλωση στην αναζήτηση της ευθύνης για την απώλεια και τον εκπατρισμό δυσχεραίνει τελικά την αποδοχή της απώλειας αυτής καθαυτήν και της νέας πραγματικότητας, γεγονός που θα πρέπει να αναγνωρίζεται και να επεξεργάζεται στο πλαίσιο της θεραπευτικής σχέσης.

Αναφορικά με τα συναισθήματα των προσφύγων ως προς τα κριτήρια μετανάστευσης, η αναζήτηση του «καλύτερου» στη χώρα υποδοχής και η επιθυμία περισσότερων από όσα μπορεί να προσφέρει η πρώτη πατρίδα οδηγούν συχνά σε συναισθήματα ενοχής (Eleftheriadou, 1999). Σύνθηες, επίσης, είναι το γνωστό «σύνδρομο του επιβιώσαντα» (survivor syndrome), το οποίο περιγράφει την ψυχολογική κατάσταση που βιώνουν κυρίως οι πρόσφυγες οι οποίοι

έχουν εγκαταλείψει τη χώρα τους σε συνθήκες πολέμου (Brown, 1982, Tobin & Friedman, 1983). Από τη μια πλευρά νιώθουν ανακούφιση που είναι ελεύθεροι και ασφαλείς, από την άλλη, όμως, νιώθουν ένοχοι που έχουν «εγκαταλείψει» την πατρίδα τους, τους συμπατριώτες τους και τους οικείους τους ενώ αυτοί έχουν σωθεί.

Αυτή η εσωτερική διχοτόμηση και το έντονο συναίσθημα της ενοχής πολλές φορές οδηγούν σε απόγνωση, αδράνεια και παθητικότητα. ή θυμό για τη χώρα υποδοχής, ενώ δεν επιτρέπουν την αξιοποίηση όσων το νέο περιβάλλον μπορεί να παρέχει. Τα συναισθήματα αυτά δυσχεραίνουν ακόμη περισσότερο την ενσωμάτωσή τους στο κοινωνικό περιβάλλον της χώρας.

Στο σημείο αυτό η συμβολή της διαπολιτιστικής προσέγγισης αναφορικά με την επίδραση των κινήτρων μετανάστευσης και τις συνέπειες που έχουν για την ψυχική ισορροπία και την προσαρμογή των προσφύγων είναι ιδιαίτερα σημαντική. Η διαπολιτιστική συμβουλευτική, με την έμφαση που δίνει μέσα στη θεραπευτική σχέση στο ρόλο και στην επίδραση των κοινωνικο-πολιτικών εμπειριών, επιτρέπει την αναγνώριση και την επεξεργασία τους από το ίδιο το άτομο και διευκολύνει τη σταδιακή απενοχοποίησή του σε σχέση με τις επιλογές του, αφού αυτές τοποθετούνται μέσα σε ένα ευρύτερο και πιο συλλογικό πλαίσιο αναφοράς.

Ο σύμβουλος καλείται να διερευνήσει μαζί με το θεραπευόμενο τη διαπλοκή των προσωπικών αποφάσεων με τις ευρύτερες κοινωνικές και πολιτικές συνθήκες, τα συναισθήματα και τις αμυντικές διαδικασίες που αναπτύσσονται τόσο σε σχέση με τη χώρα προέλευσης όσο και σε σχέση με τη χώρα υποδοχής ως αποτέλεσμα των γεγονότων, και έτσι να τον βοηθήσει να προσανατολιστεί προς μια ομαλότερη διαδικασία προσαρμογής στο νέο περιβάλλον.

### Η χώρα υποδοχής

Ανεξάρτητα από τα κριτήρια της μετανάστευσης, οι πρόσφυγες αποχωρούν από τη χώρα

τους αναζητώντας μια καλύτερη τύχη. Οι προσδοκίες αυτές σε συνδυασμό με τις πραγματικές συνθήκες με τις οποίες έρχονται αντιμέτωποι στη χώρα υποδοχής επηρεάζουν την ψυχική τους υγεία. Συχνά όσοι μεταναστεύουν τείνουν να εξιδανικεύουν τις χώρες υποδοχής ως χώρες απεριόριστων δυνατοτήτων, γεγονός που οδηγεί τα άτομα σε ματαίωση λόγω των ρεαλιστικών απαιτήσεων και των αντικειμενικών δυσκολιών της προσαρμογής, αφού καλούνται να κάνουν μια καινούρια αρχή σε όλα τα επίπεδα (π.χ., στεγαστικό, επαγγελματικό, εκπαιδευτικό, κοινωνικό).

**Οι πρόσφυγες στην Ελλάδα και η «πολιτισμική ενδυνάμωση».** Στην περίπτωση των προσφύγων που έρχονται στην Ελλάδα φαίνεται να επικρατεί και μια άλλη πραγματικότητα, η οποία επηρεάζει τη διαδικασία προσαρμογής τους στη χώρα αλλά και την παροχή υπηρεσιών συμβουλευτικής. Η παραμονή στη χώρα δε θεωρείται για τους πρόσφυγες εξαρχής ελκυστική, αφού η Ελλάδα δεν αποτελεί για τους περισσότερους το βασικό τους προορισμό, αλλά, αντίθετα, πέρασμα, ενδιάμεσο σταθμό στην πορεία από την πατρίδα τους προς χώρες κυρίως της Δυτικής Ευρώπης. Η παραμονή στην Ελλάδα για τα άτομα αυτά προκύπτει ως αποτέλεσμα της εφαρμογής της Συνθήκης Σένγκεν και όχι ως προσωπική επιλογή, με συνέπεια να εντείνονται η πεποίθηση ότι η παραμονή τους στη χώρα είναι προσωρινή, η αίσθηση έλλειψης του προσωπικού ελέγχου, τα συναισθήματα εγκλωβισμού και η άρνηση να κάνουν προσπάθειες για προσαρμογή στο νέο περιβάλλον.

Σε συνάρτηση με τα παραπάνω είναι και το γεγονός ότι πολλοί πρόσφυγες, σύμφωνα με τους επαγγελματίες, επιδεικνύουν μια αρνητική και απαιτητική συμπεριφορά κατά τα αρχικά στάδια της παραμονής τους στη χώρα, εκφράζοντας την πεποίθηση ότι οι συγκεκριμένοι ειδικοί, ως εκπρόσωποι του κράτους, έχουν την υποχρέωση να τους παρέχουν όλα όσα χρειάζονται χωρίς οι ίδιοι να θεωρούν ότι πρέπει να κάνουν προσωπικά οποιαδήποτε προσπάθεια. Κι αυτό γιατί φαίνεται να θεωρούν ότι το ελληνικό κράτος είναι αυτό που τους κρατά ενώ οι ίδιοι θα

ήθελαν να μεταβούν σε άλλη χώρα. Η συγκεκριμένη στάση, η οποία καθορίζεται και ως ένα βαθμό από πολιτισμικούς παράγοντες, φαίνεται να προκαλεί ποικίλες δυσκολίες στη συμβουλευτική ή στη θεραπευτική σχέση.

Η κατάσταση αυτή φαίνεται να επηρεάζει το βαθμό και τον τύπο παρέμβασης σε αυτή την ομάδα των προσφύγων τουλάχιστον κατά την αρχική φάση παραμονής τους στην Ελλάδα, αφού τα αιτήματά τους είναι πολύ περισσότερο άμεσα, χωρίς να έχουν μακροπρόθεσμη προοπτική. Κατά συνέπεια οι επαγγελματίες καλούνται να εστιάσουν αρχικά σε θέματα επιβίωσης και σε ένα δεύτερο επίπεδο να επεξεργαστούν τα συναισθήματα που βιώνουν οι πρόσφυγες λόγω της υφιστάμενων συνθηκών και να τους κινητοποιήσουν ώστε να συνειδητοποιήσουν σταδιακά τη νέα κατάσταση και το ρόλο τους μέσα σε αυτή.

Η προσέγγιση αυτή είναι σύμφωνη με τη γενικότερη αρχή της «πολιτισμικής ενδυνάμωσης» (cultural empowerment) (Bemak, Chung, & Bornemann, 1996), η οποία έχει αναπτυχθεί στους κόλπους της διαπολιτιστικής συμβουλευτικής και ψυχοθεραπείας. Η «πολιτισμική ενδυνάμωση» έχει στόχο να βοηθήσει το άτομο να αποκτήσει καλύτερη αίσθηση ελέγχου του περιβάλλοντος. Με άλλα λόγια, πριν από οποιαδήποτε διερεύνηση των βαθύτερων ψυχολογικών ή διαπροσωπικών δυσκολιών του ατόμου, θεωρούνται απαραίτητες η καθοδήγηση και η βοήθεια του πρόσφυγα σε πρακτικά θέματα, λόγω χάρη αναφορικά με το πώς λειτουργεί το σύστημα στο συγκεκριμένο κοινωνικό περιβάλλον, πώς μπορεί να έχει πρόσβαση σε συγκεκριμένες υπηρεσίες ή πού ακριβώς πρέπει να απευθυνθεί για την επίλυση προβλημάτων σχετικά με την εργασία, τη σωματική υγεία, την εκπαίδευση και άλλα ανάλογα θέματα. Ρόλος του θεραπευτή σε αυτή τη διαδικασία είναι η ανάπτυξη κατάλληλων δεξιοτήτων που θα επιτρέψουν στον πρόσφυγα να χειριστεί ικανοποιητικά το κοινωνικό σύστημα του νέου περιβάλλοντος.

Όπως προκύπτει, η διαδικασία της «πολιτισμικής ενδυνάμωσης», η οποία είναι απαραίτητη για το σύνολο των προσφύγων προκειμένου να

αποκτηθεί η αίσθηση ελέγχου του περιβάλλοντος, έχει ιδιαίτερη σημασία στην περίπτωση των προσφύγων που διαμένουν στην Ελλάδα όχι από προσωπική τους επιλογή αλλά ως αποτέλεσμα της εφαρμογής της Συνθήκης Σένγκεν. Η «πολιτισμική ενδυνάμωση» σε αυτή την ομάδα προσφύγων συμβάλλει, εκτός από την αναγκαία επίλυση των άμεσων πρακτικών προβλημάτων τους, και στη μείωση των αρνητικών τους συναισθημάτων για τη χώρα υποδοχής και στην αύξηση της εμπιστοσύνης προς τους φορείς και το ευρύτερο κοινωνικό περιβάλλον της χώρας, καθώς και στη σταδιακή αποδοχή της νέας πραγματικότητας και του ρόλου τους μέσα σε αυτή.

**Θέματα ρατσισμού.** Βασικό στοιχείο για την προσαρμογή και την ψυχική υγεία των προσφύγων είναι επίσης το φαινόμενο του ρατσισμού. Παρ' όλο που οι σύγχρονες μορφές του ρατσισμού είναι διαφοροποιημένες σε σχέση με αυτές που επικρατούσαν μέχρι πρόσφατα, το φαινόμενο αυτό καθαυτό εξακολουθεί να υπάρχει. Ως αποτέλεσμα πολλοί πρόσφυγες έρχονται καθημερινά αντιμέτωποι με ρατσιστικά στερεότυπα και στερούνται βασικά ανθρώπινα δικαιώματα, καθώς και την κάλυψη στοιχειωδών αναγκών, όπως είναι η στέγαση, η εκπαίδευση, η εργασία και η υγεία.

Για παράδειγμα, αναφορικά με τις αντιδράσεις της χώρας υποδοχής απέναντι στους πρόσφυγες, είναι σύνηθες το φαινόμενο οι γηγενείς να τους αντιμετωπίζουν ως «ξένα σώματα» στη χώρα τους, ως κάτι από το οποίο απειλούνται και είναι ασφαλέστερο να το κρατούν στο περιθώριο, ή επίσης ως άτομα «ευπαθή» και με πάρα πολλές ανάγκες (Eleftheriadou, 1999). Στην πρώτη περίπτωση οι αντιδράσεις αυτές έχουν ως αποτέλεσμα την περαιτέρω απομόνωση και περιθωριοποίηση του ατόμου, με επιβλαβείς συνέπειες για την ψυχική του υγεία. Στη δεύτερη περίπτωση, παρ' όλο που τις περισσότερες φορές οι πρόσφυγες έχουν πράγματι πολλές ανάγκες, η συγκεκριμένη αντιμετώπιση μπορεί να θεωρηθεί από τους ίδιους ως μειωτική και ταπεινωτική. Αυτό μπορεί να συμβεί, για παράδειγμα, όταν η παροχή επίσημης ψυχολογικής βοήθειας

γίνεται με τέτοιο τρόπο, που προβάλλεται ως υποχρεωτική, χωρίς να λαμβάνεται υπόψη αν υπάρχουν πραγματική ανάγκη και αίτημα για βοήθεια.

Όπως αναφέρουν οι Lago και Thompson (1997), ο ρατσισμός είναι ένα περίπλοκο φαινόμενο, που αλλάζει διαρκώς μορφή, με αποτέλεσμα οι αντίστοιχες συμπεριφορές να γίνονται ολοένα και λιγότερο φανερές και συγκεκριμένες και είναι περισσότερο δύσκολο να τις αντιληφθεί και να τις αναγνωρίσει κανείς. Για τους λόγους αυτούς, οι συγγραφείς υποστηρίζουν ότι σε κάθε θεραπευτική σχέση όπου υπάρχει φυλετική διαφορά μεταξύ συμβούλου και συμβουλευόμενου η ύπαρξη ρατσιστικών ζητημάτων θα πρέπει να θεωρείται πιθανή και να διαπραγματεύεται διεξοδικά.

Στο πλαίσιο της διαπολιτιστικής συμβουλευτικής αυτό συνεπάγεται αφενός τη διερεύνηση των εμπειριών και των συναισθημάτων των ίδιων των προσφύγων σε σχέση με βιώματα ρατσισμού στο ευρύτερο κοινωνικό περιβάλλον αλλά και μέσα στη θεραπευτική σχέση, και αφετέρου την ικανότητα του συμβούλου να διερευνά και να επεξεργάζεται δικές του πιθανές πολιτιστικές προκαταλήψεις ή ρατσιστικά στερεότυπα και ρατσιστικές συμπεριφορές. Οι πιθανές αυτές προκαταλήψεις ή τα στερεότυπα αποτελούν τις περισσότερες φορές ασυνείδητες διαδικασίες, και για το λόγο αυτό η προσπάθεια διερεύνησής τους θα πρέπει να είναι συνεχής καθ' όλη τη διάρκεια της θεραπευτικής σχέσης. Ο σύμβουλος θα πρέπει, για παράδειγμα, να επεξεργαστεί κατά πόσο το δικό του πολιτιστικό υπόβαθρο και οι απόψεις επηρεάζουν τη συμπεριφορά του απέναντι στο συμβουλευόμενο, κατά πόσο θεωρεί τα πολιτισμικά στοιχεία του πρόσφυγα ως την αιτία των προβλημάτων του, εάν μπορεί να αποδεχτεί, να αναγνωρίσει και να κατανοήσει τις πολιτισμικές καταβολές του πελάτη, καθώς και εάν οι προσδοκίες που έχει σε σχέση με το πολιτισμικό υπόβαθρο του πρόσφυγα επηρεάζουν τη θεραπευτική διαδικασία και το θεραπευτικό αποτέλεσμα (D' Ardenne & Mahtani, 1999).

Οι παραπάνω διαδικασίες φαίνεται να έχουν

ιδιαίτερη σημασία για τους Έλληνες επαγγελματίες, αν αναλογιστεί κανείς ότι η Ελλάδα έχει μια δική της -και μάλιστα πρόσφατη- ιστορία προσφυγιάς και μετανάστευσης. Στην περίπτωση αυτή, λοιπόν, είναι ιδιαίτερα σημαντική η διερεύνηση των αντιλήψεων, των συναισθημάτων και των βιωμάτων (είτε προσωπικών είτε «κληρονομημένων» από προηγούμενες γενιές) από την πλευρά των Ελλήνων επαγγελματιών σε σχέση με τους πρόσφυγες που ζουν σήμερα στην Ελλάδα, προκειμένου να αναγνωρίζεται κατά πόσο και με ποιο τρόπο οι δικές τους πιθανές προκαταλήψεις, εμπειρίες και προσδοκίες επηρεάζουν τη στάση ή τη συμπεριφορά τους απέναντι σε αυτή την ομάδα.

Όπως έχει αναφερθεί ήδη, παράλληλα με τη διαπραγμάτευση των φυλετικών και πολιτισμικών διαφορών, η διαπολιτιστική συμβουλευτική σε πρόσφυγες εμπειρεί και την ενδυνάμωση του ατόμου να επεξεργαστεί τις εσωτερικές και εξωτερικές αλλαγές που επιφέρει η μετάβαση σε ένα νέο κοινωνικο-πολιτισμικό περιβάλλον. Η σύνθεση του παρελθόντος με το παρόν και του ενός πολιτισμού με τον άλλο, η οποία συνιστά την επιτυχή προσαρμογή του ατόμου, διέρχεται από ποικίλα στάδια και εξαρτάται από ποικίλους ψυχοκοινωνικούς παράγοντες, που απαιτούν κατάλληλο χειρισμό.

### **Ψυχικοί και ψυχοκοινωνικοί παράγοντες που επηρεάζουν τη διαδικασία της προσαρμογής**

Πολλοί ερευνητές έχουν δείξει ότι υπάρχει συσχέτιση μεταξύ της διαδικασίας υιοθέτησης του νέου πολιτισμού και της εκδήλωσης ψυχικών διαταραχών σε άτομα που έχουν μεταναστεύσει (Berry, 1986. Smither, 1982. Szapocznik & Kurtines, 1980. Wong-Reiger & Quintana, 1987). Αυτό εξηγείται από το γεγονός ότι η προσαρμογή σε ένα νέο πολιτισμικό περιβάλλον απαιτεί την ενσωμάτωση όχι μόνο διαφορετικών αλλά πολλές φορές και αντικρουόμενων μεταξύ τους πολιτισμικών αρχών. Για παράδειγμα, η έμφαση στη συλλογικότητα που χαρακτηρίζει πολ-

λούς πρόσφυγες έρχεται σε αντίφαση με την έμφαση που δίνεται στον ατομικισμό και στην αυτονομία στις δυτικές κοινωνίες. Η εσωτερική σύγκρουση που προκαλείται από την ανάγκη σύνθεσης των διαφορετικών πολιτισμικών αξιών εκδηλώνεται συχνά με τη μορφή ψυχικών διαταραχών, αν αναλογιστεί κανείς ότι παράλληλα οι πρόσφυγες καλούνται να αντιμετωπίσουν και τις μαζικές απώλειες του προηγούμενου υποστηρικτικού δικτύου και της μέχρι πρόσφατα υφιστάμενης κατάστασης. Ο Smith (1982), για παράδειγμα, αναφέρει ότι η διαδικασία αυτή προκαλεί άγχος, κατάθλιψη, συναισθήματα απομόνωσης και αποξένωσης, αυξημένα ψυχοσωματικά συμπτώματα και σύγχυση ταυτότητας.

Η διαπολιτιστική συμβουλευτική συμβάλλει στη διαδικασία υιοθέτησης του νέου πολιτισμού και της προσαρμογής σε αυτόν με ποικίλους τρόπους. Κατ' αρχήν, η προσπάθεια κατανόησης και αποδοχής του πολιτισμικού υπόβαθρου του πελάτη από την πλευρά του συμβούλου -η οποία αποτελεί αναπόσπαστο κομμάτι της διαπολιτιστικής προσέγγισης- ενισχύει το αίσθημα του πελάτη ότι γίνεται αποδεκτός, ενδυναμώνει την αυτοεκτίμησή του, προτρέποντάς τον να αξιοποιήσει τις ήδη υπάρχουσες δεξιότητες και εμπειρίες του προκειμένου να αποκτήσει καλύτερο έλεγχο στο νέο περιβάλλον.

Η συμβολή αυτή έχει ιδιαίτερη σημασία δεδομένου ότι οι πρόσφυγες καλούνται να κάνουν μια καινούρια αρχή σε όλα τα επίπεδα, διαδικασία που ευνοεί την ανάπτυξη χαμηλής αυτοεκτίμησης, αφού προσομοιάζει πολύ με αυτή των πρώτων παιδικών χρόνων, όταν το παιδί μαθαίνει να έχει κάποιον έλεγχο του περιβάλλοντός του. Στο ίδιο πλαίσιο εντάσσονται και η εκμάθηση και η χρήση της νέας γλώσσας.

Η εκμάθηση της γλώσσας δε θα πρέπει να θεωρείται μια αποκλειστικά γνωστική διεργασία. Αντίθετα, απαιτεί μια πιο ολιστική προσέγγιση, η οποία θα λαμβάνει υπόψη και τους ψυχολογικούς παράγοντες που υπεισέρχονται. Όπως αναφέρουν οι Bemak, Chung και Bornemann (1996), η εκμάθηση μιας νέας γλώσσας συμβολίζει τον αποχωρισμό από την πατρίδα και μπορεί

να έχει καταλυτική επίδραση στην εκδήλωση συναισθημάτων απώλειας της πολιτισμικής ταυτότητας του ατόμου. Επιπλέον, μπορεί να εγείρει συναισθήματα μελαγχολίας και νοσταλγίας για την εποχή που το άτομο μπορούσε να επικοινωνεί αβίαστα και χωρίς δυσκολία στην πατρίδα του.

Η εμπλοκή της οικογένειας ή της ευρύτερης ομάδας στη θεραπευτική διαδικασία -που αποτελεί ένα άλλο συστατικό στοιχείο της διαπολιτιστικής προσέγγισης- αποφέρει, επίσης, θετικά αποτελέσματα τόσο για τη θεραπευτική διαδικασία και την έκβασή της όσο και για την ευρύτερη προσαρμογή των ατόμων. Οι θεραπευτικές αυτές παρεμβάσεις αφενός είναι συμβατές με τις πολιτισμικές αξίες πολλών προσφύγων σε σχέση με το ρόλο που έχουν η οικογένεια και η κοινότητα στη ζωή τους (Bemak, Chung, & Bornemann, 1996), αφετέρου επιτρέπουν τη μείωση του συναισθήματος της απομόνωσης και της αποξένωσης, εντάσσουν τα «προσωπικά» προβλήματα σε ένα ευρύτερο υποστηρικτικό πλαίσιο και παράλληλα βοηθούν στην αντιμετώπιση συγκρούσεων που αναπτύσσονται μέσα στο οικογενειακό και κοινωνικό περιβάλλον ως συνέπεια της διαδικασίας προσαρμογής σε ένα νέο πολιτισμό.

Για παράδειγμα, η εργασιακή απασχόληση των γυναικών προσφύγων έχει σημαντικές συνέπειες τόσο για τις ίδιες όσο και για τις οικογενειακές τους σχέσεις. Πολλές γυναίκες εργάζονται για πρώτη φορά, με αποτέλεσμα να πρέπει να αναπτύξουν πρωτόγνωρες μέχρι τότε δεξιότητες προκειμένου να ανταπεξέλθουν σε ένα διαφορετικό κόσμο από αυτόν του νοικοκυριού. Αναγκάζονται, επίσης, πολλές φορές να εργαστούν λόγω της ανεργίας ή της περιστασιακής απασχόλησης των συζύγων τους. Το γεγονός αυτό οδηγεί σε αλλαγές στους συζυγικούς ρόλους και κατά συνέπεια προκαλεί σύγκρουση μεταξύ των παραδοσιακών πολιτισμικών αξιών και των αξιών του νέου πολιτισμού (Chung & Okazaki, 1991). Επίσης, συχνά οι γονείς πρόσφυγες προβάλλουν πίεση ώστε τα παιδιά τους να διατηρήσουν τα στοιχεία του πολιτισμού και



της εθνικότητάς τους, απορρίπτοντας τις νέες πολιτισμικές αξίες (Pedersen et al., 1996). Η διεργασία αυτή οδηγεί πολλές φορές τα παιδιά των προσφύγων να εκδηλώνουν διαφορετική συμπεριφορά στο σπίτι και στο ευρύτερο κοινωνικό περιβάλλον, ανάλογα με τις απαιτήσεις που προβάλλονται στα δύο αυτά πλαίσια, γεγονός που ευνοεί την ανάπτυξη συγκρούσεων.

Η διαπραγμάτευση αυτών των ενδοπροσωπικών και διαπροσωπικών συγκρούσεων στο πλαίσιο της διαπολιτιστικής θεραπείας, με την ένταξή τους στο ευρύτερο οικογενειακό και κοινωνικο-πολιτιστικό πλαίσιο, επιτρέπει την εξισορρόπηση των σχέσεων, διευκολύνει την αποδοχή της νέας πραγματικότητας και οδηγεί στην ομαλή σύνθεση των διαφορετικών πολιτιστικών αξιών.

Ο ρόλος της διαπολιτιστικής συμβουλευτικής για τη διαδικασία ενσωμάτωσης των προσφύγων είναι, επίσης, ιδιαίτερα σημαντικός αναφορικά με τις προηγούμενες τραυματικές εμπειρίες των ατόμων αυτών στην πατρίδα τους (π.χ., εμπειρίες δίωξης, φυλάκισης, βασανιστηρίων κ.ά.). Οι εμπειρίες αυτές εκφράζονται πολλές φορές με συμπτώματα μετα-τραυματικής διαταραχής (PTSD: Post-Traumatic Stress Disorder), όπως κατάθλιψη, έντονο άγχος και προβλήματα μνήμης και συγκέντρωσης. Επίσης, προκαλούν στα άτομα έλλειψη εμπιστοσύνης και συναισθήματα απόγνωσης, ενώ παράλληλα τα εμποδίζουν να προσαρμοστούν κατάλληλα στο νέο περιβάλλον. Ένα άτομο που έχει υποστεί βασανιστήρια μπορεί να θεωρήσει ως απειλή το ενδιαφέρον του θεραπευτή για την προσωπική του ζωή (Bemak, Chung, & Bornemann, 1996). Μια άλλη δυσκολία που προκύπτει στο πλαίσιο της θεραπείας προσφύγων που έχουν υποστεί ψυχικό τραύμα αποτελεί το γεγονός, όπως αναφέρει η Κυριακίδου (1998), ότι «είναι συχνά δύσκολο να ξεχωρίσουμε ποια συμπτώματα σχετίζονται με την τραυματική εμπειρία και ποια με τη δομή της προσωπικότητας όπως είχε εγκαθιδρυθεί προ-τραυματικά» (σ. 102).

Για όλους αυτούς τους λόγους απαιτούνται η αναγνώριση της σημασίας των τραυματικών

εμπειριών και ο κατάλληλος χειρισμός τους από την πλευρά του συμβούλου, ώστε να μπορέσει το άτομο να ανακτήσει την αίσθηση της αξιοπρέπειας και του αυτοσεβασμού, καθώς και την εμπιστοσύνη στον εαυτό του και στους άλλους.

Επιπρόσθετα, ως αποτέλεσμα των τραυματικών εμπειριών πολλοί πρόσφυγες αναπτύσσουν συμπεριφορές οι οποίες στη χώρα υποδοχής συχνά θεωρούνται αντικοινωνικές ή ακόμα και ψυχοπαθολογικές (Stein, 1986). Για παράδειγμα, το να παραμένει κανείς συνεχώς βουβός και απαθής είναι χαρακτηριστική αντίδραση όσων έχουν επιβιώσει από φρικαλέες πράξεις που έχουν υποστεί οι ίδιοι ή έχουν παρακολουθήσει (Chung & Okazaki, 1991). Παρ' όλα αυτά, στη χώρα υποδοχής αυτή η συμπεριφορά μπορεί να χαρακτηριστεί παθολογική.

Προκειμένου να αποφευχθούν τέτοιου τύπου παρερμηνείες, οι οποίες προκύπτουν και από τις γενικότερες πολιτιστικές διαφορές αναφορικά με τον ορισμό για το τι είναι παθολογικό και τι φυσιολογικό, η διαπολιτιστική συμβουλευτική υποστηρίζει ότι μία βασική ικανότητα του συμβούλου θα πρέπει να είναι η «επιστημονική συνειδητότητα» (scientific mindedness). Σύμφωνα με τη Sue (1998), η «επιστημονική συνειδητότητα» συνίσταται στην ικανότητα του θεραπευτή που ασχολείται με πολιτισμικά διαφοροποιημένα άτομα να διατυπώνει υποθέσεις αναφορικά με την ψυχολογική κατάσταση του πελάτη παρά να εξάγει πρώιμα συμπεράσματα, να μπορεί να ανακαλύπτει ευρηματικούς τρόπους δοκιμασίας αυτών των υποθέσεων και, τέλος, να μπορεί να αντιδρά στη βάση των στοιχείων που θα έχουν προκύψει από αυτές τις δοκιμασίες. Μέσω αυτής της διαδικασίας αποφεύγεται η αυθαίρετη επιβολή σε πολιτισμικά διαφοροποιημένα άτομα θεωρητικών απόψεων ή πεποιθήσεων που κυριαρχούν σε ένα συγκεκριμένο πολιτιστικό περιβάλλον, με κίνδυνο οι ερμηνείες και οι διαγνώσεις που δίνονται να μην ανταποκρίνονται στην πραγματική κατάσταση των ατόμων.

Όπως διαφαίνεται από τη σχετική αναφορά στις ψυχοκοινωνικές ανάγκες των προσφύγων, η συμβουλευτική ή η ψυχοθεραπευτική προσέγγι-

ση σε αυτή την ομάδα προϋποθέτει μια πολυδιάστατη και ολιστική αντιμετώπιση των ποικίλων προβλημάτων που έχουν βιώσει και βιώνουν τα άτομα αυτά. Εντούτοις, η διασφάλιση της ψυχικής υγείας, η επιτυχής ενσωμάτωση δύο (ή και περισσότερων) διαφορετικών πολιτισμών και η ομαλή προσαρμογή στο νέο κοινωνικό πλαίσιο απαιτούν από το σύμβουλο και το θεραπευτή να συμπεριλάβει και τις πολιτισμικές ιδιαιτερότητες αυτών των ατόμων στη θεραπευτική διαδικασία.

### **Ο ρόλος των πολιτισμικών διαφορών στη συμβουλευτική και στην ψυχοθεραπεία**

Η εξέταση των κύριων πολιτισμικών χαρακτηριστικών καθώς και του ρόλου των πολιτισμικών διαφορών στη θεραπευτική διαδικασία συμβάλλει στην κατάλληλη και αποτελεσματική παρέμβαση στους πρόσφυγες, αφού τα ιδιαίτερα πολιτισμικά στοιχεία των ατόμων αποτελούν αναπόσπαστο κομμάτι της ταυτότητάς τους και επηρεάζουν την όλη διεργασία της προσαρμογής. Οι πολιτισμικές διαφορές προκαλούν ποικίλες δυσκολίες τόσο στους πρόσφυγες, οι οποίοι καλούνται να προσαρμοστούν σε ένα νέο περιβάλλον διατηρώντας ταυτόχρονα την πολιτιστική τους ταυτότητα, όσο και στους επαγγελματίες που εργάζονται με αυτή την ομάδα και οι οποίοι καλούνται, με τη σειρά τους, να αποδεχτούν μια διαφορετική νοοτροπία, συμπεριφορά και στάση ζωής και να προσαρμοστούν και οι ίδιοι στις νέες απαιτήσεις που προκύπτουν από την πολιτισμική διαφορετικότητα. Για το λόγο αυτό είναι απαραίτητη η ευαισθητοποίηση των επαγγελματιών στη σημασία των πολιτισμικών διαφορών προκειμένου να περιοριστούν πιθανές προκαταλήψεις απέναντι στο «διαφορετικό» και να αποφευχθεί η αυθαίρετη ερμηνεία πολιτισμικά διαφοροποιημένων συμπεριφορών στη βάση της κυρίαρχης κουλτούρας. Στο πλαίσιο αυτό ιδιαίτερο ρόλο έχει η ικανότητα του θεραπευτή για «πολιτισμική ενσυναίσθηση».

### **Η σημασία της «πολιτισμικής ενσυναίσθησης»**

Σε κάθε θεραπευτική σχέση είναι απαραίτητη η ικανότητα του θεραπευτή για «ενσυναίσθηση» (empathy) του πελάτη, η οποία είναι ιδιαίτερα σημαντική για τη θετική πορεία της θεραπευτικής διαδικασίας, αφού επιτρέπει τη βαθιά κατανόηση της εσωτερικής κατάστασης του θεραπευόμενου. Σύμφωνα με την έννοια της «ενσυναίσθησης», ο σύμβουλος θα πρέπει να προσπαθεί ενεργά και συστηματικά να «μπαίνει στη θέση» του πελάτη του, να νιώθει τη συναισθηματική του κατάσταση και να αισθάνεται τις εμπειρίες του όπως τις βιώνει ο ίδιος ο πελάτης. Είναι φανερό ότι αυτή η μορφή ταύτισης του θεραπευτή με το θεραπευόμενο στην προσπάθεια να βιώσει αυτό που βιώνει ο πελάτης περιορίζεται σε μεγάλο βαθμό λόγω των πολιτισμικών διαφορών. Οι διαφορετικές πολιτισμικές και κοινωνικές εμπειρίες, οι δυσκολίες στη λεκτική επικοινωνία λόγω της διαφορετικής γλώσσας και οι διαφορετικές πεποιθήσεις και αξίες μεταξύ θεραπευτή και θεραπευόμενου καθιστούν ιδιαίτερα δύσκολη τη δυνατότητα του θεραπευτή να βλέπει τον κόσμο όπως τον βλέπει ο πολιτισμικά διαφοροποιημένος πελάτης του και να μπορεί να κατανοήσει την εμπειρία του με τον τρόπο που την αισθάνεται ο ίδιος.

Για τους λόγους αυτούς ο Ridley διεύρυνε την έννοια της «ενσυναίσθησης» στην περίπτωση θεραπείας με πολιτισμικά διαφοροποιημένα άτομα εισάγοντας τον όρο «πολιτισμική ενσυναίσθηση» (cultural empathy). Ο όρος αυτός περιγράφει την ικανότητα του συμβούλου να κατανοεί και να επικοινωνεί τα θέματα που απασχολούν τους πελάτες από τη δική τους πολιτιστική σκοπιά (Ridley, 1995). Η «πολιτισμική ενσυναίσθηση» περιλαμβάνει αφενός την κατανόηση του ιδιογραφικού (μοναδικού) μηνύματος των λεγομένων του πελάτη, χωρίς να επιτρέπει πολιτισμικές προκαταλήψεις να επηρεάσουν τις σκέψεις του θεραπευτή, και αφετέρου τη μεταφορά του μηνύματος στον πελάτη ότι αυτή η μοναδική του εμπειρία έχει γίνει κατανοητή από το σύμβουλο.

Προκειμένου να επιτευχθεί κάτι τέτοιο, ο θεραπευτής που εργάζεται με πρόσφυγες καλείται κατ' αρχήν να γνωρίζει τις δικές του πολιτισμικές καταβολές και τον τρόπο με τον οποίο αυτές έχουν συμβάλει στη διαμόρφωση των προσωπικών του απόψεων για τον κόσμο, ώστε να αποφεύγεται η άμεση ή έμμεση προβολή των δικών του αντιλήψεων στην προσπάθεια κατανόησης των εμπειριών του πελάτη. Επίσης, θα πρέπει να έχει καλή γνώση των κοινωνικο-πολιτικών επιρροών του πρόσφυγα, των κυρίαρχων στοιχείων του πολιτισμού του και της επίδρασης αυτών στην προσωπικότητα και στη συμπεριφορά του. Παράλληλα, όμως, θα πρέπει να επικεντρώνεται στο κάθε άτομο ως μοναδική προσωπικότητα, με το δικό του πλαίσιο αναφοράς, χωρίς να του αποδίδει αβίαστα στερεοτυπικά γνωρίσματα της πολιτισμικής ή της φυλετικής ομάδας στην οποία ανήκει.

Η ικανότητα αυτή του θεραπευτή, να μπορεί να γνωρίζει πότε πρέπει να εξατομικεύει μια συμπεριφορά και πότε να τη γενικεύει και να την εντάσσει σε ένα ευρύτερο πολιτισμικό πλαίσιο, θεωρείται από τη Sue (1998) ένα βασικό χαρακτηριστικό των θεραπευτών που εργάζονται με πολιτισμικά διαφοροποιημένα άτομα. Όπως αναφέρει η συγγραφέας, οι θεραπευτές αποφεύγουν να αποδίδουν στερεοτυπικά γνωρίσματα με φανερό τρόπο στους πολιτισμικά διαφοροποιημένους πελάτες τους (π.χ., στερεότυπα ότι οι πρόσφυγες που κατάγονται από ανατολικές χώρες είναι κλειστοί, συγκρατημένοι και ντροπαλοί). Ωστόσο, τέτοια στερεότυπα μπορεί να υφίστανται στις αντιλήψεις των θεραπευτών και να επηρεάζουν τη συμπεριφορά τους, με αποτέλεσμα τα ατομικά χαρακτηριστικά να συγχέονται με τα χαρακτηριστικά που αποδίδονται στη φυλετική ομάδα στην οποία ανήκει το άτομο. Παράλληλα, υπάρχουν περιπτώσεις όπου συμβαίνει το αντίθετο, δηλαδή τα χαρακτηριστικά της πολιτισμικής ομάδας που επηρεάζουν το άτομο να αγνοούνται εντελώς.

Κατά συνέπεια, προκειμένου ο θεραπευτής να μπορεί να «ενσυναισθάνεται πολιτισμικά» τους πελάτες του, θα πρέπει να αποφεύγει την

απόδοση στερεοτύπων σε αυτούς λόγω του γεγονότος ότι είναι μέλη μιας συγκεκριμένης φυλετικής ομάδας: παράλληλα όμως θα πρέπει να αναγνωρίζει τη σημασία των πολιτισμικών επιδράσεων στη συμπεριφορά τους. Με άλλα λόγια, θα πρέπει, όπως αναφέρει η Sue (1998), να έχει την ικανότητα να κάνει ένα «δυναμικό ζύγισμα» (dynamic sizing) του πολιτισμικά διαφοροποιημένου πελάτη του.

### Κύρια πολιτισμικά χαρακτηριστικά των προσφύγων που ζουν στην Ελλάδα

Στο πλαίσιο της σημασίας των πολιτισμικών επιρροών στη διαμόρφωση της συμπεριφοράς του ατόμου και στη διαδικασία προσαρμογής του σε ένα νέο πολιτισμικό περιβάλλον κρίνεται απαραίτητο να γίνει αναφορά σε κάποια βασικά πολιτισμικά γνωρίσματα των προσφύγων που ζουν στην Ελλάδα. Η αναφορά αυτή θα επιτρέψει μια πρώτη κατανόηση των δυσκολιών που προκύπτουν από τις πολιτισμικές διαφορές και θα συμβάλλει στη δυνατότητα εφαρμογής της διαπολιτιστικής συμβουλευτικής στην ελληνική πραγματικότητα.

Όπως προκύπτει από τη διερευνητική μελέτη σε Έλληνες επαγγελματίες, τα κύρια πολιτισμικά γνωρίσματα που αναφέρονται για τους πρόσφυγες οι οποίοι ζουν στην Ελλάδα συμφωνούν σε σημαντικό βαθμό με αυτά που περιγράφονται στη σχετική βιβλιογραφία (Hall, 1959, 1966, 1976a, 1983. Hofstede, 1980, 1983, 1986, 1992. Laungani, 1999). Συγκεκριμένα, τα κοινά στοιχεία που αναφέρονται από τους επαγγελματίες εστιάζονται στους εξής τέσσερις άξονες: α) στην έμφαση που δίνεται στη συλλογικότητα και στο ρόλο της κρατικής αρχής και του κοινωνικού συστήματος γενικότερα, β) στην ιεραρχία των σχέσεων μέσα στην οικογένεια, γ) στο ρόλο της θρησκείας και της μοίρας, και δ) στην αίσθηση του χρόνου.

Σύμφωνα με τους επαγγελματίες, η **κρατική αρχή** και η **ομάδα** γενικότερα είναι για πολλούς πρόσφυγες η «υπέρτατη αξία» στην οποία πρέ-

πει να υποτάσσονται και να υπακούν. Στο πλαίσιο αυτό προτεραιότητα έχει ό,τι θεωρείται συλλογικό συμφέρον και όχι οι προσωπικές επιθυμίες ή οι προσωπικοί στόχοι. Η έμφαση στη συλλογικότητα (collectivism) έναντι του ατομικισμού (individualism) έχει αναφερθεί ως βασική πολιτισμική διάσταση και από τον Hofstede (1980, 1983, 1986, 1992), ο οποίος διενήργησε μία από τις πλέον σημαντικές έρευνες στο χώρο της διαπολιτιστικής ψυχολογίας, συλλέγοντας στοιχεία από σαράντα διαφορετικές χώρες. Σύμφωνα με τον Hofstede (1980), ενώ ο ατομικισμός προτάσσει την ικανότητα του ατόμου να είναι άυταρκες και ανταγωνιστικό και να μπορεί να κάνει τις απαραίτητες ενέργειες που θα το οδηγήσουν στην αυτοπραγμάτωσή του, στο πλαίσιο της συλλογικότητας η ατομικότητα υποτάσσεται στη συλλογική αλληλεγγύη, οι προσωπικές επιθυμίες στους κοινούς σκοπούς της ομάδας και τα ατομικά προβλήματα αυτόματα θεωρούνται προβλήματα ολόκληρης της οικογένειας και της ευρύτερης κοινότητας στην οποία ανήκει το άτομο.

Η παραπάνω πολιτισμική διαφορά έχει άμεση επίδραση στη διαδικασία της συμβουλευτικής και της ψυχοθεραπείας. Ένας από τους βασικούς στόχους της συμβουλευτικής, η ικανότητα του ατόμου να αυτο-προσδιορίζεται και να μπορεί να κάνει από μόνο του τις δικές του επιλογές με βάση τις προσωπικές του ανάγκες και φιλοδοξίες, έρχεται σε αντίθεση με τις αξίες και τις νόρμες πολλών πολιτισμών σύμφωνα με τις οποίες έμφαση δίνεται στη συλλογικότητα, στις αρμονικές οικογενειακές και κοινωνικές σχέσεις και στην πίστη στις αρχές της ομάδας (Draguns, 1995). Κατά συνέπεια η θεραπεία πολιτισμικά διαφοροποιημένων ατόμων καθίσταται περισσότερο αποτελεσματική όταν η προσέγγιση που ακολουθείται δεν είναι ατομοκεντρική, αλλά, αντίθετα, το άτομο αντιμετωπίζεται ως αναπόσπαστο μέρος του ευρύτερου οικογενειακού και κοινωνικού πλαισίου στο οποίο ανήκει. Όπως, επίσης, αναφέρει ο Κλεφτάρας (2001), «ένα απαραίτητο μέρος κάθε πολιτισμικά κατάλληλης παρέμβασης θα πρέπει πιθανόν να περιλαμβάνει

τόσο το άτομο όσο και την οικογένεια, την ομάδα και τη γειτονιά» (σ. 4).

Επιπλέον, η τάση των ατόμων στο πολιτιστικό πλαίσιο της συλλογικότητας να απευθύνονται για καθοδήγηση και προσανατολισμό στα πρόσωπα που κατέχουν ανώτερη θέση στην ιεραρχία μεταφέρεται και στη θεραπευτική διαδικασία σε σχέση με το σύμβουλο ή το θεραπευτή. Ο σύμβουλος, με άλλα λόγια, αναμένεται να έχει ρόλο καθοδηγητή, με αποτέλεσμα οι μη κατευθυντικές μορφές θεραπείας, που αποτελούν τον κανόνα στο χώρο της θεραπείας, να αποδεικνύονται τελικά αναποτελεσματικές (Laungani, 1997). Με τη συγκεκριμένη άποψη συμφωνεί και ο Triseliotis (1986), ο οποίος υποστηρίζει ότι για τα άτομα αυτά η συμβουλευτική και η θεραπεία αποδεικνύονται χρήσιμες μόνο όταν παρέχονται ρητές και συγκεκριμένες προτάσεις και συμβουλές.

Στα συμπεράσματα αυτά, όπως προκύπτουν από τη βιβλιογραφία, συγκλίνουν και οι απόψεις των Ελλήνων επαγγελματιών για τους πρόσφυγες που ζουν στην Ελλάδα (Γιωτσιδίδη, 2000). Αναφέρεται συγκεκριμένα ότι το αίτημα των προσφύγων είναι να δοθούν άμεσες και συγκεκριμένες κατευθύνσεις από τους επαγγελματίες για την επίλυση των προβλημάτων τους, χωρίς να είναι διατεθειμένοι να εμπλακούν οι ίδιοι ενεργητικά σε μια σχετική διαδικασία για την ανεύρεση λύσεων. Αναφέρεται, επίσης, ότι ο χαρακτήρας του επειγόντος και το αίτημα για κατευθυντική προσέγγιση προκύπτουν από την πολιτισμικά μαθημένη συμπεριφορά αυτών των ατόμων να ζητούν συγκεκριμένη καθοδήγηση και πρακτικές συμβουλές, οφείλονται, όμως, παράλληλα και στις αντικειμενικές ανάγκες επιβίωσης, καθώς και στην απότομη αλλαγή στη ζωή τους. Σύμφωνα με τις αρχές της διαπολιτιστικής συμβουλευτικής, οι δυσκολίες που προκύπτουν από τη συγκεκριμένη στάση στην ανάπτυξη και στην πορεία της θεραπευτικής σχέσης μπορούν να ξεπεραστούν σε μεγάλο βαθμό αν ο θεραπευτής προσαρμόσει τη στάση του σε πιο κατευθυντικές μορφές παρέμβασης, προσπαθώντας παράλληλα να διερευνήσει τις προσδοκίες

του πελάτη από τη θεραπεία και να του δείξει το νόημα και τη σημασία που έχει η εμπλοκή του ίδιου σε μια θεραπευτική διαδικασία για την επίλυση των προβλημάτων του.

Αναφορικά με τις **σχέσεις** και τους **ρόλους μέσα στην οικογένεια**, το σύνολο των επαγγελματιών αναφέρει ότι υπάρχει μια αυστηρά οριοθετημένη ιεραρχία στις οικογενειακές σχέσεις των προσφύγων, με σαφείς ρόλους για όλα τα μέλη. Ο σύζυγος έχει ρόλο άρχοντα, ενώ ο ρόλος της συζύγου περιορίζεται στη φροντίδα του νοικοκυριού και των παιδιών. Οι σχέσεις αυτές αντανακλούν την πολιτισμική διάσταση της «αρρενωπότητας» (masculinity), σύμφωνα με την οποία οι ρόλοι των δύο φύλων είναι πολύ αυστηρά διαφοροποιημένοι (Lago & Thompson, 1997). Ο «ανώτερος» ρόλος του άντρα έναντι του «κατώτερου» ρόλου της γυναίκας στον πολιτισμό πολλών προσφύγων επηρεάζει αναπόφευκτα τη συμβουλευτική σχέση όταν ο ειδικός είναι γυναίκα. Σε αυτή την περίπτωση η γυναίκα ειδικός λόγω του ρόλου της βρίσκεται σε «ανώτερη» θέση έναντι του πελάτη που απευθύνεται σε αυτή για βοήθεια, γεγονός που συχνά προκαλεί δυσπιστία σε σχέση με τις ικανότητες και το κύρος του θεραπευτή και προβλήματα στη συνεργασία.

Προκειμένου να ξεπεραστούν αυτά τα προβλήματα απαιτούνται η διερεύνηση της θέσης που έχει η γυναίκα στον πολιτισμό του πελάτη και η από κοινού εξέταση της επίδρασης της συγκεκριμένης πολιτιστικής διαφοράς στη θεραπευτική σχέση. Επίσης, η σύμβουλος καλείται να αναγνωρίσει τα δικά της συναισθήματα σε σχέση με το διαφορετικό ρόλο των δύο φύλων μεταξύ δύο πολιτισμών και να προσπαθήσει να κατανοήσει τις διαφορετικές πολιτιστικές αξίες αναφορικά με το ποια θεωρείται ότι πρέπει να είναι η θέση και η συμπεριφορά της γυναίκας σε άλλους πολιτισμούς. Σε αυτή την περίπτωση είναι πιθανό ορισμένες νόρμες που ισχύουν για τις γυναίκες σε άλλους πολιτισμούς να θεωρηθούν καταπιεστικές και σεξιστικές. Ακόμη και οι ίδιες οι γυναίκες πρόσφυγες μπορεί να βιώσουν μια εσωτερική σύγκρουση όταν έρχονται αντιμέτω-

πες με διαφορετικά πολιτιστικά πρότυπα και απαιτήσεις σε σχέση με αυτά που είχαν αποδεχτεί έως τότε. Όπως αναφέρουν σχετικά οι D' Ardenne και Mahtani (1999), είναι δύσκολο σε αυτές τις περιπτώσεις να μην επιτρέψει κανείς τις δικές του πολιτιστικές αξίες να επηρεάσουν τη θεραπευτική διαδικασία. Ωστόσο, ο θεραπευτής θα πρέπει να έχει μια όσο το δυνατόν μη κριτική στάση απέναντι στο πώς διαμορφώνονται οι συζυγικές σχέσεις σε άλλους πολιτισμούς και να επεξεργάζεται μαζί με τους πελάτες του τα διλήμματα και τις συγκρούσεις που αντιμετωπίζουν όταν έρχονται σε επαφή με άλλα πολιτιστικά πρότυπα.

Η **θρησκεία** και γενικότερα η **μοίρα** θεωρούνται δύο άλλοι σημαντικοί παράγοντες για τους πρόσφυγες που ζουν στην Ελλάδα. Αναφέρεται σχετικά ότι σε άτομα από συγκεκριμένες θρησκείες υπάρχει η αίσθηση ότι κάτι από το οποίο υποφέρουν συμβαίνει ως τιμωρία για κάτι που έχουν κάνει είτε στην παρούσα είτε σε προηγούμενη ζωή. Επίσης, ως αιτία για τα προβλήματά τους θεωρείται η μοίρα. Πρόκειται, σύμφωνα με τον Laungani (1999), για την πολιτισμική διάσταση του «ντετερμινισμού» (determinism), στην οποία επικρατεί μια τελεολογική και μοιρολατρική άποψη για όσα συμβαίνουν. Στη βάση του ντετερμινισμού οι επιτυχίες και οι αποτυχίες στη ζωή ενός ατόμου δεν έγκεινται στην προσωπική του ευθύνη, αλλά αποτελούν συνέπειες της μοίρας. Η στάση αυτή οδηγεί το άτομο σε μια παθητική αποδοχή όσων του συμβαίνουν, η οποία μπορεί να καταλήξει σε παντελή αδράνεια. Όπως αναφέρει συγκεκριμένα ένας επαγγελματίας μιλώντας για τους πελάτες του, υπάρχει η αίσθηση ότι τους συμβαίνει κάτι με θεϊκή βούληση, και γι' αυτό πρέπει να το υπομείνουν.

Ο ρόλος του διαπολιτιστικού συμβούλου σε αυτή την περίπτωση έγκειται στην ανάδειξη της σημασίας που έχει η προσωπική πρωτοβουλία για την εξέλιξη των γεγονότων στη ζωή ενός ατόμου, προκειμένου έτσι να αποκτηθεί σε κάποιο βαθμό η αίσθηση του προσωπικού ελέγχου από τον πελάτη και το άτομο να δραστηριοποιηθεί προς κάποιες αλλαγές στη ζωή του. Επιπλε-

ον, ο σύμβουλος καλείται να επισημάνει στον πελάτη τις διάφορες εναλλακτικές επιλογές που μπορεί να έχει για την αντιμετώπιση των προβλημάτων του. Η συγκεκριμένη αντιμετώπιση από το θεραπευτή δε σημαίνει τη συλλήβδην απόρριψη της ντετερμινιστικής άποψης για τον κόσμο, αλλά το μετριασμό των συνεπειών που αυτή η άποψη επιφέρει στη στάση του ατόμου (π.χ., παθητικότητα) και τη συνύπαρξή της με άλλες εναλλακτικές απόψεις που επικρατούν σε άλλους πολιτισμούς.

Στο πλαίσιο αυτό η διαπολιτιστική συμβουλευτική τονίζει, επίσης, ότι ιδιαίτερα σημαντική για την αποτελεσματική θεραπευτική πορεία των προσφύγων είναι η συνεργασία που πρέπει να αναπτύσσεται μεταξύ των δυτικών και των γηγενών θεραπευτών (Bemak, Chung, & Bornemann, 1996). Πρόκειται για το *συνδυασμό των κυρίαρχων στο δυτικό πολιτισμό θεραπευτικών παρεμβάσεων και των μη κυρίαρχων, που ωστόσο επικρατούν σε άλλους πολιτισμούς*. Παρ' όλο που ο Παγκόσμιος Οργανισμός Υγείας (1992) έχει ήδη επισημάνει ότι ο συνδυασμός αυτός έχει θετικά αποτελέσματα στη θεραπεία των προσφύγων σε σύγκριση με την εφαρμογή δυτικών ή γηγενών μόνο θεραπευτικών παρεμβάσεων, οι επαγγελματίες ψυχικής υγείας στις δυτικές κοινωνίες επιδεικνύουν δυσπιστία απέναντι σε πολιτισμικά διαφορετικές θεραπευτικές μεθόδους και προσεγγίσεις. Σύμφωνα με τον Hiegel (1994), η δυσπιστία αυτή πρέπει να ξεπεραστεί και αντ' αυτού να αναπτυχθεί μια ενεργητική συνεργασία κατά τη θεραπευτική διαδικασία ενός πρόσφυγα. Κάτι τέτοιο θα ενδυνάμωνε την αίσθηση του πρόσφυγα ότι το πολιτιστικό του υπόβαθρο γίνεται σεβαστό από το θεραπευτή, ενώ επιπλέον θα βοηθούσε στη διαδικασία συνύπαρξης των διαφορετικών πολιτιστικών αξιών και αντιλήψεων, η οποία είναι απαραίτητη για την επιτυχή ενσωμάτωση δύο πολιτισμών και εντέλει για την προσαρμογή των προσφύγων στο νέο πολιτιστικό περιβάλλον.

Η πολιτισμική διαφορά σχετικά με την **αίσθηση του χρόνου** αναφέρεται κατά κύριο λόγο στο γεγονός ότι πολλοί πρόσφυγες καθυστε-

ρούν στα ραντεβού τους, χωρίς ωστόσο να αντιλαμβάνονται την καθυστέρηση ως τέτοια. Επίσης, οι περισσότεροι επαγγελματίες αναφέρουν ότι πολλοί πρόσφυγες έχουν πιο αργούς ρυθμούς, καθώς και ότι χαρακτηρίζονται από έλλειψη συνέπειας, σταθερότητας και δέσμευσης. Για παράδειγμα, αναφέρεται ότι δεν προσέρχονται συστηματικά στις συνεδρίες ή ότι, ενώ δέχονται με ενθουσιασμό να συμμετάσχουν στη δημιουργία μιας ομάδας έργου, στη συνέχεια επιδεικνύουν αδιαφορία.

Σύμφωνα με τον Hall (1959, 1966, 1976a, 1983), ο χρόνος αποτελεί μία από τις βασικές παραμέτρους στις οποίες διαφοροποιούνται οι πολιτισμοί μεταξύ τους. Συγκεκριμένα, διακρίνει το χρόνο σε μονοχρονικό (monochronic) και πολυχρονικό (polychronic). Σύμφωνα με τη μονοχρονική άποψη, που επικρατεί στους δυτικούς πολιτισμούς, ο χρόνος ορίζεται στη βάση του 24ώρου, ενώ η πολυχρονική άποψη υποστηρίζει ότι κάθε πράγμα και κάθε άτομο έχουν το δικό τους χρόνο. Για παράδειγμα, υπάρχουν πολιτιστικές διαφορές σε σχέση με το χρόνο που απαιτείται για την ανάπτυξη κάποιας οικειότητας πριν θιχτούν τα κυρίως θέματα που απασχολούν τον πελάτη, για τη διάρκεια της συνεδρίας και της όλης θεραπευτικής διαδικασίας, καθώς και για το χρόνο που μεσολαβεί μεταξύ μιας άποψης που παρατίθεται και μιας αντίδρασης σε αυτή στο πλαίσιο μιας συνεδρίας. Αναφορικά με το τελευταίο έχει παρατηρηθεί ότι άτομα που δεν προέρχονται από δυτικούς πολιτισμούς μένουν για αρκετή ώρα σιωπηλά πριν εκφράσουν μια άποψη. Η στάση αυτή στο πλαίσιο της θεραπευτικής σχέσης μπορεί να παρερμηνευθεί ως ντροπαλότητα και έλλειψη ενδιαφέροντος από την πλευρά του πελάτη.

Οι δυτικοί πολιτισμοί χαρακτηρίζονται από αυστηρή οριοθέτηση όσον αφορά το χρόνο. Η καθυστέρηση σε ένα ραντεβού συνήθως ερμηνεύεται ως έλλειψη συνέπειας και ενδιαφέροντος και ως ένδειξη αντίστασης, ενώ όταν οι πελάτες εισάγουν νέα, σημαντικά θέματα στο τέλος της συνεδρίας αυτό συνήθως ερμηνεύεται ως προσπάθεια δοκιμασίας των ορίων της θεραπευτικής σχέσης.

Παρ' όλα αυτά, για πολλούς πολιτισμούς η συγκεκριμένη ώρα ενός ραντεβού ή η συγκεκριμένη διάρκεια μιας συνεδρίας δε γίνονται κατανοητές με βάση τα αυστηρά όρια των δυτικών κοινωνιών. Αντίθετα, κατανοούνται μέσα από μια πολιτισμική διάσταση για το χρόνο η οποία τροποποιεί την ακριβή ώρα ή τη διάρκεια που έχει καθοριστεί προσθέτοντας ή αφαιρώντας τόσο χρόνο όσο είναι πολιτισμικά αποδεκτό.

Αυτές οι πολιτιστικές διαφορές αναφορικά με την αντίληψη του χρόνου προκαλούν δυσκολίες στην τήρηση των ορίων που υπάρχουν σε κάθε θεραπευτική σχέση και μπορεί να οδηγήσουν σε λανθασμένες ερμηνείες για τη συμπεριφορά των πελατών ή σε παρεξηγήσεις μεταξύ θεραπευτή και θεραπευόμενου. Για παράδειγμα, η αυστηρή οριοθέτηση της διάρκειας της συνεδρίας μπορεί να θεωρηθεί από τον πελάτη ως απορριπτική στάση από την πλευρά του θεραπευτή.

Προκειμένου να αποφευχθούν τέτοιου τύπου παρερμηνείες, ο σύμβουλος που εργάζεται με πολιτισμικά διαφοροποιημένα άτομα καλείται να ενημερώσει αρχικά για διάφορα διαδικαστικά θέματα της θεραπείας (π.χ., αναφορικά με την ανάληψη ιστορικού, το ρόλο του θεραπευτή, τη σημασία των χρονικών ορίων), προκειμένου ο πελάτης να αποκτήσει εξαρχής μια ολοκληρωμένη εικόνα για τις πρακτικές πτυχές της ψυχοθεραπευτικής διαδικασίας, και έτσι να μειωθεί καθ' αρχήν ο παράγοντας της άγνοιας. Επίσης, ο θεραπευτής καλείται να διερευνήσει τις απόψεις του πελάτη σχετικά με το χρόνο και να καταλήξει σε μια συμφωνία μαζί του, η οποία θα είναι αμοιβαία αποδεκτή. Αυτό δε σημαίνει απαραίτητα την αλλαγή ή την επέκταση των χρονικών ορίων της θεραπείας από την πλευρά του θεραπευτή για κάθε πολιτισμικά διαφοροποιημένο πελάτη, αλλά αναφέρεται κυρίως στη συστηματική διερεύνηση, καθ' όλη τη διάρκεια της θεραπευτικής διαδικασίας, των αντιλήψεων του πελάτη αναφορικά με τα χρονικά όρια και στην προσπάθεια επεξεργασίας και κατανόησης της σημασίας τους στη θεραπευτική σχέση.

Η **γλώσσα** αποτελεί, σύμφωνα με όλους τους

επαγγελματίες, την πιο σημαντική δυσκολία στη δημιουργία της θεραπευτικής σχέσης, αφού σε αυτή στηρίζεται η επικοινωνία. Οι περισσότεροι πρόσφυγες που ζουν στην Ελλάδα μιλούν αγγλικά, ενώ λίγοι είναι αυτοί που γνωρίζουν ελληνικά. Και στις δύο περιπτώσεις οι επαγγελματίες τονίζουν ότι επέρχονται προβλήματα στην επικοινωνία. Συγκεκριμένα αναφέρουν ότι από τη στιγμή που τα άτομα αναγκάζονται να μιλούν σε άλλη γλώσσα από τη μητρική τους υπάρχουν διαφορές μεταξύ αυτού που λένε και αυτού που πραγματικά θέλουν να πουν ή αυτού που εννοούν. Επιπλέον, επειδή τις περισσότερες φορές δε γνωρίζουν καλά αγγλικά ή ελληνικά, συμβαίνει να δίνουν διαφορετική ερμηνεία σε κάτι που τους λέει ο επαγγελματίας. Όπως αναφέρει σχετικά και ο Hall (1959, 1966, 1976a, 1983), οι λέξεις που χρησιμοποιούνται μπορεί να έχουν διαφορετικό νόημα για το σύμβουλο και διαφορετικό για το συμβουλευόμενο, ενώ ακόμη και ο τρόπος που λέγονται τα πράγματα (π.χ., δισταγμοί στην ομιλία, αλλαγές στο ρυθμό, στην ένταση και στον τόνο), πώς δομείται ο λόγος, ποιος μιλάει και πότε είναι θέματα που καθορίζονται από πολιτισμικούς παράγοντες.

Προκειμένου να διευκολυνθεί η λεκτική επικοινωνία στο πλαίσιο της διαπολιτιστικής συμβουλευτικής ο σύμβουλος καλείται καθ' αρχήν να χρησιμοποιεί απλή γλώσσα, η οποία να είναι συμβατή με το επίπεδο του πελάτη. Η διερεύνηση από την πλευρά του συμβούλου των προβλημάτων και της δυσκολίας που αντιμετωπίζει ο συμβουλευόμενος να επικοινωνεί σε μια άλλη γλώσσα συμβάλλει στη μείωση του άγχους που προκαλείται στον τελευταίο από το γεγονός ότι δεν μπορεί να γίνει εύκολα κατανοητός. Οι σύμβουλοι που εργάζονται σε διαπολιτιστικά πλαίσια καλούνται, επίσης, να κατανοήσουν τους αντικειμενικούς περιορισμούς που συνεπάγεται η χρήση μιας άλλης γλώσσας. Αυτό σημαίνει πρακτικά ότι θα πρέπει πολλές φορές να αφιερώνουν περισσότερο χρόνο για να διερευνήσουν σημαντικά θέματα και συναισθήματα και να προσεγγίζουν το ίδιο θέμα με πολλούς διαφορετικούς τρόπους (D' Ardenne & Mahtani, 1999).

Οι προαναφερθείσες πολιτισμικές διαφορές δημιουργούν, σύμφωνα με την κοινή άποψη των Ελλήνων επαγγελματιών, την αίσθηση του «ξένου» από την πλευρά των προσφύγων. Αναφέρεται δηλαδή ότι συχνά οι πρόσφυγες διαμαρτύρονται ότι δεν μπορούν να γίνουν κατανοητοί από τους επαγγελματίες, όχι μόνο λόγω της γλώσσας αλλά κυρίως επειδή οι ειδικοί προέρχονται και ζουν σε ένα διαφορετικό πολιτισμό από το δικό τους. Γι' αυτόν το λόγο η καλή γνώση των πολιτισμικών επιρροών και ο κατάλληλος χειρισμός τους από την πλευρά του ειδικού επιτρέπουν την ευρύτερη και πληρέστερη κατανόηση της κατάστασης του ατόμου, και κατά συνέπεια συμβάλλουν στη θετική έκβαση της συμβουλευτικής ή της θεραπευτικής διαδικασίας.

### **Συμπεράσματα**

Τόσο οι ψυχοκοινωνικές ανάγκες των προσφύγων όσο και οι πολιτισμικές διαφορές που προκύπτουν από το διαφορετικό πολιτισμικό υπόβαθρο των ατόμων σε σχέση με αυτό της χώρας υποδοχής απαιτούν μια ευέλικτη, ολιστική παρέμβαση, η οποία θα επικεντρώνεται στη μοναδικότητα κάθε ατόμου, λαμβάνοντας παράλληλα υπόψη το προσωπικό πολιτισμικό πλαίσιο αναφοράς. Η πολυπλοκότητα του παρελθόντος των προσφύγων, οι στρεσογόνοι παράγοντες του παρόντος, η διαδικασία υιοθέτησης ενός άλλου πολιτισμού από αυτόν της χώρας καταγωγής και οι ψυχοκοινωνικές δυσκολίες της προσαρμογής τους στο νέο πολιτισμό προϋποθέτουν πολυ-επίπεδες παρεμβάσεις σε γνωστικό, συναισθηματικό και συμπεριφοριστικό επίπεδο, συνυπολογίζοντας παράλληλα τις πολιτισμικές επιρροές στις διαπροσωπικές και κοινωνικές σχέσεις. Κατά συνέπεια η κατάλληλη αντιμετώπιση των προσφύγων σε επίπεδο ψυχολογικών υπηρεσιών είναι απαραίτητη για την επιτυχή τους ενσωμάτωση στο νέο περιβάλλον της χώρας, αφού οι πρόσφυγες, πέραν των πρακτικών τους προβλημάτων, έχουν να αντιμετωπίσουν και πλείστους ψυχοκοινωνικούς και πολιτιστι-

κούς παράγοντες που επιδρούν στη διαδικασία της προσαρμογής.

Προκειμένου να καταστεί δυνατή μια τέτοια πολυ-επίπεδη και ολιστική αντιμετώπιση της συγκεκριμένης ομάδας είναι απαραίτητη η εφαρμογή των θεωρητικών και πρακτικών αρχών της διαπολιτιστικής συμβουλευτικής. Η ευαισθητοποίηση και η εκπαίδευση των Ελλήνων επαγγελματιών σε θέματα που άπτονται της διαπολιτιστικής συμβουλευτικής επιτρέπουν τη βαθιά κατανόηση των ιδιαίτερων ψυχοκοινωνικών αναγκών των προσφύγων που ζουν στην Ελλάδα και συμβάλλουν στην εκμάθηση μεθόδων και τεχνικών με τις οποίες οι επαγγελματίες μπορούν να χειριστούν κατάλληλα τις πολιτισμικές διαφορές τόσο σε προσωπικό επίπεδο όσο και σε σχέση με τους ίδιους τους πρόσφυγες. Επιπλέον, η διαδικασία εφαρμογής της διαπολιτιστικής συμβουλευτικής στο συγκεκριμένο πλαίσιο της χώρας φαίνεται να καθίσταται δυνατή, αφού τόσο οι ιδιαίτερες ανάγκες όσο και τα πολιτισμικά χαρακτηριστικά των προσφύγων που ζουν στην Ελλάδα έχουν πολλά κοινά με αυτά που αναφέρονται στη σχετική διεθνή βιβλιογραφία.

Μέσω της εφαρμογής της διαπολιτιστικής συμβουλευτικής οι επαγγελματίες ψυχικής υγείας μπορούν να αποτελέσουν τη «γέφυρα» μεταξύ των δύο πολιτισμών, της χώρας προέλευσης και της χώρας υποδοχής των προσφύγων. Η ενεργής αποδοχή και κατανόηση των πολιτισμικών αντιλήψεων και αξιών των προσφύγων από την πλευρά των επαγγελματιών, παράλληλα με την αμοιβαία προσπάθεια επίλυσης των δυσκολιών που προκύπτουν από τη διαδικασία προσαρμογής στο νέο περιβάλλον, συμβάλλουν στην «πολιτισμική» και ψυχολογική ενδυνάμωση των προσφύγων και βοηθούν στη διασφάλιση της ψυχικής τους υγείας και της ενσωμάτωσής τους στη χώρα υποδοχής.

### **Βιβλιογραφία**

- Bemak, F., Chung, R. C. Y., & Bornemann, T. H. (1996). *Counseling and Psychotherapy with*



- refugees. In P. B. Pedersen, J. G. Draguns, W. J. Lonner, J. E. Trimble (Eds.), *Counseling Across Cultures* (4<sup>th</sup> ed.). San Francisco: Sage.
- Bernal, M. E., & Badilla, A. M. (1982). Status of minority curricula and training in clinical psychology. *American Psychologist*, 37, 780-787.
- Berry, J. W. (1986). The acculturation process and refugee behavior. In C. L. Williams & J. Wesrmeyer (Eds.), *Refugee mental health in resettlement countries*. Washington, DC: Hemisphere.
- Berry, J. W., Poortinga, Y. H., Segall, M. H., & Dasen, P. R. (1992). *Cross-cultural Psychology*. New York: Cambridge University Press.
- Brown, G. (1982). Issues in the resettlement of Indochinese refugees. *Social Casework*, 63, 155-159.
- Casas et al. (1986). An ethical indictment of counseling research and training: the cross-cultural perspective. *Journal of Counseling and Development*, 64, 347-349.
- Chung, R. C. Y., & Okazaki, S. (1991). Counseling Americans of Southeast Asian descent: The impact of the refugee experience. In C. C. Lee & B. L. Richardson (Eds.), *Multicultural issues in counseling: New approaches to diversity*. Alexandria, VA: American Association for Counseling and Development.
- Γιωτσιόδη, Β. (2000). *Εφαρμογή της διαπολιτιστικής συμβουλευτικής και ψυχοθεραπείας σε πρόσφυγες και μετανάστες: η περίπτωση της Ελλάδας*. Διπλωματική εργασία του Μεταπτυχιακού Προγράμματος «Κοινωνικός Αποκλεισμός και Μειονότητες», Πάντειο Πανεπιστήμιο, Αθήνα.
- D' Ardenne, P., & Mahtani, A. (1999). *Transcultural Counselling in Action*. London: Sage.
- Draguns, J. G. (1995). Cultural influences upon psychopathology: Clinical and practical implications. *Journal of Social Distress and the Homeless*, 4, 83-113.
- Eleftheriadou, Z. (1999). Assessing the counselling needs of the ethnic minorities in Britain. In S. Palmer & P. Laungani (Eds.), *Counseling in a multicultural society*. London: Sage.
- Hall, E. T. (1959). *The Silent Language*. New York: Anchor Press/Doubleday.
- Hall, E. T. (1966). *The Hidden Dimension*. New York: Anchor Press/Doubleday.
- Hall, E. T. (1976a). *Beyond Culture*. New York: Anchor Press/Doubleday.
- Hall, E. T. (1983). *The Dance of Life*. New York: Anchor Press/Doubleday.
- Hiegel, J. P. (1994). Use of indigenous concepts and healers in the care of refugees: Some experiences from the Thai border camps. In A. J. Marsela, T. Bornemann, S. Ekblad, & J. Orley (Eds.), *Amidst peril and pain: The mental health and well-being of the world's refugees*. Washington, DC: American Psychological Association.
- Hofstede, G. (1980). *Culture's consequences: International differences in work-related values*. London: Sage.
- Hofstede, G. (1983). Dimensions of national culture in fifty cultures and three regions. In J. B. Derogowski, S. Dziurawiec, & R. C. Annis (Eds.), *Expiscations in cross-cultural psychology*. The Netherlands: Swets & Zeilinger.
- Hofstede, G. (1986). Cultural differences in teaching and learning. *International Journal of Intercultural Relations*, 10, 301-320.
- Hofstede, G. (1992). *Cultures and organizations: Software of the mind*. London: McGraw-Hill.
- Ibrahim, F. A., & Arredondo, P. M. (1986). Ethical standards for cross-cultural counseling: counselor preparation, practice, assessment and research. *Journal of Counseling and Development*, 64, 349-352.
- Κλεφτάρας, Γ. (2001, Μάιος). Πολυπολιτισμική συμβουλευτική σε άτομα που ανήκουν σε εθνικές μειονότητες. Ανακοίνωση στο 8<sup>ο</sup> Πανελλήνιο Συνέδριο Ψυχολογικής Έρευνας, Αλεξανδρούπολη.
- Κυριακίδου, Σ. (1998). Έφηβοι στην Κύπρο - Παιδιά των Εγκλωβισμένων. Στο Δ. Αναστασόπουλος, Α. Παραδεισιώτου, Ε. Σταυρινός, Σ. Κυριακίδου (Επιμ.), *Ψυχικό Τραύμα και Εφη-*

- βεία: Φαντασίωση, Πραγματικότητα και η Περίπτωση της Κύπρου. Λευκωσία: Κυπριακή Εταιρεία Μελετών Ψυχαναλυτικής Ψυχοθεραπείας.
- Lago, C. O., & Thompson, J. (1997). *Race, Culture and Counselling*. Philadelphia: Open University Press.
- Lago, C. O., & Thompson, J. (1997). Counselling and race. In S. Palmer & G. McMahon (Eds.), *Handbook of Counselling* (2<sup>nd</sup> ed.). London: Routledge.
- Laungani, P. (1997). Cross-cultural investigations of stress, anger, and coronary heart disease. In *Rage and Stress*. Proceedings of the National 1996 Conference of the International Stress Management Association. London: ISMA Publications.
- Laungani, P. (1999). Culture and identity: Implications for counselling. In S. Palmer & P. Laungani (Eds.), *Counselling in a multicultural society*. London: Sage.
- Marlin, O. (1992). Emigration: a psychoanalytic perspective. *CS. Psychologie*, 36.
- Murphy, H. B. M. (1977). Migration, culture and mental health. *Psych. Med.*, 7.
- Oberg, K. (1958). *Culture shock and the problem of adjustment to new cultural environments*. Washington, DC: U.S. Department of State, Foreign Service Institute.
- Patterson, C. H. (1978). Cross-cultural or intercultural counseling. *Hacettepe University Bulletin of Social Sciences*, 1, 119-134.
- Pedersen, P. B. (1991). Introduction to the special issue on multiculturalism as a fourth force in counselling. *Journal of Counseling and Development*, 70, 4.
- Pedersen, P. B., Draguns, J. G., Lonner, W. J., Trimble, J. E. (Eds.) (1996). *Counseling Across Cultures* (4<sup>th</sup> ed.). San Francisco: Sage.
- Rawson, D., Whitehead, G., Luthra, M. (1999). The challenges of counselling in a multicultural society. In S. Palmer & P. Laungani (Eds.), *Counselling in a multicultural society*. London: Sage.
- Ridley, C. R. (1995). *Overcoming Unintentional Racism in Counseling and Therapy: a Practitioner's Guide to Intentional Intervention*. Thousand Oaks, CA: Sage.
- Smith, E. J. (1982). Counseling psychology in the market place: the status of ethnic minorities. *The Counseling Psychologist*, 10, 61-67.
- Smither, R. (1982). Human migration and the acculturation of minorities. *Human Relations*, 35, 57-68.
- Stein, B. N. (1986). The experience of being a refugee: Insights from the research literature. In C. L. Williams & J. Westmeyer (Eds.), *Refugee mental health in resettlement countries*. Washington, DC: Hemisphere.
- Sue et al. (1982). Position paper: cross-cultural counseling competencies. *The Counseling Psychologist*, 10, 45-52.
- Sue, D. W., & Sue, D. (1990). *Counseling the Culturally Different: Theory and Practice* (2<sup>nd</sup> ed.). New York: Wiley.
- Sue, S. (1998). In search of cultural competence in psychotherapy and counselling. *American Psychologist*, 53, 440-448.
- Szapocznik, J., & Kurtines, W. (1980). Acculturation, biculturalism and adjustment among Cuban-Americans. In A. M. Padilla (Ed.), *Recent advances in acculturation research: Theory, models, and some new findings*. Boulder, CO: Westview.
- Tobin, J. J., & Friedman, J. (1983). Spirits, shamans and nightmare death: Survivor stress in Hmong refugee. *Journal of Orthopsychiatry*, 53, 439-448.
- Triseliotis, J. (1986). Transcultural Social Work. In J. Cox (Ed.), *Transcultural Psychiatry*. London: Croom Helm.
- Wong-Reiger, D., & Quintana, D. (1987). Comparative acculturation of Southeast Asian and Hispanic immigrants and sojourners. *Journal of Cross-Cultural Psychology*, 18, 345-362.
- World Health Organization (1992). *Refugee mental health: Draft Manual for field testing*. Geneva: World Health Organization.

## **Cross-cultural counselling and psychotherapy to refugees: Psychosocial needs and cultural differences**

VASILIKI YOTSIDI, ANASTASIOS STALIKAS  
Panteion University, Greece

### **ABSTRACT**

This article examines the following question: How cross-cultural counselling and psychotherapy may contribute to adequately responding to the needs of refugees who live in Greece? The respective experience from countries where cross-cultural counselling has already been applied and research data from the Greek context, both demonstrate that refugees confront a two-faceted reality: on the one hand, they encounter the massive losses of their family, their former socio-cultural framework and the occupational and financial status, and on the other hand, they are faced with new demands for adjustment. Along with these difficulties, the refugees' acculturation and integration processes are influenced by the cultural differences that mark interpersonal relationships. In this vein, cross-cultural psychotherapy seems to be the most appropriate therapeutic approach for dealing effectively with refugees' needs, since it provides a holistic, multi-level and flexible intervention, which takes into account the idiosyncrasy of each single individual, but also the impact of the cultural factors to the identity development. Moreover, it is shown that the application of the cross-cultural counselling approach in the Greek context is an imperative, since both the psychosocial needs of refugees in Greece and the difficulties that stem from the prevailing cultural differences are quite common to the issues underpinned by the cross-cultural counselling model.

*Key words:* Cross-cultural counselling, Cross-cultural psychotherapy, Refugees, Cultural differences.

*Address:* Anastasios Stalikas, Panteion University of Social and Political Sciences, 136 Syngrou Ave., 176 71 Athens, Greece. Tel.: 0030-210-9201702, Fax: 0030-210-9201703, E-mail: anstal@panteion.gr