

ΤΟ ΚΕΡΔΟΣ ΑΠΟ ΤΗΝ ΚΑΡΑΝΤΙΝΑ ΣΤΗΝ ΕΞΕΛΙΞΗ ΤΗΣ ΟΜΑΔΙΚΗΣ ΘΕΡΑΠΕΙΑΣ ΣΕ ΔΙΑΔΙΚΤΥΑΚΗ ΜΟΡΦΗ

Εισήγητης:

Λούτσος Σπύρος, Ψυχολόγος MEd., Ομαδικός Αναλυτής. Ιδρυτικό μέλος της HOPEinGA, μέλος της Εκπαιδευτικής Επιτροπής, Διδάσκων Ομαδικός Αναλυτής, εκπρόσωπος του Οργανισμού στο EGATIN, συντονιστής του Βασικού Προγράμματος στην Ψυχοδυναμική Κλινική Πρακτική, διευθυντής των σεμιναρίων και συντονιστής της ομάδας έρευνας και διπλωματικών

Τα μέτρα για τον περιορισμό της πανδημίας του covid 19 που ελήφθησαν από τις κυβερνήσεις των κρατών αποτέλεσαν ένα σημαντικό πλήγμα για την ομαδική θεραπεία παγκοσμίως. Ακόμη και μετά την παρέλευση της σύστασης για περιορισμό στο σπίτι, χρονικό διάστημα κατά το οποίο πολλές ομάδες ανέστειλαν τη λειτουργία τους, συνέρχονται μόνο οι μικρές ομάδες σε κλειστούς χώρους τηρώντας αποστάσεις, με ανοιχτά παράθυρα και τα μέλη φοράνε μάσκες, ενώ υπάρχει πάντα ο φόβος της πιθανής μετάδοσης του ιού που επηρεάζει τη δυναμική της ομάδας.

Η πανδημία ωστόσο έδωσε την ευκαιρία για να εδραιωθεί μια νέα μορφή στην ομαδική ψυχοθεραπεία, αυτή μέσω διαδικτύου. Στην ιδιωτική μου πρακτική άσκηση η πρώτη άμεση αντίδραση στο άκουσμα των περιοριστικών μέτρων υπό το καθεστώς του φόβου για τον άγνωστο, επικίνδυνο ιό ήταν να συγκληθούν οι ομάδες μέσω διαδικτύου, έστω για υποστηρικτικούς λόγους και συνέχισης της επαφής. Ξεκίνησε ως μια ευκαιρία για επικοινωνία. Ο συντονισμός τεσσάρων ομάδων με αυτή τη μορφή πια, έγινε μια πρόκληση για ένα νέο πεδίο επαγγελματικού ενδιαφέροντος. Κάθε ομάδα αντέδρασε διαφορετικά, ανέπτυξε τα δικά της χαρακτηριστικά που επηρέασαν τη δυναμική και τις σχέσεις. Μετά το αρχικό σοκ, άρχισε να γίνεται κατανοητό ότι εγκαινιάζεται ένα νέο πεδίο μελέτης και πραγματοποιήθηκε έρευνα με ερωτηματολόγια σε μια προσπάθεια να συστηματοποιηθούν οι παρατηρήσεις. Αφορούσε και τις δυο περιόδους της καραντίνας. Στην πρώτη καραντίνα του 2020 δόθηκαν ερωτηματολόγια σε 5 ομάδες, ενώ στη δεύτερη (τέλη 2020 – 2021) επαναλήφθηκε η έρευνα σε 3 από αυτές.

Τελικά οι ομάδες και η ομαδική ανάλυση βγήκαν κερδισμένες από την κρίση της πανδημίας covid 19. Όχι μόνο επιβίωσαν δίνοντας ένα ισχυρό μήνυμα αγώνα και προσπάθειας για το καλύτερο στα μέλη τους, αλλά αναγκάστηκαν να προσαρμοστούν και να εξελιχθούν στις συνθήκες μιας νέας ψηφιακής εποχής. Οι θεραπευτές κλήθηκαν εκ των πραγμάτων να ξεπεράσουν φόβους και δισταγμούς και να εφαρμόσουν αποτελεσματικά, ίσως πιο βεβιασμένα, διαδικτυακές μορφές ψυχοθεραπείας και εκπαίδευσης στην ομαδική ανάλυση. Αποτέλεσμα της τριβής και της εξοικείωσης ήταν η γέννηση μιας νέας αναλυτικής ομάδας μέσω διαδικτύου με ελληνόφωνους που κατοικούν σε διάφορες περιοχές της Ευρώπης και της ελληνικής επαρχίας, η οποία τρέχει ήδη 3 μήνες.