

# Η Ντροπή και τα κικίπο

Δανιήλ Δανιλόπουλος<sup>1</sup>

Το άρθρο αφορά στη συνεργασία με ένα παιδί που η ντροπή το δυσκόλευε να μιλάει σε ξένους και στο σχολείο. Θέτοντας ερωτήματα κοντινά στην εμπειρία του παιδιού και των οικείων του και υιοθετώντας μια στάση αποκεντρωμένου αλλά με επιρροή και μη γνωρίζοντος ειδικού, ο θεραπευτής προσπάθησε να διευκολύνει την ανα-συγγραφή της ζωής και των σχέσεων του παιδιού και των οικείων του. Μέσα από τη γνωστή, ορατή και «κυρίαρχη ιστορία» (White & Epston, 1990, σελ.40 Morgan, 2011, σελ. 29) της ντροπής, αναδύεται η εναλλακτική ιστορία με τη χρησιμοποίηση των αφηγηματικών πρακτικών της εξωτερικεύσης του προβλήματος και της αποδόμησης των παραγόντων που το υποστηρίζουν και των επιρροών του. Είναι εναλλακτική γιατί μέχρι την αρχή της συνεργασίας ήταν αποσπασματική και αόρατη (σε σχέση με την κυρίαρχη ιστορία) ενώ στη συνέχεια έγινε συνεκτική, πλούσια και προτιμώμενη. Η ιστορία αυτή μιλάει για την αντίσταση στη ντροπή και την παροχή βοήθειας προς άλλα παιδιά μέσα από παιχνίδια και ιστορίες. Η συνεργασία ενημερωνόταν και προσαρμοζόταν ανάλογα με την ανατροφοδότηση από τη μητέρα και το παιδί όσον αφορά τη διαδικασία και την έκβασή της.

## Η κυρίαρχη ιστορία και οι ευκαιρίες για την ανίχνευση της εναλλακτικής ιστορίας

Όταν οι άνθρωποι και πιο συγκεκριμένα οι γονείς απευθύνονται σε ειδικούς ψυχικής υγείας για θέματα των παιδιών τους συνήθως έρχονται με μια ιστορία που μιλάει για τις έγνοιες τους σε σχέση με συμπεριφορές του παιδιού που το κάνουν να ξεχωρίζει με έναν προβληματικό τρόπο. Φέρνουν την ιστορία του προβλήματος το οποίο έχει κυριαρχήσει στις συζητήσεις που γίνονται και που περιγράφει τι δεν πάει καλά, για παράδειγμα με τη συμπεριφορά, τη διάθεση ή τη συμμετοχή στη σχολική ζωή του. Η «ύφανση», η πλοκή, η δράση αυτής της κυρίαρχης ιστορίας είναι πολύ πυκνή ενώ η εναλλακτική ιστορία, αυτή που μιλάει για τις προσπάθειες αντίστασης των ανθρώπων στο πρόβλημα είναι *ισχνή*<sup>2</sup>.

Μια μητέρα, η Ντίνα, ήρθε μόνη στην πρώτη συνεδρία που έγινε στις αρχές Δεκεμβρίου του 2014. Στην αρχή την ενημέρωσα για θέματα απορρήτου και την προστασία των προσωπικών της δεδομένων. Έδωσα έμφαση στη σημαντικότητα της δικής της γνώσης και της ενεργητικής της συμμετοχής στην συνεργασία μας όσον αφορά στις συζητήσεις μας τόσο για το πρόβλημα όσο και τη λύση του και την ενθάρρυνα να ρωτάει ότι θέλει και να λέει όποια πληροφορία θεωρεί σημαντική.

Μου είπε πως η σχεδόν εξάχρονη κόρη της, Μαρία, δεν μιλάει καθόλου μέσα στην τάξη του νηπιαγωγείου. Επιθυμεί να διαπιστώσει τι της συμβαίνει καθώς επίσης και πώς να την βοηθήσει η οικογένεια και το σχολικό περιβάλλον ώστε να μιλήσει μέσα στην τάξη. Οι δασκάλες της Μαρίας είχαν προτείνει να επισκεφτεί κάποιον ειδικό ψυχικής υγείας και ήταν πρόθυμες να συνεργαστούν μαζί του. Η Ντίνα είπε ότι η Μαρία ανέκαθεν ήταν παιδί που δεν μιλούσε με άνεση σε ανθρώπους που γνώριζε

<sup>1</sup> Παιδοψυχίατρος, αφηγηματικός ψυχοθεραπευτής, συντονιστής Θεραπευτικής Ιππασίας, [daniildan@gmail.com](mailto:daniildan@gmail.com)

<sup>2</sup> Οι ενδείξεις για την ύπαρξη εξαιρέσεων στην επιρροή του προβλήματος είναι σημαντικές ευκαιρίες για να συζητηθεί και να διερευνηθεί η εναλλακτική ιστορία, η σχετική με την αντίσταση των ανθρώπων στο πρόβλημα. Στην παρακάτω περιγραφή της κυρίαρχης ιστορίας θα επισημαίνονται μερικά παραδείγματα τέτοιων ενδείξεων με *πλάγια γράμματα*.

όταν τους συναντούσαν στο δρόμο και «για να μιλήσει σε κάποιον, παρόλο που τον γνωρίζει θα έπρεπε να την έχει κερδίσει πραγματικά»<sup>3</sup>. Η Ντίνα που ήταν βρεφονηπιοκόμος σε ιδιωτικό παιδικό σταθμό, όταν η Μαρία έγινε δύο χρονών την πήρε μαζί της εκεί. Στην αρχή, η Μαρία δυσκολεύτηκε να ανοιχτεί στα υπόλοιπα παιδιά που δεν γνώριζε, αλλά καθώς περνούσε ο καιρός η κοινωνικότητά της και η ομιλία της αυξάνονταν. Όταν η Μαρία ήταν 3½ ετών, πήγαν οι δυο τους στη Σύρο, καθώς η Ντίνα διορίστηκε εκεί.

Η Μαρία στην αρχή ήταν πολύ διστακτική με τους ενήλικες και με τα παιδιά στο νηπιαγωγείο, αλλά το γεγονός ότι ήταν πολύ λίγα παιδιά, καθώς και η ενθάρρυνση της ίδιας της Ντίνας την βοήθησαν σταδιακά να μιλάει με τα άτομα που γνώριζε, το καλοκαίρι να παίζει με τα παιδιά και να μιλάει στους ενήλικες με τους οποίους η Ντίνα έκανε παρέα τον καιρό που ήταν στη Σύρο. Σε ηλικία 4½ ετών, επιστρέφουν στη Λάρισα και ενώ η Μαρία προσαρμόστηκε πολύ εύκολα στον παιδικό σταθμό καθώς η νοιά της ήταν εκεί και την είχε αρκετές φορές στο τμήμα της, δεν μιλούσε με τα υπόλοιπα παιδιά. Από την αρχή του νηπιαγωγείου δεν έχει μιλήσει σε κανέναν συμμαθητή της. Επικοινωνεί μαζί τους μόνο με χειρονομίες και με μικρές λέξεις που μπορεί να λέει που και που. Τον τελευταίο καιρό, έχει ξεκινήσει να μιλάει στις δασκάλες της και μάλιστα αρκετές φορές ψιθυριστά στο αυτί και σπανίως με κανονική ένταση στη φωνή της. Είναι πολύ αγαπητή και σημαντική για τα υπόλοιπα παιδιά που παίζουν μαζί της, χορεύουν και διασκεδάζουν, αλλά όταν οι δασκάλες τη ρωτάνε για κάτι, τα υπόλοιπα παιδιά λένε: «Μα κυρία, τί ρωτάτε την Μαρία; Αφού δεν μιλάει». Αυτή την συμπεριφορά, την «επιλεκτική αλαλία», την έχει επίσης και όταν πηγαίνει στο μπαλέτο. Τελευταία έχει αρχίσει σιγά-σιγά να μιλάει λίγο και εκεί.

Η Μαρία έχει πει στη μαμά της: «Μου έρχεται να μιλήσω, η φωνή μου πηγαίνει μέχρι το στόμα, αλλά γυρνάει πάλι πίσω. Δεν μου βγαίνει. Μερικές φορές μόνο μου ξεφεύγει και λέω κάποιες λέξεις», και κάποιες φορές: «Ντρέπομαι και δεν θέλω να ακούσουν την φωνή μου». Από την άλλη πλευρά, οι δασκάλες πιστεύουν ότι είναι σαν το κορίτσι να έχει κλειδωθεί, σαν να υπάρχει κάτι ψυχικό από πίσω και να μην μιλάει. Στο σπίτι, στις συζητήσεις που κάνουν, η Μαρία λέει στη μαμά της για το πώς περνάει στο σχολείο και το τι συμβαίνει εκεί, αλλά όταν η Ντίνα της προτείνει να μιλήσει σε κάποιο παιδί που τυχόν την έχει πειράξει με κάτι που της είπε, η Μαρία αμέσως ανταπαντά: «Μα αφού έχω πρόβλημα στο σχολείο. Δεν μιλάω».

Όπως φαίνεται από τις παραπάνω περιγραφές, όλοι συμφωνούν και κατανοούν το πρόβλημα ως εσωτερικό στη Μαρία. Επιπλέον, η Ντίνα και ο πατέρας της Μαρίας, ο Κώστας, έχουν αγχωθεί και προβληματιστεί καθώς σκέφτονται ότι ίσως να της δημιουργεί περισσότερο άγχος το γεγονός ότι τα παιδιά της έχουν βάλει την «ταμπέλα» της αφωνίας. Οι γονείς προσπαθούν να χειριστούν την κατάσταση με την συζήτηση. Δεν την έχουν πιάσει και δεν την έχουν μαλώσει ποτέ για αυτήν τη συμπεριφορά της. Οι δασκάλες που έχει φέτος στα νήπια προσπαθούν να την εμπυχώσουν να μιλήσει και έχουν βρει την εναλλακτική πως αν δεν θέλει να μιλήσει μπροστά στους άλλους μπορεί να μιλήσει στις ίδιες στο αυτί. Αυτή η πρόταση είδαν ότι έχει αποτέλεσμα και την ενθαρρύνουν καθημερινά να κάνει όσα βήματα θέλει εκείνη. Η Ντίνα θεωρεί ότι η δυσκολία της Μαρίας έγινε πιο έντονη την περυσινή χρονιά καθώς πιστεύει ότι δεν την ενθάρρυναν τότε οι δασκάλες που είχε στα προνήπια ώστε να «λυθεί» και να ξεκινήσει να μιλάει.

<sup>3</sup> Σε εισαγωγικά περιλαμβάνονται, με την ενημερωμένη συγκατάθεση των συμμετεχόντων, οι ακριβείς αφηγήσεις, εκφράσεις και περιγραφές τους από τις θεραπευτικές συζητήσεις που έγιναν. Τα προσωπικά τους δεδομένα έχουν αλλαχθεί με τρόπο με τον οποίο αισθάνονται άνετα.

### Δίνοντας προνόμιο στη γνώμη και γνώση των πελατών

Από εκτενείς μελέτες με διαφορετικές θεραπευτικές προσεγγίσεις έχει βρεθεί ότι «τα παιδιά και οι φροντιστές τους είναι πραγματικά ο ένας και πιο ισχυρός παράγοντας που συμβάλλει στην έκβαση - οι εφεδρείες δηλαδή που φέρνουν στο δωμάτιο της θεραπείας και ό,τι επηρεάζει τις ζωές τους έξω από αυτό (Hubble, Duncan & Miller, 1999). Δίνοντάς τους «φωνή» (Duncan, Sparks & Miller, 2006), την ευκαιρία δηλαδή για να εκφράζουν την αξιολόγησή τους για την έκβαση και τη διαδικασία της θεραπείας, ο θεραπευτής τους προσκαλεί να παίρνουν κεντρική θέση στη θεραπευτική προσπάθεια. Η δική τους γνώμη για το αν η θεραπεία εξελίσσεται με τρόπο που τους βοηθά και τους ταιριάζει παίρνει προτεραιότητα σε σχέση με αυτήν του θεραπευτή. Επιπρόσθετα, μέσα από την αφηγηματική οπτική, για να βοηθήσουν οι θεραπευτές τους πελάτες στη θεραπευτική μετακίνηση από το γνωστό στο άγνωστο, πρέπει οι ίδιοι οι θεραπευτές να βασίζονται σε μια εμπειρία ότι το άγνωστο αλλά πιθανό, υπάρχει και είναι προσβάσιμο (Beaudoin, 2008). Ο White, όπως αναφέρεται από την Beaudoin, πρότεινε ότι αυτό μπορεί να επιτευχθεί όταν ο θεραπευτής παίρνει μια «αποκεντρωμένη αλλά επιδραστική» θέση δηλαδή μια θέση που εστιάζει στις εμπειρίες του πελάτη και όπου ο θεραπευτής παραμένει ενεργητικός και υπεύθυνος (υπόλογος, accountable) για την αλληλουχία των ερωτήσεων και των επιδράσεών τους. Αντί να επικεντρώνεται στη δική του ερμηνεία και να περιθωριοποιεί την οπτική του πελάτη στην εξελισσόμενη αφήγηση, ο θεραπευτής μπορεί να είναι παρεμβατικός διατηρώντας μια λιγότερο ιεραρχική (και επομένως πιο αποκεντρωμένη) θέση (Kogan & Gale, 1997).

Επιστρέφοντας στην πρώτη συνεδρία, αφού άκουσα τη Ντίνα, διακόπτοντάς τη μόνο με διευκρινιστικές ερωτήσεις και έχοντας υπόψη τα παραπάνω, της εξήγησα πως είναι σημαντική η δική της ανατροφοδότηση και αξιολόγηση για το πώς τα περνά η Μαρία, λαμβάνοντας υπόψη την επιρροή του προβλήματος και για το πώς προχωρά η συνεργασία μας σε κάθε συνεδρία. Την προσκάλεσα: α) να λέει και να δείχνει (με μια κλίμακα) πώς κατά τη γνώμη της τα περνά η Μαρία την εβδομάδα πριν από κάθε συνάντησή μας («Εσείς είστε σε καλύτερη θέση από εμένα να γνωρίζετε πώς τα περνά στην καθημερινή της ζωή η Μαρία. Θέλετε να χρησιμοποιούμε την αξιολόγησή σας για να παρακολουθούμε το αποτέλεσμα της συνεργασίας μας και των προσπαθειών σας;») και β) να λέει και να δείχνει (με μια άλλη κλίμακα) ειλικρινά τη γνώμη της για το πώς πάει η κάθε συνεδρία ώστε να κάνουμε αλλαγές στις συζητήσεις μας και να είμαστε συντονισμένοι («Η γνώμη σας για τη συνεργασία μας είναι πολύ σημαντική. Θα ήταν εντάξει να σας ρωτάω που και που, αν μιλάμε για αυτά που σας ενδιαφέρουν, ή αν θέλετε να εστιαστούμε σε κάποιο συγκεκριμένο θέμα; Επίσης πριν το τέλος της συνάντησής μας θα ήθελα να συζητάμε πώς τα πήγαμε και πώς θα μπορούσαμε να πάμε καλύτερα την επόμενη φορά. Είναι εντάξει αυτό με εσάς;») Η Ντίνα ήταν δεκτική και χρησιμοποιήσαμε την Κλίμακα Εκτίμησης Αποτελέσματος για Παιδιά (ΚΕΑΠ) και την Κλίμακα Εκτίμησης Συνεδρίας (ΚΕΣ) σε κάθε συνεδρία για να παρακολουθούμε την έκβαση και τη διαδικασία της θεραπευτικής μας σχέσης<sup>4</sup>.

Η χρησιμοποίηση των κλιμάκων αυτών είναι, κατά τη γνώμη και σύμφωνα με την εμπειρία μου, συμβατή με την ενεργητική αναζήτηση της γνώμης των πελατών τόσο για την πορεία των θεραπευτικών συζητήσεων όσο και για την έκβασή τους που

<sup>4</sup> Οι κλίμακες αυτές είναι πολύ σύντομες, εύχρηστες και υπάρχουν σε μορφές που είναι φιλικές για την αξιολόγηση έκβασης και διαδικασίας από μικρά παιδιά, παιδιά δημοτικού, εφήβους, γονείς και ενήλικες και διατίθενται δωρεάν για προσωπική χρήση από ψυχοθεραπευτές κάθε προσέγγισης

είναι συχνή στην αφηγηματική προσέγγιση. Συχνά γίνονται ερωτήσεις σχετικά με το αν ο πελάτης ενδιαφέρεται να πάει η συζήτηση προς την κατεύθυνση στην οποία τον προσκαλεί με τις ερωτήσεις του ο θεραπευτής ή προς κάποια άλλη που ο ίδιος προτιμά. Επίσης συχνά γίνονται ερωτήσεις για αλλαγές και μοναδικές εκβάσεις στην καθημερινή ζωή, οι οποίες συμβαίνουν από συνεδρία σε συνεδρία και συνδέονται με ιδέες και κατανοήσεις που προκύπτουν από τις θεραπευτικές συζητήσεις. Η αξιολόγηση της έκβασης και της διαδικασίας της θεραπείας από τους πελάτες δίνει τεκμήρια βασισμένα στην πρακτική. Λέει δηλαδή αν η μέθοδος του συγκεκριμένου θεραπευτή και η θεραπευτική σχέση βοηθούν τον συγκεκριμένο πελάτη. Συγκεκριμένα, απαντά στο ερώτημα αν οι πρακτικές της αφηγηματικής, με τον τρόπο που τις χρησιμοποιώ εγώ, κάνουν νόημα στη Μαρία και τη Ντίνα και τις βοηθούν. Αυτές, έχουν την προσωπική, ειδική για τη δική τους ζωή γνώμη και γνώση, και σε αυτή προσπαθώ να δίνω προνόμιο ως μη γνωρίζων ειδικός.

### **Η ονοματοδοσία και εξωτερίκευση του προβλήματος**

Στη συνέχεια εξήγησα στη Ντίνα ότι η εξωτερίκευση είναι μια θεραπευτική προσέγγιση που ενθαρρύνει τα άτομα να αντικειμενοποιήσουν και μερικές φορές να προσωποποιήσουν τα προβλήματα που βιώνουν ως καταπιεστικά. Σε αυτήν τη διαδικασία, το πρόβλημα γίνεται μια ξεχωριστή οντότητα και επομένως εξωτερική προς το άτομο ή τη σχέση στην οποία αποδίδεται (White, 1988, 2008) και μιλήσαμε για τα πλεονεκτήματα αυτής της οπτικής. Αν το πρόβλημα είναι κάτι ξεχωριστό από τη Μαρία και την ίδια, τότε δεν θα νιώθει και η Μαρία τόσο άσχημα νομίζοντας ότι ευθύνεται εκείνη που δεν μπορεί να μιλήσει ή ότι φταίει και τότε ίσως το πρόβλημα είναι πιο εύκολο να αντιμετωπιστεί. Η Ντίνα ενδιαφέρθηκε για αυτήν την οπτική και συζητήσαμε για την ιδέα να προσκαλέσει τη Μαρία να διαλέξει ένα όνομα για αυτό που την εμποδίζει, όταν θέλει να μιλήσει στο σχολείο ή σε ξένους. Ξεχωρίσαμε εμείς μερικά υποψήφια ονόματα όπως Ντροπή, Φόβος, Άγχος και Στεναχώρια. Μερικά παραδείγματα ερωτήσεων εξωτερίκευσης από τη Ντίνα για πρόσκληση της Μαρίας να ονομάσει το πρόβλημα είναι: «Πώς θέλεις να λέμε αυτό που δεν αφήνει τη φωνή να βγει από το στόμα σου; Τί σου ταιριάζει καλύτερα, να το λέμε Ντροπή, Φόβο, Άγχος, Στεναχώρια ή κάπως αλλιώς;»

Η Ντίνα θέλησε να συζητήσει με τη Μαρία, αν υπάρχει κανείς ή καμία από όλη την οικογένεια που το είχε προσκαλέσει ή αν το πρόβλημα είχε ρωτήσει κάποιον πριν έρθει. Αν τους είχε προειδοποιήσει για τον ερχομό του. Μήπως θέλουν να την εμποδίζει να μιλάει; Είναι συμπαθητικό ή αντιπαθητικό; Αν το ζωγράφιζε θα το έκανε να φαίνεται όμορφο, αγαπητό, συμπαθητικό, άσχημο ή πώς αλλιώς; Η Ντίνα είπε πως αυτές οι ερωτήσεις τη βοηθούν να μιλήσει με τη Μαρία για το πρόβλημα σαν κάτι «από έξω» που μπήκε στη ζωή της Μαρίας και της οικογένειάς της (και κανείς δεν το θέλει) με έναν τρόπο που της ταιριάζει, με έναν παιχνιδιάρικο, πιο ανάλαφρο και οικείο τρόπο καθώς είναι βρεφονηπιοκόμος και τόσο με τη Μαρία όσο και στη δουλειά της παίζει με τα παιδιά θέατρο, ζωγραφίζουν, φτιάχνουν ιστορίες και κατασκευές.

Επίσης συζητήσαμε για αυτό που ήξερε η Ντίνα ότι δηλαδή, η πίεση των ενηλίκων προς το παιδί για να μιλήσει αποτελεί βοήθεια προς το πρόβλημα και όχι προς τη Μαρία, και ότι οι ευκαιρίες για να «μιλήσει» όπως στο αυτί, γράφοντας και ζωγραφίζοντας είναι τρόποι επικοινωνίας που χρησιμοποιεί γιατί θέλει να αντισταθεί στο πρόβλημα.

### **Αποδόμηση της κυρίαρχης ιστορίας**

Έτσι, η Ντίνα άρχισε να αντιλαμβάνεται το πρόβλημα ως εξωτερικό που «χώθηκε» στη ζωή της Μαρίας και της οικογένειάς της. Μέσα από συζητήσεις αποδόμησης των παραγόντων που υποστηρίζουν τη ντροπή και τις επιρροές της αποκαλύφθηκε πως «πάτησε σε» ή «εκμεταλλεύτηκε» καταστάσεις, όπως η απομόνωση στο νησί, η έλλειψη ενθάρρυνσης από τις περυσινές δασκάλες και η κυριαρχία της πρόβλεψης ότι δεν θα μιλήσει στην τάξη. Σύμφωνα με τον White (1992) η αποδόμηση έχει να κάνει με διαδικασίες που ανατρέπουν τις θεωρούμενες ως δεδομένες διαδικασίες και πρακτικές τις επονομαζόμενες «αλήθειες» που είναι αποκομμένες από τις συνθήκες και το πλαίσιο παραγωγής τους. Η αποδόμηση περιλαμβάνει την απο-συσκευασία ή «ξεπακετάρισμα» της αρχικής κυρίαρχης, πυκνής και συνεκτικής ιστορίας του προβλήματος που έφερε τη Ντίνα και τη Μαρία στη συνεργασία μας. Στο πλαίσιο αυτό συζητήθηκε, επίσης, το κατά πόσο οι διαδικασίες που οδηγούν σε περιγραφές και διαγνωστικές ετικέτες που κυκλοφορούν στο χώρο των ειδικών και πολλές φορές αποκτούν ισχύ επιστημονικής αλήθειας ή βεβαιότητας, όπως η «επιλεκτική αλαλία» και «αφωνία», ταιριάζουν στο πρόβλημα που αντιμετωπίζει η Μαρία και στην εμπειρία τους. Μήπως η Μαρία επιλέγει να μη μιλάει σε ενήλικες ή στην τάξη και να μιλάει μόνο στο σπίτι; Δεν έχει φωνή; Ή δεν θέλει να βγει η φωνή από το στόμα της; Ταιριάζουν όλα αυτά στην εμπειρία της, ή είναι διαφορετική; Μήπως το πρόβλημα επιλέγει να ταλαιπωρήσει τη Μαρία σε καταστάσεις όπου νοιώθει πιο ευάλωτη, όπως όταν είναι με ξένους ή στο σχολείο, ενώ στο σπίτι δεν μπορεί να την επηρεάσει; Η Ντίνα είπε πως η Μαρία θέλει να μπορεί να μιλάει και πως ήδη έχουν συζητήσει και είναι πρόθυμη να έρθουν μαζί στην επόμενη θεραπευτική συνάντηση. Η ανατροφοδότηση της Ντίνας ήταν πολύ θετική όσον αφορά στη θεραπευτική μας σχέση, τους στόχους και τα θέματα που συζητήσαμε, τη θεραπευτική μέθοδο (τον τρόπο δηλαδή με τον οποίο συζητήσαμε) και τη συνεδρία συνολικά.

### **Πώς «μιλάνε» με ένα παιδί που δεν μιλάει; Η αόρατη ή εναλλακτική ιστορία**

Η αφηγηματική θεραπεία βοηθά θεραπευτές και θεραπευόμενους να έρθουν σε επαφή με την συνήθως «ισχνή» ή σχεδόν «αόρατη» ή εναλλακτική ιστορία της αντίστασης των θεραπευόμενων στην επιρροή των προβλημάτων στη ζωή και τις σχέσεις τους. Οι προτιμώμενες και εναλλακτικές ιστορίες της ζωής και των σχέσεων είναι λιγότερο ορατές κάτω από το βάρος των κορεσμένων από το πρόβλημα περιγραφών που οι άνθρωποι φέρνουν στη θεραπεία (Morgan, 2006 σελ. 71).

Μετά από μια εβδομάδα, ήρθαν στη δεύτερη συνεδρία η Ντίνα μαζί με τη Μαρία. Η Μαρία με κοίταζε μόνο φευγαλέα και δεν μου μιλούσε. Της συστήθηκα ως ένας άνθρωπος που προσπαθεί να βοηθά τα παιδιά και τις οικογένειές τους να νικάνε προβλήματα και να τα περνούν καλά, εξήγησα πως αν δυσκολεύεται να μιλήσει είναι εντάξει με εμένα και ρώτησα αν θέλει να μου απαντά με ναι και όχι κατεβάζοντας και ανεβάζοντας το κεφάλι. Συμφώνησε με αυτό όπως και με το να μιλάει η Ντίνα μαζί μου, να ακούει η ίδια και όποτε θέλει να μας πει κάτι, να της το λέει στο αυτί και να το συζητάμε. Στην αξιολόγηση της Ντίνας για τη Μαρία φάνηκε βελτίωση στην κοινωνική ζωή της Μαρίας την προηγούμενη εβδομάδα και η Μαρία διάλεξε το χαμόγελο για να δείξει πως τα περνά. Όταν ρώτησα αν κάτι πάει καλύτερα, η Ντίνα είπε πως μίλησαν στο σπίτι και βρήκαν ότι αυτό που εμποδίζει τη Μαρία να μιλήσει είναι η Ντροπή, την οποία ζωγράφισε μεγάλη, με μπλε φόρεμα, να κρατά ένα μπαλόνι και τον εαυτό της αριστερά μικρότερο, με το ωραίο ροζ φόρεμά της. Με την ενθάρρυνση της Ντίνας να μην κάνει όλα τα κέφια της Ντροπής, η Μαρία ξανάρχισε

να λέει λέξεις στα παιδιά στο σχολείο και για κάθε μέρα που έλεγε έστω και μια λέξη ή αντιστεκόταν στη Ντροπή, καταφέροντας να επικοινωνήσει με άλλο τρόπο, όπως με νοήματα ή μιλώντας ψιθυριστά, το συζητούσε με τη μαμά της και κολλούσε μια από τις αγαπημένες της αυτοκόλλητες καρδούλες πάνω στη ζωγραφιά της Ντροπής. Έτσι για να αρχίσει να σκάει και εκείνη λίγο!

Συζητήσαμε για το πώς κάποιοι φίλοι της Μαρίας όπως κάποια παιδιά που της έδωσαν θάρρος, η μητέρα και η αδερφή της τη βοήθησαν να λέει λέξεις κόντρα στις απαιτήσεις της Ντροπής για σιωπή. Πώς βοήθησαν για τα επόμενα βήματα της Μαρίας ώστε να μην κάνει τόσο πολύ κουμάντο στη ζωή της αυτή η παλιο...Ντροπή!



Στη συνέχεια, η Ντίνα είπε πως είχε διοριστεί σε άλλη πόλη όπου θα μένει τις καθημερινές και ανησυχεί ότι η Ντροπή

μπορεί να εκμεταλλευτεί την απουσία της και να δυσκολέψει τη Μαρία ακόμη περισσότερο. Έχοντας την προηγούμενη εμπειρία στη Σύρο, δεν θέλει να πάρει μαζί της τη Μαρία και να ξεκοπεί από το σχολείο και την υπόλοιπη οικογένειά τους. Φοβάται πως μπορεί να είναι δύσκολο για τη Μαρία να αντισταθεί στη Ντροπή χωρίς άμεση ενθάρρυνση από την ίδια. Μιλήσαμε για το τί θα μπορούσε να κάνει για να κρατήσουν επαφή τις ημέρες που θα λείπει και να συζητάνε. Σε αυτό θα μπορούσαν να βοηθήσουν η έφηβη αδερφή της Μαρίας, η Έφη, και ο μπαμπάς τους, ο Κώστας (ο οποίος αν και δεν έρχεται στις συνεδρίες, συζητά στο σπίτι μαζί της για την προσπάθεια της Μαρίας να πάρει πίσω τη φωνή της από τη Ντροπή) και ξέρουν να χρησιμοποιούν το διαδίκτυο. Έτσι θα μπορούν να επικοινωνούν με τη Ντίνα καθημερινά και να κάνουν συζητήσεις και σχέδια για να αρχίσουν να δίνουν «μαθήματα» στη Ντροπή. Η ανατροφοδότηση και των δυο ήταν θετική όσον αφορά στη συνεδρία.

Μετά από μια εβδομάδα ήρθαν στην τρίτη συνεδρία η Ντίνα, η Έφη και η Μαρία που έδειξε ότι τα περνά καλά επιλέγοντας και πάλι το χαμόγελο. Στην αξιολόγηση της Ντίνας για τη Μαρία φάνηκε σημαντική βελτίωση. Όταν ρώτησα λεπτομέρειες, η Ντίνα και η Έφη είπαν ότι η Μαρία μιλάει πλέον σε όλους τους συγγενείς της, χαιρετάει με νεύμα όλα τα παιδιά αλλά τραγουδάει μαζί τους, έχει λιγότερο άγχος για τη Ντροπή, μιλάει σιγανά σε κάποιες φίλες της, πιο εύκολα όταν δεν την κοιτάζουν και δεν την πιέζουν να μιλήσει. Στο σπίτι είπε: «Η Ντροπή έχει σκάσει από το κακό της». Επίσης σε εκδρομή που πήγαν με τρένο ήταν πολύ χαρούμενη και φώναζε στην ξαδέρφη και κολλητή της «Πρόσεχε!» Στο σπίτι μιλούσε για τις επιτυχίες της και κολλούσε καρδούλες και το αυτοκόλλητο άλογο στη ζωγραφιά της Ντροπής η οποία έχει παγιδέψει τη φωνή της στο μπαλόνι. Η Ντίνα είπε: «Η Μαρία έχει πάρει πολύ στα σοβαρά τον αγώνα με τη Ντροπή». Και πάλι η

ανατροφοδότησή τους για το πώς τα πήγαμε στη συνεδρία ήταν θετική και συμφωνήσαμε να βρεθούμε σε μια εβδομάδα.

Στην τέταρτη συνεδρία με τη Ντίνα και τη Μαρία φάνηκε μια μικρή επιδείνωση στην αξιολόγηση της Ντίνας ενώ η Μαρία επέλεξε πάλι το χαμόγελο. Η Ντίνα είπε πως πραγματικά η Ντροπή δυσκόλεψε περισσότερο τη Μαρία γιατί είχαν επισκέπτες και δεν τους μίλησε αλλά ήταν πολύ χαρούμενη, κοινωνική, πέρασε πολύ καλά με τα ξαδέρφια της και χόρεψε μπροστά σε όλους. Στην ίδια είπε «Αμάν αυτή η Ντροπή, εδώ μου κάθεται, πού θα πάει θα τη νικήσω». Όταν ρώτησα τη Μαρία αν θέλει να κρατά το στόμα της κλειστό όταν έρχονται επισκέπτες, μου είπε ψιθυριστά στο αυτί: «Όχι»!

Ενώ η Μαρία ζωγράφιζε και έπαιζε σε διπλανό δωμάτιο με την Έφη, συζητήσαμε με τη Ντίνα για το ότι η ίδια και η μεγαλύτερη αδερφή της είχαν επίσης ταλαιπωρηθεί από τη ντροπή όταν ήταν μικρές. Μέσα από συζητήσεις αποδόμησης των κυρίαρχων, εκείνη την εποχή, προσδοκιών και αξιών για τη συμπεριφορά των παιδιών και ειδικά των κοριτσιών, φάνηκε ότι τότε η ντροπή δεν ήταν τόσο πρόβλημα, αντίθετα μπορεί και να θεωρούνταν προσόν, ειδικά για τα κορίτσια, καθώς ήταν κοινωνικά αποδεκτή (για αυτόν το λόγο και αναφέρεται εδώ η ντροπή με γράμματα πεζά). Η Ντίνα μπόρεσε να «ξεπεράσει» εκείνη τη ντροπή μέσα από σπουδές και σεμινάρια που έκανε, ειδικά αυτά για το θεατρικό παιχνίδι. Είναι το θεατρικό παιχνίδι ένας πιθανός τρόπος βοήθειας από τη Ντίνα προς τη Μαρία ώστε να ενθαρρυνθεί και να κάνει προσπάθειες αντίστασης στη Ντροπή; Η Ντίνα φάνηκε να ενθουσιάζεται με την ιδέα να υποδυθεί κάποια το ρόλο της Ντροπής και να παίξουν θέατρο. Επίσης έχει διαπιστώσει ότι όταν οι προσδοκίες να μιλήσει είναι πειστικές, η Μαρία δυσκολεύεται και δυναμώνει η επιρροή της Ντροπής, ενώ με ενθάρρυνση δεν το βάζει κάτω. Το θεατρικό παιχνίδι είναι ένας ήπιος τρόπος υποστήριξης της Μαρίας και κάτι με το οποίο είναι εξοικειωμένη και της αρέσει. Από την αξιολόγηση της συνεδρίας με τις κλίμακες φάνηκε πως και πάλι ήταν ικανοποιημένες από τη συζήτησή μας.

Από τα παραπάνω, νομίζω ότι γίνεται φανερό ότι είχαν αρχίσει να αναδύονται οι ιδέες της Ντίνας, η δική της θεωρία για τη θεραπευτική αλλαγή (Duncan, Miller & Sparks, 2004) που περιελάμβανε τη μη άσκηση πίεσης προς τη Μαρία για να μιλήσει, την ενθάρρυνσή της για να κάνει προσπάθειες αντίστασης στην επιρροή της Ντροπής μέσα από ζωγραφιές και θεατρικό παιχνίδι και τον εστιασμό των συζητήσεών μας σε επιπλέον δράσεις που θα εξυπηρετούσαν τις προσπάθειες αυτές και σε πιθανά εμπόδια που θα μπορούσαν να βοηθήσουν τη Ντροπή και να δυσκολέψουν τη Μαρία.

Στην πέμπτη συνεδρία ήρθαν η Μαρία με τη Ντίνα και μιλήσαμε για τη διατήρηση της βελτίωσης που φάνηκε στις κλίμακες και αφορά στο ότι η Μαρία είναι πιο αυτόνομη, απομακρύνεται από κοντά της («Ξεκόλλησε από εμένα»), ντύνεται μόνη της, κοιτάζει και χαμογελάει σε ξένους, μιλάει περισσότερο, είναι πιο συνεργάσιμη στο σπίτι, «Είναι πιο ώριμη» και «Έχει ψηλά το κεφάλι». Στη συζήτησή μας αναφέρθηκαν λεπτομέρειες για τις γνώσεις και τις δεξιότητες που χρησιμοποίησε η Μαρία και μπόρεσε να κάνει τα παραπάνω βήματα που αποτελούν προσπάθειες για να αντισταθεί στη Ντροπή αλλά και για να αλλάξει τη ζωή της και να της αρέσει περισσότερο.

Όμως οι λεπτομέρειες αυτές που συζητούνται στη συνεδρία μπορεί να ξεχαστούν στην καθημερινή ζωή ειδικά όταν κάτι βοηθά τη Ντροπή και εμποδίζει τη Μαρία να αντισταθεί. Θέλοντας να συμβάλλω στο να κρατηθεί η επαφή με την εναλλακτική ιστορία της αντίστασης στη Ντροπή, να γίνει πιο πλούσια αυτή η προτιμώμενη ιστορία και να ενισχυθούν οι προσπάθειες όλων στην οικογένεια για να τα περνούν καλύτερα, συζητήσαμε για την ιδέα να χρησιμοποιούν ένα τετράδιο όπου

θα γράφει όποια/ος μπορεί για τις τακτικές που χρησιμοποιεί η Ντροπή για να κρατήσει τη Μαρία απομονωμένη και σιωπηλή, για τους τρόπους που χρησιμοποιεί η Μαρία για να αντισταθεί, για τα αποτελέσματα των τρόπων αυτών και για τις φορές που περνά καλά με την οικογένειά της και στο σχολείο, σε πείσμα της Ντροπής. Στην ερώτηση αν η Ντροπή θέλει να θυμούνται ή να ξεχνούν τις ιστορίες αυτές που μιλούν για τη Μαρία να ωριμάζει και να έχει το κεφάλι ψηλά, η Ντίνα δεν δίστασε να πει «Αυτή θέλει να τα ξεχνάμε αυτά» ενώ η Μαρία συμφώνησε κατεβάζοντας το κεφάλι. Όταν ρώτησα «Εσένα σου αρέσει να τα ξεχνάς αυτά; Σου ταιριάζει;», η Μαρία σήκωσε ψηλά το κεφάλι και με κοίταξε σταθερά στα μάτια.

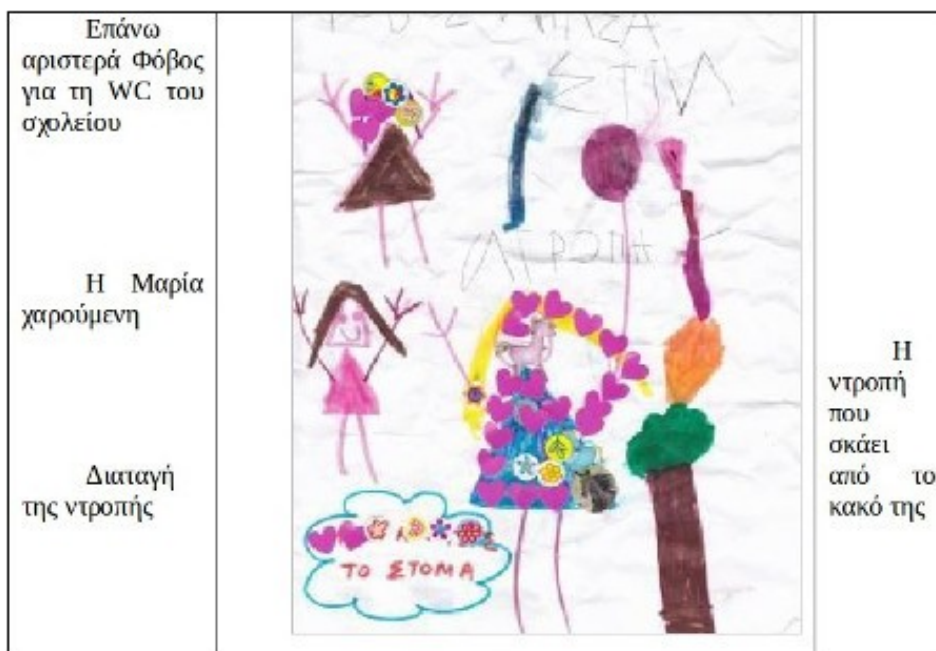
Στην έκτη συνεδρία ήρθαν πάλι μαζί και βλέποντας από την αξιολόγησή τους ότι η Μαρία εξακολουθούσε να τα περνά πολύ καλά έκανα μια σύνοψη ή αναφήνηση των προσπαθειών τους κόντρα στη Ντροπή τις οποίες γνώριζα από τις προηγούμενες συζητήσεις μας και μετά από ερωτήσεις για πρόσφατες αλλαγές. Η Ντίνα είπε πως η Μαρία έκανε μια νέα φίλη στην τάξη της, πήγε ένα DVD με μια ταινία κινούμενων σχεδίων για την εποχή των παγετώνων που της αρέσει πολύ και όταν το είδαν στην τάξη, γελούσε πρώτη, μιλούσε στις δασκάλες ψιθυριστά, μίλησε σε μια φίλη της και γενικά εκφράζονταν περισσότερο. Τα άλλα παιδιά την άκουγαν και χάρωνταν, επίσης γελούσε στο θέατρο που πήγαν, μιλούσε στη αδερφή της στην αναμονή ενός ιατρού και μετά δε δυσκολεύτηκε στην αιμοληψία, μιλούσε ψιθυριστά στη μητέρα της στο μάρκετ και απομακρύνθηκε για λίγο από κοντά της.

Στην έβδομη συνεδρία συνεχίσαμε τις συζητήσεις για νέες αλλαγές που πρόσεξε η Ντίνα, όπως ότι η Μαρία ξυπνάει ευχάριστα και πάει με όρεξη στο σχολείο, ότι συμμετείχε σε μεγάλη εκδήλωση με άλλα σχολεία και ότι δεν ασχολούνται πλέον οι άλλοι στο σχολείο με το αν μίλησε ή όχι. Η Ντίνα, όμως, μοιράστηκε μαζί μου πως την ανησυχεί που η Μαρία δεν μιλάει στις συνεδρίες μας, δεν μιλάει περισσότερο στο σχολείο και είπε πως αγχώθηκε που οι δασκάλες της πρότειναν να την πάει στο ΚΕΔΔΥ για διάγνωση και συμβουλές καθώς θεωρούν ότι ακόμη έχει πρόβλημα. Συζητήσαμε για τις επιφυλάξεις της Ντίνας για την υποβολή της Μαρίας σε μια τέτοια διαδικασία και για το ότι στη φάση αυτή δεν ταιριάζει με την αρχή της «μη πίεσης». Η Ντίνα ήξερε πως για τη Μαρία θα ήταν πολύ πειστικό να πρέπει να μιλήσει με ξένους και συγκεκριμένα με ειδικούς που θα εστιαστούν περισσότερο στο τι δεν πάει καλά και λιγότερο στις προσπάθειες που κάνει. Επίσης μιλήσαμε για τη διαταγή της Ντροπής «Μην ανοίγεις το στόμα» και την ιδέα να τη γράψει η Μαρία στη ζωγραφιά και να κολλάει καρδούλες πάνω της όταν την παραβαίνει και για τη συνέχιση των τηλεφωνικών ή διαδικτυακών απολογιστικών «συμβουλίων» μεταξύ της Ντίνας και των υπολοίπων μελών της οικογένειας.

### **Εξωτερίκευση της Ντροπής μέσα από ιστορίες, παιχνίδια και καταγραφές**

Στην όγδοη συνεδρία η Ντίνα είπε πως η Μαρία λέει περισσότερες λέξεις, γενικά τα πάει καλύτερα και ξεπέρασε ένα φόβο που είχε για την τουαλέτα στο σχολείο, αλλά η ίδια είναι απογοητευμένη που της πρότειναν να την πάει στο ΚΕΔΔΥ και αναρωτήθηκε «Μήπως το πρόβλημα είναι μεγαλύτερο από ότι νομίζουμε;»





Συζητήσαμε για τις επιφυλάξεις της για την αξιολόγηση στο ΚΕΔΔΥ για τον εστιασμό στο πρόβλημα, για την πιθανή έλλειψη αναγνώρισης για την προσπάθεια της Μαρίας και για την άποψη της Ντίνας ότι έχει το δικαίωμα να διαφοροποιεί τις επιλογές της από τις προτάσεις των «ειδικών» - συναδέλφων της και να επιλέξει αν και πότε θα θελήσει να γίνει μια τέτοια αξιολόγηση. Επίσης όταν ρώτησα αν την ενδιαφέρει να δώσει προτεραιότητα στη δική της προσπάθεια να βοηθήσει το παιδί της εξερευνώντας πώς θα μπορούσε να χρησιμοποιήσει το θεατρικό παιχνίδι για να εξωτερικεύσει με πιο ζωντανό, παιδικό και διασκεδαστικό τρόπο τη Ντροπή (όπως έχει ήδη πει ότι της ταιριάζει) και να συμβάλλει στο να αναδειχθούν παραστατικά οι προσπάθειες αντίστασης της Μαρίας ήταν δεκτική. Από τη συζήτηση προέκυψε η ιδέα για ένα «σενάριο» όπου η Έφη θα έπαιζε τη Ντροπή και η Μαρία ένα από τα κικίπο, σκιουράκια από την αγαπημένη της ταινία «Η Εποχή των παγετώνων». Είχε κάποιες ιδέες για να κάνει το αρχικό αυτό σενάριο ιστορία για θεατρικό παιχνίδι και θα το σκεφτόταν περισσότερο.

Στην ένατη συνεδρία η Ντίνα είπε πως η Μαρία εξακολουθεί να τα περνά καλά και ότι συνεχίζει τις προσπάθειές της να νικήσει τη Ντροπή, καθώς λέει μερικές λέξεις στους περισσότερους συμμαθητές της ατομικά και λίγο στην ομάδα (ακόμη δεν κάνει διάλογο) και πλέον δεν φοβάται μην τη δει δεινόσαυρος στην τουαλέτα του σχολείου όπου πηγαίνει χωρίς δυσκολία. Η ίδια δεν την πιέζει να μιλήσει, απλά τη ρωτά πως τα πέρασε και τελικά ζήτησε ραντεβού στο ΚΕΔΔΥ, έτσι και αλλιώς είναι μετά από αρκετό καιρό και πλέον δεν φοβάται η ίδια τη διαδικασία βλέποντας τη Μαρία να «δυναμώνει».

Συνεχίσαμε τις συζητήσεις για έναν πιθανό ρόλο για τη Μαρία στο σενάριο για θεατρικό παιχνίδι που να ενσαρκώνει τις προσπάθειές της, τις γνώσεις που χρησιμοποιεί και τις επιθυμίες της, για το ρόλο της Ντροπής που έχει κακές προθέσεις, για τα κικίπο που είναι φίλοι της Μαρίας και δεν χωνεύουν τη Ντροπή, για την εκδραμάτιση της αντίστασης της Μαρίας και για τον πιθανό ρόλο της ως σύμβουλου για βοήθεια προς άλλα παιδιά που τα δυσκολεύει η ντροπή. Οτιδήποτε δοκίμαζαν θα μπορούσαν να το κρατήσουν κοντά τους καταγράφοντάς το με φωτογραφίες, βίντεο, ηχογραφήσεις, κείμενα κλπ και να το ξαναδούν όποτε θέλουν ή και μαζί μου στην επόμενη συνεδρία. Η Μαρία αν και είχε πει μόνο μία λέξη ψιθυριστά στο αυτί μου σε τόσες συνεδρίες, φαινόταν να ενδιαφέρεται πολύ για όσα

άκουγε, ήταν πρόθυμη να συνεχίσει τη συζήτηση με τη μητέρα της και να ξαναέρθει να μιλήσουμε για την ιστορία με τη Ντροπή και τα κικίπο.

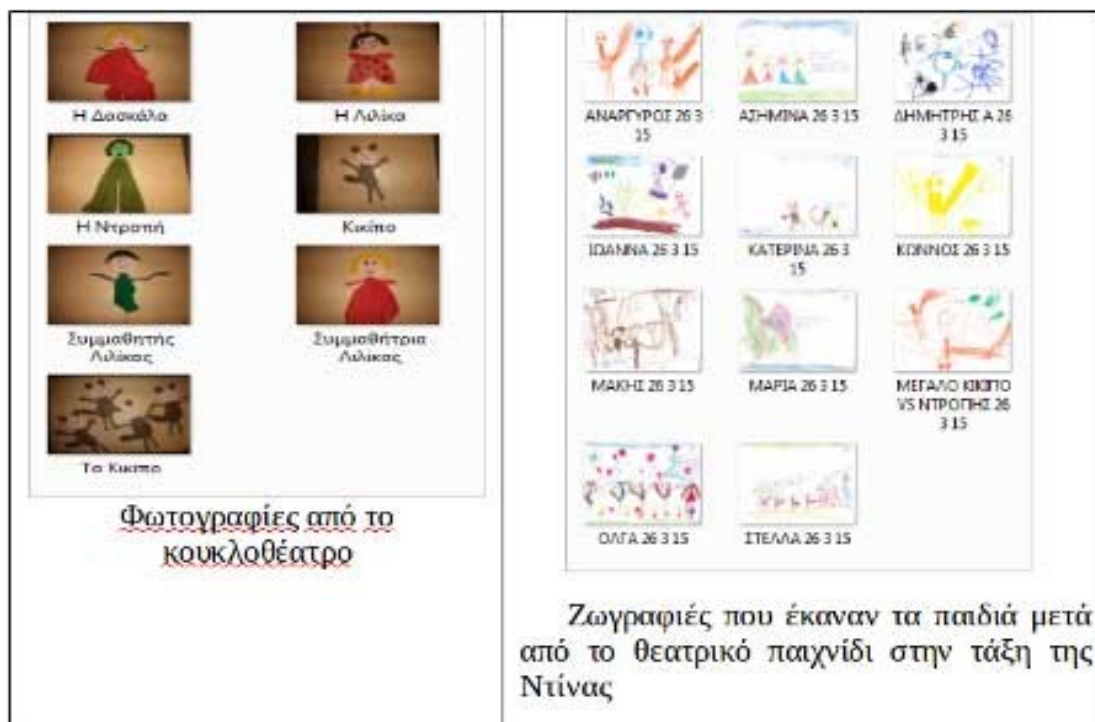
Στη δέκατη συνεδρία η Ντίνα ήρθε μόνη της και είπε πως έγραψαν ιστορία για τη Ντροπή και τα κικίπο, έπαιξαν θεατρικό παιχνίδι στο σπίτι και έβγαλαν φωτογραφίες, έφτιαξαν κούκλες και έπαιξαν κουκλοθέατρο και θεατρικό παιχνίδι στο σχολείο της Ντίνας και πολλά παιδιά έκαναν ζωγραφιές σχετικές με την ιστορία. Είχε και τη Μαρία στην τάξη της, η οποία συμμετείχε με μεγάλη προθυμία σε όλες αυτές τις δραστηριότητες και πλέον μιλάει πιο άνετα και συχνά.



Συζητήσαμε αν η Ντίνα μέσα από τις προσπάθειες που κάνει έχει πρόθεση ή επιδίωξη να βοηθήσει μόνο τη Μαρία ή αν υπάρχουν και σκέψεις της για βοήθεια προς άλλα παιδιά που δυσκολεύονται από τη Ντροπή. Είπε πως θέλει να βοηθήσει τη Μαρία αλλά και άλλα παιδιά που δυσκολεύονται και που όχι σπάνια βλέπει στη δουλειά της. Χαίρεται να βοηθά παιδιά με τέτοιους τρόπους καθώς το διασκεδάζουν! Τη ρώτησα: Θα την ενδιέφερε να έρθουν και άλλοι άνθρωποι σε επαφή με την προσπάθεια αυτή που κάνει και να μοιραστεί την ιστορία και την ιδέα για κουκλοθέατρο ή θεατρικό παιχνίδι με τις δασκάλες του σχολείου για να το παίξουν και εκεί ή/και με ανθρώπους που θα συμμετέχουν σε μια σύναξη για την αφηγηματική θεραπεία; Θα την ενδιέφερε αν κάποια/ος εμπνέονταν από τον αγώνα της ίδιας και της Μαρίας; Αν κάποιος ήθελε να χρησιμοποιήσει την ιστορία με τα κικίπο για να βοηθήσει τα δικά του παιδιά ή άλλα παιδιά στη δουλειά του; Θα την ενδιέφεραν σκέψεις άλλων θεραπευτών για την ιστορία της δικής της προσπάθειας;

E-mail από τη Ντίνα:

«Καλησπέρα. Έχουμε φτιάξει την ιστορία της Ντροπής και η Μαρία πρότεινε να σας τη στείλουμε. Ευχαριστώ!»



## Η ΝΤΡΟΠΗ ΚΑΙ ΤΑ ΚΙΚΙΠΟ

Μια φορά κι έναν καιρό ήταν η Ντροπή που ήθελε να πάει στο νηπιαγωγείο. Αλλά στο σχολείο κανένας δεν την ήθελε, γιατί αυτή ήθελε να πάρει τις φωνές των παιδιών. Έψαχνε να βρει τρόπο να μπει μέσα στην τάξη του νηπιαγωγείου και τελικά τα κατάφερε. Την ημέρα που τα παιδιά είχαν αποκριάτικο πάρτι, έκανε τα μαγικά της, έγινε αόρατη και πήγε πίσω από ένα κοριτσάκι, τη Λιλίκα, που είχε ντυθεί πασχαλίτσα και κρύφτηκε κάτω από τα φτερά της.

Όταν έφτασε στην τάξη η Λιλίκα, ήταν λίγο στενοχωρημένη και δεν μπορούσε να μιλήσει και τότε η μαμά της τη ρώτησε: «Τι έχεις Λιλίκα;» Αλλά εκείνη δεν απάντησε, δεν την άφηνε η Ντροπή να μιλήσει. Της μιλούσε αυτή και της έλεγε: «Μην ανοίγεις το στόμα» κι εκείνη την άκουγε. Όταν οι κυρίες της είπαν «Καλημέρα», η Λιλίκα δεν απάντησε γιατί δεν την άφηνε η Ντροπή.

Σε λίγο το πάρτι άρχισε. Τα παιδιά χόρευαν και τραγουδούσαν χαρούμενα αλλά η Λιλίκα όχι. Δεν την άφηνε η Ντροπή. Κάποια παιδάκια τότε άρχισαν να την κοροϊδεύουν και της έσκισαν τη στολή γιατί έλεγαν ότι αφού δεν μιλάει, δεν θα το πει στην κυρία και κανείς δεν θα τους μαλώσει. Και η Λιλίκα άρχισε να κλαίει. Η κυρία τη ρώτησε τι έχει αλλά η Λιλίκα δεν απάντησε γιατί η Ντροπή της έλεγε «Μην ανοίγεις το στόμα». Όμως η κυρία της έδωσε ένα χαρτί κι εκείνη έγραψε τα ονόματα των παιδιών που την πείραζαν κι έτσι τιμωρήθηκαν και της ζήτησαν συγγνώμη.

Στη συνέχεια τα παιδιά έπαιξαν «χάσκα»<sup>5</sup>. Όταν ήρθε η σειρά της Λιλίκας να ανοίξει το στόμα να πιάσει την καραμέλα, η Ντροπή της είπε: «Δεν θα σε αφήσω να παίξεις ούτε στα παιχνίδια» κι έτσι η Λιλίκα δεν μπόρεσε να παίξει και καθόταν στεναχωρημένη ενώ αντίθετα η Ντροπή ήταν πολύ χαρούμενη. Μετά τα παιδιά πήγαν να παίξουν παιχνίδια στην αυλή και φυσικά πήγε και η Ντροπή. Έπαιξαν τη «Μικρή

<sup>5</sup> Παραδοσιακό αποκριάτικο παιχνίδι (από το ρήμα χάσκα, δηλαδή έχω το στόμα ανοιχτό και γελώ - χαχανίζω). Οι παίκτες ανοίγουν το στόμα όσο πιο πολύ μπορούν για να «χάψουν» κάτι, πχ., ένα βρασμένο αβγό.

Ελένη»<sup>6</sup> και όταν ήρθε η σειρά της Λιλίκας η Ντροπή έλεγε: «Μην παίζεις» αλλά η Λιλίκα προσπάθησε και έπαιξε. Έπιασε ένα παιδάκι και είπε στην κυρία ψιθυριστά ότι είναι η Ματίνα. Και είπαν τα παιδιά «Η Λιλίκα μίλησε» ενώ η Ντροπή είχε γίνει πράσινη από το κακό της. Τόσο πολύ είχε θυμώσει που όταν μπήκαν μέσα στην τάξη έγινε αόρατη και πήγε και κρύφτηκε πίσω από την κουρτίνα στο κουκλόσπιτο και σκεφτόταν τρόπους για να μη μιλήσει η Λιλίκα.

Στη συνέχεια τα παιδιά έπαιξαν το παιχνίδι «Λύκε, λύκε είσαι εδώ;»<sup>7</sup> Όταν στο τέλος ο λύκος κυνήγησε τα παιδιά, η Λιλίκα τσίριξε δυνατά μαζί με τα υπόλοιπα παιδιά και η Ντροπή πρασίνισε ακόμα περισσότερο από το κακό της. Σε λίγο άρχισε ο χορός και τότε ξαφνικά χτύπησε η πόρτα και είπε η κυρία: «Περιμένουμε κάποιον;» «Όχι» απάντησαν τα παιδιά. Αλλά η πόρτα άνοιξε και μπήκαν μέσα τα Κικίπο. Μόλις τα είδε η Λιλίκα τσίριξε δυνατά από τη χαρά της. «Ηρθαμε να τιμωρήσουμε τη Ντροπή» είπαν αυτά. Και πήγαν πίσω από την κουρτίνα και την τράβηξαν με το ζόρι. Της έδεσαν το στόμα και της πέρασαν στα χέρια χειροπέδες. Ποια είναι αυτή; ρώτησε η κυρία. Η Ντροπή, απάντησαν, αυτή που δεν αφήνει τη Λιλίκα να μιλήσει. Σου δέσαμε το στόμα για να μην μπορείς να μιλήσεις όπως κάνεις κι εσύ στα παιδιά, της είπαν τα Κικίπο. Έπειτα την έβγαλαν έξω από την τάξη και την έριξαν σε ένα πηγάδι για να μη μπορέσει να ξαναβγεί έξω ποτέ. Και τότε τα Κικίπο από τη χαρά τους χόρεψαν μαζί με τα παιδιά: «Τα Κικίπο στη σειρά πως χορεύουνε τρελά μαζί με όλα τα παιδιά, τραλαλαλά. Τα Κικίπο στη σειρά είναι όλα μια χαρά, τραλαλαλά.»

Και αφού τέλειωσε το πάρτι τα Κικίπο μπήκαν σε μια βάρκα και πήγαν στο νησί των Κικιπών ενώ η Λιλίκα από εκείνη την ημέρα μιλούσε κανονικά σε όλους κι έτσι έζησαν αυτοί καλά κι εμείς καλύτερα.

### **Από την εστίαση στο πρόβλημα, στην εστίαση στις προθέσεις**

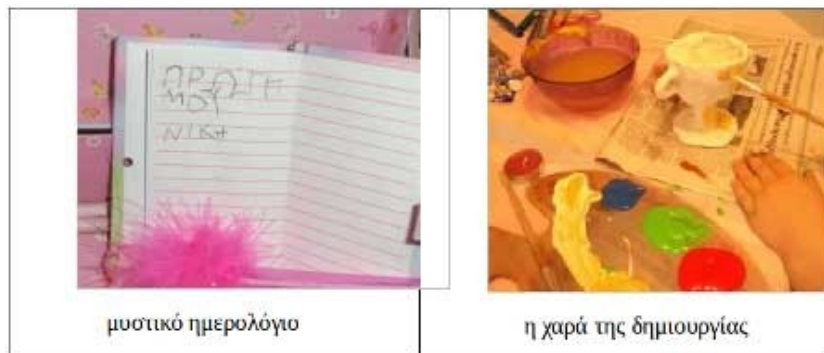
Η αφηγηματική δεν είναι εσωτερική ψυχολογία αλλά ψυχολογία των προθέσεων. Το ενδιαφέρον μετατοπίζεται από την εντόπιση του προβλήματος με ψυχιατρική ή σχεσιακή διάγνωση στην αναγνώριση και την πλούσια περιγραφή των προθέσεων και των δράσεων των πρωταγωνιστών της αρχικά κυρίαρχης ιστορίας του προβλήματος. Η Ντίνα είπε πως μίλησε με τη Μαρία, είναι σύμφωνες να παρουσιάσω την συνεργασία μας και να μοιραστώ την ιστορία με τα κικίπο σε μια σύναξη αφηγηματικών θεραπειών, να χρησιμοποιήσουν και άλλοι εκπαιδευτικοί, ψυχολόγοι ή άλλοι επαγγελματίες την ιστορία της Ντροπής και των κικίπο ώστε να βοηθήσουν τα δικά τους ή άλλα παιδιά αν το θέλουν. Επίσης ενδιαφέρονται να ακούσουν τη γνώμη όποιων ήθελαν να μοιραστούν ιδέες και σκέψεις τους. Μετά από μια παρουσίαση της συνεργασίας μας στη σύναξη, κάποιοι εκπαιδευτικοί είπαν ότι εμπνεύστηκαν από την

<sup>6</sup> Παραδοσιακό παιδικό παιχνίδι: Τα παιδιά επιλέγουν ποιο παιδί θα γίνει η «Μικρή Ελένη» και τραγουδούν: Η μικρή Ελένη κάθεται και κλαίει γιατί δεν την παίζουν οι φιλενάδες της. Σήκω επάνω, κλείσε τα ματάκια σου και πιάσε όποιον θες. Η Μικρή Ελένη σηκώνεται απλώνει τα χέρια και πιάνει ένα παιδί. Αν μαντέψει ποιο είναι, τότε αυτό το παιδί «γίνεται» Μικρή Ελένη.

<sup>7</sup> Το παιχνίδι αυτό παίζεται ως εξής: Τα παιδιά επιλέγουν ποιος θα γίνει λύκος. Το παιδί που γίνεται λύκος, κρύβεται σε ένα σημείο το οποίο ορίζεται αλλά παραμένει κρυφό για τα άλλα παιδιά, τα οποία χορεύουν κυκλικά και τραγουδούν: *Περπατώ εις το δάσος... Λύκε, λύκε είσαι εδώ; Μετά το τέλος της φράσης: «λύκε, λύκε είσαι εδώ;», το παιδί που είναι ο λύκος, απαντά από την κρυψώνα του: Βάζω το παντελόني μου. Μετά τα παιδιά ξαναρχίζουν να τραγουδούν χορεύοντας κυκλικά την αρχική φράση και μετά ο λύκος απαντά από την κρυψώνα του: Βάζω τα παπούτσια μου. Αυτό επαναλαμβάνεται μέχρι ο λύκος να πει: Παίρνω τη μαγκούρα μου και σας κυνηγώ! Τότε το παιδί που είναι ο λύκος βγαίνει απ' την κρυψώνα του και αρχίζει να κυνηγάει τα υπόλοιπα παιδιά μέχρι να πιάσει κάποιον. Το παιδί που πιάνεται γίνεται «Λύκος».*

ιστορία με τα κικίπο και τέσσερα άτομα έδωσαν ανατροφοδότηση μέσα από την αφηγηματική πρακτική των «εξωτερικών μαρτύρων» (White, 2000) και κατέγραψα τα λόγια τους. Στη συνέχεια έστειλα την ανταπόκριση τους ως κείμενο στη Ντίνα προτείνοντάς της να το διαβάσει, να προσέξουν και να υπογραμμίσουν η ίδια και η Μαρία αν κάποια από τα λόγια των εξωτερικών μαρτύρων τους κάνουν θετική εντύπωση ή τους «ακουμπάνε» και να το συζητήσουμε στην επόμενη συνεδρία μας.

Μετά από λίγες μέρες μου έγραψε: «Ευχαριστώ για το κείμενο με την ανταπόκριση των συμμετεχόντων. Μετά την τελευταία μας συνάντηση πραγματοποιήσαμε με τη Μαρία τις δραστηριότητες που είχαμε σχεδιάσει όσον αφορά τη νίκη της ενάντια στη Ντροπή. Το πρώτο πράγμα που έκανε, αγόρασε μυστικό ημερολόγιο και έγραψε «Η πρώτη μου νίκη» και σχολίασε: «Θα το φυλάξω για πάντα για να θυμάμαι την πρώτη σημαντική νίκη της ζωής μου», ενώ την επόμενη ημέρα πήγε στο σχολείο φορώντας το μετάλλιο της νίκης και το πιο πλατύ χαμόγελό της. Φτιάξαμε και μοίρασε κουλουράκια στα παιδιά και μου είπε: “έγιναν όλα όπως ακριβώς τα είχα φανταστεί”. Επίσης ήταν πολύ άνετη και στη γιορτή του σχολείου. Χόρευε και τραγούδησε. Βέβαια δε μπόρεσε να μιλήσει μπροστά σε όλον τον κόσμο. Κατέβαλλε όμως μια τεράστια προσπάθεια να το κάνει έστω και ψιθυριστά (βοήθησαν και οι συμμαθητές της). Η προσπάθειά μας συνεχίζεται όσον αφορά σε καινούρια πρόσωπα και συναναστροφές όπου αντιμετωπίζει ακόμα δυσκολίες. Μάλιστα μου είπε τελευταία: “ο καρχαρίας δεν τη μάσησε τη ντροπή την κατάπιε ολόκληρη”. Και εγώ της απάντησα ότι η ίδια είναι πιο δυνατή από τη ντροπή. Τέλος σας αποστέλλω και σχετικές φωτογραφίες».



Στην ενδέκατη συνεδρία η

Ντίνα είπε πως η Μαρία μίλησε ψιθυριστά ενώ η δασκάλα της διάβαζε φωναχτά την ιστορία με τη Ντροπή & τα κικίπο, πως πήρε τη Μαρία μαζί της στη Λάρισα, στην δική της τάξη όπου ήταν μια χαρά με τα παιδιά και μίλησε ψιθυριστά στην ομάδα. Όταν βγήκαν με άλλη συνάδελφο και την κόρη της, αρχικά μιλούσε μέσα από τα δόντια της, τσίριζε, φώναζε, μετά τραγουδούσε δυνατά, ακόμη κοιτάζε και ξένους!

Η Ντίνα εμπνευσμένη από τις συζητήσεις μας, έφτιαξε μια νέα ιστορία με γίγαντα-ντροπή για θεατρικό παιχνίδι στη δική της τάξη στη Λάρισα όπου θα πάρει και τη Μαρία για να της δώσει ακόμη μια ευκαιρία να πάει κόντρα στη ντροπή:

### **ΕΝΑ ΠΑΡΑΞΕΝΟ ΚΟΥΤΙ**

*Μια φορά κι έναν καιρό ήταν ένας γίγαντας που ζούσε σε ένα σπίτι σε ένα όμορφο δάσος. Ευπνούσε κάθε πρωί, έτρωγε το πρωινό του και στη συνέχεια έπαιρνε το καλάθι του και πήγαινε στο δάσος να μαζέψει φρούτα. Μια μέρα εκεί που περπατούσε είδε μπροστά του ένα περίεργο κουτί. «Παράξενο» σκέφτηκε, «πώς βρέθηκε εδώ αυτό το*

κουτί;» Το πήρε στα χέρια του, το περιεργάστηκε και αποφάσισε να το πάρει μαζί του. «Κάτι θα βρω να βάλω μέσα», σκέφτηκε. Ναι αλλά τι; «Αν βάλω μέσα τα παπούτσια μου, είναι πολύ μεγάλα, δε χωράνε. Αν βάλω μέσα φρούτα θα χαλάσει, αν βάλω νερό θα μουλιάσει. Α! το βρήκα! Θα βάλω μέσα τις φωνές των παιδιών!»

«Θα πάω κρυφά έξω από την αυλή του σχολείου την ώρα που θα παίζουν. Όταν με δουν τα παιδιά θα τσιρίζουν δυνατά και εγώ τότε θα τους πάρω τις φωνές και θα τις κλείσω μέσα στο κουτί». Πραγματικά έτσι κι έγινε. Την άλλη μέρα λοιπόν πήγε στο σχολείο και όταν τα παιδιά βγήκαν στην αυλή εμφανίστηκε μπροστά τους. Τα παιδιά τρόμαξαν, άρχισαν να φωνάζουν κι έτσι τους πήρε τις φωνές. Από εκείνη την ημέρα λοιπόν τα παιδάκια έμειναν χωρίς φωνή. Μόνο με τα μάτια συνεννοούνταν μεταξύ τους, με νοήματα και με ήχους που έβγαιναν μέσα από το κλειστό τους στόμα. Καμιά φορά δεν καταλάβαιναν το ένα το άλλο, προσπαθούσαν να γράψουν σε ένα χαρτί τι ήθελαν να πουν αλλά αυτό το έκαναν μόνο τα παιδάκια που ήξεραν να γράφουν. Τα άλλα που δεν ήξεραν στενοχωριόταν πολύ.

Πέρασαν λίγες μέρες έτσι και τότε τα παιδιά αποφάσισαν να πάνε στο δάσος, να βρουν το γίγαντα, να του πάρουν το κουτί και να ελευθερώσουν τις φωνές τους. Όταν έφτασαν έξω από το σπίτι του γίγαντα φώναξαν όλα μαζί «Γίγαντα» μέσα από τα δόντια και με κλειστό το στόμα (αφού δεν είχαν φωνή). Ο γίγαντας εκείνη την ώρα τρόμαξε και έτρεξε αμέσως στο κουτί με τις φωνές. Το άνοιξε λίγο και βγήκε από μέσα το Α. Έτσι τα παιδιά φώναξαν δυνατά Αααααα. Πάλι όμως ο γίγαντας έτρεξε στο κουτί. Το άνοιξε και από μέσα βγήκε το Εο. Τα παιδιά φώναξαν δυνατά Εο, Εο, Εο.

Ο γίγαντας που δεν άκουγε και πολύ καλά νόμιζε ότι όλα αυτά τα είχε φανταστεί και κουρασμένος καθώς ήταν ξάπλωσε να κοιμηθεί. Ξέχασε όμως να κλειδώσει την πόρτα και τότε τα παιδιά βρήκαν την ευκαιρία και τρύπωσαν στο σπίτι του. Πλησίασαν σιγά-σιγά το τραπέζι που ήταν το κουτί και προσπάθησαν να το ανοίξουν. Αλλά εκείνη τη στιγμή ο γίγαντας ξύπνησε και τα παιδιά κρύφτηκαν κάτω από το τραπέζι. Μέσα από το κουτί βγήκε μόνο η λέξη «παιδιά». Πήρε τότε μια βαθιά ανάσα και είπε «Μου μυρίζει παιδιά». «Παιδιά, παιδιά» φώναξαν όλα μαζί τα παιδιά και καθένα χωριστά και βγήκαν από την κρυψώνα τους.

Ο γίγαντας τρόμαξε τόσο πολύ όταν τα είδε και έφυγε τρέχοντας κατά το βουνό. Τότε τα παιδιά άνοιξαν το κουτί, ελευθέρωσαν τις φωνές τους και φώναξαν δυνατά «Τρέξε, τρέξε γίγαντα μακριά, τρέξε, τρέξε να σωθείς απ' τα παιδιά». Τα παιδιά γέλασαν με την ψυχή τους όταν είδαν το γίγαντα τρομαγμένο. Έπειτα επέστρεψαν στο σχολείο τους ενώ το γίγαντα δεν τον ξαναείδε κανείς από τότε.

## ΤΕΛΟΣ

Στη δωδέκατη συνεδρία η Ντίνα έδειξε πως η Μαρία τα περνά τέλεια και σε αυτό συμφώνησε και η Μαρία γιατί μιλάει στο σχολείο με τα παιδιά και τις δασκάλες κανονικά - φώναζε «ΝΙΚΗΣΑ!» και «έπαθαν πλάκα» όλοι και είπαν πως η Μαρία είναι «το πιο ευτυχισμένο παιδάκι!» Μίλησε επίσης και με ένα παιδάκι που δεν γνώριζε. Είχαν πολλά να πουν γιατί έφεραν το ημερολόγιο και έτσι δεν τα ξεχνούν. Είπε σε παιδί που την ενοχλούσε «Να φύγεις Βασίλη, με ενοχλείς». Στο σπίτι είπε «Όταν πάω στον κύριο Δανιήλ μου λέει η ντροπή 'Να φύγεις απ' αυτόν είναι ξένος'. Αλλά εγώ δεν το κάνω γιατί αυτός θέλει να με βοηθήσει. Προσπαθώ και πηγαίνω». «Μίλησα σήμερα, το αποφάσισα: πρώτα θα μιλήσω ψιθυριστά και μετά κανονικά». «Έκατσα στην καρέκλα της κυρίας και μίλησα ψιθυριστά μόνη μου». «Τραγουδήσα το happy birthday στο πάρτι». Έκαναν και άλλες συζητήσεις όπως για τον Αγγόσαυρο που είναι φίλος της Ντροπής και για τον Μιλώσαυρο που είναι φίλος όσων θέλουν να μιλούν όποτε το επιθυμούν οι ίδιοι και όχι μόνο όποτε τους το επιτρέπει η Ντροπή.

Επίσης μέσα στην τάξη μίλησε στα παιδιά και τη δασκάλα κανονικά και μετά είπε «Επιτέλους θα λέω ότι θέλω στα κορίτσια!»

### **Συνδέοντας ζωές γύρω από κοινά θέματα**

Η πολύ καλή συνεργασία της Ντίνας με τις νηπιαγωγούς της Μαρίας μας οδήγησε σε συζητήσεις για αξίες που μοιράζονται με τη Ντίνα, όπως σεβασμός στη διαφορετικότητα, διακριτικότητα, κατανόηση και αγάπη για κάθε μαθήτριά και μαθητή τους. Ήταν χαρά όλων τους να μοιράζονται ιδέες για παιχνίδια και κατασκευές. Άραγε, την ενδιέφεραν οι κατασκευές που απεικονίζουν συμβολικά την αλλαγή της σχέσης της Μαρίας με τη Ντροπή; Από εδώ προέκυψε η ιδέα της Ντίνας για ένα μετάλλιο από πηλό με 2 όψεις, στη μια η φάτσα της ντροπής διαγραμμένη με Χ και στην άλλη το χαμόγελο της Μαρίας με γκλίτερ. Η απόδοση ενός τέτοιου μεταλλίου αξίζει στη Μαρία καθώς έπαιξαν στην τάξη της Ντίνας την ιστορία με το γίγαντα - ντροπή με την Μαρία σε ρόλο αρχηγού ομάδας παιδιών και τη Ντίνα ως γίγαντα. Η Μαρία έπαιρνε πολλές πρωτοβουλίες, μιλούσε με τα παιδιά και «ακούγονταν».

Είναι ήδη αρκετές οι εξαιρέσεις στην κυριαρχία της Ντροπής (της αξίζει ακόμη το κεφαλαίο Ν;) και έτσι τους προέκυψε η ιδέα για ένα λεύκωμα για να διασωθεί από την «ξεχασιά» ο αγώνας της Μαρίας και των βοηθών της απέναντι στη ντροπή.



Κύπελλο και μετάλλιο (χαρούμενη φασούλα) - Φορώντας το μετάλλιο της νίκης

Παραπάνω αναφέρθηκαν συζητήσεις που συνδέουν τη ζωή της Ντίνας και των συναδέλφων της γύρω από αξίες τους και κοινά θέματα όπως η βοήθεια προς μαθητές τους. Ένας άλλος τρόπος για τέτοιες συνδέσεις προσφέρεται με τις «τελετές καθορισμού» (White, 2000) που περιλαμβάνουν τη διαδικασία των εξωτερικών μαρτύρων. Από το κείμενο με την ανταπόκριση μιας εξωτερικής μάρτυρα, τα λόγια που ξεχώρισαν για τη Ντίνα ήταν:

«Τη φαντάστηκα να παίζει με την κόρη της και σκέφτηκα ότι πρέπει να είναι σημαντικό για εκείνη να εμπιστεύεται την προσωπική της δύναμη και εμπειρία που πολύ εύκολα μπορεί να χαθεί με τις τόσες πληροφορίες και παρεμβάσεις των ειδικών. Ακόμη, σκέφτηκα πόσο πολύ μπορεί να σέβεται το παιδί της και την ανάγκη του να επικοινωνήσει με τον τρόπο του χωρίς να το παραβιάσει κανείς με την πίεση να κάνει τα πράγματα όπως όλοι. Γενικά, μου έκανε εντύπωση η ήρεμη, μη βίαιη αντίσταση της μητέρας απέναντι στην αγενή Ντροπή.» (Βίκυ, ψυχολόγος).

Όταν ρώτησα αν αυτά τα λόγια της Βίκυς έφεραν στο νου της Ντίνας κάποια εικόνα ή φαντασία για την ίδια και τη Μαρία είπε «Να παίζουμε μια ιστορία με τη ντροπή - γίγαντα, το οποίο είναι ακριβώς αυτό που προσπαθώ να κάνω με την Μαρία, η Βίκυ το είπε συμπυκνωμένα σε 5 γραμμές. Μου έρχονται κλάματα συγκίνησης. Όλα αυτά μου δίνουν τρομερή δύναμη και αυτές οι θετικές εξελίξεις είναι σαν να ζω σε ταινία».

Η Μαρία που άκουσε τη Ντίνα να της διαβάζει όσα είπαν οι εξωτερικοί μάρτυρες ξεχώρισε κάποια άλλα λόγια που είπε η Βίκυ: «Είχα τις δικές μου δυσκολίες με τη Ντροπή (και έχω ακόμη κάποιες φορές). Κάποτε έλεγα ένα μεγάλο ποίημα στο δημοτικό σε μια γιορτή και ο αδελφός μου που ήταν στο κοινό μου χαμογέλασε και πάγωσα. Ξέχασα την τελευταία στροφή, έγινα κατακόκκινη από ντροπή αλλά δεν κατέβαινα κάτω. Επέμενα να θυμηθώ ενώ πάσχιζα να μη βάλω τα κλάματα. Θυμήθηκα, την είπα. Και έβαλα μετά τα κλάματα αφού κατέβηκα. Ήθελα να πω με αυτό ότι γνωρίζω καλά τι μπορεί να κάνει η ντροπή σε ένα κοριτσάκι. Νομίζω ότι σε εκείνη τη φάση, αν και ήμουν μικρή έκανα μια φοβερή αντίσταση στη ντροπή και έμεινα πιστή στο σκοπό μου: να πω το ποίημα που είχα διαλέξει ολόκληρο, να τα καταφέρω». Όταν ρώτησα τη Μαρία αν ακούγοντας αυτά τα λόγια της ήρθε κάποια εικόνα για την ίδια, είπε «Να μιλάω ψιθυριστά σε φίλη μου και οι άλλοι να λένε ‘Μιλάει η Μαρία’». Μετά μιλήσαμε για ευκαιρίες που ήθελε να έχει η Μαρία για να βοηθήσει και άλλα παιδιά και συμφωνήσαμε όπως πρότεινε η Ντίνα να μην κανονίσουμε άλλη συνεδρία ενόψει του καλοκαιριού αλλά να ξαναβρεθούμε αν χρειαστεί.

### **Τα προβλήματα μπορεί να επιστρέψουν αν οι συνθήκες τα ευνοούν**

Μετά από 4 μήνες, η Ντίνα ήρθε με τη Μαρία που είχε αρχίσει την Α΄ δημοτικού και είπε πως όπως υποψιαζόταν, δυσκολεύεται να μιλάει στους ενήλικες, στις δασκάλες και τους υπεύθυνους του κυλικείου. Η Ντίνα είπε πως αναμένει την τοποθέτησή της ως αναπληρώτρια, άγνωστο πού και αυτή η αβεβαιότητα την ταλαιπωρεί κάπως.

Βλέποντας την επάνοδο της Ντροπής (σκέφτηκα «πάλι κατάφερε να κερδίσει το κεφαλαίο Ν»), εξακολουθώντας να μην ακούω την φωνή της Μαρίας στις συνεδρίες, ακούγοντας και για την αβεβαιότητα της Ντίνας, ένιωσα κάπως να «κολλάω», να νιώθω και εγώ αβεβαιότητα για το κατά πόσο τις βοηθάω. Δυσκολευόμουν να δω το άγνωστο ως πιθανό. Επιμένοντας στο να αναλαμβάνω την ευθύνη να θέτω ερωτήματα που προσκαλούν την πλούσια περιγραφή της εναλλακτικής ιστορίας και επαγρυπνώντας για να δω αν οι ερωτήσεις κάνουν νόημα και πάνε τη συζήτηση προς βοηθητικές κατευθύνσεις, συνέχισα την προσπάθειά μου να είμαι αποκεντρωμένος αλλά με επιρροή και σιγά-σιγά μπόρεσα να «χτίσω γέφυρες» προς μια θέση όπου ένιωθα «ασφαλής με την αβεβαιότητα» (Barry Mason, όπως αναφέρεται από την Hardham, 2006) που μου προκάλεσε η επιστροφή της Ντροπής και οι επικείμενες αλλαγές στη ζωή της Μαρίας και της Ντίνας.

Έτσι συζητήσαμε με τη Ντίνα, μπροστά στη Μαρία, για τη μεγάλη πρόοδο που έκανε το καλοκαίρι, που μιλούσε σε γνωστούς ενήλικες και παιδιά όπως και σε παιδιά που γνώρισε, που απομακρύνονταν από κοντά της χωρίς δυσκολία και που πλέον μιλά κανονικά ατομικά, με όλα τα παιδιά μέσα και έξω από την τάξη. Επίσης άρχισε να φορά και γυαλιά για να βλέπει καλύτερα και της αρέσουν! Αν και κάποια άλλα παιδιά ντρέπονται όταν φοράνε γυαλιά για πρώτη φορά, η Ντροπή δεν μπόρεσε να την εμποδίσει να τα χρησιμοποιεί για να βλέπει καλά. Μόνο στους μεγάλους στο σχολείο την εμποδίζει να μιλήσει.

Σε συζητήσεις με παιδιά και τις οικογένειές τους, μερικές φορές έχω βρει χρήσιμη την υιοθέτηση εκ μέρους μου μιας στάσης «ερευνητικού ανταποκριτή» (investigative reporter) που όπως περιγράφει ο White (2005) σε μια άσκηση εξωτερίκευσης, έχει σκοπό να αποκαλύψει τις κρυφές τακτικές και τα τεχνάσματα που χρησιμοποιεί το πρόβλημα για να ασκήσει την επιρροή του, κάνοντας κλιμακωτές ερωτήσεις όπως: «Αν είχε φωνή η Ντροπή και μιλούσε τι νομίζεις ότι θα έλεγε; Θα σε



αφήσει ήσυχη στο νέο σχολείο όπου δεν γνωρίζεις τις δασκάλες ή θα σε παιδέψει; Τι σκοπό νομίζεις ότι έχει και λες ότι δεν θα σε αφήσει ήσυχη; Εσύ τι θέλεις, να υπακούσεις στη διαταγή της σιωπής ή όχι; Όταν μιλάς ψιθυριστά, ή όταν γράφεις αυτό που θέλεις την υπακούς; Θέλει αυτή να επικοινωνείς με αυτούς τους τρόπους ή θα χαιρόταν να είσαι πάντα απομονωμένη;»

Στον υπολογιστή μου κρατάω φωτογραφίες, ζωγραφιές, κείμενα και άλλες καταγραφές που με την άδεια παιδιών και γονιών με τους οποίους συνεργαστήκαμε δείχνω σε άλλους που αντιμετωπίζουν παρόμοια προβλήματα για να παίρνουν ιδέες και να οργανώνουν τη δική τους προσπάθεια. Αφού ξαναείδαμε φωτογραφίες και ζωγραφιές από την προσπάθεια της Μαρίας, που «με την επιμονή της καταφέρνει και μιλάει στα περισσότερα παιδιά, ακόμη και σε κάποια που δεν γνωρίζει από τα νήπια», μιλήσαμε για επόμενα βήματα ώστε να της κοπεί το θάρρος της Ντροπής. Η Μαρία έχει φτιάξει μια κούκλα-Ντροπή, την ταλαιπωρεί ήδη εδώ και καιρό και της ταιριάζει πλέον να μπει σε απομόνωση στη ντουλάπα του υπογείου. Αντίθετα, η Μαρία θέλει να πάρει τις κούκλες από τα κικίπο και από την «παρέα στο κουκλοθέατρο» στο δωμάτιο της και να συνεχίσει να γράφει στο ημερολόγιό της για τις προσπάθειες που κάνει, όπως ότι την ημέρα της συνεδρίας που είπε δυνατά στην τάξη «Διάλειμμα!» όταν χτύπησε το κουδούνι! Συμφωνήσαμε να τηλεφωνήσουν όταν θελήσουν να ξανασυναντηθούμε.

Ένα άλλο μέρος από τη θεωρία της Ντίνας για τη θεραπευτική αλλαγή ήταν ότι ήθελε να παίρνουν ιδέες από τις συζητήσεις μας με τη Μαρία, να τις δοκιμάζουν, να βλέπουν τα αποτελέσματα σε σχέση με τον αγώνα με τη Ντροπή και μετά να συναντιόμαστε ώστε να αναγνωρίζουμε, ακόμη και να γιορτάζουμε τις επιτυχίες της και να συζητάμε για τρόπους αντιμετώπισης «κόλπων» που μπορεί να κάνει η Ντροπή για να ανακτήσει τις δυνάμεις της.

Όταν συναντηθήκαμε πάλι πριν τις γιορτές των Χριστουγέννων, στις κλίμακες αξιολόγησης και των δυο τους φάνηκε βελτίωση. Η Ντίνα τη συνέδεσε με αλλαγές στο πώς αντιλαμβάνεται η Μαρία τη Ντροπή γιατί της είπε «Η ντροπή είναι κάτω από την καρέκλα ενώ πέρυσι ήταν μέσα στο μυαλό μου». Αυτό το θεωρεί σημαντικό βήμα συνειδητοποίησης σχετικά με την ταυτότητά της, την οποία πλέον η Μαρία διαχωρίζει από το πρόβλημα.

Παρά το ότι η Ντίνα εργάζεται τις καθημερινές στην Εύβοια και η Μαρία μένει με τον Κώστα και την Έφη, αλλαγή που την εκμεταλλεύτηκε σε κάποιο βαθμό η Ντροπή για να επανέλθει, δεν κατάφερε και πολλά. Η Μαρία έχει νέα δασκάλα αλλά την ξέρει, την είχε και η Έφη, μερικές φορές της μιλάει και της διάβασε φωναχτά κείμενο από το κινητό. Η δασκάλα συνεργάζεται πολύ καλά με τη Ντίνα κόντρα στη Ντροπή και υπέρ της Μαρίας που δεν το βάζει κάτω γιατί όπως είπε «Έχω και φίλους από τα νήπια». Μιλήσαμε για τις πονηρές τακτικές της Ντροπής που της φέρνουν σκέψεις, όπως «Είναι χάλια η φωνή σου», για το μυστικό ημερολόγιο για καταγραφή γεγονότων, όπως τις επιτυχίες της Μαρίας και τις ταλαιπωρίες για την κούκλα-ντροπή.

Πριν το τέλος της συνεδρίας πρόσεξα στην Κλίμακα Εκτίμησης Συνεδρίας για Παιδιά ότι η Μαρία δεν ήταν και τόσο ικανοποιημένη. Όταν την προσκάλεσα να πει αν κάτι δεν της άρεσε ή αν κάτι τη δυσκόλεψε στη συνάντησή μας, είπε ψιθυριστά στη Ντίνα πως δυσκολεύτηκε από το σχόλιό μου: «Το χαρτί αυτό το συμπληρώνεις στο τέλος» γιατί ένιωσα να τη μάλωσα που έκανε ένα λάθος. Την ευχαρίστησα που μοιράστηκε το πώς ένιωσα, είπα ότι για εμένα είναι πολύ σημαντική η γνώμη της ειδικά για ό,τι στη σχέση μας τη φέρνει σε δύσκολη θέση και της ζήτησα συγγνώμη που άθελά μου τη δυσκόλεψα. Αναρωτήθηκα αν το ότι μίλησε για αυτό που την

ενόχλησε είναι ακόμη μια πράξη αντίστασης στη Ντροπή. Αν αυτή θέλει να εκφράζει η Μαρία ό,τι την ενοχλεί ή αν επιμένει στη διαταγή της σιωπής, ειδικά όταν εκμεταλλεύεται πιθανά λάθη της Μαρίας ή επιπλήξεις που μπορεί να δεχτεί για αυτά. Το ότι μίλησε για την ενόχλησή της, συμφώνησαν και οι δυο, πως ήταν αντίσταση στην απαίτηση της ντροπής για σιωπή και στη συνέχεια εξετάσαμε άλλες καταστάσεις που μπορεί να εκμεταλλευτεί η ντροπή για να την ταλαιπωρήσει, ειδικά τώρα που η Ντίνα εργάζεται πάλι σε νησί και δεν είναι κάθε μέρα μαζί. Μιλήσαμε επίσης για τρόπους να κρατάει η Μαρία επαφή με τη Ντίνα και τις συζητήσεις τους, πώς δηλαδή να τη θυμάται όταν περνάει δύσκολα. Η Μαρία ξέρει πολλά από αυτά που θα της έλεγε η μαμά της αν ήταν κοντά της. Της φάνηκε χρήσιμο να κρατήσει στο νου της την ερώτηση «Τι θα μου έλεγε η μαμά, τώρα που η Ντροπή με δυσκολεύει, για να με βοηθήσει να μην κάνω ότι θέλει αυτή;». Επίσης είπε πως της αρέσει η ιδέα να έχει μια φωτογραφία της μαμάς της πάντα μαζί της στο σχολείο.

Λόγω των αποστάσεων αλλά και του χρόνου που η ίδια η Ντίνα θέλησε να πάρουν με τη Μαρία για να συνεχίσουν τις προσπάθειές τους, συμφωνήσαμε να ξαναβρεθούμε μετά από μερικές εβδομάδες. Όλες οι συνεδρίες κανονίστηκαν σε συνεννόηση με τη Ντίνα και λαμβάνοντας υπόψη τους περιορισμούς λόγω απόστασης και χρόνου και δίνοντας στην ίδια τον πρώτο λόγο. Επίσης κάναμε τακτικά απολογισμούς για την πορεία των συζητήσεών μας ώστε να δίνεται προτεραιότητα στις δικές της ιδέες και της Μαρίας για στόχους, τρόπους, μέσα και επιδιώξεις τους ώστε να αλλάξει η σχέση της Μαρίας με τη Ντροπή. Όπως προτείνει ο White (1992, σελ. 44) «Οι θεραπευτές μπορούν να υπονομεύσουν την ιδέα ότι έχουν προνομιακή πρόσβαση στην αλήθεια ενθαρρύνοντας σταθερά τα πρόσωπα να τους βοηθούν στην αναζήτηση για κατανόηση. Αυτό μπορεί να επιτευχθεί ενημερώνοντας τα πρόσωπα για το βαθμό στον οποίο η συμμετοχή του θεραπευτή στη θεραπεία εξαρτάται από τη δική τους ανατροφοδότηση σχετικά με την εμπειρία τους στη θεραπεία. Αναγνωρίζεται ότι οι εμπειρίες του προσώπου από τη θεραπεία είναι απαραίτητες στην καθοδήγηση της θεραπείας, καθώς είναι ο μόνος τρόπος που ένας θεραπευτής μπορεί να μάθει τι είδους θεραπευτική αλληλεπίδραση είναι βοηθητική και τι όχι».

Συναντηθήκαμε μετά από 2 μήνες και στις κλίμακες φάνηκε βελτίωση ως προς το πώς τα περνούσε η Μαρία, την οποία εξήγησαν διαβάζοντας όσα είχαν γράψει στο ημερολόγιο, που ήταν λόγια της Ντίνας, της Μαρίας και της δασκάλας της, όπως: «Είπε το ποίημα στη Χριστουγεννιάτικη σχολική γιορτή, μιλάει στις φίλες της Έφης, με την κόρη μιας φίλης μου και είπε σε μια φίλη της στη γυμναστική πως ονειρεύτηκε ότι μιλούσε στις κυρίες κανονικά», «Στο σπίτι διαβάζει με άνεση έχοντας ήδη κατανοήσει τα μαθήματα από το σχολείο», «Μίλησε για τη ντροπή και έδειξε την κούκλα της (ταλαιπωρημένη, τσαλακωμένη) στα ξαδέρφια και στη δασκάλα της», «Μιλάει κανονικά με τα παιδιά στην τάξη και στο διάλειμμα, αλλά όχι ακόμη με τις δασκάλες», «Στην εκδρομή μιλούσα και η κυρία με άκουγε», «Θα μιλήσω πρώτα στις δίδυμες και λίγο αργότερα στην κυρία», «Δεν δυσκολεύεται, δε διασπάται η προσοχή της», «Γράφει στον πίνακα με μεγάλη χαρά και άνεση», «Έχει πάντα μια φωτογραφία της μαμάς της. Την έχει πάνω στο θρανίο».

Η Μαρία έφερε μαζί της μια ηχογράφιση όπου διαβάζει η ίδια ένα ποίημα και την ακούσαμε. Η Ντίνα είπε: «Για να ξέρετε και εσείς πως είναι η κανονική φωνή της Μαρίας» και πρόσθεσε πως είπε και ποίημα μαζί με ένα άλλο παιδί στη γιορτή των Χριστουγέννων. Επίσης εξετάσαμε κατά πόσο η Ντροπή λέει αλήθειες στη Μαρία. Όταν της φέρνει σκέψεις όπως «Δεν θα μιλήσεις ποτέ σε μεγάλους» ή «Δεν θα πεις ποτέ αυτό που θέλεις». Της λέει αλήθεια ή ψέματα από τη στιγμή που ήδη τα έχει κάνει αυτά αρκετές φορές; Πώς της φαίνεται που η Ντροπή επιμένει στα ψέματα ενώ

ήδη έχει μιλήσει αρκετές φορές με μεγάλους; Η άποψη της Μαρίας και της Ντίνας ήταν πως η Ντροπή έχει στριμωχτεί και κάνει το παν για να ξεγελάσει τη Μαρία αλλά δεν τα καταφέρνει γιατί με τα ψέματα δεν την πείθει να υπακούσει στις διαταγές της για σιωπή και απομόνωση. Μετά η Μαρία ψιθύρισε στο αυτί της Ντίνας ότι θέλει να κάνει ένα δώρο στις φίλες της. Όταν ρώτησα τί δώρο σκέφτεται, είπε φωναχτά: «Αυτοκόλλητα!»

Στην τελευταία συνεδρία που έγινε μετά από ένα μήνα έμαθα πως η Μαρία μίλησε με δυο δασκάλες της, είπε μάθημα προφορικά, μίλησε σε μια φίλη της Ντίνας και συνεχίζει να μιλά με όλα τα παιδιά στην τάξη και στο διάλειμμα. Όταν ρώτησα τη Ντίνα πώς νομίζει ότι μπόρεσε να κάνει η Μαρία αυτά τα βήματα, είπε «Ξεθάρρεψε μετά από ένα παιχνίδι που της άρεσε, άρχισε και τα έλεγε γράμμα - γράμμα, από μέσα της πρώτα και μετά μιλούσε». Επίσης μίλησε και για άλλες εξελίξεις στη ζωή της Μαρίας, όπως «Άρχισε και φροντίζει και περιποιείται τον εαυτό της, ντύνεται, στολίζεται». Οι νέες αυτές δεξιότητες συνδέθηκαν με το ότι δυνάμωσε από την προσπάθεια που έκανε για να ξεπεράσει τη Ντροπή και λόγω της φυσιολογικής ανάπτυξής της.

Μιλήσαμε για προσκλήσεις που θα μπορούσε η Ντίνα να απευθύνει προς την Μαρία ώστε να εκφράσει, σχεδιάσει και υλοποιήσει δικές της ιδέες για να βοηθά τον εαυτό της, αν και όταν το χρειάζεται, αλλά και όποιο άλλο παιδί μπορεί να δυσκολεύεται από τη ντροπή. Η Μαρία που όντας στην Α΄ Δημοτικού ξέρει να γράφει αρκετά καλά, είπε πως της αρέσει να κρατά δικό της ημερολόγιο για να θυμάται τις καθημερινές προσπάθειες, ευχάριστα γεγονότα και να τα σώζει από την «ξεχασιά» που μερικές φορές είναι φίλη και βοηθός της ντροπής και να κάνουν απολογισμό διαβάζοντάς το τις μέρες που είναι όλοι μαζί.

Η Ντίνα είπε πως είναι αισιόδοξη, πως χαίρεται με τις εξελίξεις και συμφωνήσαμε να επικοινωνήσει αν χρειαστεί να ξαναβρεθούμε. Αλλιώς, αν όλα πάνε καλά, μπορεί να μου στείλουν διαδικτυακά περισσότερες φωτογραφίες από τις δραστηριότητες που κάνουν. Επίσης ενθουσιάστηκαν με την ιδέα να δείξω το υλικό που μοιράστηκαν μαζί μου σε άλλα παιδιά που μπορεί να δυσκολεύονται με τη Ντροπή και είπαν ότι ενδιαφέρονται να βοηθήσουν άλλα παιδιά, συμμετέχοντας σε κάποια συνεδρία μαζί τους αν βρεθεί ευκαιρία, ως εξωτερικοί μάρτυρες ή σύμβουλοι (Erston & White, 1992) που με βάση τη δικές τους, ειδικές και προσωπικές εμπειρίες, γνώσεις, δεξιότητες και αξίες αντιμετώπισαν τη ντροπή.

### **Μετά τις συζητήσεις στις συνεδρίες**

Γράφω (5 μήνες μετά την τελευταία συνεδρία):

*Γεια σας κυρία Ντίνα. Καλή αρχή στη νέα σχολική χρονιά! Ελπίζω να είστε όλοι καλά στην οικογένειά σας!*

*Πως τα πάει η Μαρία με το σχολείο και τη ντροπή φέτος; Ελπίζω να συνεχίζει τις προσπάθειες και να αντιμετωπίζει τα δολώματα και τους συμμάχους της ντροπής χρησιμοποιώντας γνώσεις και δεξιότητες που καλλιεργεί με τη δική σας βοήθεια!*

*Γράφω για να σας ρωτήσω αν είναι εντάξει με εσάς να γράψω ένα άρθρο σχετικά με τη συνεργασία μας που μπορεί να δημοσιευτεί στον Μετάλογο, ένα επιστημονικό περιοδικό Συστημικής ψυχοθεραπείας σε ηλεκτρονική μορφή.*

*Θα πάρω προφυλάξεις ώστε να μην αποκαλυφθούν προσωπικά σας δεδομένα. Θα έχετε τη δυνατότητα να διαβάσετε το άρθρο, να γράψετε σχόλια και να δώσετε τη γνώμη και την ανατροφοδότησή σας και να συμπεριληφθούν*

στο άρθρο εφόσον το θελήσετε. Νιώστε ελεύθερα να συμφωνήσετε, να αρνηθείτε και να με ρωτήσετε ό,τι θέλετε σχετικά και σας ευχαριστώ για το χρόνο σας.

Την επόμενη ημέρα η Ντίνα απάντησε:

Γεια σας κύριε Δανιήλ!

Ευχαριστώ πολύ για το μήνυμά σας. Είμαστε όλοι καλά και η Μαρία ακόμη καλύτερα. Πρέπει να σας πω ότι από το Πάσχα και μετά η Μαρία νίκησε τη ντροπή. Μιλάει στην κυρία της και στους υπόλοιπους δασκάλους του σχολείου. Διαβάζει δυνατά στην ανάγνωση και σηκώνει το χέρι της για να απαντήσει στο μάθημα. Πηγαίνει και στο κυλικείο και ψωνίζει μόνη της.

Κατά τη διάρκεια του καλοκαιριού η πρόοδος συνεχίστηκε με τη Μαρία να νικάει συνεχώς τη ντροπή σε διάφορες συναναστροφές με γνώριμα αλλά και καινούρια πρόσωπα και καταστάσεις. Κάποια στιγμή μάλιστα μία φίλη της της θύμισε τη ντροπή που την ταλαιπωρούσε στο νηπιαγωγείο και η Μαρία μίλησε πολύ άνετα για το συγκεκριμένο θέμα. Σε ερώτησή μου «Πού να βρίσκεται τώρα άραγε η ντροπή;» η Μαρία απάντησε: «Έχω πολύ καιρό να τη σκεφτώ. Έχει φύγει από εμένα, έχει εξαφανιστεί». Η νέα χρονιά λοιπόν ξεκίνησε πολύ καλά.

Δεν επικοινωνήσα μαζί σας όλο αυτό το διάστημα γιατί είχα τις επιφυλάξεις μου. Ήθελα να είμαι σίγουρη για την εξέλιξη και την πορεία της Μαρίας. Περίμενα να ανοίξουν και τα σχολεία και έπειτα να σας γράψω. Έχω να σας φέρω και υλικό από τις δραστηριότητες που κάναμε μαζί με τη Μαρία μετά την τελευταία συνάντησή μας! Η προσπάθειά της είναι εκπληκτική καθώς η ίδια καθόρισε το τέλος αυτού του δύσκολου αγώνα ενάντια στη ντροπή.

Σας ευχαριστώ για τη συμπαράσταση! Όσον αφορά το άρθρο έχετε τη σύμφωνη γνώμη μου σε ότι κι αν θέλετε να γράψετε.

Ντίνα

### Επίλογος

Συνοπτικά η παραπάνω δουλειά μέσα από μια αφηγηματική οπτική περιλαμβάνει την ενεργητική εισαγωγή και κλιμάκωση ερωτήσεων που βασίζονται σε πρακτικές ή χάρτες:

- Της εξωτερίκευσης του προβλήματος
- Της αποδόμησης της κυρίαρχης ιστορίας των επιρροών του
- Της ανα-συγγραφής ή αποκάλυψης της αρχικά «αόρατης» αντίστασης στο πρόβλημα και της εξέλιξης της εναλλακτικής ιστορίας μέσα από τις θεραπευτικές συζητήσεις
- Των καταγραφών της εναλλακτικής ιστορίας και κυκλοφορίας της σε ευρύτερα πλαίσια σχέσεων, ειδικά σε ανθρώπους με παρόμοια προβλήματα και σε ειδικούς που συνεργάζονται μαζί τους.

Οι ερωτήσεις που εισάγονται προσκαλούν λεπτομερείς περιγραφές για τις επιλογές, δράσεις και εκβάσεις που προτιμούν οι θεραπευόμενοι, ως ειδικοί της δικής τους ζωής και προσκαλούν συνδέσεις με προθέσεις, επιδιώξεις και αξίες που αφορούν στην ταυτότητά τους. Οι συζητήσεις μοιάζουν με εξερεύνηση, όχι ακόμη διαμορφωμένων αλλά προτιμώμενων τοπίων δράσης και ταυτότητας.

Ως θεραπευτής δεν ήμουν μάρτυρας της αλλαγής στην ομιλία της Μαρίας παρά μόνο τρεις φορές που άκουσα τη φωνή της. Αναλαμβάνοντας την ευθύνη της διαδικασίας της συζήτησης, παραμένοντας και συμμετέχοντας σε αυτήν (πχ., δεν προσπάθησα να επιβάλλω ή να υποδείξω λύσεις ή ιδέες μου ως σωστές ή κατάλληλες), προσπαθώντας με προσεκτικά επιλεγμένες ερωτήσεις να ασκώ βοηθητική επιρροή και αναζητώντας ενεργητικά τη γνώμη της Ντίνας και της Μαρίας

για τη συνεργασία μας, βρέθηκα βοηθός τους στη δημιουργία ενθαρρυντικών ιστοριών για παιδιά που τα δυσκολεύει η ντροπή. Τιμή μου! Ελπίζω οι ιστορίες της Ντίνας, οι δράσεις που οργάνωσε και υλοποίησε με τη Μαρία όπως και οι αφηγηματικές ιδέες και πρακτικές που παρουσιάστηκαν να σας εμπνεύσουν να τις χρησιμοποιήσετε στη δική σας ζωή ή εργασία. Η ανατροφοδότησή σας με σκέψεις και ιδέες σας είναι πολύ ευπρόσδεκτη, τόσο από εμένα όσο και από τη Ντίνα και τη Μαρία, στις οποίες θα μεταφέρω όσες τις αφορούν.

### **Βιβλιογραφία**

Beaudoin, M., N. (2008) Therapeutic Movement And Stuckness In Family Therapy *Journal of Systemic Therapies*, 27(2), 76-91.

Duncan, B., Miller S., Sparks, J. (2004). *The Heroic Client. A Revolutionary Way to Improve Effectiveness Through Client-Directed, Outcome-Informed Therapy*. Revised Edition, Wiley.

Duncan, B., Sparks, J., Miller, S. (2006). Giving Youth a Voice: A Preliminary Study of the Reliability and Validity of a Brief Outcome Measure for Children, Adolescents, and Caretakers. *Journal of Brief Therapy*, 5(2), 71-87.

Epston, D., & White, M. (1992). Consulting your consultants: The documentation of alternative knowledges. In: D. Epston & M. White, *Experience, Contradiction, Narrative and Imagination: Selected papers of David Epston & Michael White 1989-1991*, (pp.11-26). Dulwich Center Publications, Australia.

Hardham, V. (2006). Bridges to Safe Uncertainty: An Interview with Barry Mason. *Australian and New Zealand Journal of Family Therapy*, 27(1), 16-21.

Hubble, M., Duncan, B., & Miller, S. (1999). *The Heart and Soul of Change: What works in therapy*. APA Press.

Kogan, S., & Gale, J. (1997). Decentering Therapy: Textual Analysis of a Narrative Therapy Session. *Family Process*, 36, 101-126.

Morgan, A. (2000). *Τι είναι η Αφηγηματική Θεραπεία*. Θεσσαλονίκη, University Studio Press.

Morgan, A. (2006). The position of the Therapist in working with children and their Families, In: M. White & A. Morgan, *Narrative Therapy with Children and their families*, Dulwich Center Publications, pp. 57-84.

White, M. (1988). The Externalising of The Problem and The Re-Authoring of Lives and Relationships. *Dulwich Centre Newsletter, Summer 1988/1989*, 3-21.

White, M., & Epston, D. (1990). *Narrative Means to Therapeutic Ends*. New York, W.W. Norton.

White, M. (1992). Deconstruction and Therapy. In: D. Epston & M. White, *Experience, Contradiction, Narrative and Imagination: Selected papers of David Epston & Michael White 1989-1991*, (pp.109-151). Dulwich Center Publications.

White, M. (2000). Reflecting-team work as definitional ceremony revisited. In: *Reflections on Narrative Practices: Interviews and Essays*. Dulwich Centre Publications.

White, M. (2005). *Workshop notes*. Retrieved from the dulwichcentre.com.au website: <http://dulwichcentre.com.au/michael-white-workshop-notes.pdf>

White, M. (2008). Η Εξωτερίκευση του Προβλήματος και η Ανασυγγραφή Ζωής και Σχέσεων. *Μετάλογος*, 13, 82-120.