

## ΘΕΟΛΟΓΙΑ ΚΑΙ ΖΩΗ

## Ἡ εὐαισθητοποίηση σέ θέματα ἐπικοινωνίας καὶ συμβουλευτικῆς

Τῶν κ. Α. Μ. Σταυροπούλου, Καθηγητοῦ καὶ  
Στέφανου Χρ. Κουμαροπούλου, Δρ. Θ.

Τὸ Γραφεῖο Συμβουλευτικῆς τῆς Θεολογικῆς Σχολῆς παράλληλα μὲ τὴν παροχὴ ψυχολογικῆς ὑποστήριξης ὀργάνωσε καὶ δύο φορές στὸ παρελθὸν σεμινάρια εὐαισθητοποίησης σέ θέματα ψυχικῆς υἰγείας. Καὶ τὶς δύο φορές ὑπὸ τὴν ἐποπτεία τοῦ Καθηγητοῦ Α. Μ. Σταυροπούλου καὶ σέ συνεργασία μὲ τὸν π. Ἀδαμάντιο Αὐγουστίδη, Ψυχίατρο καὶ Λέκτορα σήμερα τοῦ Τμήματος Θεολογίας.

### Ἕνα Πρόγραμμα κατάρτισης

Τὸ ἐγχείρημα στὸ ὁποῖο ἀναφερόμαστε ἐδῶ ἔγινε μὲ τὴν ἐποπτεία τοῦ Ὑπευθύνου τοῦ Γραφείου Συμβουλευτικῆς τῆς Θεολογικῆς Σχολῆς Καθηγητοῦ Ἀλεξάνδρου Σταυροπούλου καὶ σέ συνεργασία μὲ τὸν συνυπογράφοινα Δρ. Θεολογίας εἰδικευμένο σέ θέματα τῆς Συμβουλευτικῆς. Τὸ πρόγραμμα αὐτὸ πραγματοποιήθηκε στὰ πλαίσια τοῦ ὑποχρεωτικοῦ μαθήματος τῆς «Συμβουλευτικῆς Ποιμαντικῆς καὶ Ἐξομολογητικῆς». Ἀπευθυνόταν στοὺς φοιτητὲς τοῦ Ζ' ἐξαμήνου τοῦ Τμήματος Κοινωνικῆς Θεολογίας. Ὁ χρόνος πραγματοποίησης ἦταν τὸ χειμερινὸ ἐξάμηνο τοῦ 2003-4, δηλαδή ἀπὸ τὸν Ὀκτώβριο τοῦ 2003 ἕως τὸν Ἰανουάριο τοῦ 2004.

Στόχος τῆς προσπάθειας αὐτῆς ἦταν ἀρχικὰ ἡ εὐαισθητοποίηση τῶν φοιτητῶν σέ θέματα ἐπικοινωνίας καὶ συμβουλευτικῆς. Ἐπιπλέον ὅμως μὲ τὴν ἐκμάθηση καὶ ἀφομοίωση τῶν δεξιοτήτων συμβουλευτικῆς ἐπιδιώχθηκε ἡ ἀσκησὴ τους σέ συνομηλικούς τους, συμφοιτητὲς καὶ φίλους. Μέσα ἀπὸ τὴν ἐπικοινωνία καὶ τὴ συμβουλευτικὴ ἀρωγὴ πρὸς τοὺς ὁμηλικούς τους δοκιμάστηκαν ἀπὸ τοὺς ἴδιους τοὺς συμμετέχοντες στὴν πράξη, ὅσα θεωρητικὰ καὶ μέσα ἀπὸ τὸ παιχνιδι ρόλων ἀφομοιώθηκαν κατὰ τὴ διάρκεια τῶν μαθημάτων. Στὴ συνέχεια διορθώθηκαν ἢ ἐπιδοκιμάστηκαν καὶ ἐμπεδώθηκαν οἱ σωστὲς ἐπικοινωνιακὲς τακτικὲς ποὺ ἀκο-

λουθήθηκαν καθὼς καὶ ἐπισημάνθηκαν θετικὲς καὶ ἀρνητικὲς προσεγγίσεις στὸν τρόπο τῆς συμβουλευτικῆς. Ὁ ἀπώτερος στόχος τοῦ πιλοτικοῦ αὐτοῦ προγράμματος ἦταν νὰ ἐφοδιαστοῦν οἱ μελλοντικοὶ θεολόγοι, εἴτε ὡς καθηγητὲς εἴτε ὡς ἱερεῖς-ποιμαντικοὶ σύμβουλοι, μὲ δεξιότητες ἐπικοινωνίας καὶ συμβουλευτικῆς προκειμένου νὰ τὶς ἀσκῆσουν στὸν ἐπαγγελματικὸ τους χῶρο.

Τὸ πρόγραμμα ἀρχικὰ παρουσιάστηκε στὸ σύνολο τῶν παρακολουθούτων τὸ μάθημα τῆς Συμβουλευτικῆς Ποιμαντικῆς, ὑποχρεωτικοῦ μαθήματος τοῦ Ζ' ἐξαμήνου. Ἀπὸ αὐτοὺς μιὰ μικρότερη ὁμάδα περίπου 70 ἀτόμων συμμετείχε τακτικὰ στὴ διδασκαλία καὶ τὶς ἀσκήσεις μέσα στὴν αἴθουσα διδασκαλίας. Ἡ ἐκμάθηση τῶν δεξιοτήτων ἐπικοινωνίας καὶ συμβουλευτικῆς διήρκεσε περίπου 10 ἐβδομάδες. Πρέπει νὰ ποῦμε ἐξαρχῆς ὅτι στὴν ἐκπαίδευση αὐτῆ τῶν δεξιοτήτων προτιμήθηκε τὸ μοντέλο τῆς μικροσυμβουλευτικῆς, ποὺ προτείνεται ἀπὸ τὸν Ivey καὶ τοὺς συνεργάτες του (A.E. Ivey, N.B. Gluckstern, M. Bradford Ivey *Συμβουλευτικὴ μέθοδος πρακτικῆς προσέγγισης*, μετάφρ.-ἐπιμέλεια Μ. Μαλικιώση-Λοῖζου, Ἐκδ. Ἑλληνικὰ Γράμματα, Ἀθήνα 1996, σ. 189). Λόγω τοῦ περιορισμένου τῆς διάρκειας τῶν μαθημάτων ἀλλὰ καὶ τοῦ μελλοντικοῦ τους ρόλου ὡς ἐκπαιδευτικῶν θεολόγων, ἄρα ὡς ἐνδιάμεσων συμβούλων ἢ ὡς ἱερέων, δὲν ἐπιδιώχθηκε παρὰ μόνο ἡ διδασκαλία καὶ ἡ ἐξάσκηση στὶς δεξιότητες ἐπικοινωνίας καὶ ὄχι στὶς δεξιότητες ἐπιρροῆς (ποὺ ἀφοροῦν περισσότερο τοὺς ἐπαγγελματίες συμβούλους ἢ ψυχολόγους).

Ὅσον ἀφορᾷ τώρα στὸ περιεχόμενο αὐτῶν τῶν μαθημάτων εὐαισθητοποίησης σέ κάθε συνάντηση ἐπιδιώχθηκε ἡ ἀνάλυση μιᾶς δεξιότητος ἐπικοινωνίας καὶ συμβουλευτικῆς. Ἡ διαδικασία αὐτῆ συνοδεύεται πάντα μὲ πα-



Οικοδόμηση μιᾶς ἄρμονικῆς σχέσης

ραδείγματα ἀπὸ συμβουλευτικούς διαλόγους. Ἡ παρουσίαση γινόταν μὲ ἀνάγνωση (καὶ παρακολούθηση ἀπὸ ὀπτικοποιητὴ) ἀπομαγνητοφωνημένων διαλόγων. Στὸ τέλος ἀκολουθοῦσε πρακτικὴ ἄσκηση μέσα στὴν αἴθουσα, σὲ ὁμάδες τῶν τριῶν, στὶς μέχρι τότε διδασχθεῖσες δεξιότητες. Στὶς μικρὲς αὐτὲς ὁμάδες καλοῦνταν ὁ κάθε φοιτητὴς/τρια νὰ παίξει διαδοχικὰ τὸ ρόλο τοῦ συμβούλου, τοῦ συμβουλευόμενου καὶ τοῦ παρατηρητῆ. Στὸ τέλος γινόταν ἀξιολόγηση ὅλων τῶν διαλόγων μὲ τὸν διδάσκοντα, ὁ ὁποῖος ἐνίσχυε τοὺς φοιτητὲς πρὸς τὴν αὐτοαξιολόγηση ἢ παρενέβαινε βοηθητικὰ πρὸς τὴν ἐπίλυση κάποιων δυσκολιῶν ἢ ἀποριῶν. Κάποιες φορές στὰ τελευταῖα μαθήματα (ποὺ εἶχε ὀλοκληρωθεῖ ἡ παρουσίαση τῶν βασικῶν δεξιοτήτων) εἶχαμε καὶ τὴν παρακολούθηση βιντεοκασέτας ἢ καὶ τὴν ἀκρόαση κασέτας μὲ συμβουλευτικούς διαλόγους, ποὺ εἶχαν ἐπιμεληθεῖ οἱ ἴδιοι οἱ συμμετέχοντες φοιτητὲς.

#### Ἡ ἐμπέδωση τῶν δεξιοτήτων

Μετὰ τὰ μέσα Δεκεμβρίου δόθηκε στοὺς φοιτητὲς ἓνα τρισέλιδο φυλλάδιο βοηθητικὸ γιὰ τὴν περαιτέρω ἐμπέδωση τῶν κυριωτέρων δεξιοτήτων ἐπικοινωνίας καὶ συμβουλευτικῆς. Σκοπὸς τοῦ φυλλαδίου αὐτοῦ ἦταν νὰ βοηθήσει τοὺς συμμετέχοντες νὰ δοκιμάσουν τὴν ἐφαρμογὴ ὅσων διδάχθηκαν καὶ βίωσαν σὲ ἓναν δικό τους συμβουλευτικὸ διάλογο μὲ κάποιον γνωστό τους. Γι' αὐτό, τὸ φυλλάδιο εἶχε ὡς τίτλο:

#### Συμβουλευτικοὶ Ποιμαντικοὶ Διάλογοι σὲ προβλήματα τῆς καθημερινότητας.

Στὸ πρῶτο μέρος αὐτοῦ τοῦ βοηθητικοῦ φυλλαδίου ἀναλύονται «Τὰ σημεῖα ποὺ πρέπει νὰ προσεχθοῦν σὲ ἓνα συμβουλευτικὸ διάλογο». Ὡς τέτοια προτείνονται ἀρχικὰ ἡ συμπεριφορὰ ἐνσυναίσθητης προσεκτικῆς παρακολούθησης, ἡ ὀπτικὴ ἐπαφή, ἡ σωματικὴ γλῶσσα, τὸ φωνητικὸ ὕφος, ἡ λεκτικὴ ἀκολουθία. Στὴ συνέχεια δίνονται ὁδηγίες γιὰ τὸν ὀρθὸ τρόπο ὑποβολῆς τῶν ἐρωτήσεων, γιὰ τὴν ἔκφραση τῶν στοιχειωδῶν ἐνθαρρύνσεων, τῆς παράφρασης, τῆς περίληψης ὡς ἀπαραίτητων στοιχείων ποὺ πρέπει νὰ προσεχθοῦν σὲ ἓνα συμβουλευτικὸ διάλογο.

Στὸ δεύτερο μέρος ἔχει διατυπωθεῖ μιὰ πρόταση 5 βασικῶν σταδίων γιὰ ἓνα συμβουλευτικὸ ποιμαντικὸ διάλογο. Στὸ πρῶτο στάδιο ἐπιδιώκεται ἡ δημιουργία-οικοδόμηση μιᾶς ἄρμονικῆς σχέσης, μὲσῶ μιᾶς στάσης φιλοξενίας (ὅπως θὰ ἔλεγε ἡ ὀρθόδοξη χριστιανικὴ συμβουλευτικὴ παράδοση) ἢ στάσεως ὑποδοχῆς (ὅπως θὰ τὴν ὀνόμαζε ὁ Rogers, ἐκπρόσωπος τῆς οὐμανιστικῆς ψυχολογίας). Ἀκολουθεῖ ὁ προσδιορισμὸς τοῦ προβλήματος καὶ ἡ ἀνίχνευση τῶν προσόντων τοῦ συμβουλευόμενου. Στὰ ἐπόμενα δύο στάδια ἀνιχνεύεται ὁ καθορισμὸς τῆς ἰδανικῆς ἔκβασης καὶ ἐπιχειρεῖται ἡ διερεύνηση τῶν ἐναλλακτικῶν λύσεων τοῦ προβλήματος. Στὴν περίπτωση μιᾶς συμβουλευτικῆς θεολογικῆς κατεύθυνσης πρέπει τὸ ἐπιδιωκόμενο ἰδανικὸ ἀποτέλεσμα καὶ οἱ ἐναλλακτικὲς λύσεις νὰ συμφωνοῦν ἢ τουλάχιστον νὰ μὴν ἔρχονται σὲ σύγκρουση μὲ τὴν Πρόταση ζωῆς τῆς Πίστεώς μας. Ἀποφεύγοντας τὴ χειραγώγηση –ποὺ στερεῖ τὶς ἐπιλογές, τὴν ἐλευθερία καὶ τὴν εὐθύνη ἀπὸ τοὺς συμβουλευόμενους– ὁ σύμβουλος θὰ προτείνει ἓναν ὀλοκληρωμένο τρόπο ζωῆς, ὅπως αὐτὸν ποὺ βιώνεται στὴν ὀρθόδοξη πνευματικὴ ἰσχύς. Ὁ τρόπος αὐτὸς ζωῆς ἔχει σχέση μὲ μιὰ ὑγιὴ θρησκευτικὴ μακριὰ ἀπὸ φαινόμενα φανατισμοῦ, θρησκευομανίας ἢ ἄλλων νοσηρῶν φαινομένων.

Τὸ τελευταῖο στάδιο –ποὺ προτείνεται– ἀλλὰ καὶ τὸ πιὸ λεπτὸ σημεῖο τοῦ συμβουλευτικοῦ αὐτοῦ διαλόγου εἶναι ἡ βιοκαλικὴ μεταμόρφωση τοῦ συμβουλευόμενου (Α.Μ. Σταυρόπουλου, *Συμβουλευτικὴ Ποιμαντικὴ καὶ Ἐξομολογητικὴ*, Διδακτικὲς σημειώσεις, Ἀθήνα 2003, σ. 25.

Ἐπίσης τοῦ ἰδίου, *Ὁ φιλοκαλικὸς ἄνθρωπος: Μία ὀρθόδοξη πρόταση ζωῆς*, Ἀνάτυπο ἀπὸ τὸ περ. Κοινωνία τεύχος 2 Ἀπριλίου-Ἰουνίου 1999, σ. 141-151.) Μὲ τὸν ὄρο αὐτὸ ἐννοεῖται ἡ ἀλλαγὴ σκέψεων, γνωσιῶν (ἢ ἡ διόρθωση λογισμῶν ὅπως λέγονται στὴ θεολογικὴ γλῶσσα), συναισθημάτων καὶ ἐνεργειῶν, μὲ ἓνα λόγο ἢ γνωσιακὴ ἀναδόμηση. Ἡ μεταμόρφωση αὐτὴ γίνεται μὲ τὴν ἀβίαστη υἰοθέτηση ἐκ μέρους τοῦ συμβουλευομένου ἐνὸς δημιουργικοῦ μοντέλου ἐπίλυσης τοῦ προβλήματός του. Στὸ σημεῖο αὐτὸ πρέπει νὰ τονισθεῖ ὅτι μιὰ συμβουλευτικὴ θεολογικὴ ἀντιμετώπιση ὀφείλει νὰ σεβασθεῖ τὶς διαφορετικὲς θρησκευτικὲς καὶ κοσμοθεωριακὲς τοποθετήσεις ἐνὸς ὁποιοῦδήποτε συμβουλευομένου. Νὰ ἐπιδείξει δηλαδὴ πολιτιστικὴ ἐνσυναίσθηση ἀπέναντι στὸν ἀγνωστικιστὴ, ἄθεο, ἀλλόδοξο ἢ ἀλλόθρησκο συμβουλευόμενο, πού θὰ ἐπιζητήσῃ τὴ συμβουλευτικὴ ἀρωγὴ ἐνὸς θεολόγου ἢ ἐνὸς κληρικοῦ. Οὔτε νὰ τὸν ἀπορρίψει οὔτε νὰ ἐπιχειρήσῃ ἓνα εἶδος προσηλυτισμοῦ του.

### Ἡ πρακτικὴ ἀσκηση

Στὸ τρίτο μέρος αὐτοῦ τοῦ φυλλαδίου ζητεῖται ἡ ἐξάσκηση τῶν φοιτητῶν στὶς δεξιότητες γὰρ νὰ διαπιστωθεῖ, ἀπὸ τοὺς διδάσκοντες τὸ μάθημα, κατὰ πόσο μπόρεσαν οἱ φοιτητὲς νὰ ἐμπεδώσουν τὶς βασικὲς δεξιότητες ἐπικοινωνίας καὶ συμβουλευτικῆς. Τριάντα φοιτητὲς καὶ φοιτήτριες (λαμβάνοντας ὑπόψη ὅλα τὰ προηγούμενα) ἀνέλαβαν νὰ πραγματοποιήσουν ἓνα συμβουλευτικὸ διάλογο 7-10 λεπτῶν τῆς ὥρας. Στὸ διάλογο προσπάθησαν νὰ ἐφαρμόσουν ὅσο τὸ δυνατὸν περισσότερες δεξιότητες ἐπικοινωνίας καὶ τὰ βασικὰ στάδια πού προαναφέρθηκαν. Οἱ διάλογοί τους καταγράφηκαν σὲ κασετόφωνο. Οἱ περισσότεροι διάλογοι ἔγιναν μὲ κάποιον γνωστὸ (τὶς περισσότερες φορές συνομήλικο) συμφοιτητὴ ἢ φίλο.

Κατόπιν ὁ διάλογος ἀπομαγνητοφωνήθηκε καὶ γράφτηκε μὲ τέτοιο τρόπο, ὥστε οἱ μονοὶ ἀριθμοὶ νὰ παραπέμπουν σὲ ἐρωτήσεις-παραρμβάσεις τοῦ συμβούλου καὶ οἱ ζυγοὶ σὲ ἀπαντήσεις-ἀντιδράσεις τοῦ συμβουλευομένου. Ἐπειτα συμπληρώθηκε ὁ πίνακας αὐτοαξιολόγησης (μόνο μὲ ἀριθμούς). Τέλος σὲ ἓνα κείμενο 100-150 λέξεων οἱ φοιτητὲς/τριες πού πῆραν μέρος διατύπωσαν «τὴν προσωπικὴ



Συμβουλευτικὸς διάλογος ὑπὸ... παρατήρηση

(τους) αὐτοαξιολόγηση». Ἡ αὐτοαξιολόγηση ἀφοροῦσε στὸν διάλογο καὶ στὴν ἐμπειρία πού εἶχαν ἀπὸ τὴν προσπάθειά τους νὰ ἐφαρμόσουν τὶς δεξιότητες καὶ τὴν πρόταση τῶν 5 σταδίων. Τὰ ἀπομαγνητοφωνημένα κείμενα μὲ τὸν πίνακα, τὴν αὐτοαξιολόγηση καὶ τὴν κασέτα παραδόθηκαν πρὶν λάβουν μέρος στὶς ἐξετάσεις καὶ ἀξιολογήθηκαν ἀπὸ τοὺς διδάσκοντες. Μερικὰ δείγματα αὐτῆς τῆς ἐργασίας τῶν φοιτητῶν παρουσιάστηκαν καὶ στὰ πλαίσια τῶν μαθημάτων αὐτῶν εὐαισθητοποίησης, ἀξιολογήθηκαν καὶ συζητήθηκαν μὲ τοὺς 70 φοιτητὲς, πού συμμετεῖχαν στὴ διδασκαλία καὶ ἀσκηση μέσα στὴν αἴθουσα. Ἡ συνεργασία μὲ τοὺς φοιτητὲς καὶ τὸ ἐπίπεδο τῶν 30 ἐργασιῶν, πού ἔγιναν στὰ πλαίσια αὐτοῦ τοῦ προγράμματος εὐαισθητοποίησης, ἦταν ἀπὸ πάρα πολὺ καλὸ μέχρι ἄριστο.

Ἡ εὐμενὴς ὑποδοχὴ πού ἔτυχαν τὰ μαθήματα εὐαισθητοποίησης ἐκ μέρους τῶν φοιτητῶν ἐπισημαίνουν τὴν ἀνάγκη γιὰ συνέχιση καὶ διεύρυνση τοῦ προγράμματος στὸ μέλλον. Ταυτόχρονα εἶναι ἀνάγκη ἐπέκτασης αὐτῶν τῶν προγραμμάτων εὐαισθητοποίησης τόσο στοὺς ἐν ἐνεργείᾳ θεολόγους καθηγητὲς ὅσο καὶ στοὺς ἐν ἐνεργείᾳ κληρικοὺς. Πιστεύουμε ὅτι ἡ ἐργασία πού ἐπιτελέστηκε μέσα ἀπὸ τὸ παραπάνω ἐγχείρημα εὐαισθητοποίησης συνδύασε τὴν τριπλὴ δραστηριοποίηση ἐνὸς συγχρόνου Πανεπιστημίου, πού ἀσκεῖται στὴν ἔρευνα, στὴ διδασκαλία καὶ στὶς ἐφαρμογὲς καὶ εἶναι ἀνοικτὸ στὴν κοινωνία καὶ στὶς ἀνάγκες τῆς.