

International Journal of Group Psychotherapy

Η Συστημοκεντρική Θεωρία (SCT) στην Ομαδική Θεραπεία: Πέρα από την Επιβίωση Επί των Ρήξεων στην Επανόρθωση και την Ανάπτυξη

Susan P. Gantt

To cite this article: Susan P. Gantt (2021) Systems-Centered Theory (SCT) into Group Therapy: Beyond Surviving Ruptures to Repairing and Thriving, *International Journal of Group Psychotherapy*, 71:2, 224-252, DOI: 10.1080/00207284.2020.1772073

To link to this article: <https://doi.org/10.1080/00207284.2020.1772073>

Η Συστημοκεντρική Θεωρία (SCT) στην Ομαδική Θεραπεία: Πέρα από την Επιβίωση Επί των Ρήξεων στην Επανάρθωση και την Ανάπτυξη

SUSAN P. GANTT, PH.D., ABPP, CGP, DGAGPA, FAPA

ΠΕΡΙΛΗΨΗ

Ως πρακτική βασισμένη στη θεωρία, η συστημοκεντρική θεραπεία (SCT) υποστηρίζει ότι η ενσωμάτωση των διαφορών είναι απαραίτητη για την ανάπτυξη και την μεταμόρφωση. Οι ρήξεις λόγω διαφορών που είναι «ιδιαιτέρως διαφορετικές» είναι αναπόφευκτες σε ομάδες. Ουσιαστικά, όταν οι ρήξεις δεν επιδιορθώνονται, οι ομάδες εμμένουν στην επιβίωση. Οι ομάδες SCT χρησιμοποιούν τη λειτουργική υποομαδοποίηση για να αναπτύξουν ένα ασφαλές πλαίσιο για την επιδιόρθωση των ρήξεων στο εδώ-και-τώρα και την ενσωμάτωση των διαφορών. Αυτό το άρθρο παρουσιάζει τη θεωρία, παραδείγματα και κείμενα απομαγνητοφωνήσεων που καταδεικνύουν πώς η λειτουργική υποομαδοποίηση επιδιορθώνει ρήξεις και πώς η συστημοκεντρική θεωρία του ατόμου-ως-σύστημα καθοδηγεί το έργο αυτό αποδυναμώνοντας παρελθοντικούς ρόλους επιζώντων καθώς επαναλαμβάνονται στο παρόν: διευκολύνοντας την επιδιόρθωση των ρήξεων εντός και μεταξύ του ατόμου, των μελών της ομάδας, των συντονιστών και ολόκληρης της ομάδας, αντί να επαναλαμβάνουμε παρελθοντικούς ρόλους που, αν δεν αναιρεθούν αναστέλλουν την ανάπτυξη και οδηγούν σε ρήξεις στο παρόν.

Μια μητέρα κοινωνικοποιούσε τον πεντάχρονο γιο της, Art, με στόχο να φάει το μεσημεριανό του ενώ εκείνος ήθελε μόνο πατατάκια. Η μητέρα έθεσε ως όρο για να πάρει ο Art πέντε πατατάκια, το να φάει το μισό του σάντουιτς. Ο Art συμμορφώθηκε, γεγονός πολύ διαφορετικό από τη συνεργασία, και αφού έφαγε το σάντουιτς, κοίταξε θυμωμένα τη μητέρα του, σηματοδοτώντας μία ρήξη μεταξύ τους. Η μητέρα αποκρίθηκε, αναγνώρισε τον θυμό του, και του είπε ότι το να φάει πρώτα το σάντουιτς του θα τον βοηθούσε να μην κουραστεί. Στη συνέχεια προσκάλεσε τον Art για μία αγκαλιά. Εκείνος αποκρίθηκε στοργικά, χαμογελώντας με την αποκατάσταση της σχέσης που είχε προσωρινά διαρραγεί όταν αυτό που η συστημοκεντρική θεραπεία (SCT) αποκαλεί «ρόλοι κοινωνικοποίησης» πήραν προτεραιότητα έναντι των ρόλων σύνδεσης/προσκόλλησης. Κατά την επανάρθωση, η σύγκρουση επιλύθηκε καθώς τόσο οι στόχοι σύνδεσης/προσκόλλησης όσο και οι στόχοι κοινωνικοποίησης ήταν ενσωματωμένοι και δεν ήταν πλέον πολύ διαφορετικοί! Στην SCT, η ενσωμάτωση των διαφορών είναι η καρδιά της διαδικασίας αλλαγής για όλα τα ζωντανά ανθρώπινα συστήματα, είτε πρόκειται για ένα άτομο είτε για ένα σύστημα γονέα/παιδιού ή για ένα σύστημα ομάδας.

Ως ανθρώπινο είδος, συχνά δεχόμαστε προκλήσεις από τις διαφορές. Ωστόσο, στην SCT, οι διαφορές είναι απαραίτητες για την ανάπτυξη: όλα τα ζωντανά ανθρώπινα συστήματα

«επιβιώνουν, αναπτύσσονται και μετασχηματίζονται διακρίνοντας και ενσωματώνοντας διαφορές, διαφορές στο φαινομενικά παρόμοιο και ομοιότητες στο φαινομενικά διαφορετικό» (Agazarian & Gantt, 2000, σελ. 191). Οι ομάδες SCT εισάγουν τη λειτουργική υποομαδοποίηση για να διερευνήσουν τις διαφορές, επιτρέποντάς τους να ενσωματωθούν πιο εύκολα. Η υποομαδοποίηση επανορθώνει επίσης τις ρήξεις που μπορεί να πυροδοτήσουν οι διαφορές. Τέλος, η λειτουργική υποομαδοποίηση, κατά τη διαδικασία διάκρισης και ενσωμάτωσης διαφορών, υποστηρίζει τους πρωταρχικούς στόχους (επιβίωση, ανάπτυξη και μεταμόρφωση) όλων των ζωντανών ανθρώπινων συστημάτων.

Η ρήξη με τον Art και τη μητέρα του προήλθε από δύο αντικρουόμενα συστήματα ρόλων με διαφορετικούς στόχους που ήταν αρχικά πολύ διαφορετικοί για να ενσωματωθούν στο σύστημα γονέα/παιδιού. Στην SCT, κάθε ρόλος σχετίζεται με έναν στόχο. Ο στόχος του συστήματος ρόλων σύνδεσης/προσκόλλησης είναι η επιβίωση παρέχοντας μια ασφαλή βάση με ρόλους που αφορούν την αναζήτηση φροντίδας και παροχή φροντίδας. Ο στόχος του συστήματος κοινωνικού ρόλου είναι να διαχειριστεί τις συγκρούσεις μεταξύ των στόχων εναρμόνισης (attunement) και των στόχων κοινωνικοποίησης, όπως οι υγιεινές διατροφικές συνήθειες. Για τον Art και τη μητέρα του, αυτός ο στόχος κοινωνικοποίησης αρχικά ήρθε σε σύγκρουση με το σύστημα ασφαλούς δεσμού/προσκόλλησης και τον στόχο του. Οι δύο διαφορετικοί ρόλοι είχαν διαφορετικούς στόχους. Η επανόρθωσή τους επέτρεψε την ενσωμάτωση των αρχικά συγκρουόμενων διαφορών στους ρόλους και τους στόχους. Αυτό το παράδειγμα απεικονίζει πώς μία επανορθωτική εμπειρία μίας ρήξης, στην προκειμένη περίπτωση καθρεφτίζοντας πρώτα το συναίσθημα του Art (εμπεριέχοντάς τον) και στη συνέχεια προσκαλώντας τον σε μια αγκαλιά που αποκατέστησε τη συνεργατική τους σύνδεση, επανόρθωσε τη ρήξη και επέτρεψε την ανάπτυξη κοινωνικών ρόλων που λειτούργησαν και που μπορούν να συνεχίσουν να αναπτύσσονται καθώς το σύστημά τους αναπτύσσεται.

Αντιθέτως, όταν δε γίνεται ούτε εμπειρία ούτε επανόρθωση των επαναλαμβανόμενων ρήξεων, οι διαφορές δεν μπορούν να ενσωματωθούν εύκολα. Τότε οι προσαρμογές μας είναι πιο πιθανό να είναι αυτό που η SCT αποκαλεί «κλειστοί ρόλοι επιζώντων», προσανατολισμένες στον στόχο της επιβίωσής μας, αλλά κλειστές στις διαφορές περικόπτοντας έτσι την ανάπτυξή μας. Για παράδειγμα, όταν η ρήξη προκύπτει χωρίς επανορθωτική εμπειρία, τα ανθρώπινα συστήματα συχνά σταθεροποιούνται σε ζεύγη ρόλων κοινωνικής επιβίωσης (όπως κυριαρχικό/συμμορφούμενο ή κυριαρχικό/υποτακτικό). Αυτοί οι κλειστοί ρόλοι επιβίωσης και οι αντιστοιχίσεις ρόλων (που η SCT αποκαλεί «δίπολα ρόλων») διαχειρίζονται τις ρήξεις, κλείνοντας για να προστατεύσουν εμάς και τις σχέσεις μας από το κόστος της ανάπτυξής μας. Συχνά, αυτοί οι κλειστοί ρόλοι επιβίωσης αναδύονται σε ομάδες ψυχοθεραπείας, πυροδοτούμενοι από μια ρήξη ή παρελθούσες παρόμοιες συνθήκες. Ακριβώς όπως οι ρόλοι επιβίωσης στο παράδειγμά μας γονέα/παιδιού μπορεί να εμποδίσουν την ανάπτυξη αυτού του συστήματος, ένα σύστημα ομάδας μπορεί να σταθεροποιηθεί σε ρόλους επιβίωσης ή δίπολα ρόλων που σχετίζονται με προηγούμενες προσαρμογές που καθορίζουν την ανάπτυξη.

Οι συγκρούσεις σε μια ομάδα σηματοδοτούν πάντα μια διαφορά. Στην SCT, αν και οι διαφορές είναι απαραίτητες για την ανάπτυξη, αποτελούν εγγενή πρόκληση για εμάς καθώς οι αλληλεπιδράσεις μας σχετικά με τις διαφορές μπορούν εύκολα να οδηγήσουν σε ρήξεις. Ακόμα και οι δυναμικές συγκρούσεις που χαρακτηρίζουν κάθε φάση της ομαδικής ανάπτυξης (Agazarian, 1997) συχνά γεννούν ρήξεις που αναπόφευκτα διεγείρουν τους παρελθοντικούς μας ρόλους κοινωνικής επιβίωσης και τους ακόμη προγενέστερους ρόλους σύνδεσης/προσκόλλησης επιβίωσης, που ήταν όλοι προσαρμοστικές λύσεις για ρήξεις σε προγενέστερα περιβάλλοντα (Agazarian et al.,

προς έκδοση). Στην πραγματικότητα, κάθε είδος ρήξης στο εδώ-και-τώρα σε μια ομάδα (προκαλούμενη συχνά από συγκρούσεις λόγω διαφορών) προκαλεί εύκολα τα συστήματα παρελθοντικών ρόλων επιβίωσης, καθιστώντας πολύ πιο δύσκολο να επανορθώσουμε στο παρόν όπου μπορεί να συμβεί η αλλαγή. Η διαδικασία αποκατάστασης στο παρόν είναι η καρδιά της ομαδικής ψυχοθεραπείας. Χωρίς επανόρθωση, τα ομαδικά συστήματα σταθεροποιούνται σε κλειστούς ρόλους επιβίωσης: στο ενδο-προσωπικό σύστημα κάθε ατόμου, στο δια-προσωπικό σύστημα, και στο σύστημα της ομάδας-ως-όλον (βλ. Σχήμα 1α).

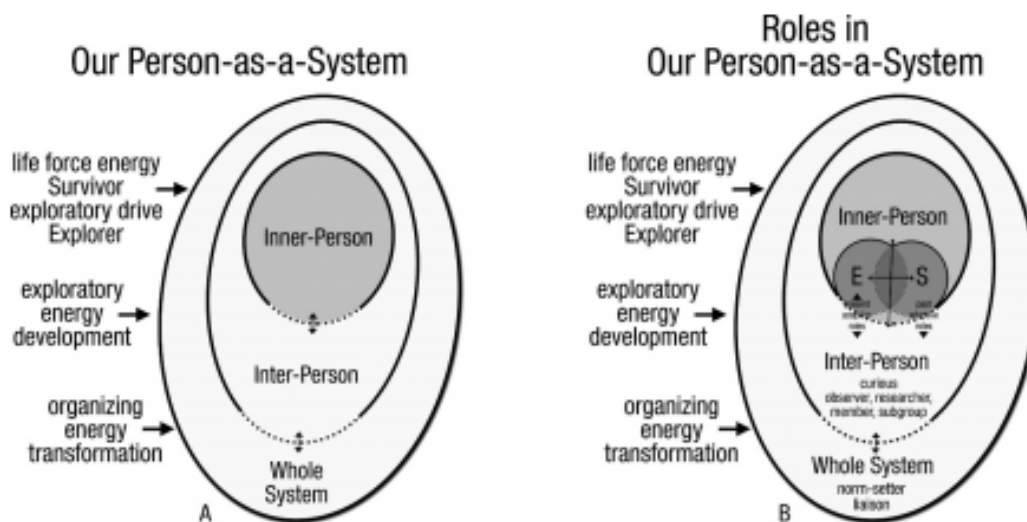


Figure 1. SCT's theory of the person-as-a-system. All figures included in this article are copyrighted by the Systems-Centered Training and Research Institute (SCTRI) and reprinted here with permission of SCTRI.

ΑΝΑΠΤΥΣΣΟΝΤΑΣ ΤΗ ΘΕΩΡΙΑ ΤΗΣ SCT ΚΑΙ ΟΡΙΖΟΝΤΑΣ ΤΗ ΡΗΞΗ ΥΠΟ ΤΟ ΠΛΑΙΣΙΟ ΤΩΝ ΣΥΣΤΗΜΑΤΩΝ

Η συστημοκεντρική θεραπεία είναι ένα μοντέλο βασιζόμενο στη θεωρία: εφαρμόζει μια θεωρία ζωντανών ανθρώπινων συστημάτων (TLHS). Αυτή η θεωρία πλαisiώσε την προηγούμενη συζήτησή μας για τον Art και τη μητέρα του. Πιο επίσημα, το TLHS ορίζει «μια ιεραρχία ισομορφικών συστημάτων που είναι οργανωτικά της ενέργειας, στοχο-κατευθυντικά και αυτο-διορθωτικά» (Agazarian, 1997, σελ. 18). Η *ιεραρχία* ορίζει κάθε σύστημα ως υπάρχον στο πλαίσιο ενός μεγαλύτερου συστήματος και ως το πλαίσιο για ένα μικρότερο σύστημα. Το σχήμα 1α απεικονίζει μια ιεραρχία με τρία ένθετα συστήματα: το ενδο-προσωπικό σύστημα, το δια-προσωπικό σύστημα, και το όλον σύστημα. Η ενέργεια που ορίζεται ως ισοδύναμη με τις πληροφορίες προέρχεται από το ενδο-προσωπικό σύστημα. Σε μια θεραπευτική ομάδα, αυτή η ενέργεια οργανώνεται σε δια-προσωπικά συστήματα καθώς τα μέλη συγκεντρώνονται σε υποομάδες που διακρίνουν και ενσωματώνουν διαφορές στην υπηρεσία της επιβίωσης, ανάπτυξης και μεταμόρφωσης. Η *ισομορφία* ορίζει την ομοιότητα στη δομή και τη λειτουργία για συστήματα εντός μιας καθορισμένης ιεραρχίας. Η *δομή* ορίζεται ως όρια που ανοίγουν ή κλείνουν την ενέργεια / πληροφορία: για παράδειγμα, προσεγγίζοντας μία ρήξη. Τα συστήματα λειτουργούν για την επιβίωση, ανάπτυξη και μετασχηματισμό/μεταμόρφωση από απλούστερη σε πιο περίπλοκη δομή

χρησιμοποιώντας τη λειτουργική υποομαδοποίηση για τη διάκριση και ενσωμάτωση των διαφορών.

Η ρήξη, ένας κοινώς χρησιμοποιούμενος όρος στην ψυχοθεραπεία, συχνά ορίζεται ως διαταραχή σε μία σχέση ή σχεσιακή ρύθμιση (Schoe, 2019) ή αποτυχία σε μία συμμαχία (Eubanks et al., 2018) είτε εντός της ψυχοθεραπείας είτε εντός ενός γάμου ή ενός συστήματος γονέα/παιδιού. Χρησιμοποιώντας τη θεωρία συστημάτων, η ρήξη μπορεί να οριστεί ως μία διαταραχή στη δομή, τη λειτουργία ή τη ροή της στοχο-κατευθυνόμενης ενέργειας εντός ή μεταξύ οποιουδήποτε επιπέδου της ιεραρχίας του συστήματος: ενδο-προσωπικό, δια-προσωπικό ή σε όλο το σύστημα. Για παράδειγμα, κάθε φορά που μια σύγκρουση διαταράσσει τη δομή του συστήματος, τα όρια κλείνουν και υπάρχουν λιγότερες διαφορές (λιγότερη ενέργεια) διαθέσιμες, σταθεροποιώντας το σύστημα και περιορίζοντάς το περισσότερο προς την επιβίωση με λιγότερη ανάπτυξη και μεταμόρφωση.

ΑΠΟ ΤΗ ΘΕΩΡΙΑ ΣΤΗΝ ΟΜΑΔΙΚΗ ΠΡΑΚΤΙΚΗ

Η απεικόνιση της SCT (Σχήμα 1) του ατόμου-ως-σύστημα γεφυρώνει αυτήν τη θεωρία με την πράξη, δείχνοντας πώς οι παλιότεροι προσαρμοστικοί ρόλοι με κλειστά όρια επηρεάζουν κάθε επίπεδο του συστήματος (Σχήμα 1β). Παραδόξως, αυτή η απεικόνιση αναπτύχθηκε μετά από μια μείζονα ρήξη στη μεγάλη μας ομάδα στο ετήσιο συνέδριό της SCT. Αυτό που ξεκίνησε ως χρήσιμη ανατροφοδότηση κατέληξε στη δημιουργία συνθηκών αποδιοπομπαίου τράγου. Η ομάδα το αναγνώρισε και άρχισε να επανορθώνει τις ρήξεις. Στην SCT, η «ενσωμάτωση των διαφορών» είναι ο πυρήνας της θεωρίας μας, με αποτέλεσμα οι αποδιοπομπευτικές διαφορές να παραβιάζουν τους κανόνες και τις αξίες μας. Αυτό οδήγησε στην αναθεώρηση της SCT θεωρίας και στην ανάπτυξη του χάρτη ρόλων-συστημάτων (Agazarian et al., υπό έκδοση).

Ο Χάρτης του Ατόμου-ως-Σύστημα της SCT: Εντοπίζοντας Ρήξεις σε Όλα τα Επίπεδα Συστήματος

Η πιο περίπλοκη απεικόνιση (Σχήμα 1β) έχει αποδειχθεί χρήσιμη στην εφαρμογή της θεωρίας SCT για τη ρήξη και επανόρθωση. Σε αυτόν τον χάρτη, το ενδο-προσωπικό (ή στην ανθρώπινη γλώσσα, το πρόσωπο-ως-εαυτός) είναι όπου αισθανόμαστε ο εαυτός μας – είναι επίσης η πηγή ενέργειας της ζωτικής μας δύναμης και της διερευνητικής μας ορμής τόσο για τον εαυτό μας όσο και ως καύσιμο για οποιοδήποτε ζωντανό ανθρώπινο σύστημα του οποίου είμαστε μέρος. Το ενδο-προσωπικό μας σύστημα οργανώνει τις δύο διαφορετικές ενέργειές του σε δύο συστήματα ρόλων: επιζών και εξερευνητής. Τα όρια ρόλου στον καθένα ανοίγουν και κλείνουν προκειμένου να μετρήσουν την ενέργεια/πληροφορία που εισέρχεται και εξέρχεται εντός του εαυτού μας και με τους άλλους. Όταν είναι ασφαλές, τα όριά μας είναι ανοιχτά στον εαυτό μας και τους άλλους.

Αντιθέτως, μια ρήξη εγείρει συνήθως έναν προηγούμενο προσαρμοστικό ρόλο στον ενδο-προσωπικό μας επιζώντα (απεικονίζεται στο Σχήμα 2β). Κλείνουμε τα όριά μας για να προστατέψουμε και να σταθεροποιήσουμε τον εαυτό μας (ενδο-προσωπικό), τις σχέσεις μας (δια-προσωπικό) και το σύστημα της ομάδας. Οι κλειστοί ρόλοι επιζώντων σταθεροποιούνται προσαρμοστικά και μας προστατεύουν διατηρώντας εκτός τις διαφορές που είναι πολύ διαφορετικές, μια κινητήρια δύναμη¹ προς τον στόχο της επιβίωσης και της σταθερότητας και μια περιοριστική για την ανάπτυξη δύναμη. Οι παρελθόντες κλειστοί ρόλοι επιζώντα αναπτύχθηκαν για να διαχειριστούμε τις ρήξεις μας στο παρελθόν, συχνά νωρίς στη ζωή. Όταν ενεργοποιούνται στο

παρόν, αυτοί οι προγενέστεροι ρόλοι επιβίωσης οδηγούν εύκολα σε ρήξεις με τα κατά κύριο λόγο κλειστά όριά τους, τόσο σε ένα κομμάτι του εαυτού μας όσο και με τους άλλους. Τα κλειστά συστήματα διατηρούν εκτός τις διαφορές· για παράδειγμα, αποκλείοντας το πώς διαφέρει το παρόν από το παρελθόν. Έτσι, οι κλειστοί μας ρόλοι επιζώντα μπορούν να επιβιώσουν, αλλά δεν μπορούν να αναπτυχθούν.

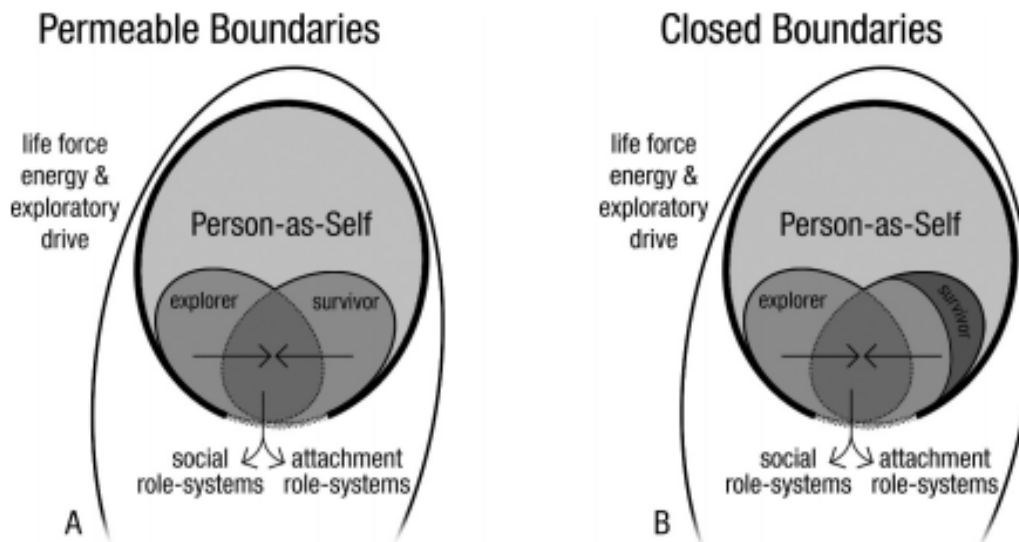


Figure 2. Open and closed role-systems. All figures included in this article are copyrighted by the Systems-Centered Training and Research Institute (SCTRI) and reprinted here with permission of SCTRI.

¹ SCT has drawn heavily from Lewin's work with the force field (Lewin, 1951) in recognizing that all role-systems will have driving and restraining forces dependent on the goal of the role-system and the context.

Η ύπαρξη ενός κλειστού συστήματος επιζώντων σε μια ιεραρχία *ισομορφικών* συστημάτων (Σχήμα 1β), σηματοδοτεί παρόμοια κλειστά όρια στο ενδο-προσωπικό και στο σύστημα-ως-όλον. Η αναγνώριση ενός κλειστού ρόλου στο ενδο-προσωπικό μας ειδοποιεί για πληροφορίες σχετικά με τις δυνατότητες αλλαγής σε ολόκληρο το σύστημα. Είναι σημαντικό ότι το δια-προσωπικό σύστημα, το μεσαίο σύστημα στην ιεραρχία, είναι αυτό με τη μεγαλύτερη επιρροή για αλλαγή με τα συνεχόμενα όριά του και με τα δύο παρακείμενα συστήματα.

Οι ομάδες SCT χρησιμοποιούν τη λειτουργική υποσοματοποίηση για να ενεργοποιήσουν ένα αναπτυσσόμενο δια-προσωπικό σύστημα ώστε να διακρίνουν και να ενσωματώνουν διαφορές. Αντίθετα, όταν οι κλειστοί μας ρόλοι επιζώντων (προσαρμοστικοί στο παρελθόν) τροφοδοτούν το δια-προσωπικό σύστημα, είμαστε συνδεδεμένοι περισσότερο με τους στόχους επιβίωσης και συχνά παρακινούμε τους άλλους σε αμοιβαίους ρόλους επιβίωσης που οδηγούν σε δίπολα ρόλων, όπως ταυτοποιημένος άρρωστος/βοηθός, one-up/one-down, ή κυρίαρχος/υποτακτικός. Ο στόχος των δίπολων ρόλων είναι η προσωπική επιβίωση και η σταθεροποίηση ολόκληρου του συστήματος, όχι η ανάπτυξη και ο μετασχηματισμός.

Αυτά τα τρία είναι αλληλοεξαρτώμενα συστήματα: το ενδο-προσωπικό τροφοδοτεί το δια-προσωπικό σύστημα, και τα δύο διέπονται από τους κανόνες ολόκληρου του συστήματος ομάδας.

Ταυτόχρονα, το δια-προσωπικό σύστημα τροφοδοτεί την ανάπτυξη ολόκληρου του συστήματος ομάδας και επίσης του ενδο-προσωπικού συστήματος. Σκεπτόμενοι θεωρητικά, οι ρήξεις σε μια ομάδα δεν σχετίζονται μόνο με το ενδο-προσωπικό σύστημα, αλλά και με ρήξεις στις αλληλεπιδράσεις εντός και μεταξύ του δια-προσωπικού συστήματος, και ολόκληρου του συστήματος της ομάδας του οποίου η φάση ανάπτυξης υπερσχύει του συστήματος για προβλέψιμες ρήξεις.

ΠΡΟΣΚΟΛΛΗΣΗ ΚΑΙ ΟΜΑΔΙΚΗ ΨΥΧΟΘΕΡΑΠΕΙΑ

Η SCT (Agazarian, 1997) έχει από καιρό επηρεαστεί από τους Bowlby (1982), Heard και Lake (1997), και McCluskey (2002) στην ενσωμάτωση της θεωρίας και έρευνας προσκόλλησης στην SCT. Πιο πρόσφατα, το άτομο-ως-σύστημα της SCT και η ανάπτυξή του ως χάρτης συστήματος ρόλων επιτρέπει να βλέπουμε ζητήματα προσκόλλησης ως κλειστούς ρόλους επιζώντων ή προσαρμογές του συστήματος ρόλων στις ρήξεις.

Το ενδιαφέρον αναπτυσσόταν σχετικά με τη δημιουργία δεσμών μεταξύ της θεωρίας και έρευνας προσκόλλησης, και της ομαδικής ψυχοθεραπείας (Margamosh, 2014, 2017) που τώρα πραγματοποιείται σε πρόσφατες ερευνητικές μελέτες (περιγράφεται από τον Leszcz, 2017; Tasca, 2014). Για παράδειγμα, ο Tasca (2014) συνόψισε τα αποτελέσματα από τρεις μελέτες που δείχνουν, αντίστοιχα, διαρκή βελτίωση στην ανασφάλεια της προσκόλλησης που διατηρήθηκε μετά το τέλος της ομαδικής θεραπείας: μια σχέση μεταξύ μάθησης και άγχους προσκόλλησης σε ομάδες και αλλαγές στην προσκόλληση σε μια ομάδα που επηρέαζε θετικά τις προσκολλήσεις κάθε ατόμου.

Η πρόσφατη εργασία των Mikulincer και Shaver (2017) συνέδεσε επίσης τη θεωρία προσκόλλησης και την ομαδική θεραπεία. Με βάση την εστίαση του Bowlby (1982) στην πλαστικότητα της προσκόλλησης κατά τη διάρκεια της ζωής, πρότειναν ένα *ομαδικό* μοντέλο αλλαγών στην προσκόλληση: «Οι επαναλαμβανόμενες αλληλεπιδράσεις με ανταποκρινόμενους και υποστηρικτικούς συντονιστές και συνεκτικές ομάδες αλλάζουν ευεργετικά τα πρότυπα προσκόλλησης και την ψυχολογική λειτουργία ενός ατόμου» (σελ. 161). Η SCT υποθέτει επίσης μια τρίτη μεταβλητή σε ένα ομαδικό μοντέλο αλλαγής προσκόλλησης, την έκταση της υποομαδοποίησης λειτουργικά, καθώς η λειτουργική υποομαδοποίηση αναπτύσσει την εναρμονισμένη κατανόηση με τον άλλο τόσο ουσιαστική για την ασφάλεια στην προσκόλληση.

Επιπλέον, η διαπροσωπική νευροβιολογία έχει αποδειχθεί επίσης χρήσιμη για την κατανόηση του τρόπου με τον οποίο η ομαδική θεραπεία μπορεί να χρησιμεύσει ως ασφαλής βάση που επιτρέπει επανορθώσεις και τροποποιεί τα πρότυπα προσκόλλησης. Ο Schore (2019, 2020) τόνισε τον τρόπο με τον οποίο η ψυχοθεραπεία, συμπεριλαμβανομένης της ομάδας, βασίζεται στην συν-ρύθμιση του εγκεφάλου από δεξί προς δεξί ημισφαίριο, στη «συγκατασκευασμένη σχέση προσκόλλησης που είναι ενσωματωμένη στη θεραπευτική συμμαχία» (Schore, 2019, σ. 11). Οι Flores και Porges (2017) συνέδεσαν τη θεωρία της πολυπλοκότητας και την ομαδική θεραπεία, περιγράφοντας τον τρόπο με τον οποίο οι συντονιστές της ομάδας επηρεάζουν τις «επαναλαμβανόμενες κοινωνικές αλληλεπιδράσεις πρόσωπο-με-πρόσωπο» ενεργοποιώντας το κύκλωμα κοινωνικής εμπλοκής που παρέχει μια ασφαλή βάση για εξερεύνηση που συμβάλλει στην προσκόλληση και τη συναισθηματική ρύθμιση. Η SCT υπογράμμισε τη σημασία του ασφαλούς σχεσιακού πλαισίου της λειτουργικής υποομαδοποίησης ως συστήματος συσσωμάτωσης που ενεργοποιεί την κοιλιακή πνευμονογαστρική λειτουργία (Porges, 2011) που παρέχει εναλλακτικές

λύσεις σε πρότερους ρόλους προσκόλλησης επιζώντων (Gantt, 2018) που βασίζονται περισσότερο στη λειτουργία του συμπαθητικού ή παρασυμπαθητικού νευρικού συστήματος.

Εφαρμογή της Θεωρίας SCT Εργαζόμενοι με Ρήξη και Επανόρθωση

Όλοι οι ρόλοι είναι συστήματα που οργανώνουν την ενέργεια προς έναν στόχο. Στους πρωταρχικούς ρόλους επιζώντων, τα όριά μας μπορούν να ανοιχτούν προς τη ζωτική μας δύναμη και την εξερευνητική ορμή (περιέργεια για το νέο) και κοντά στην ογκομέτρηση της ενέργειας (διαφορές που είναι «πολύ διαφορετικές»). Σε αυτούς τους ανοιχτούς ρόλους, είμαστε ελεύθεροι να εξερευνήσουμε τον εαυτό μας και τον κόσμο και επίσης γνωρίζουμε (Σχήμα 2α) ότι είναι το πατρογονικό μας δικαίωμα να λαμβάνουμε φροντίδα, παρόμοια με αυτό που η βιβλιογραφία προσκόλλησης αποκαλεί «ασφαλή προσκόλληση» (McCluskey, 2002) και συνεπής με τη σκέψη του Porges (2011) για τη συρρύθμιση ως την προτιμώμενη νευρική λειτουργία μας. Ωστόσο, ο συντονισμός και η εναρμόνιση πάντοτε κυμαίνονται στα ανθρώπινα συστήματα: για παράδειγμα, τόσο το σύστημα παιδιού / γονέα όσο και το αναπτυσσόμενο παιδικό σύστημα οριοθετούν τα όριά τους για τη διαχείριση αυτών των διακυμάνσεων, κλείνουν για ασφάλεια και σταθερότητα και ανοίγουν όταν είναι ασφαλές. Όταν η απώλεια εναρμόνισης προκαλεί μία ρήξη που δεν περιορίζεται και δεν επιδιορθώνεται, τα συστήματα σταθεροποιούνται σε κλειστούς ρόλους επιζώντων. Με την επανάληψη, αυτά τα κλειστά όρια μπορούν να γίνουν πιο σταθερά και ανθεκτικά, λιγότερο ικανά να ανοίξουν και να κλείσουν ανταποκρινόμενα στο πλαίσιο. Αυτοί οι κλειστοί ρόλοι επιζώντων (Σχήμα 2β) εξασφάλιζαν την επιβίωσή μας με τους γονείς μας στο παρελθόν, όταν έπρεπε να παραμείνουμε συνδεδεμένοι για να επιβιώσουμε. Στο παρόν, οι παρελθόντες κλειστοί ρόλοι μας προσανατολίζουν προς την επιβίωση εις βάρος της ανάπτυξης.

Επανορθώνοντας μία Ρήξη από έναν Προγενέστερο Κλειστό Ρόλο Επιζώντα στο Παρόν

Επιστρέφοντας στη ρήξη μεταξύ του Art και της μητέρας του, το θυμωμένο του βλέμμα προς εκείνη προήλθε από το κλειστό σύστημα επιζώντων («αγανακτισμένος, συμμορφούμενος» ρόλος) στο ενδο-προσωπικό του σύστημα (Εικόνα 2β). Εάν η μητέρα του είχε αντιδράσει θυμωμένα στο έντονο βλέμμα του, το σύστημα τους γονέα/παιδιού (δια-προσωπικό) θα μπορούσε να σταθεροποιηθεί σε ένα κλείδωμα ρόλων κυρίαρχου/υποτακτικού περισσότερο προσανατολισμένο στην επιβίωση παρά στην ανάπτυξη. Μια σειρά παρόμοιων ανεπανόρθωτων ρήξεων με τον Art και τη μητέρα του θα μπορούσε να οδηγήσει σε ένα διαρκές κλείδωμα ρόλων. Θα μπορούσαμε τότε να οραματιστούμε τον 5χρονο Art ως 25χρονο Arthur σε μια θεραπευτική ομάδα «να πηγαίνει με τα νερά της ομάδας» για να διατηρήσει την ειρήνη ενώ σιωπηλά συγχωνεύεται, πιθανότατα πυροδοτούμενος από έναν συντονιστή που «κοινωνικοποιεί» ενεργά την ομάδα σε κανόνες SCT στη φάση πάλης/φυγής του γκρουπ. Ο θυμωμένος, συμμορφούμενος ρόλος του Arthur (ενδο-προσωπικός κλειστός επιζών) σηματοδοτεί μία ρήξη με τον συντονιστή και/ή την ομάδα. Προσδιορίζοντας τον ρόλο του Arthur ως φωνή μίας υποομάδας συμμορφούμενων μελών, ένας συντονιστής της SCT θα ρωτούσε «ποιος άλλος;» πήγαινε επίσης με τα νερά του συντονιστή, προσκαλώντας αυτά τα μέλη της υπο-ομάδας να διερευνήσουν μαζί τη συμμόρφωσή τους. Αυτό αναπτύσσει το ενδο-προσωπικό σύστημα της ομάδας, όπως φαίνεται στην παρακάτω λειτουργική υποομαδοποίηση:

Arthur: Νιώθω σαν να παραιτούμαι... κανείς άλλος;

Jessie: Τα παρατάς. [Ο Arthur συμφωνεί με νεύμα.] Α: Όχι ότι θα το κάνω, αλλά νιώθω έτσι!

Jessie: Νιώθεις σαν να τα παρατάς; [Α: ναι.] J: Δεν θέλω να μιλήσω, είμαι θυμωμένη, κανένας άλλος;

Terry: Δεν θέλεις να μιλήσεις και είσαι θυμωμένη [J: με κατάλαβες.], Είμαι κι εγώ θυμωμένος και δεν μου αρέσει πια η ομάδα, μπορεί να μην είναι σωστή για μένα. Κανείς άλλος;

Rosa: Αυτή η ομάδα μπορεί να μην είναι κατάλληλη για σένα και να είσαι κι εσύ θυμωμένος. [Ο Τ. κάνει νεύμα.]

Η διόρθωση του Arthur για την σκέψη της Jessie για εκείνον στη δεύτερη γραμμή (διάκριση μεταξύ συναισθήματος και δράσης) δείχνει πώς η υποομαδοποίηση επιδιορθώνει στιγμή-προς-στιγμή ρήξεις κατά τη διεργασία τους πηγαίνοντας εμπρός και πίσω, δημιουργώντας ένα επανορθωτικό δια-προσωπικό σύστημα και αποδυναμώνοντας τον παρελθόντα κλειστό ρόλο επιζώντα στο παρόν. Είναι επίσης ένα καλό παράδειγμα του τρόπου με τον οποίο ο κανόνας της υποομαδοποίησης, όπου τα μέλη μαθαίνουν να διασφαλίζουν ότι γίνονται κατανοητά, έδωσε στον Arthur μια εναλλακτική για τον ρόλο του «παραιτημένου» καθώς μετατοπίστηκε από το να συνεχίσει να συμμορφώνεται συμφωνώντας με νεύμα στην απαίτηση από τη Jessie να τον κατανοήσει. Στην υποομαδοποίηση, αναδύθηκαν όλο και περισσότερες μικρές διαφορές: για παράδειγμα, ο θυμός (πάλη) και η παρόρμηση να φύγει (φυγή), και οι δύο σημαντικές για να διερευνηθεί σε μια ομάδα η μεταβατική φάση πάλης/φυγής. Στην προσπάθεια αμοιβαίας συρρύθμισης, η υποομαδοποίηση δημιουργεί μια ασφαλή βάση: τα όρια των μελών ανοίγουν καθώς εξερευνούν, χτίζουν την εμπειρία και επανορθώνουν ρήξεις κατά τη στιγμή που εμφανίζονται. Στην SCT, η λειτουργική υποομαδοποίηση επανορθώνει ρήξεις και ταυτόχρονα μειώνει τη συχνότητα εμφάνισής τους.

ΠΩΣ Η ΛΕΙΤΟΥΡΓΙΚΗ ΥΠΟΟΜΑΔΟΠΟΙΗΣΗ ΔΗΜΙΟΥΡΓΕΙ ΕΝΑ ΣΥΣΤΗΜΑ ΣΥΝ-ΡΥΘΜΙΣΗΣ

Όπως φαίνεται στο παράδειγμα του Arthur στην ομάδα, οι SCT συντονιστές ομάδας καθιερώνουν τον κανόνα της λειτουργικής υποομαδοποίησης εκπαιδύοντας την ομάδα ότι αφού ένα μέλος μιλήσει, το μέλος τελειώνει λέγοντας «κάποιος άλλος;» Το παράδειγμα με τον Arthur δείχνει πώς το «κάποιος άλλος;» επιτρέπει στην ομάδα να γνωρίζει ότι το μέλος έχει ολοκληρώσει αυτό που έλεγε και είναι έτοιμο να συμμετέχουν κι άλλοι. Όποιος αισθάνεται παρόμοια ή σχετίζεται με αυτό συμμετέχει παραφράζοντας ή καθρεφτίζοντας την καρδιά του μηνύματος του «ομιλητή» έως ότου ο «ομιλητής» νιώσει κατανοητός (το αν μαθαίνουν να συμμετέχουν με αυτό τον τρόπο αναπτύσσει συντονισμό και εναρμόνιση). Μετά το καθρέφτισμα, ο νέος «ομιλητής» κοιτάζει γύρω προς όλη την ομάδα και προσθέτει κάτι παρόμοιο με μικρές διαφορές, ενώ μετά ρωτάει "κανείς άλλος;" ώστε και αυτοί να συμμετέχουν. Με την καθιέρωση μιας ασφαλούς βάσης όπου νιώθουν ότι τους καταλαβαίνουν (Gantt, 2018), η υποομαδοποίηση δημιουργεί ένα αναπτυσσόμενο δια-προσωπικό σύστημα που επηρεάζει τα μέλη του ώστε τα πρωτογενή, αναπτυσσόμενα συστήματα ρόλων επιζώντων να ανοιχθούν σε μικρές διαφορές εντός των ομοιοτήτων. Με την καθιέρωση μιας ασφαλούς βάσης, η υποομαδοποίηση καθιστά όλο και πιο

εφικτό τόσο για τον ρόλο του φιλοπερίεργου εξερευνητή όσο και του επιζώντα στο ενδο-προσωπικό (βλ. Σχήμα 2α) να ανοιχθούν σε διαφορές, τόσο απαραίτητο για την ανάπτυξη.

Η διαδικασία αναστοχασμού στη λειτουργική υποομαδοποίηση μπορεί επίσης να οδηγήσει σε αυτό που ο Schore (2019) αποκαλεί «μοίρασμα κατάστασης συγχρονισμένου δεξιού προς δεξίό εγκέφαλο» (σελ. 12), αναγνωρίσιμη στην υποομαδοποίηση από συντονισμένους τόνους φωνής, διακυμάνσεις, μη λεκτικές εκφράσεις του προσώπου, χειρονομίες, σωματικές εμπειρίες, εκφράσεις, και στάσεις σώματος. Αυτή η κίνηση εμπρός και πίσω στην υποομαδοποίηση, ώστε να καταλάβουμε και να γίνουμε κατανοητοί, αναπτύσσει ένα δια-προσωπικό σύστημα συρρύθμισης, ρυθμίζοντας έμμεσα αυτό που μπορεί να είναι απορυθμισμένο και ενσωματώνοντας μικρές διαφορές μέσω μιας διευρυνόμενης σειράς διαδραστικών, συντονισμένων δυάδων (Agazarian et al., στον τύπο; Gantt, 2019a; Gantt & Agazarian, 2011, 2017; Gantt & Badenoch, στον τύπο). Τα μέλη έρχονται σε οπτική επαφή όταν αναστοχάζονται και συμμετέχουν καθώς η κατανόηση δεν αφορά ποτέ μόνο τις λέξεις, αλλά περιλαμβάνει επίσης τη μη λεκτική, σιωπηρή επικοινωνία δεξιού με δεξί εγκέφαλο. Πιο πρόσφατα, η SCT (Gantt, 2019b) συνέλαβε τη λειτουργική υποομαδοποίηση ως μια επανορθωτική νευρική άσκηση: αναστοχάζομενοι και ανοιγόμενοι σε μικρές διαφορές σε ένα συν-ρυθμιστικό πλαίσιο για τη μείωση των ρόλων επιζώντων που προκύπτουν από την απογοήτευση που προκύπτει καθώς δε γινόμαστε κατανοητοί, μια βασική παραβίαση του πατρογονικού μας δικαιώματος.

Πώς η Λειτουργική Υποομαδοποίηση Καθιερώνει μια Ασφαλή Βάση

Στη λειτουργική υποομαδοποίηση, κανείς δεν αφήνεται να δουλέψει μόνος του. Όλοι συμμετέχουν σε κάθε διαφορά καθώς κάθε διαφορά θεωρείται ως φωνή κάποιου και επίσης της ομάδας. Αυτό οδηγεί σε λιγότερες ρήξεις λόγω διαφορών, καθώς κάθε καταχώρηση αντιμετωπίζεται με εναρμόνιση και συντονισμό και βασίζεται σε κάτι παρόμοιο. Εάν κάποιος έχει μια «νέα» διαφορά, ρωτά αν η ομάδα είναι έτοιμη για μια διαφορά. Όταν η ομάδα είναι έτοιμη, η δεύτερη υποομάδα εργάζεται, αναστοχάζομενη και χτίζοντας στις ομοιότητές τους, δημιουργώντας επίσης μια ασφαλή βάση στην υποομάδα, έτσι ώστε οι συγκρούσεις ολόκληρης της ομάδας να εμπεριέχονται και να εξετάζονται σε δύο διαφορετικές υποομάδες. Σε αντίθεση με τις ρήξεις όπου τα όρια κλείνουν, στην ασφάλεια της υποομαδοποίησης, τα όρια ανοίγουν: πρώτα προς τους άλλους εντός της υποομάδας τους, και αργότερα ανακαλύπτοντας ομοιότητες με την «άλλη» υποομάδα, επιτρέποντας την ενσωμάτωση των διαφορών σε ολόκληρη την ομάδα.

Στην υποομαδοποίηση, κάθε φορά που ο «ομιλητής» γίνεται κατανοητός, ολόκληρη η ομάδα αισθάνεται πιο ασφαλής. Τα μέλη μαθαίνουν να αναλαμβάνουν τον ρόλο τους στην υποομάδα για να κατανοήσουν τον άλλο και, με τη σειρά τους, να βοηθήσουν τους άλλους να τους καταλάβουν. Αυτό καθιερώνει μια εναλλακτική στους προγενέστερους ρόλους επιζώντων που πυροδοτούνται συχνά από το ότι δεν γίνονται κατανοητοί και δημιουργούν το πλαίσιο της ομάδας για την εξερεύνηση των ρήξεων όποτε αυτές προκύπτουν. Η διερεύνηση των ρήξεων στην υποομαδοποίηση αναπτύσσει ένα ασφαλές σύστημα για την επανόρθωση των ρήξεων στο παρόν παρά για την επανάληψη προγενέστερων ρόλων. Ακόμη πιο σημαντικό, η υποομαδοποίηση ξεκινά μια διαδικασία αποκατάστασης της ρήξης στο παρελθόν: το ασφαλές δια-προσωπικό περιβάλλον ενεργοποιεί την εναρμόνιση και την περιέργεια του εσωτερικού εξερευνητή σχετικά με τον κλειστό ρόλο του επιζώντα, τι προστατεύει και τι γνωρίζει ο ρόλος αυτός. Αυτό το είδος εξερεύνησης συμβαίνει στη φάση της οικειότητας, όπως φαίνεται παρακάτω.

ΠΕΡΙΣΣΟΤΕΡΗ ΘΕΩΡΙΑ ΠΕΡΙ ΠΡΑΚΤΙΚΗΣ: ΧΡΗΣΗ ΤΗΣ ΛΕΙΤΟΥΡΓΙΚΗΣ ΥΠΟΟΜΑΔΟΠΟΙΗΣΗΣ ΓΙΑ ΤΗΝ ΕΠΑΝΟΡΘΩΣΗ ΤΩΝ ΡΗΞΕΩΝ

Η SCT θεωρία ορίζει όλα τα ζώντα ανθρώπινα συστήματα ως οργανωτικά ενέργειας, στοχοκατευθυντικά, και αυτο-διορθωτικά. Η λειτουργική υποομαδοποίηση εφαρμόζει την αυτο-διόρθωση. Στην ανθρώπινη γλώσσα, η αυτο-διόρθωση (self-correcting) είναι η επανόρθωση (repairing). Η ρήξη και η επανόρθωση αποτελούν τότε φυσιολογικές λειτουργίες των ζωντανών ανθρώπινων συστημάτων καθώς αυτά αυτο-διορθώνονται. Συνοψίζοντας, οι ρήξεις (συχνά λόγω διαφορών) οδηγούν σε κλειστά όρια και η λειτουργική υποομαδοποίηση είναι μια διαδικασία επιδιόρθωσης που ανοίγει τα όρια ενώνοντας ομοιότητες με μικρές μόνο διαφορές. Στην πραγματικότητα, η ρήξη και η επανόρθωση είναι απαραίτητες για την ανάπτυξη οποιουδήποτε ζωντανού ανθρώπινου συστήματος - είτε πρόκειται για ομάδα, είτε για μία δυάδα, είτε για ένα άτομο. Η ρήξη σηματοδοτεί μια διαφορά που δεν έχει ακόμη ενσωματωθεί: μια διαφορά που είναι πολύ διαφορετική, πολύ γρήγορη, πολύ αργή, και ούτω καθεξής. Στην SCT, οι διαφορές είναι ζωτικής σημασίας για την ανάπτυξη, αλλά δεν μπορούμε να τις ενσωματώσουμε από έναν κλειστό ρόλο επιζώντος. Έτσι, η λειτουργική υποομαδοποίηση για την επανόρθωση των ρήξεων είναι μια λειτουργία αυτο-διόρθωσης για όλα τα επίπεδα του συστήματος.

Για παράδειγμα, όταν παραφράζεται και αντανακλάται στην υποομάδα, το *ομιλών άτομο* μαθαίνει να «επιμένει» προς τον στόχο του να γίνει κατανοητό παρά «να παραιτηθεί» ή να «επιτεθεί». Η παραίτηση ή η επίθεση είναι και οι δύο συμπεριφορές προερχόμενες από κλειστούς ρόλους επιβίωσης του παρελθόντος, που σχετίζονται αντίστοιχα με την φυγή και την πάλη. Αντ' αυτού, ο *ομιλών* διερευνά πώς μπορεί να γίνει κατανοητός και να συνεχίσει να πειραματίζεται (ενεργοποιώντας τον ρόλο του φιλοπερίεργου παρατηρητή) με το πώς να επικοινωνεί, έτσι ώστε αυτός ή αυτή να γίνεται κατανοητός/η από το *ακούων άτομο*, όσο καιρό χρειάζεται. Αυτή η απαίτηση παρέχει μια εναλλακτική για τον κλειστό ρόλο επιζώντα της «παραίτησης» ή «συμμόρφωσης». Για τον *ακροατή*, υπάρχει μια παρόμοια πρόκληση όταν είναι δύσκολο να «πιάσει» τον άλλο, συχνά τα παρατάμε ή ξεσπάμε. Η λειτουργική υποομαδοποίηση μας επιτρέπει να βγούμε από τον κλειστό εσωτερικό μας εαυτό σε μια δια-προσωπική συνεργασία που, με τη σειρά της, αναπτύσσει το ενδο-προσωπικό μας σύστημα. Με αυτόν τον τρόπο, η υποομαδοποίηση εφαρμόζει μια αυτό-διορθωτική διαδικασία σε όλα τα επίπεδα του συστήματος: τόσο για τον ομιλητή όσο και για τον ακροατή στο ενδο-προσωπικό σύστημα· για το δια-προσωπικό σύστημα ομιλητή/ακροατή προς τον στόχο της επικοινωνίας· και για ολόκληρο το σύστημα καθώς αναπτύσσει έναν κανόνα αποτίμησης και απαρτίωσης των διαφορών. Ο προσανατολισμός ενός συστήματος διευκολύνει επίσης τα μέλη της ομάδας να βλέπουν την εμπειρία τους εντός πλαισίου παρά να εξατομικεύουν, όπου παίρνουμε κάτι προσωπικά ως λάθος ή κακό για εμάς, σηματοδοτώντας πάντα μία ρήξη.

Για παράδειγμα, στη δευτερεύουσα φάση της φυγής, η παγίδα είναι να *εξηγήσουμε* τα συναισθήματα ενός ατόμου αντί να τα εξερευνήσουμε, γεγονός που θα το κάνει πολύ δύσκολο να αισθανθεί ότι το καταλαβαίνουν. Η μη κατανόηση οδηγεί σχεδόν αναπόφευκτα σε μια λύση επιζώντα (κλειστά συστήματα ρόλου επιζώντα) στο ενδο-προσωπικό σύστημα (ρήξη με τον εαυτό) καθώς και ρήξη στο επίπεδο του δια-προσωπικού συστήματος (βλ. Σχήμα 2β).

Στο επόμενο παράδειγμα, η ομάδα μετακινούνταν από την φυγή στην πάλη. Ο Joe αναστοχαζόταν για τον Dave. Ο Dave επαναλάμβανε ότι ο Joe δεν τον είχε κατανοήσει επαρκώς, προσθέτοντας όλο και περισσότερες πληροφορίες και δυσκολεύοντας τον Joe να τον καταλάβει. Και

οι δύο ήταν απογοητευμένοι. Ο συντονιστής τους υπενθύμιζε συνεχώς ότι χρειάστηκαν και οι δύο ρόλοι για να λειτουργήσει η επικοινωνία, εμπλέκοντας τον Dave ως «ομιλητή» και τον Joe ως «ακροατή» για να πειραματιστούν με τον τρόπο επιτυχίας στην επικοινωνία τους. Μετά από 20 λεπτά, τελικά τα κατάφεραν! Η ανακούφισή τους ήταν προφανής σε όλους. Στη συνέχεια, ο Dave ανακάλυψε ότι βρισκόταν σε κλειστό ρόλο επιζώντος, όπου ποτέ δεν περίμενε να γίνει κατανοητός και πως, συνεχίζοντας να επαναλαμβάνει, ποτέ δεν γινόταν (κατανοητός). Ο Joe στράφηκε στην αυτό-μομφή όταν, καθώς η απογοήτευσή του αυξανόταν επειδή δεν καταλάβαινε τον Dave, κατηγορήσε τον εαυτό του και αποφάσισε ότι μάλλον παθαίνει άνοια. Η SCT αποκαλεί τη στροφή της απογοήτευσής του προς τον εαυτό του ως «boomerang» του εκνευρισμού του απέναντι στον Dave πίσω στον εαυτό του. Όντας στο ρόλο αυτού που μέμφεται τον εαυτό του, ο Joe δεν μπορούσε να δει την απογοήτευσή του ως μία φωνή για το σύστημα μεταξύ εκείνου και του Dave, και την αρχή της πάλης σε όλη την ομάδα. Αυτό δείχνει πώς οι ρήξεις ανήκουν όχι μόνο στο άτομο, αλλά και στο σύστημα της ομάδας. Η προσωπική απόκριση στη ρήξη είναι μια παρελθοντική προσαρμογή, ένας κλειστός ενδο-προσωπικός ρόλος επιβίωσης, αλλά ενεργοποιείται στο δια-προσωπικό σύστημα και από την συνολική φάση της ομάδας επιδρώντας στα μοτίβα αλληλεπίδρασης.

Πάντοτε βρισκόμαστε αντιμέτωποι με μια ρήξη όταν είμαστε σε κλειστό ρόλο επιβίωσης, καθώς έχουμε αποκοπεί από ένα μέρος του εαυτού μας: κλείνουμε για να επιτύχουμε σταθερότητα και προστασία της ζωτικής μας δύναμης, αλλά από τον κλειστό ρόλο επιβίωσης δεν μπορούμε πλέον να συσχετιστούμε πλήρως με τον εαυτό μας και τη ζωτική μας δύναμη ούτε μπαίνουμε ολόψυχα σε κοινούς δια-προσωπικούς στόχους. Επιπλέον, συχνά παραβιάζουμε τους κανόνες ολόκληρου του συστήματος σε ρήξεις καθώς δεν είμαστε πλέον εξοικειωμένοι με το ευρύτερο σύστημα. Χωρίς εναρμόνιση, είμαστε περισσότερο προσανατολισμένοι μόνο στους εαυτούς μας (εγώ) χωρίς σύνδεση με τους άλλους (εμείς) ή με το περιβάλλον μας. Μια ρήξη σε μια ομάδα γεννά άλλες καθώς η ρήξη θα αντηχήσει σε όλα τα επίπεδα του συστήματος.

ΕΠΑΝΟΡΘΩΝΟΝΤΑΣ ΠΑΡΕΛΘΟΝΤΙΚΟΥΣ ΡΟΛΟΥΣ ΕΠΙΒΙΩΣΗΣ ΣΤΟ ΕΔΩ –ΚΑΙ-ΤΩΡΑ ΤΗΣ ΟΜΑΔΑΣ

Το παρακάτω απομαγνητοφωνημένο κείμενο δείχνει μια ομάδα που υπο-ομαδοποιεί μαζί, αναγνωρίζοντας και επιδιορθώνοντας παρελθόντες ρόλους επιβίωσης στο παρόν μεταξύ τους μέσω του πήγαινε-έλα του να γίνει κατανοητή και κατανοήσει. Πρόκειται για μια ομάδα θεωρητικών SCT, που συναντιέται με έναν σύνδεσμο βίντεο, εξερευνά τον χάρτη του ατόμου-ως-σύστημα και τον εφαρμόζει στον εαυτό.

Don: Συχνά νιώθω μια έλξη προς το να κοιτάζω τον εαυτό μου όταν ακούω τους υπόλοιπους από εσάς. Στη συνέχεια, όταν ακολουθώ αυτή την τάση, κοιτάζω τον εαυτό μου και σκέφτομαι χμμ, κάνω όλες αυτές τις μικρές αξιολογήσεις για το πώς φαίνομαι. Αυτό είναι σίγουρα ενδο-προσωπικό. Και μετά έχω επίσης την εμπειρία μερικές φορές να κοιτάζω τον εαυτό μου και να παρατηρώ ότι δεν έχω και τόσο κάποια έκφραση προσώπου, έχω αυτό το είδος κενής όψης για το οποίο έχω περιέργεια. Και έχω μια ανησυχία ότι μπορεί να επηρεάζει τον τρόπο με τον οποίο οι άλλοι σχετίζονται μαζί μου και πώς επηρεάζω άλλους ανθρώπους στην ομάδα. Και νομίζω ότι αυτό το κομμάτι είναι δια-προσωπικό. Επίσης, νιώστε λίγο απογοητευμένος που δεν μπορώ να έχω περισσότερη κινητικότητα στο πρόσωπο. Κάποιος άλλος; ... [Το καθρέφτισμα της Cindy παραλείπεται εδώ για συντομία.]

Cindy: [Μετά από καθρέφτισμα, προσθέτοντας.] Ναι. Και μετά όταν πράγματι βλέπω τον εαυτό μου εδώ, σκατά, μοιάζω όντως έτσι όταν είμαι σε μια ομάδα; Όπως το λέω, αυτό προκαλεί ντροπή. Δεν θέλω οι άνθρωποι να βλέπουν κάποια μέρη μου τότε. Και αυτός είναι ένας κοινωνικός ρόλος επιζώντα. Εντάξει, δεν έχω τον εαυτό μου υπό έλεγχο. Τώρα βλέπω το πρόσωπό σου να κινείται, Don. Εντάξει, κανένας άλλος; Και άλλοι, ναι, το βλέπω. Βασικά όλοι. Βλέπω ολόκληρη την εικόνα, ολόκληρο το σύστημα εδώ.

Συντονίστρια: Η κινητικότητα της ομάδας ως όλον.

Cindy: Η κινητικότητα της ομάδας ως όλον. Ναι, είναι ζωντανή, η ομάδα. Όπως τα συναισθήματα και η ενέργεια λάμπουν μέσα από το δέρμα και τα μάτια. Και αυτό με κάνει να νιώθω περισσότερο συνδεδεμένη όταν το βλέπω σε όλους. Ναι.

Συντονίστρια: Και λιγότερο ντροπιαστικά και επικριτικά προς τον εαυτό σου;

Cindy: Πολύ λιγότερο. Καθόλου, στην πραγματικότητα, γιατί είμαι μαζί σας, η προσοχή μου είναι σε εσάς. [επανορθώνοντας παρελθοντικές ρήξεις με τον εαυτό ενσωματώνοντας τη διαφορά στην παρούσα εμπειρία]

Συντονίστρια: Άλλαξες συστήματα ρόλων.

Cindy: Ναι. Συγκινητικό, χμμ. Ναι. Κανένας άλλος;

Andrea: Απλώς άλλαξες συστήματα ρόλων από το ενδο-προσωπικό και κοιτάζοντας τον εαυτό σου, και κρίνοντας τον εαυτό σου, είτε θετικά είτε αρνητικά, και διερωτώμενη πώς σε βλέπουν οι άλλοι, και ίσως νιώθοντας ντροπή για το πώς μοιάζεις μερικές φορές.

Cindy: Μμ-χμμ [καταφατική].

Andrea: Παρατηρώντας ολόκληρη την ομάδα και βλέποντας εκείνη τη στιγμή την κινητικότητα του προσώπου της ομάδας.

Cindy: Ναι. Και ήταν αστείο γιατί πρώτα είδα μόνο τον Don, και στη συνέχεια διεύρυνα την οπτική μου και σας είδα όλους, όλους, ολόκληρη την ομάδα.

Andrea: Αρχικά είδες μόνο τον Don, και μετά η προοπτική σου διευρύνθηκε, είδες ολόκληρη την ομάδα. Τότε ένιωσες περισσότερο συνδεδεμένη και ένιωσες συγκινημένη. Κάτι που παρέλειψα;

Cindy: Αυτή τη στιγμή, είμαι κάπως εντυπωσιασμένη, αυτό περνά ένα μεγάλο όριο, ένα εντελώς συνολικό, διαφορετικό, άλλο σύστημα που έχει τελείως διαφορετική επίδραση στον εαυτό μου και σε ολόκληρο το σύστημα.

Andrea: Ήταν κάπως εντυπωσιακό αυτό. Και η επίγνωση της διέλευσης των ορίων από ένα σύστημα ρόλων σε ένα άλλο σύστημα ρόλων.

Cindy: Ναι. Με κατάλαβες.

Andrea: Λοιπόν, αυτό μου κάνει πολύ νόημα. Ένα από τα ζητήματα είναι ότι παρακολουθώ όταν το πρόσωπό μου σφίγγεται, και πώς εκπαίδευσα τον εαυτό μου για να ανοίγω το πρόσωπό μου. Και τότε μόλις παρατήρησα ότι είναι ευκολότερο να έχω ανοιχτό πρόσωπο όταν πραγματικά σχετίζομαι με τους ανθρώπους.

Αυτό δείχνει πώς η λειτουργική υποομαδοποίηση παρέχει ένα εναλλακτικό δια-προσωπικό σύστημα για την επανάληψη των πρώιμων επιλύσεων επιβίωσης στην ομάδα. Η υποομαδοποίηση διευκόλυνε και τα τρία μέλη να επανορθώσουν τις ρήξεις με τον εαυτό (ενδο-προσωπικό), αναπτύσσοντας τόσο το εδώ-και-τώρα όσο και το «εκεί-και-τότε» των ρόλων: το πρόσωπο του Don γίνεται κινητικό, η Cindy κινείται από τη ντροπή στην αυτό-σύνδεση, η Andrea μετατοπίζεται από το «να εκπαιδεύει τον εαυτό της» στο να σχετίζεται. Αυτό το είδος επανόρθωσης αποτελεί συνεχή

διεργασία σε όλες τις ομάδες SCT. Το άλλο σημαντικό έργο της SCT για την επανόρθωση και τη ρήξη αφορά το συγκεκριμένο έργο του ρόλου σε κάθε φάση ανάπτυξης του συστήματος, επίσης ενταγμένο στη διαδικασία υποομαδοποίησης.

ΦΑΣΕΙΣ ΑΝΑΠΤΥΞΗΣ ΤΟΥ ΣΥΣΤΗΜΑΤΟΣ

Η SCT χρησιμοποιεί ένα μοντέλο φάσεων (Agazarian, 1997; Agazarian & Gantt, 2000, 2003; Gantt & Agazarian, 2007) επηρεασμένο έντονα από το έργο των Bennis and Shepard (1956) και του Bion (1961). Η SCT ορίζει τρεις κύριες φάσεις ανάπτυξης: (α) εξουσία με υποφάσεις φυγής, μετάβασης σε πάλη, ρόλους και δίπολα ρόλων, και την κρίση μίσους· (β) φάση οικειότητας με τους πρωτότυπους περιοριστικούς ρόλους της σαγήνης (που σχετίζεται με αγχώδη προσκόλληση) και απομυθοποίησης (αποφευκτική προσκόλληση)· και (γ) τη φάση εργασίας με συγκρούσεις σχετικά με τη γνώση και τη χρήση όσων γνωρίζει κανείς εντός πλαισίου ή ακολουθώντας το «γράμμα του νόμου» και παραβιάζοντας το πνεύμα. Καθ' όλη τη διάρκεια της SCT, η φάση της ομάδας καθορίζει το έργο που μπορεί και δεν μπορεί να πραγματοποιηθεί, καθώς κάθε φάση αναπτύσσει επίσης πόρους για τη μεταγενέστερη φάση εργασίας.

Δουλεύοντας Διαφορετικά με τη Ρήξη και την Επανόρθωση σε Διαφορετικές Φάσεις Ανάπτυξης του Συστήματος

Οι ρήξεις εδώ-και-τώρα όχι μόνο διεγείρουν τους ρόλους επιβίωσης, αλλά και κάθε φάση με τις συγκεκριμένες συγκρούσεις της διεγείρει προβλέψιμους ρόλους επιβίωσης που σχετίζονται με προηγούμενες ρήξεις και προσαρμογές στο ενδο-προσωπικό σύστημα. Σε συνδυασμό με αυτό, οι έξοδοι από αυτούς τους παρελθόντες ρόλους επιβίωσης συχνά πυροδοτούν ρήξεις στο εδώ-και-τώρα, προκαλούν τους άλλους σε αμοιβαίους ρόλους, και διαιωνίζουν τη ρήξη με τον εαυτό.

Δουλεύοντας με Ρήξεις στη Φάση Εξουσίας

Οι ρήξεις σε αυτήν τη φάση σχετίζονται πρωτίστως με τους κοινωνικούς ρόλους επιβίωσης. Ξεκινώντας από την υποφάση της φυγής, το σημαντικότερο έργο της SCT για τις ρήξεις είναι να καθιερώσει τη λειτουργική υποομαδοποίηση ως κανόνα της ομάδας καθώς δημιουργεί ένα ασφαλές περιβάλλον στην πραγματικότητα του εδώ-και-τώρα. Επίσης, οι ρόλοι επιβίωσης μέσω φυγής αποδυναμώνονται με την καθιέρωση του ελέγχου της πραγματικότητας (reality-testing), ο οποίος επανορθώνει τη σχέση μας με τη γνωστική λειτουργία μας καθώς μαθαίνουμε να «εξερευνούμε» αντί να «εξηγούμε». Στην υποφάση πάλης, αποκαθιστούμε τη σχέση μας με τα συναισθήματά μας καθώς μαθαίνουμε να εξερευνούμε παρά να εκδραματίζουμε. Αυτές οι υποφάσεις θέτουν έτσι τα θεμέλια για την αναίρεση των κοινωνικών ρόλων επιβίωσης στη δευτερεύουσα φάση ρόλων/δίπολων ρόλων· για παράδειγμα, ένας πάνω/έναν κάτω. Αυτό το έργο επανορθώνει τις ρήξεις στις οποίες προσαρμόστηκαν αυτοί οι ρόλοι επιβίωσης, τόσο με τον εαυτό όσο και με τα άλλα μέλη της ομάδας. Όταν αρκετά από τα δίπολα ρόλων έχουν ανααιρεθεί ώστε τα μέλη της ομάδας είναι πιο ασφαλή και εμπειρογμένα μεταξύ τους, η ομάδα μεταμορφώνεται σε κρίση μίσους.

Κρίση Μίσους. Στην ασφάλεια που καθιερώνεται με τον άλλο, εμφανίζονται και διερευνώνται οι προσαρμογές παρελθοντικών ρόλων των μελών στις ρήξεις: ρήξεις που σχετίζονται με την εξουσία και συγκρούσεις μεταξύ στόχων σύνδεσης και κοινωνικοποίησης. Η έμφαση της SCT

στην κρίση μίσους είναι παράλληλη με την εργασία του Pat de Maré's (Lenn & Stefano, 2012) για το πώς η «ενεργή απογοήτευση» και «το μίσος δεν είναι ο αντίπαλος του Έρωτα αλλά το αναπόφευκτο μη αναστρέψιμο αποτέλεσμα της απογοήτευσης του Έρωτα» (Agazarian, 2012, σελ. Χxiii). Η διερεύνηση και η αναίρεση των ρόλων του επαναληπτικού καταναγκασμού με την εξουσία απελευθερώνει τις «ομαδικές εκρήξεις μίσους προς τον συντονιστή [που] ως βαρομετρικό συμβάν... πυροδοτεί τη μετάβαση από την ενασχόληση με την εξουσία στη φάση της οικειότητας» (Agazarian, 2012, σελ. χxiii). Αν επανέρθουμε στην πρώτη βινιέτα μας με τον Art που είναι χρήσιμη εδώ: όταν ο Έρωσ του Art υπήρξε απογοητευτικός και η ενεργή απογοήτευσή εμπεριέχθηκε στο σύστημα μητέρας/παιδιού, ο Art μπορούσε να συνεχίσει να αναπτύσσεται και να μαθαίνει να διαχειρίζεται τις αναπόφευκτες απογοητεύσεις της καθημερινής ζωής στο πλαίσιο της κοινωνικοποίησης. Ή και πάλι αντλώντας από το έργο του de Maré, «Η ανθρώπινη επιθετικότητα είναι η πιθανή ενέργεια θεμελιώδης για την τροφοδότηση της ροής ενέργειας και πληροφοριών μεταξύ όλων των επιπέδων της ανθρώπινης ανταλλαγής» (Agazarian, 2012, σ. Χxii). Μεταφράζοντας το για τη θεωρία των συστημάτων, ο Agazarian (2012) αναγνώρισε την «κρίση μίσους» ως ένα περιστασιακό γεγονός «κοινό στην ανάπτυξη όλων των ισομορφικών συστημάτων, είτε το σύστημα είναι το άτομο, μέλος, υπο-ομάδα ή η ομάδα-ως-όλον "(σελ. χxiii).

Η επανόρθωση της ρήξης με την ορμή μας για ζωή είναι ζωτικής σημασίας. Όταν βρισκόμαστε σε κλειστούς ρόλους επιβίωσης, έχουμε περιορισμένη πρόσβαση στην ορμή της ζωής και τη δημιουργική ενέργεια. Η πρωτογενής μας ενέργεια είναι περιορισμένη. Η εμπειρία από τον συντονιστή και τις υποομάδες της έκρηξης μίσους προς τον συντονιστή της ομάδας καθιστά δυνατή την επανόρθωση της σύνδεσής μας με την ζωτική μας δύναμη. Τα κλειστά συστήματα ρόλων επιβίωσης αρχικά έκλεισαν απέναντι στο μίσος μας για να προστατεύσουμε τον εαυτό μας και τις σχέσεις μας. Η αναίρεση αυτών των ρόλων επιδιορθώνει τη ρήξη στο εδώ-και-τώρα και μας επιτρέπει να επανασυνδεθούμε με την πρωταρχική μας ζωτική δύναμη.

Κάθε φάση ανάπτυξης του συστήματος καθορίζει το πλαίσιο για την εργασία μας με τις ρήξεις. Στη φάση εξουσίας, η SCT ασχολείται με συστήματα κοινωνικών ρόλων που διαχειρίζονται τις συγκρούσεις μεταξύ των απαιτήσεων κοινωνικοποίησης και των συνεργατικών ρόλων/ρόλων προσκόλλησης. Αν δεν αναιρεθούν, αυτοί οι κοινωνικοί ρόλοι επιβίωσης συχνά επαναλαμβάνονται σε αυτήν τη φάση της ομάδας, εκδραματίζοντας και πυροδοτώντας περαιτέρω ρήξεις.

Απομαγνητοφώνηση της Κρίσης Μίσους. Παρακάτω είναι ένα απομαγνητοφωνημένο κείμενο μιας προχωρημένης βιωματικής ομάδας κατάρτισης SCT που αναιρεί τους παρελθόντες ρόλους επιβίωσης. Τα μέλη της ομάδας μαθαίνουν με την εξάσκηση μεταξύ τους, να αναιρούν κλειστούς ρόλους επιβίωσης καθώς αναδύονται αυθόρμητα στο εδώ-και-τώρα της ομάδας. Σε αυτό το απόσπασμα, ο Ted συνεργάζεται με την Geri ενώ ο συντονιστής συμβουλεύει τον Ted. Η δουλειά του ρόλου ξεκινά με την ονομασία του ρόλου και όσων αυτός πυροδοτεί μέσα στην ομάδα, ενεργοποιώντας την περιέργεια (ρόλος του εξερευνητή) και τον ρόλο του δια-προσωπικού παρατηρητή, ζωτικής σημασίας για την ανάπτυξη. Η ρήξη στο εδώ-και-τώρα σε αυτό το απόσπασμα μεταξύ του μέλους και του συντονιστή αποτελεί επίσης τη φωνή της υποομάδας για τις βαθιά οδυνηρές προσωπικές απογοητεύσεις με τον συντονιστή και όλες τις εξουσίες. Μέσα από την διεργασία, τόσο η ρήξη μεταξύ του μέλους και του συντονιστή όσο και η ρήξη με τη δική της ζωτική δύναμη αρχίζει να επανορθώνεται.

Ted: Ξέρεις τι σου προκαλεί το «είναι κανείς εκεί»; Συνέβη κάτι;

Gerri: Νομίζω ότι έχει ήδη συμβεί, όταν επικεντρωνόμασταν στην αρχή της ομάδας, δεν βρέθηκαν οι ματιές μας, πιθανώς επειδή ήμουν ήδη στο ρόλο μου.

Ted: Λοιπόν, δεν συναντήθηκαν τα μάτια σας μετά την εστίαση; Ήσουν πιθανώς ήδη στο ρόλο σου;

Gerri: Ναι.

Ted: Λοιπόν, το παρακολουθούμε.

Συντονίστρια: Παρακολούθησε τα μάτια της, πηγαίνει έξω [τα μάτια της κοιτάζουν γύρω] και μέσα [τα μάτια κοιτάζουν προς τα κάτω]. Κράτησέ την έξω [δια-προσωπικό] τώρα. Λοιπόν, ποια τα μάτια δεν ήταν εκεί για εκείνη;

Ted: Λοιπόν, ποια τα μάτια δεν ήταν εκεί για τον ρόλο του «κάνεις εκεί»;

Συντονίστρια: Αυτού που δεν μπορούσε να βρει.

Ted: Αυτού που δε μπορούσες να βρεις; Τι γνωρίζεις για αυτό;

Gerri: Τα μάτια της συντονίστριας.

Ted: Παρατήρησες ότι τα μάτια της συντονίστριας δεν ήταν εκεί· αυτό πυροδότησε το ρόλο «κάνεις εκεί»;

Gerri: Ναι.

Ted: Εντάξει, επομένως παρατήρησες τι το πυροδότησε; Μπορείς να κάνεις χώρο για αυτό;

Συντονίστρια: Όχι, τελείωσέ το. ... Πώς νιώθει απέναντι στην Συντονίστριά μας, της οποίας τα μάτια δεν ήταν εκεί;

Ted: Πώς νιώθεις απέναντι στην Συντονίστριά μας όταν τα μάτια της δεν είναι εκεί;

Συντονίστρια: Θυμηθείτε ότι αυτός ο ρόλος κρατά ένα boomerang [ο όρος με τον οποίο η SCT αναφέρεται στις περιπτώσεις που στρέφουμε μια εκδικητική παρόρμηση ενάντια στον εαυτό].

Ted: Ω, σωστά. Ναι.

Gerri: Ξέρω, αυτός ο ρόλος τείνει να πάει προς αυτήν την τεράστια θλίψη, και έχω επίσης ένα boomerang και επιλέγω να μην πάω στη θλίψη.

Ted: Εντάξει.

Gerri: Επειδή με τραβά πίσω στο ρόλο.

Ted: Ναι.

Mitch: [εθελοντής χρονομέτρης] Απομένουν δύο λεπτά στον χρόνο εργασίας μας.

Συντονίστρια: Η θλίψη είναι κατά πάσα πιθανότητα κατάθλιψη από το boomerang, εσφαλμένα κωδικοποιημένη ως θλίψη. Πώς νιώθει απέναντι στην Συντονίστρια;

Ted: Λοιπόν, πώς νιώθεις απέναντι στην Συντονίστρια; ...

Συντονίστρια: Αν δεν κάνεις boomerang που θα ήταν η επίλυση του παρελθοντικού σου ρόλου.

Ted: Εάν δεν κάνεις boomerang, πώς νιώθεις απέναντι στην Συντονίστρια που πυροδότησε αυτό το ρόλο μέσα σου; Επειδή δε συναντήθηκαν τα βλέμματά σας.

Gerri: Νιώθω ότι θέλω. [σημαντική δουλειά για τη φάση της οικειότητας, αλλά φυγή από το εδώ του μίσους.]

Ted: Θέλεις.

Gerri: Θέλω να είσαι εκεί [στρέφοντας το σώμα προς τη Συντονίστρια].

Ted: Θέλεις η Συντονίστρια να είναι εκεί.

Gerri: Και να με κοιτάς.

Συντονίστρια: Και όταν δεν σε κοιτάω; Εάν δεν γυρίσεις τον θυμό πίσω προς εσένα με boomerang, πώς αισθάνεσαι απέναντί μου επειδή δεν είμαι εκεί;

Gerri: Σε μισώ! Σε μισώ! Σε μισώ!

Mitch: Είναι η ώρα.

Geri: Θεέ μου, το μισώ κι αυτό. Ανακαλύπτω περισσότερο χώρο στο πρόσωπό μου, νιώθω ζωντανή.

Αυτό το απόσπασμα απεικονίζει την καρδιά του έργου με την απογοητευτική εξουσία στην «κρίση μίσους», αποκαθιστώντας τη ζωτική δύναμη ενός ατόμου αναιρώντας τον κλειστό ρόλο επιζώντα που ταυτόχρονα έσωσε τον εαυτό και περιόρισε την ανάπτυξή του. Η αποδυνάμωση του ρόλου επιζώντα απελευθέρωσε το μίσος προς τη συντονίστρια και επιδιόρθωσε την πρώιμη ρήξη της με την πρωτογενή ενέργεια της ζωτικής δύναμης εντός του εαυτού της και με την συντονίστρια σε ένα πλαίσιο εμπειρίας και επανόρθωσης. Σε επόμενες συνεδρίες, η υποσομαδοποίηση βασίστηκε σε αυτό το έργο με άλλους να προσθέτουν και να μεταβολίζουν το μίσος και να επανορθώνουν ρήξεις με τον εαυτό τους και την συντονίστρια. Η αποδυνάμωση των πρώιμων προσαρμογών στις ρήξεις στο εδώ-και- τώρα επέτρεψε στα μέλη, την υποομάδα, και ολόκληρη την ομάδα να ξεκινήσουν την επανόρθωση με τον εαυτό, τη συντονίστρια και τις πρώιμες γονεϊκές τους φιγούρες. Αυτή η εργασία διευκόλυνε το μέλος και την ομάδα να «μεταβολίσει το μίσος σε συντροφικότητα [που] οδηγεί σε διαφορετικό δυναμικό επικοινωνίας» (Agazarian, 2012, σελ. Χxiii) και δημιουργεί πόρους για τη φάση της οικειότητας.

Δουλεύοντας με Ρήξεις στη Φάση της Οικειότητας

Μερικές συνεδρίες αργότερα, αυτή η ομάδα πέρασε στη φάση οικειότητας εξερευνώντας ρόλους συγγένειας/προσκόλλησης επιζώντων, που σχετίζονταν με πρώιμες ρήξεις στην αναζήτηση φροντίδας/παροχή φροντίδας. Τα μέλη αναγνωρίζουν πρώτα αυτούς τους ρόλους επιζώντων ως ενεργοποιημένους στην ομάδα, ονομάζουν το ρόλο τους, αναπτύσσουν περιέργεια γι' αυτό, και διερευνούν τον τρόπο να επανορθώσουν αυτό το μέρος του εαυτού. Αυτά τα βήματα ξεκινούν τη διαδικασία επανόρθωσης και ανάπτυξης των κλειστών ρόλων επιβίωσης και οικοδόμησης της εμπειρίας για την ουσιαστική σιωπηρή, συναισθηματική ανάπτυξη.

Απομαγνητοφώνηση Φάσης Οικειότητας. Ορισμένες από αυτές τις σιωπηρές εργασίες καταγράφονται σε αυτή την απομαγνητοφώνηση.

Randy: Λοιπόν, ακούγοντας ότι ο «ρόλος του καπακιού» είναι εδώ, είστε πιο χαλαροί;

John: Ναι.

Randy: Έχω την εικόνα ότι ένα μικρό κομμάτι του παλιού μου ρόλου είναι εδώ. Αυτό με κάνει επίσης να ανακουφιστώ λίγο. Τον έχω πράγματι σε ένα μικρό κρεβάτι εδώ. Παρακαλώ μην φωνάζετε τόσο πολύ που θα τον ξυπνήσει. Κάποιος άλλος; [επανόρθωση μαθαίνοντας να ανακουφίζει αυτόν τον «ρόλο» μέσα του]

Ruth: Θέλεις το μικρό σου αγόρι να είναι στο κρεβάτι με τη Mary και τους άλλους, και θέλεις η ομάδα να λειτουργεί ήσυχα ώστε να μην ξυπνήσει;

Randy: Άρα, δεν θα αναλάβει αυτός. Έτσι, μπορεί να βρίσκεται εδώ και να ξεκουράζεται, να μην αναλαμβάνει ρόλο.

Ruth: Άρα μπορεί να είναι εδώ, και ο ρόλος να μην καταλαμβάνει την κατάσταση. Δεν θέλετε να μπούμε σε αυτή την «ανάληψη» του ρόλου. Θέλετε το μικρό σας αγόρι να είναι εδώ μαζί με τη μικρή Marie και τους άλλους, το σαρκοφάγο κορίτσι, το αγόρι καπάκι, το κορίτσι βίζα. Δεν θέλετε να ξυπνήσει και να αναλάβει.

Randy: Μμ-χμμ [καταφατικό]. Σωστά. Σ' ευχαριστώ.

Ruth: Και το κομμάτι που προσπαθώ να δουλέψω αυτή τη στιγμή είναι, είμαι αρκετά εδώ για να υποστηρίξω την ομάδα που πηγαίνει σε άλλη διεργασία. Παρατηρώ ότι πηγαίνω προς αυτό το μαζοχιστικό μέρος του ρόλου μου που παραιτείται προς όφελος της ομάδας, ακόμα κι αν με πληγώνει. Κανένας άλλος;

Randy: Λοιπόν, παρατηρείς ότι έχεις την τάση να επιλέγεις στο σταυροδρόμι, τον δρόμο που παραιτείσαι και γίνεσαι μαζοχιστική. Πήγαινε πίσω σε ένα οδυνηρό μέρος και άφησε το χώρο στην ομάδα.

Ruth: Να εγκαταλείψω αυτό που θέλω.

Randy: Εγκατάλειψε αυτό που θέλεις [Η Ruth κάνει καταφατικό νεύμα]. Βγάζω τον πόνο μου έξω από την ομάδα. Θα ήθελα να ρωτήσω την υποομάδα αν υπάρχει κάποιος άλλος που παίρνει τα πράγματα προσωπικά και παίρνει τον πόνο του έξω από την ομάδα για τον εαυτό του. Κάποιος άλλος;

John: Θέλεις να συμμετάσχουμε στο να παίρνουμε τα πράγματα προσωπικά, να παίρνουμε τον πόνο σας και να φεύγουμε μαζί του;

Randy: Και να μπείτε μέσα μου.

John: Και να μπούμε μέσα σου [Ο Randy γνέφει καταφατικά]. Ναι. Συμμετέχω σε αυτό, και εγώ, εγώ, εγώ, ο πόνος μου είναι μέσα στα αυτιά μου, και τον ενεργοποιείτε, και τον κουβαλάω μόνος μου. Και όποτε τον βγάζω έξω από εδώ, δεν το καταλαβαίνω. Και είναι ένας πόνος, σαν ένα κατσαβίδι στα αυτιά, ακούγοντας. Και η ομάδα το ενεργοποίησε σήμερα και είναι χάλια. Το βγάζω, και πραγματικά θα ήθελα να βάζω κατσαβίδια στα αυτιά σας έτσι, και σε εσένα και σε εσένα. Σε όλους εσάς που μιλάτε χωρίς συναίσθημα! Μιλήστε με συναίσθημα! Κανένας άλλος; [Ο πόνος του: ακούγοντας κάποιον να είναι εκεί με συναίσθημα. Εδώ, αντί να πηγαίνει στον παρελθόντα ρόλο και να στρέφει την οργή προς τον εαυτό του, εστιάζει τώρα σε εκείνους των οποίων τα λόγια δεν έχουν κανένα συναίσθημα, που δεν είναι εκεί γι' αυτόν.]

Cathy: Ναι, μιλήστε με συναίσθημα! [Ο John γνέφει καταφατικά]. Έχω αυτόν τον πόνο στα δόντια μου, και θέλω να σας επιτεθώ (bite heads off) όταν διαπραγματευόμαστε με περιεχόμενο και λέξεις χωρίς συναισθήματα.

Συντονίστρια: Εξερεύνησε την παρόρμησή σου. [παρεμβαίνοντας στην εκφόρτιση στον τόνο, ανακατευθύνοντας τη διερεύνηση]

Cathy: Θέλω να δαγκώσω τα αυτιά σου. [Η αναίρεση της εκφόρτισης ελευθερώνει την επιθυμία για επαφή και εγγύτητα]

Συντονίστρια: Και το συναίσθημα ότι θέλεις να δαγκώσεις τα αυτιά μου.

Cathy: Θα γεμίσω. Γεμίζω με ... [παύσεις]

Συντονίστρια: Με;

Cathy: Με μαλακό τένοντα σαν έτοιμο να σκάσει. Μυρίζει. Θέλω να μετακινηθώ στο αυτί σου, να λιώσω με αυτό. Ωω [αρχίζει να εξερευνά την επιθυμία συγχώνευσης]

Συντονίστρια: Και η εμπειρία σου να λιώνεις με το αυτί μου;

Cathy: Είναι απαλό. Θέλω να προχωρήσω σε αυτό και απλά, θα ήθελα να αφεθώ εντελώς. Σαν, χωρίς όρια. Να σχετιστώ απόλυτα, χωρίς όρια. Θέλω να αγγίξω τα αυτιά σου. Θέλω να αγγίξω ολόκληρο το σώμα σου, να κινηθώ προς αυτό. Και θέλω να με κοιτάς.

Συντονίστρια: Δώσε αρκετό χώρο για την εμπειρία της επιθυμίας σου και συμπληρώστε την.

Cathy: Λίγη ζάλη, τώρα χαλαρώνω. Αχ. Ένα ζεστό στομάχι. Ζεστό και τρεμάμενο. Κανένας άλλος;

Ruth: Λιώνοντας στη Συντονίστρια;

Cathy: Είμαι μαλακή και χαλαρή.

Ruth: Μαλακή και χαλαρή και βρίσκεις τον εαυτό σου.

Cathy: Και είμαι θερμή.

Ruth: Θερμή. Τρέμεις.

Cathy: Ναι.

Ruth: Το κοριτσάκι μου. Ξαπλώνει στο μεγάλο πέτρινο φέρετρο, συνήθως κρατάω κλειστό το καπάκι για να την κρατήσω ασφαλή.

Συντονίστρια: Πόσο χρονών είναι, Ruth, ο ρόλος σου;

Ruth: Πέντε.

Ruth: (κλάμα) Και δεν ξέρω αν μπορώ να εμπιστευτώ αυτήν την ομάδα να είμαι ευγενική μαζί της; [δυσπιστία υποομάδας]

Συντονίστρια: Μπορείς να εμπιστευτείς τον εαυτό σου στο να είσαι ευγενική μαζί της τώρα και να σχετιστείς μαζί της;

Ruth: Ναι.

Συντονίστρια: Έτσι ώστε να μπορεί να σχετιστεί μαζί σου και όχι μόνο με τον γρανίτη.

Ruth: Έχει ένα στρώμα μαζί της.

Συντονίστρια: Ήταν έξυπνο εκ μέρους της να φέρει ένα στρώμα μαζί της.

Ruth: Εγώ της το έδωσα.

Συντονίστρια: Τι άλλο χρειάζεται από εσένα, εκτός από το στρώμα; Ρώτα την. Θα σου πει.

Ruth: Με χρειάζεται να την σηκώσω και να την κρατήσω.

Συντονίστρια: Εξακρίβωσε αν είναι έτοιμη για αυτό. Ρώτα την. Αφήστε την να σου πει. [ενεργοποιώντας το ρόλο του εξερευνητή]

Ruth: Είναι έτοιμη. Δεν είμαι σίγουρη ότι εγώ είμαι.

Συντονίστρια: Λοιπόν, τι εμποδίζει το να είσαι έτοιμη να έρθεις σε επαφή;

Ruth: Κοιτάζω τριγύρω, και αν βρίσκεται έξω από την προστατευτική της σαρκοφάγο, δεν ξέρω αν μπορώ να την προστατεύσω από την ομάδα.

Συντονίστρια: Δεν το γνωρίζεις ακόμη;

Η υποομάδα συνεχίζει να μιλά, διερευνώντας τους πρώιμους ρόλους τους και τις υποκείμενες επιθυμίες να λιώσουν με την συντονίστρια για προστασία και εγγύτητα ή τη δυσπιστία που οδήγησε στο κλείσιμο με σκοπό την ασφάλεια. Όλοι ανοίγουν προς την εμπειρική και συν-ρυθμιστική ροή της υποομάδας, εξερευνώντας τη φαντασία του να νιώθουν ταυτόχρονα ότι κρατιούνται και κρατούν ο ένας τον άλλον, επανορθώνοντας σιωπηρά πρώιμες ρήξεις του εκεί-και-τότε στο εδώ-και-τώρα. Εξετάζονται αμφότεροι οι ρόλοι που χαρακτηρίζουν τις πρώιμες προσαρμογές προσκόλλησης σε ρήξεις στο σύστημα παροχής φροντίδας / αναζήτησης φροντίδας, η επιθυμία να είναι όσο το δυνατόν πιο κοντά και να παραμένουν μόνοι για ασφάλεια παρόμοια με την εργασία του Hopper (2003) για τον εκμηδένιση (annihilation).

ΚΛΕΙΝΟΝΤΑΣ

Η συστημοκεντρική μέθοδος λειτουργικής υποομαδοποίησης δημιουργεί υποσυστήματα επανόρθωσης σε μια ομάδα και καθορίζει τον κανόνα της συνεχιζόμενης επανόρθωσης των αναπόφευκτων ρήξεων που αποτελούν φυσιολογικό μέρος της ομαδικής εργασίας. Αυτό αποτελεί μια ασφαλή βάση εμπειρίας για την αναίρεση των κλειστών ρόλων επιζώντων (τόσο κοινωνικών

όσο και συνεργατικών / προσκόλλησης) και των δίπολων ρόλων που επαναλαμβάνουν τις προηγούμενες προσαρμογές στη ρήξη στις φάσεις εξουσίας και οικειότητας στο εδώ-και-τώρα της ομαδικής εργασίας. Η διερεύνηση και η τροποποίηση αυτών των ρόλων διακόπτει την επανάληψη και χτίζει εδώ-και-τώρα επανορθώσεις στο παρόν και ξεκινά το έργο της ανάπτυξης των παρελθοντικών ρόλων έτσι ώστε η εγγενής, ζωτική σύνδεση με τη δύναμη της ζωής και την εξερευνητική ορμή να μπορεί να αποκατασταθεί και να ελευθερωθεί να τροφοδοτήσει την ανάπτυξη του μετασηματιστικού συστήματος.

Κλείνουμε με ένα τελευταίο απόσπασμα από αυτήν την ίδια ομάδα: ένα μέλος φέρνει ένα όνειρο που αιχμαλωτίζει την καρδιά της τρέχουσας δουλειάς της ομάδας στην αναίρεση, την ανάπτυξη και τη μεταμόρφωση των παρελθοντικών ρόλων επιζώντων, έτσι ώστε η ελεύθερη ενέργεια της ζωτικής δύναμης να τροφοδοτήσει τα μέλη και την ομάδα. Σε αυτό, οι ρόλοι που επέτρεψαν αρχικά την επιβίωση αναπτύσσονται τώρα εντός της επανορθωτικής εμπειρίας της υποομαδοποίησης και μεταμόρφωσης ολόκληρης της ομάδας.

Steven: Εντάξει, οπότε χθες το βράδυ ονειρεύτηκα ότι ήμουν με ένα συγκρότημα ροκ εν ρολ και ότι με προσκαλούσαν να παίξω μαζί τους, να συμμετάσχω μαζί τους. Δεν παίζω κιθάρα. Τραγουδάω αλλά δεν παίζω κιθάρα και ήμουν τόσο ενθουσιασμένος που έπαιζα σε ροκ εν ρολ μπάνα και που ήμουν στη σκηνή, απλά το σκέφτηκα, ξέρετε. Εκεί τελείωσε το όνειρο. Κανένας άλλος;

Steven: Απλώς φαίνεται ότι ήταν ένα όνειρο όχι μόνο για μένα αλλά για εμάς.

Daphney: Είχες ένα όνειρο και είχες μια μεγάλη επιθυμία να φέρεις το όνειρο. Και, στο όνειρο σε προσκαλούν σε ροκ εν ρολ μπάνα για να παίξεις κιθάρα.

Steven: Ναι.

Daphney: Και δεν παίζεις κιθάρα και έχεις τα χέρια σου στις χορδές.

Steven: Και για να τραγουδήσω.

Daphney: Και για να τραγουδήσεις, σωστά.

Steven: Και τραγουδάω.

Daphney: Τραγουδάς, ναι, ναι. Έχεις τα χέρια σου στις χορδές, έπαιξες την κιθάρα, ακουγόταν όμορφο.

Steven: Μμ-χμμ [καταφατικά]. Αλλά μόνο μία συγχορδία.

Daphney: Μόνο μια συγχορδία, κατάλαβα σωστά;

Steven: Τότε σκέφτηκα, δεν ήμουν σίγουρος αν θα έπαιζα μαζί τους ή δεν θα έπαιζα μαζί τους ή τι πρέπει να κάνω, είναι ανόητο να είμαι εκεί, αλλά τότε απλώς είπα, «Ξέρεις, εγώ πραγματικά θέλω να είμαι σε ροκ εν ρολ μπάνα. Θα ήθελα πολύ να είμαι σε ροκ εν ρολ μπάνα.» [εντοπίζει σιωπηρά το σταυροδρόμι μεταξύ του εμμοονικού ρόλου του ή του να επιλέξει να συνδεθεί με την επιθυμία του]

Daphney: Λοιπόν, δεν ήξερες αν επρόκειτο να παίξεις ή όχι, αλλά ήξερες ότι ήθελες πραγματικά να είσαι σε ροκ εν ρολ μπάνα;

Steven: Ω ναι. Απολύτως. Σ' ευχαριστώ.

Daphney: Ευχαριστώ. Θέλω λοιπόν να παρουσιάσω την εμπειρία μου. Δεν είναι θλίψη, απλώς ξεχειλίζει. Τα δάκρυα είναι απλά ... Νιώθω κάπως στην άκρη του άγνωστου και δεν ξέρω τι συμβαίνει.

Συντονίστρια: Λοιπόν, μείνε περίεργη.

Daphney: Ναι. Είμαι περίεργη. Το έργο του Steven με άγγιξε πραγματικά. Νιώθω ... Ας μην το κάνω μόνη μου. Η δουλειά του Steven με έφερε με μια βαθιά βουτιά σε μια αίσθηση του να θέλω και λίγο πριν από αυτό παρατήρησα έναν ρόλο όπου δεν ξέρω ποια είμαι και το μόνο που ξέρω σε αυτόν τον ρόλο, συνδέεται με τον πρόωρο ενήλικα, το μόνο που ξέρω από αυτόν τον ρόλο είναι ότι κοιτάζω τη Συντονίστρια. Λοιπόν, δεν κοιτάζω τη Συντονίστρια, αλλά κοιτάζω τους κανόνες και κοιτάζω την ομάδα και αυτές είναι οι μόνες πληροφορίες που έχω και πρέπει να το κάνω σωστά. Δεν ξέρω τι θέλω. Δεν ξέρω ποια είμαι. Δεν ξέρω πράγματι ακόμα, αλλά γνωρίζω ότι ξέρω. Αυτό είναι το έργο του Steven. Μου αρέσει πολύ να σε κοιτάζω. Είναι πολύ καλό να το γνωρίζω. Λοιπόν, το ξέρω. Δεν έχω τις σκέψεις για το τι σκέφτεστε όλοι σας ή τι σκέφτεται ή γράφει η Συντονίστρια. Εντάξει, ξέρω ότι θα μπορούσα να το χαλάσω, αλλά, απλώς θέλω να μείνω μαζί σου, μου άρεσε και αυτό. [Η D. Σταματά την οπτική επαφή που έκανε με την Cathy και κοιτάζει προς τα κάτω.]

Συντονίστρια: Μην ρίχνεις αυτό που θέλεις.

Daphney: Δεν ξέρω τι θέλω, ίσως ξέρω. Παρατήρησα έναν ρόλο που δούλευε να πιέζει.

Συντονίστρια: Ήθελες να μείνεις με την Cathy και μετά έφυγες.

Daphney: Ναι, ναι, και θέλω πραγματικά να μείνω με την Cathy και μετά μπήκα στη διαδικασία «να είμαι τέλεια» ή «καλό κορίτσι που ακολουθεί τους κανόνες» και να συμπεριλάβω την ομάδα και δεν θέλω να συμπεριλάβω την ομάδα. Τότε πάω τόσο γρήγορα. Πάμε. Τότε χάνω τον εαυτό μου ξανά. Αυτό δεν είναι έτσι τώρα. Τώρα ξέρω, θέλω να μείνω μαζί σου Cathy. Δεν θέλω να πιέσω τον εαυτό μου. Αυτό που θέλω είναι απλώς να δω. Να δώσω χρόνο στον εαυτό μου για κάτι που κάνουμε μαζί και που είμαι. Ναι. Μου αρέσει που βλέπω το συναίσθημά σου και μου αρέσει αυτό που βλέπω όταν βλέπω δάκρυα και βλέπω ευτυχία. Είναι σαν να κοιτάω στον καθρέφτη. Νιώθω πολύ ζεστά ξαφνικά. Ωστόσο, είναι πραγματικά δύσκολο να παραμείνω αυθεντική και να μην ακολουθώ τους κανόνες. Γι' αυτό, ελέγχω αν είμαι έτοιμη να αποχαιρετήσω ή αν αυτός είναι ο κανόνας-ρόλος μου και πάλι. Αλλάζει. Γίνομαι περίεργη. Λοιπόν, το λέω δυνατά. Είμαι περίεργη πού θα πάει η ομάδα. Ναι. Είναι εντάξει να μπουν ξανά. Ναι, μπορώ να το νιώσω, όχι τους κανόνες. Αντίο σας. Γεια. Σε βλέπω να παίζεις.

Steven: Είμαι, ναι. Θα ήμουν πολύ καλός.

Daphney: Ναι, ναι, αυτό είναι πραγματικά στο μυαλό μου. Ακούγεται πολύ όμορφο. Το σκίζεις.

Steven: Ω. Το έχεις.

Daphney: Ναι. Έτσι, αυτό που βρίσκω είναι η χαρά μου, κάτω από όλους τους ρόλους που υπάρχουν, βρίσκεται η χαρά του να με βρίσκω και να σε βρίσκω. Ναι, είναι πολλά «χωρίς λόγια». Κανένας άλλος;

Cindy: Daphney, το όνειρο του ροκ εν ρολ σας μεταφέρει σε μια βαθιά βουτιά σε αυτό που θέλετε.

Daphney: Το θέλω μου.

Cindy: Το θέλω σου. Δεν ξέρεις τι θέλεις. Ξέρεις ότι ξέρεις αλλά δεν ξέρεις.

Daphney: Ναι, ξέρω τι θέλω. Ξέρω τι θέλω.

Cindy: Ξέρεις τι θέλεις. Χαρά.

Daphney: Και αυτή είναι η βαθιά βουτιά. Κάτω από όλα ξέρω τι θέλω. Τη μεγάλη χαρά του να το βρω.

ΕΥΧΑΡΙΣΤΙΕΣ

Μεγάλη εκτίμηση προς τους Kathy Lum, Claudia Byram και Fran Carter για την ανεκτίμητη βοήθειά τους στην αναθεώρηση και την προετοιμασία αυτού του άρθρου. Όλα τα στοιχεία που περιλαμβάνονται σε αυτό το άρθρο προστατεύονται από πνευματικά δικαιώματα από το Ινστιτούτο Συστημοκεντρικής Εκπαίδευσης και Έρευνας (SCTRI) και επανεκτυπώνονται εδώ με άδεια του SCTRI. Το SCT® και το Systems-Centered® είναι καταχωρημένα εμπορικά σήματα κατατεθέντα του Ινστιτούτου Συστημοκεντρικής Εκπαίδευσης και Έρευνας, Inc., ενός μη κερδοσκοπικού οργανισμού.

ΔΗΛΩΣΗ ΓΝΩΣΤΟΠΟΙΗΣΗΣ

Η συγγραφέας παρέχει εκπαίδευση στη συστημοκεντρική θεραπεία και λαμβάνει αμοιβή για αυτήν την εργασία. Η συγγραφέας είναι επίσης η εθελόντρια Πρόεδρος του Ινστιτούτου Συστημοκεντρικής Κατάρτισης και Έρευνας, το οποίο προσφέρει ένα ετήσιο συνέδριο κατάρτισης στην SCT.

ORCID

Susan P. Gantt <http://orcid.org/0000-0002-0675-1759>

ΒΙΒΛΙΟΓΡΑΦΙΑ

- Agazarian, Y. M. (1997). *Systems-centered therapy for groups* Reprinted in paper-back (2004). London, UK: Karnac Books. Guilford Press.
- Agazarian, Y. M. (2012). Preface. In R. Lenn & K. Stefano (Eds.), *Small, large and median groups: The work of Patrick de Maré* (pp. xix–xxiv). Karnac Books.
- Agazarian, Y. M., & Gantt, S. P. (2000). *Autobiography of a theory: Developing a theory of living human systems and its systems-centered practice*. Jessica Kingsley.
- Agazarian, Y. M., & Gantt, S. P. (2003). Phases of group development: Systems-centered hypotheses and their implications for research and practice. *Group Dynamics: Theory, Research and Practice*, 7(3), 238–252. <https://doi.org/10.1037/1089-2699.7.3.238>
- Agazarian, Y. M., Gantt, S. P., & Carter, F. (in press). *Systems-centered theory: An illustrated guide. Applying a theory of living human systems*. Routledge.
- Bennis, W. G., & Shepard, H. A. (1956). A theory of group development. *Human Relations*, 9(4), 415–437. <https://doi.org/10.1177/001872675600900403>
- Bion, W. R. (1961). *Experiences in groups*. Tavistock.
- Bowlby, J. (1982). *Attachment* (2nd ed.). Basic Books.
- Eubanks, C. F., Muran, J. C., & Safran, J. D. (2018). Alliance rupture repair: A meta-analysis. *Psychotherapy*, 55(4), 508–519. <https://doi.org/10.1037/pst0000185>
- Flores, P. J., & Porges, S. W. (2017). Group psychotherapy as a neural exercise: Bridging polyvagal theory and attachment theory. *International Journal of Group Psychotherapy*, 67(2), 202–222. <https://doi.org/10.1080/00207284.2016.1263544>
- Gantt, S. P. (2018). Developing groups that change our minds and transform our brains: Systems-centered's functional subgrouping, its impact on our neurobiology, and its role in each phase of group development. *Psychoanalytic Inquiry: Today's Bridge between Psychoanalysis and*

- the Group World [Special Issue]., 38(4), 270–284. <https://doi.org/10.1080/07351690.2018.1444851>
- Gantt, S. P. (2019a). Implications of neuroscience for group psychotherapy. In F. J. Kaklauskas & L. R. Greene (Eds.), *Core principles of group psychotherapy: An integrated theory, research, and practice training manual* (pp. 156–170). Routledge.
- Gantt, S. P. (2019b, February). Seeing ourselves and our groups as living human systems: How systems-centered groups develop our minds and transform our brains. Institute Opening Plenary presented at the American Group Psychotherapy Association Annual Meeting.
- Gantt, S. P., & Agazarian, Y. M. (2007). Phases of system development in organizational work groups: The systems-centered approach for intervening in context. *Organisational & Social Dynamics*, 7(2), 253–291. https://www.systemscentered.com/Portals/0/9_POD%20in%20Organizational%20Groups.pdf
- Gantt, S. P., & Agazarian, Y. M. (2011). The group mind, systems-centred functional subgrouping, and interpersonal neurobiology. In E. Hopper & H. Weinberg (Eds.), *The social unconscious in persons, groups, and societies: Volume 1: Mainly theory* (pp. 99–123). Karnac Books.
- Gantt, S. P., & Agazarian, Y. M. (2017). Systems-centered group therapy. *International Journal of Group Psychotherapy*, 67(sup1), S60–S70. <https://doi.org/10.1080/00207284.2016.1218768>
- Gantt, S. P., & Badenoch, B. (in press). Systems-centered group psychotherapy: Developing a group mind that supports right brain function and right-left-right hemispheric integration. In R. Tweedy (Ed.), *The divided therapist: Hemispheric difference and contemporary psychotherapy*. Routledge.
- Heard, B., & Lake, D. (1997). *The challenge of attachment for caregiving*. Routledge, Chapman & Hall.
- Hopper, E. (2003). *Traumatic experience in the unconscious life of groups*. Jessica Kingsley.
- Lenn, R., & Stefano, K. (Eds.). (2012). *Small, large and median groups: The work of Patrick de Maré*. Karnac Books.
- Leszcz, M. (2017). How understanding attachment enhances group therapist effectiveness. *International Journal of Group Psychotherapy*, 67(2), 280–287. <https://doi.org/10.1080/00207284.2016.1273745>
- Lewin, K. (1951). *Field theory in social science*. Harper & Row.
- Marmarosh, C. L. (2014). Empirical research on attachment in group psychotherapy: Moving the field forward. *Psychotherapy*, 51(1), 88–92. <https://doi.org/10.1037/a0032523>
- Marmarosh, C. L. (2017). Attachment in group psychotherapy: Bridging theories, research, and clinical techniques. *International Journal of Group Psychotherapy*, 67(2), 157–160. <https://doi.org/10.1080/00207284.2016.1267573>
- McCluskey, U. (2002). The dynamics of attachment and systems-centered group psychotherapy. *Group Dynamics: Theory, Research and Practice*, 6(2), 131–142. <https://doi.org/10.1037/1089-2699.6.2.131>
- Mikulincer, M., & Shaver, P. R. (2017). Augmenting the sense of attachment security in group contexts: The effects of a responsive leader and a cohesive group. *International Journal of Group Psychotherapy*, 67(2), 161–175. <https://doi.org/10.1080/00207284.2016.1260462>
- Porges, S. W. (2011). *The polyvagal theory: Neurophysiological foundations of emotions, attachment, communication, and self-regulation*. Norton.
- Schore, A. N. (2019). *Right brain psychotherapy*. Norton.

Schore, A. N. (2020). Forging connections in group psychotherapy through right brain-to-right brain therapeutic action. *International Journal of Group Psychotherapy*, 70(1), 29–88. <https://doi.org/10.1080/00207284.2019.1682460>

Tasca, G. A. (2014). Attachment and group psychotherapy: Introduction to a special section. *Psychotherapy*, 51(1), 53–56. <https://doi.org/10.1037/a0033015>

Susan P. Gantt, Ph.D., ABPP, CGP, DFAGPA, FAPA

Atlanta, GA 30324, USA

E-mail: sgantt@emory.edu