

## Psychology: the Journal of the Hellenic Psychological Society

Vol 15, No 1 (2008)



### Difficulties and barriers in counseling psychotherapy of cultural and ethnic minority individuals

Γιώργος Κλεφτάρας

doi: [10.12681/psy\\_hps.23798](https://doi.org/10.12681/psy_hps.23798)

Copyright © 2020, Γιώργος Κλεφτάρας



This work is licensed under a [Creative Commons Attribution-ShareAlike 4.0](https://creativecommons.org/licenses/by-sa/4.0/).

### To cite this article:

Κλεφτάρας Γ. (2020). Difficulties and barriers in counseling psychotherapy of cultural and ethnic minority individuals. *Psychology: The Journal of the Hellenic Psychological Society*, 15(1), 71–89. [https://doi.org/10.12681/psy\\_hps.23798](https://doi.org/10.12681/psy_hps.23798)

## Δυσκολίες και εμπόδια στη συμβουλευτική και την ψυχοθεραπεία ατόμων που ανήκουν σε πολιτισμικές και εθνικές μειονότητες

ΓΙΩΡΓΟΣ ΚΛΕΦΤΑΡΑΣ<sup>1</sup>

### ΠΕΡΙΛΗΨΗ

Οι ψυχολόγοι και οι επαγγελματίες στο χώρο της υγείας και ειδικά εκείνοι που εμπλέκονται σε οποιαδήποτε μορφή συμβουλευτικής και θεραπείας, πρέπει πάντα να είναι ευαίσθητοι στις πολιτισμικές διαφορές που ενδεχομένως υπάρχουν μεταξύ αυτών των ίδιων και των πολιτισμικά διαφοροποιημένων πελατών τους. Η εθνότητα ή η κουλτούρα καταγωγής είναι σημαντικοί παράγοντες, αλλά αυτό που είναι σημαντικότερο είναι η σημασία και το νόημα που τους αποδίδονται. Αν και επιθυμητό, δεν είναι απαραίτητο για τους συμβούλους ή ψυχοθεραπευτές και τους πελάτες τους να είναι της ίδιας πολιτισμικής ή εθνικής μειονότητας και κοινωνικοοικονομικής ομάδας. Αρκεί να έχουν ένα πραγματικό, αυθεντικό και ειλικρινές ενδιαφέρον για τις πολιτισμικές εμπειρίες του άλλου και βέβαια, να είναι ενήμεροι και σε θέση να ξεπεράσουν ορισμένα σημαντικά εμπόδια και δυσκολίες, που ενδεχομένως θα αντιμετωπίσουν με πελάτες που ανήκουν σε πολιτισμικές και εθνικές μειονότητες. Στα πλαίσια αυτής της εργασίας περιγράφονται τα σημαντικότερα από αυτά τα εμπόδια και δίνονται κάποιες κατευθυντήριες γραμμές για την αντιμετώπισή τους. Συγκεκριμένα αναλύονται οι δυσκολίες που συνδέονται με τη γλώσσα, τη λεκτική και μη λεκτική έκφραση, τις πολιτισμικά απαγορευμένες συμπεριφορές και συναισθήματα, την αυτοαποκάλυψη, την ενδοσκοπήση, το σεξιστικό σύστημα, το κοινωνικοοικονομικό επίπεδο, την αντίληψη του κόσμου (δ्वैστική έναντι ολιστικής αντίληψης, αίσθηση του εαυτού και εστίαση στην ατομικότητα, αντίληψη του χρόνου), καθώς και το φαινόμενο του επιπολιτισμού.

Λέξεις-κλειδιά: Εμπόδια στη συμβουλευτική, Πολιτισμικές μειονότητες, Εθνικές μειονότητες.

### 1. Εισαγωγή

Η Ελλάδα την τελευταία δεκαπενταετία έχει γίνει αποδέκτης μεγάλου αριθμού τόσο νόμιμων όσο και παράνομων μεταναστών, που έχουν ζήσει μέσα σε ένα διαφορετικό πολιτισμικό και κοινωνικοοικονομικό περιβάλλον και συχνά διαφοροποιού-

νται ως προς τις συνήθειες, τη φιλοσοφία και στάση ζωής, τις αξίες, τις θρησκευτικές και πολιτικές πεποιθήσεις, την κουλτούρα και ενδεχομένως τη φυλή και την εθνότητα καταγωγής. Σημαντικές επίσης είναι και οι «πολιτισμικές μειονότητες» που αποτελούνται από άτομα, τα οποία, αν και ανήκουν στην κυρίαρχη ελληνική κουλτούρα, εντούτοις δια-

1. Διεύθυνση: Παιδαγωγικό Τμήμα Ειδικής Αγωγής, Πανεπιστήμιο Θεσσαλίας, Αργοναυτών και Φιλελλήνων, 382 21 Βόλος. Τηλ.: 24210-74738, 210-9882075, 210-9885026. Fax: 24210-74799. e-mail: gkleftaras@uth.gr

φοροποιούνται από αυτήν, τουλάχιστον εν μέρει. Πρόκειται για κάποιες σχετικά δυσδιάκριτες ομάδες ατόμων, αλλά και για άλλες που, αν και ευδιάκριτες, δεν γίνονται πάντα αντιληπτές ως μειονοτικές από τους άλλους, αλλά ενδεχομένως, ούτε και από τα ίδια τα μέλη τους.

Σε αυτό παίζουν σημαντικό ρόλο η κοινωνική απόρριψη και η έλλειψη ευαισθητοποίησης σε θέματα πολιτισμικής διαφοροποίησης, η μη συνειδητοποίηση ορισμένες φορές ότι κάποιος ανήκει ή αντίθετα δεν ανήκει στην κυρίαρχη κουλτούρα, καθώς και η επίγνωση του νωήματος που κοινωνικά αποδίδεται σε αυτό το γεγονός. Ως πολιτισμικές μειονότητες στο δυτικό πολιτισμό και ειδικότερα στην Ελλάδα θεωρούνται, για παράδειγμα, οι γυναίκες, τα άτομα με σωματικές ή νοητικές δυσλειτουργίες, οι ηλικιωμένοι, οι ομοφυλόφιλοι κ.λπ. (Atkinson & Hackett, 1998. Κλεφτάρας, 2003, 2004β. Lee, 1999. Ponterotto et al., 2001. Sue & Sue, 1999).

Τα άτομα που ανήκουν σε πολιτισμικές μειονότητες υπόκεινται σε διακρίσεις και μη ισότιμη μεταχείριση τόσο σε σχέση με τις κυρίαρχες εκείνες υποομάδες στις οποίες ιστορικά έχει δοθεί πολιτική, κοινωνική και οικονομική δύναμη, όσο και από αυτές (Corey, Corey & Callanan, 1988). Οι μειονοτικές αυτές ομάδες υπόκεινται σε αυτό που ονομάζουμε «πολιτισμικό ρατσισμό», ο οποίος αναφέρεται στο γεγονός ότι μια πολιτισμική ομάδα θεωρεί μια άλλη ομάδα κατώτερη και έχει τη δύναμη να της επιβάλλει τις δικές της νόρμες και τα δικά της κοινωνικά δεδομένα. Για το λόγο αυτόν, τα άτομα που ανήκουν σε πολιτισμικές μειονότητες έχουν κατά κανόνα ένα προσωπικό όσο και ένα συλλογικό ιστορικό υποτίμησης, περιθωριοποίησης και αποκλεισμού, που θα πρέπει να κατανοηθεί, να αναδειχθεί και να νοηματοδοτηθεί στα πλαίσια της συμβουλευτικής και της ψυχοθεραπείας<sup>2</sup> (Constantine et al., 2007. D'Andrea & Daniels, 2001. Κλεφτάρας, 2003. Neville, Worthington & Spanierman, 2001. Riger, 1992. Utsey, Bolden & Brown, 2001).

Οι αρνητικές εμπειρίες που έχουν βιώσει τα άτομα μειονοτικών ομάδων έχουν μια ιδιαίτερα σημαντική συμβολή στην αυτοεκτίμηση και τη διαμόρφωση της πολιτισμικής τους ταυτότητας. Με βάση τους υπάρχοντες ορισμούς σχετικά με την *εθνική ταυτότητα* (Phinney, 1990. Tajfel, 1981), η *πολιτισμική ταυτότητα*, ή αλλιώς η *πολιτισμική συνείδηση*, μπορεί να αντιμετωπιστεί ως μέρος της αυτοαντίληψης ενός ατόμου που προέρχεται από τη γνώση ότι ανήκει σε μια κοινωνική ομάδα καθώς και από την αξία ή το συναισθηματικό νόημα που αποδίδει στο γεγονός ότι αποτελεί μέλος αυτής της ομάδας (Κλεφτάρας, 2003, 2004β). Συνεπώς, το πολιτισμικό πλαίσιο και η κουλτούρα ή οι κουλτούρες και οι υποκουλτούρες, στις οποίες συμμετέχει ένα άτομο, αποτελούν καθοριστικούς παράγοντες τόσο για την ανάπτυξη της προσωπικής και πολιτισμικής του ταυτότητας όσο και για τη διαμόρφωση της προσωπικότητάς του. Γίνεται λοιπόν φανερό ότι μια πολυπολιτισμική προσέγγιση, που θέτει τα πολιτισμικά στοιχεία στο επίκεντρό της ψυχοθεραπευτικής διαδικασίας και όχι στην περιφέρεια, είναι απαραίτητη για την κατάλληλη αντιμετώπιση του πελάτη διαφορετικής εθνότητας ή κουλτούρας (Collins & Pieterse, 2007. Fuertes & Gretchen, 2001. Leong & Leach, 2007. Li, Kim & O'Brien, 2007. McLeod, 2003. Pedersen, 1991).

## 2. Εμπόδια στη συμβουλευτική πολιτισμικά διαφοροποιημένων ατόμων

Η συμβουλευτική αποτελεί ουσιαστικά μια διαδικασία διαπροσωπικής αλληλεπίδρασης, επικοινωνίας και κοινωνικής επιρροής. Απαραίτητη προϋπόθεση για την αποτελεσματικότητά της είναι η ικανότητα συμβούλου<sup>3</sup> και πελάτη να στέλνουν και να λαμβάνουν τόσο λεκτικά όσο και μη λεκτικά μηνύματα απρόσκοπτα και με ακρίβεια. Αν και οι παρεξηγήσεις και οι δυσκολίες επικοι-

2. Οι όροι «συμβουλευτική», «ψυχοθεραπεία» και «θεραπεία» χρησιμοποιούνται εναλλακτικά στο κείμενο και αναφέρονται στη βοηθητική θεραπευτική σχέση και διαδικασία.

3. Οι όροι «σύμβουλος», «ψυχοθεραπευτής» και «θεραπευτής» χρησιμοποιούνται εναλλακτικά στο κείμενο.

νωνίας είναι σχετικά συχνό φαινόμενο μεταξύ ατόμων της ίδιας κουλτούρας, το πρόβλημα κυριολεκτικά παίρνει μεγάλες διαστάσεις, όταν πρόκειται για την επικοινωνία μεταξύ ατόμων που προέρχονται από διαφορετικές εθνότητες και πολιτισμικά περιβάλλοντα. Ειδικά μάλιστα στο χώρο της συμβουλευτικής, αυτό μπορεί να αποτελέσει σοβαρότατο εμπόδιο, που μπορεί να οδηγήσει σε αποτυχία την όλη διαδικασία ή να περιορίσει σημαντικά την αποτελεσματικότητά της. Συνεπώς, κάθε παρέμβαση πολιτισμικά κατάλληλη και χρήσιμη για τον πελάτη προϋποθέτει ότι ο σύμβουλος γνωρίζει και έχει συνείδηση των υφιστάμενων πολιτισμικών διαφοροποιήσεων και προκαταλήψεων ή τουλάχιστον έχει επίγνωση ότι ενδεχομένως αυτές υπάρχουν, έστω και αν δεν τις γνωρίζει. Αν και επιθυμητό, δεν είναι απαραίτητο για τους συμβούλους ή ψυχοθεραπευτές και τους πελάτες τους να είναι της ίδιας εθνικής, φυλετικής ή πολιτισμικής μειονότητας και κοινωνικοοικονομικής ομάδας. Αρκεί βέβαια να είναι ενήμεροι και σε θέση να ξεπεράσουν ορισμένα εμπόδια, όπως η γλώσσα, η λεκτική και μη λεκτική έκφραση, οι πολιτισμικά απαγορευμένες συμπεριφορές και συναισθήματα, η αυτοαποκάλυψη, η ενδοσκόπηση, το σχεσιακό σύστημα, η αντίληψη του χρόνου, το κοινωνικοοικονομικό επίπεδο, η διαφορετική αντίληψη του κόσμου και της πραγματικότητας, η αίσθηση του εαυτού και η εστίαση στην ατομικότητα, η διύστικη σε αντίθεση με τη ολιστική αντίληψη, καθώς και το φαινόμενο του επιπολιτισμού (Atkinson, Bui & Mori, 2001. Chang, 2000. Lee, 1999. Mogudi-Carter, 2001. Rawson, Whitehead & Luthra, 1999. Smith, Peck & McGovern, 2002. Sue & Sue, 1999. Tucker & Herman, 2007. Vogel, Wester & Larson, 2007. West, 2007. Young, 2001). Με δεδομένο ότι, από όσο γνωρίζουμε, δεν υπάρχουν σχετικές δημοσιευμένες μελέτες που αφορούν τη συμβουλευτική πολιτισμικών και εθνικών μειονοτήτων στον ελληνικό χώρο, στη συνέχεια αυτής της εργασίας περιγράφονται αναλυτικά τα παραπάνω εμπόδια και δίνονται κάποιες κατευθυντήριες γραμμές για την αντιμετώπισή τους με βάση τη διεθνή βιβλιογραφία.

## Γλώσσα και λεκτική έκφραση

Η συμβουλευτική και η ψυχοθεραπεία στηρίζονται έντονα στη λεκτική αλληλεπίδραση, παίρνοντας ως δεδομένο ότι οι συμμετέχοντες σε ένα θεραπευτικό διάλογο είναι σε θέση να καταλάβουν ο ένας τον άλλο. Οι πελάτες που υποχρεώνονται να επικοινωνούν στα Ελληνικά, ενώ δεν είναι η μητρική τους γλώσσα, έχουν την αίσθηση ότι μιλούν σαν παιδιά γιατί αναγκάζονται να επιλέγουν απλές λέξεις για να εκφράσουν πολύπλοκες σκέψεις και συναισθήματα. Η αδυναμία να κατανοηθούν οι αναλογίες, οι λεπτές αποχρώσεις και η γλαφυρότητα των αποφθεγμάτων και των ιδιωματικών εκφράσεων του προφορικού λόγου μπορεί να καταστήσει το θεραπευτή αναποτελεσματικό στη δημιουργία μιας ποιοτικής και αξιόπιστης συμβουλευτικής σχέσης. Ο «ψυχοθεραπευτικός λόγος» είναι συχνά αφηρημένος, αναφέρεται στην μέση-άνωτερη κοινωνική τάξη και ίσως δεν γίνεται πάντα κατανοητός από άτομα διαφορετικής κουλτούρας και κατώτερου κοινωνικοοικονομικού και μορφωτικού επιπέδου (Laungani, 2004. Ramos-Sanchez, 2007).

Μειονοτικά άτομα που δεν χαίρουν των ίδιων εκπαιδευτικών και κοινωνικοοικονομικών ευκαιριών στερούνται, ενδεχομένως, των κατάλληλων λεκτικών δεξιοτήτων, ώστε να ωφεληθούν από μια «ομιλούμενη θεραπεία». Οι λακωνικές, διαφορετικές ή φτωχές λεκτικά απαντήσεις ενός μειονοτικού πελάτη μπορεί να οδηγήσουν πολλούς θεραπευτές στο να του αποδώσουν λανθασμένα χαρακτηριστικά και κίνητρα. Μπορεί να θεωρηθεί μη συνεργάσιμος, «βαρύς», αρνητικός, καταπιεσμένος, κατώτερος, χαμηλού νοητικού ή μορφωτικού επιπέδου και με έλλειμμα αυτογνωσίας. Αυτό εξηγεί, ίσως, το γεγονός ότι η σχετική ομοιότητα μεταξύ συμβούλου και πελάτη ως προς τη γλώσσα και την εθνότητα καταγωγής αποτελούν δύο από τους καλύτερους δείκτες για την πρόβλεψη της διάρκειας, της έκβασης αλλά και της ίδιας της συμμετοχής στη συμβουλευτική διαδικασία (Atkinson, Bui & Mori, 2001. Ferrara, 2002. Flaskerud, 1991. Sue et al., 1991. Ramos-Sánchez, 2007. Spangenberg, 2003. Sue & Sue, 1999).

Φυσικά είναι προτιμότερο ο σύμβουλος και ο πελάτης να μπορούν να επικοινωνήσουν άμεσα μεταξύ τους, αλλά συχνά οι πελάτες που ανήκουν σε εθνικές μειονότητες ή ορισμένες άλλες μειονοτικές κουλτούρες δεν μιλούν, τουλάχιστον όχι αρκετά καλά, τα Ελληνικά και, αντίστροφα επίσης, οι Έλληνες σύμβουλοι δεν γνωρίζουν αρκετά καλά τη γλώσσα του πελάτη τους. Στην Ελλάδα, στην πλειονότητά τους τα άτομα που ανήκουν σε εθνικές μειονότητες, αν μιλούν μια ξένη γλώσσα, αυτή συνήθως είναι τα Αγγλικά. Τα Αγγλικά όμως δεν είναι η μητρική γλώσσα ούτε των ίδιων αλλά ούτε και του συμβούλου, με αποτέλεσμα συχνά να υπάρχουν παρερμηνείες, παρεξηγήσεις και γενικά προβλήματα επικοινωνίας, που θα πρέπει να ληφθούν σοβαρά υπόψη από το σύμβουλο. Στη περίπτωση που οι πελάτες πρέπει να εκφραστούν σε μια γλώσσα με την οποία δεν είναι εξοικειωμένοι, οι Ivey, Ivey και Simek-Morgan (1997) θεωρούν ότι είναι σημαντικό να ενθαρρυνθούν να μιλήσουν για τα ιδιαίτερα σημαντικά θέματα και συναισθήματα που τους απασχολούν στη δική τους γλώσσα, έστω και αν ο σύμβουλος δεν καταλαβαίνει τι λένε, και στη συνέχεια, αφού έχουν εκφράσει τις σκέψεις τους, να μεταφράσουν για το σύμβουλο. Είναι πιο εύκολο για τους πελάτες να έρθουν σε επαφή με τα βαθύτερα συναισθήματά τους, όταν εκφράζονται στη γλώσσα τους, γεγονός που δίνει ανεκτίμητες μη λεκτικές πληροφορίες στο σύμβουλο ή τον ψυχοθεραπευτή και βελτιώνει σημαντικά την αποτελεσματικότητα της ψυχολογικής παρέμβασης. Επίσης, στην περίπτωση που ο πελάτης δεν εκφράζεται στη μητρική του γλώσσα ο σύμβουλος θα πρέπει να αφιερώνει περισσότερο χρόνο στη διερεύνηση σημαντικών συναισθημάτων και εμπειριών και να προσεγγίζει κάθε θέμα με πολλούς και διαφορετικούς τρόπους (Atkinson, Bui & Mori, 2001. D'Ardenne & Mahtani, 1999. Du Toit, Grobler & Schenck, 1998. Ivey, Ivey & Simek-Morgan, 1997. Ramos-Sánchez, 2007. Spangenberg, 2003).

Η χρήση διερμηνέα μπορεί κάποιες φορές να είναι απαραίτητη, αλλά συχνά αποτελεί πηγή πρόσθετων προβλημάτων τόσο για τον πελάτη

όσο και για το σύμβουλο. Αν και οι πελάτες μπορεί να προτιμούν ένα μέλος της οικογένειάς τους για διερμηνέα, αυτό μπορεί να αποβεί επικίνδυνο λόγω της μεγάλης πιθανότητας ανακριβούς διερμηνείας, ακούσιας ή εκούσιας στρέβλωσης των λεγομένων του πελάτη, αλλά και της δυσκολίας των ανεπίσημων διερμηνέων να κατανοήσουν το ρόλο τους στη συμβουλευτική διαδικασία (D'Ardenne & Mahtani, 1999). Είναι προτιμότερο, αν είναι δυνατόν, να χρησιμοποιούνται επαγγελματίες διερμηνείς, αφού βέβαια έχουν προηγουμένως εξηγηθεί σε αυτούς ορισμένα βασικά σημεία της συμβουλευτικής διαδικασίας, καθώς και η αναγκαιότητα σεβασμού της κουλτούρας του πελάτη, η οποία περιλαμβάνει στοιχεία όπως, διατήρηση ή αποφυγή της βλεμματικής επαφής, το πώς και ποιος κάθεται, στέκεται όρθιος ή περπατάει πρώτος και πώς ένας άνδρας θα πρέπει να επικοινωνεί με μια γυναίκα και αντίθετα (Du Toit, Grobler & Schenck, 1998). Με το τέλος της συνεδρίας, είναι σημαντικό ο σύμβουλος να έχει μια συζήτηση με το διερμηνέα σε σχέση με την αποτελεσματικότητα της επικοινωνίας κατά τη διάρκεια της συνέντευξης (D'Ardenne & Mahtani, 1999. Spangenberg, 2003).

Με βάση την προσωπική μας εμπειρία, θεωρούμε ότι ο σύμβουλος θα πρέπει: (α) να μη θεωρεί δεδομένο ότι ο πελάτης που ανήκει σε κάποια γλωσσική μειονότητα κατανόησε αυτό που ειπώθηκε, επειδή φαίνεται να έχει καταλάβει, αλλά και αντίθετα, ο ίδιος να μη θεωρεί σίγουρο ότι έχει κατανοήσει τα λεγόμενα του πελάτη του επειδή νομίζει ή αισθάνεται έτσι· (β) να χρησιμοποιεί όσο πιο απλή γλώσσα μπορεί και όσο το δυνατόν πιο προσαρμοσμένη στο επίπεδο (γλωσσικό, νοητικό, μορφωτικό κ.λπ.) του πελάτη του· (γ) να λέει αυτό που θέλει με περισσότερους από έναν εναλλακτικούς τρόπους, έτσι ώστε να διευκολύνει την κατανόηση του πελάτη· (δ) να στηρίζει ο ίδιος τα όσα λέει με παραδείγματα, αλλά και να ζητάει συχνά από τον πελάτη του συγκεκριμένα παραδείγματα σχετικά με τα όσα εκείνος αναφέρει, τα οποία είναι απαραίτητα όχι μόνο όταν πρόκειται για γενικόλογα και αόριστα σχόλια του πελάτη, αλλά και όταν ακόμη αυτά φαί-

νονται να είναι ξεκάθαρα και να μην επιδέχονται αμφισβήτηση· (ε) να αποδίδει με δικό του τρόπο τα λεγόμενα του πελάτη, έτσι ώστε να βεβαιώνεται ότι τον έχει κατανοήσει, αλλά και να ελέγχει, κατά κάποιο τρόπο, μέσα από ερωτήσεις, σχόλια και διευκρινίσεις το επίπεδο κατανόησης του πελάτη σε σχέση με τα όσα έχουν ειπωθεί.

### **Μη λεκτική έκφραση και πολιτισμικά απαγορευμένες συμπεριφορές και συναισθήματα**

Οι σύμβουλοι και οι θεραπευτές θα πρέπει να γνωρίζουν τις πολιτισμικές διαφορές ως προς το πώς οι ίδιοι αλλά και οι πελάτες τους εκφράζονται λεκτικά και μη λεκτικά, καθώς και τις παρανοήσεις ή τις παρεξηγήσεις, που αυτές οι διαφορές μπορούν να προξενήσουν. Μη λεκτικές ενδείξεις και συμπεριφορές, όπως χειρονομίες, εκφράσεις προσώπου, βλεμματική επαφή, άγγιγμα και εγγύτητα, συχνά χρησιμοποιούνται με διαφορετικό τρόπο και νόημα στις διάφορες κουλτούρες. Σημαντικές επίσης είναι οι συμπεριφορές και τα συναισθήματα εκείνα που, κατά κάποιον τρόπο, θεωρούνται πολιτισμικά απαγορευμένα και δεν επιτρέπονται μπροστά σε άτομα που εκλαμβάνονται ως κοινωνικά και ιεραρχικά ανώτερα ή ως φορείς δύναμης και εξουσίας, όπως τις περισσότερες φορές συμβαίνει στην περίπτωση του θεραπευτή (Finset, 2007. Kim, Liang & Li, 2003. Lee, 1999. Sue & Sue, 1999).

Οι σχετικά σύγχρονες ψυχοθεραπευτικές προσεγγίσεις (συμπεριφορικές, γνωστικές, ανθρωπιστικές) δίνουν μεγάλη σημασία στη συναισθηματική και συμπεριφορική έκφραση. Οι πελάτες ενθαρρύνονται να είναι σε επαφή με τα συναισθήματά τους και να τα εκφράζουν λεκτικά, ενώ παράλληλα ενισχύονται να είναι διεκδικητικοί και να εμπλέκονται σε ενεργητικές και όχι παθητικές δραστηριότητες. Αυτή η στάση και αντίληψη των πραγμάτων ουσιαστικά δεν αναγνωρίζει ότι υπάρχουν πολιτισμικές ομάδες, όπου η ικανότητα έλεγχου των συναισθημάτων τόσο των αρνητικών (θυμός, ματαίωση) όσο και των θετι-

κών (αγάπη, στοργή) είναι πολύ σημαντική και αντιμετωπίζεται ως ένδειξη ωριμότητας και σοφίας. Ως προς τη συμπεριφορική έκφραση, επίσης υπάρχουν κουλτούρες (ασιατικές κυρίως), όπου η λεπτότητα και η διακριτικότητα, σε αντίθεση με τη διεκδικητική συμπεριφορά, αποτελούν αξίες, ενθαρρύνονται και θεωρούνται πολύτιμα προτερήματα (Kim & Atkinson, 2002. Kim, Liang & Li, 2003. Lee, 1999. Sue, 1998. Sue & Sue, 1999. Uba, 1994).

Δεν υπάρχουν μελέτες σχετικά με τη μη λεκτική έκφραση και τις πολιτισμικά απαγορευμένες συμπεριφορές και συναισθήματα, ειδικά για τις μειονοτικές ομάδες που ζουν στην Ελλάδα. Σύμφωνα όμως με έρευνες στις Ηνωμένες Πολιτείες, οι αυτόχθονες Αμερικανοί, για παράδειγμα, φαίνεται να κρατούν μια παθητική στάση μπροστά στο σύμβουλο, ενώ οι γυναίκες από το Πόρτο-ΡΙκο τείνουν να είναι πολύ ομιλητικές. Αντίθετα, οι πελάτες ασιατικής καταγωγής, όπως είδαμε, παρουσιάζονται σχετικά απρόθυμοι και τείνουν να είναι επιφυλακτικοί, θεωρώντας ότι ίσως φανούν αγενείς ή φορτικοί στο σύμβουλο, που συνήθως αντιμετωπίζεται ως ξένος. Σε μερικές περιπτώσεις οι πελάτες μπορεί να είναι αρκετά ομιλητικοί και εκφραστικοί, αλλά αυτή η φαινομενικά άνετη στάση να είναι ουσιαστικά παραπλανητική. Προς την ίδια κατεύθυνση, μη λεκτικές συμπεριφορές, όπως η βλεμματική επαφή, που θεωρούνται επιθυμητές, αυτονόητες και συχνά απαιτούνται στη δυτική κουλτούρα μπορούν να εκληφθούν ως αγενείς και προσβλητικές σε άλλους πολιτισμούς (Atkinson, Morten & Sue, 1998. Chen & Han, 2001. Kim & Atkinson, 2002. Kim, Liang & Li, 2003. Lee, 1999. McLeod, 2003. Sue & Sue, 1999).

Σε γενικές γραμμές οι πελάτες εθνικών, αλλά συχνά και άλλων πολιτισμικών μειονοτήτων, τείνουν να είναι επιφυλακτικοί, φοβισμένοι, ταραγμένοι, μπερδεμένοι και αναστατωμένοι με τη συμβουλευτική και την ψυχοθεραπεία και γενικά με τις παρεμβάσεις που οι ίδιοι αντιλαμβάνονται ότι αποσκοπούν σε αλλαγή της παραδοσιακής συμπεριφοράς τους. Οι πολιτισμικές διαφορές είναι συχνά τέτοιες, ώστε ο πελάτης που δεν

κατανοεί και δεν συμφωνεί με τους στόχους του συμβούλου, μπορεί να γίνει εσφαλμένα αντιληπτός ως αμυντικός, συνεσταλμένος, παθητικός, επιφυλακτικός, καταπιεσμένος, με αναστολές και χωρίς κίνητρα για ουσιαστική αλλαγή (Atkinson & Hackett, 1998. Chen & Han, 2001. Kim, Liang & Li, 2003. Lee, 1999. McLeod, 2003. Schwartz & Schwartz, 1993).

### Αυτοαποκάλυψη – Ενδοσκόπηση

Ένα σημαντικό εμπόδιο, για παράδειγμα, είναι το γεγονός ότι η συμβουλευτική και η ψυχοθεραπεία στηρίζονται πολύ στην ικανότητα του ατόμου για *αυτοαποκάλυψη* ή αλλιώς στην προθυμία του να εκφράσει στο σύμβουλο τι αισθάνεται, τι πιστεύει και τι σκέφτεται (Farber, 2006. Farber, Berano & Carobianco, 2006. Sloan & Kahn, 2005). Αυτό όμως μπορεί να αντιτίθεται στις αξίες και τις συνήθειες ορισμένων μειονοτικών ομάδων τόσο για πολιτισμικούς όσο και για κοινωνικοπολιτικούς λόγους. Στους πολιτισμικούς λόγους εντάσσονται η πίεση που δέχεται το άτομο για τη μη αποκάλυψη προσωπικών θεμάτων σε ξένους (σύμβουλος) με ενδεχόμενες οικογενειακές συνέπειες, αλλά και το γεγονός ότι η φιλία συχνά αποτελεί απαραίτητη προϋπόθεση για τέτοιου είδους προσωπικές συζητήσεις. Στους κοινωνικοπολιτικούς λόγους, ειδικά όσον αφορά τις εθνικές και οικονομικές μειονότητες στην Ελλάδα, εντάσσονται οι αρνητικές εμπειρίες υποτίμησης, εκμετάλλευσης και «πολιτισμικού ρατσισμού» των ατόμων αυτών, που τα κάνουν ιδιαίτερα επιφυλακτικά στο να εμπιστευτούν και να μιλήσουν για προσωπικά τους θέματα σε συμβούλους που ανήκουν στην κυρίαρχη κουλτούρα (Burkard et al., 2006. Farber, 2006. LaFramboise, 1998. Ridley, 1995. Sue & Sue, 1999. White & Parham, 1990).

Το ίδιο προβληματική είναι και η σχέση άλλων πολιτισμών με την έννοια της *ενδοσκόπησης*, που επίσης αποτελεί κεντρικής σημασίας στοιχείο στην ψυχοθεραπεία και τη συμβουλευτική (Castonguay & Hill, 2007. Hill, 2004). Πολλές πολιτισμικές ομάδες και κυρίως αυτές που, σε αντί-

θεση με την ατομικότητα των δυτικών κοινωνιών (ατομικιστική προσέγγιση), δίνουν έμφαση στην ομάδα, την οικογένεια και τη συλλογικότητα (κολεκτιβιστική προσέγγιση), δεν αξιολογούν ως σημαντική αυτήν τη μέθοδο εσωτερικής διερεύνησης (Lee, 1999. McLeod, 2003. Oyserman, Coon & Kemmelmeier, 2002. Sue & Sue, 1999. Williams, 2003).

### Σχισιακό σύστημα

Το *σχισιακό σύστημα* ή με άλλα λόγια τα πρότυπα σχέσεων (π.χ. άνδρας-γυναίκα, γονιός-παιδί, ανώτερος-κατώτερος, συγγένεια...) ορισμένων πολιτισμικών ομάδων είναι συχνά διαφορετικά από αυτά της δυτικής κουλτούρας και από ό,τι αυθόρμητα θα περιμέναμε να αναπτυχθεί στα πλαίσια της ψυχοθεραπευτικής διαδικασίας. Ο σχετικά μη κατευθυντικός ρόλος του θεραπευτή και η προσδοκία να έχει ο πελάτης ένα μεγάλο μέρος της ευθύνης της ροής της συζήτησης έρχονται σε αντίθεση με τα πολιτισμικά δεδομένα ορισμένων ατόμων διαφορετικής κουλτούρας (Γιωτσίδη & Σταλίκας, 2004. Laungani, 2004. Sue & Sue, 1999). Αυτό σχετίζεται άμεσα με τους ρόλους κυριαρχίας-υποταγής και την αυστηρά, συνήθως, οριοθετημένη ιεραρχία των σχέσεων μέσα στην οικογένεια και την κοινωνία, όπου συχνά ο πατέρας, ο άνδρας, ο γεροντότερος και ο κοινωνικά ανώτερος έχουν τον πρώτο λόγο. Κάτω από αυτές τις συνθήκες, η συμβουλευτική αντιμετωπίζεται ως μια αυταρχική διαδικασία, όπου ο καλός σύμβουλος γίνεται συμβολικά αντιληπτός ως μια πατρική φιγούρα και αναμένεται να είναι πιο κατευθυντικός και ενεργητικός και να καθορίζει ο ίδιος τη ροή της συζήτησης. Αυτό εξηγεί το γιατί συχνά τα άτομα αυτά φανερά δεν νιώθουν άνετα στη συμβουλευτική διαδικασία, δεν παίρνουν την πρωτοβουλία να μιλήσουν, περιμένουν να τους δοθεί ο λόγος και όταν τους δοθεί απαντούν μονολεκτικά ή πολύ σύντομα (Atkinson, Bui & Mori, 2001. Γιωτσίδη & Σταλίκας, 2004. Laungani, 2004. Mau & Jepson, 1988. McLeod, 2003. Sandhu, 1997. Sue & Sue, 1999).

### Κοινωνικοοικονομικό επίπεδο

Ένας παράγοντας που συχνά αποτελεί απροσπέραστο εμπόδιο είναι το συνήθως χαμηλό κοινωνικοοικονομικό επίπεδο των πελατών που ανήκουν σε πολιτισμικές και κυρίως εθνικές μειονότητες και το απαγορευτικό κόστος της θεραπευτικής διαδικασίας (Williams, Ketring & Salts, 2005). Ειδικά όσον αφορά το κόστος, η μεγάλη πλειονότητα των προσφύγων και των οικονομικών μεταναστών αδυνατεί να απευθυνθεί στον ιδιωτικό τομέα, γεγονός που θα πρέπει να ληφθεί σοβαρά υπόψη από τους επαγγελματίες ψυχικής υγείας για ενδεχόμενες προσαρμογές στις οικονομικές δυνατότητες αυτών των πελατών. Οι σύμβουλοι και οι θεραπευτές, που συνήθως προέρχονται από τη μέση και ανώτερη κοινωνική τάξη, έχουν ίσως δυσκολία να συνειδητοποιήσουν το πραγματικό μέγεθος της κακουχίας και της ταλαιπωρίας που υφίστανται οι πελάτες που ζουν στα όρια της ανέχειας και της φτώχειας. Μερικές φορές, ακόμη και η κάλυψη βασικών αναγκών, όπως το φαγητό και η στέγη, μπορεί να είναι ζητούμενα σε καθημερινή βάση, γεγονός που μπορεί να οδηγήσει τους γονείς στην ενθάρρυνση των μικρής ηλικίας παιδιών τους για αναζήτηση δουλειάς. Οι συνθήκες αυτές αποτελούν γόνιμο έδαφος για ανάπτυξη προβλημάτων άγχους, κατάθλιψης, μοναξιάς, εχθρότητας και χαμηλής σχολικής επίδοσης καθώς και συναισθημάτων απελπισίας, εξάρτησης, χαμηλής αυτοεκτίμησης και κατωτερότητας που, λόγω έλλειψης ανάλογων εμπειριών, ο θεραπευτής μπορεί, άθελά του, να αποδώσει σε πολιτισμικά ή προσωπικά χαρακτηριστικά του πελάτη (Γιωτσίδη & Σταλίκας, 2004. Κλεφτάρας, 1998. Kleftaras, 2004. Moyerman & Forman, 1992. Pryor & Bright, 2007. Root, 1998. Sue & Sue, 1999. Williams, Ketring & Salts, 2005).

Συνηθισμένες, λοιπόν, πρακτικές στα πλαίσια των μη κατευθυντικών θεραπειών, που ενθαρρύνουν την αναμόχλευση του παρελθόντος, την αξιολόγηση μέσω ψυχομετρικών εργαλείων, την αυτογνωσία, την ενδοσκόπηση και την αυτοαποκάλυψη, μπορεί πραγματικά να μην ανταποκρί-

νονται στις ανάγκες και τις προσδοκίες αυτών των πελατών (Castonguay & Hill, 2007. Farber, 2006. Hill, 2004. Williams, Ketring & Salts, 2005). Με άλλα λόγια, άτομα που αγωνίζονται για να τα βγάλουν πέρα σε καθημερινή βάση, προσδοκούν άμεσες συμβουλές και συγκεκριμένες λύσεις στα προβλήματά τους. Ραντεβού κλεισμένα καιρό πριν, για σύντομες πενήντάλεπτες εβδομαδιαίες συναντήσεις, με μακροπρόθεσμους θεραπευτικούς στόχους, μέσω μιας καθιστικής διαδικασίας λεκτικής αλληλεπίδρασης είναι μάλλον εκτός των προσδοκιών και ίσως των αναγκών τους και φαντάζουν ως περιττές πολυτέλειες των ανώτερων τάξεων. Οι παραπάνω λόγοι, σε συνδυασμό με τη συχνή έλλειψη εμπειρίας των μειονοτικών πελατών ως προς τη θεραπευτική διαδικασία, μπορεί να τους κάνουν να φαίνονται αρνητικοί, χωρίς κίνητρο και με αντιστάσεις και να οδηγήσουν σε πρόωρη διακοπή της θεραπείας (Atkinson, Morten & Sue, 1998. Gottesfeld, 1995. Harik-Williams, 2003. Laungani, 2004. Leong & Leach, 2007. Leong, Wagner & Kim, 1995. Sue & Sue, 1999).

### Κοσμοθεωρία: Αντίληψη του κόσμου και της πραγματικότητας

Η αντίληψη του κόσμου και γενικότερα της πραγματικότητας δεν θα πρέπει να θεωρείται αυτονόητη και δεδομένη, δεν είναι ίδια για όλους και συνδέεται στενά με την κουλτούρα και το πολιτισμικό πλαίσιο. Με τον όρο «κοσμοθεωρία» αναφερόμαστε στον ψυχολογικό μας προσανατολισμό στη ζωή, που καθορίζει πώς σκεφτόμαστε, πώς συμπεριφερόμαστε και με ποια κριτήρια παίρνουμε αποφάσεις. Περιλαμβάνει τις έννοιες της κοινωνικής ταυτότητας, της προσωπικής ταυτότητας ή έννοιας του εαυτού, της γλώσσας, των αξιών, των πεποιθήσεων και των απόψεων μας για τους ανθρώπους, τις σχέσεις, τη φύση, το χρόνο και τη δράση. Έννοιες που στην ουσία δημιουργούν την υποκειμενική πραγματικότητα μέσα από την οποία αντιλαμβανόμαστε και νοηματοδοτούμε τον κόσμο και τα γεγονότα της ζωής. Άλλες μεταβλητές, που επίσης αλληλεπιδρούν



και επηρεάζουν την κοσμοθεωρία ενός πολιτισμικά διαφοροποιημένου ατόμου, είναι η πολιτισμική ταυτότητα, το κοινωνικοοικονομικό πλαίσιο και επίπεδο, το φύλο, η ηλικία, η θρησκεία, ο σεξουαλικός προσανατολισμός και η ύπαρξη ή μη δυσλειτουργίας (Hannush, 2007. Ibrahim, Roysircar-Sodowsky & Ohnishi, 2001. Ivey, Ivey & Simek-Morgan, 1997. Kim, Ng & Ahn, 2005).

Οι σύμβουλοι ή οι θεραπευτές είναι πολύ πιθανό να αντιλαμβάνονται διαφορετικά τον κόσμο και την πραγματικότητα σε σχέση με τους πελάτες τους, ειδικά όταν αυτοί ανήκουν σε εθνικές ή πολιτισμικές μειονότητες. Η κοσμοθεωρία ενός ατόμου αποτελεί μια κομβική μεταβλητή στην κατανόηση των πολιτισμικών στάσεων και απόψεών του και στον τρόπο με τον οποίο αυτές επηρεάζουν τις γνωστικές και συναισθηματικές του δομές και αντιδράσεις. Η αποσαφήνιση της κοσμοθεωρίας του πελάτη αναδεικνύει το νόημα και τις επιπτώσεις που έχει γι' αυτόν το συγκεκριμένο πρόβλημα, καθώς και τη διαδικασία που πρέπει να ακολουθηθεί για την επίλυσή του. Οι παρανοήσεις και οι παρεξηγήσεις αυξάνουν, όταν οι κοσμοθεωρίες συμβούλου και πελάτη αποκλίνουν, γεγονός που μπορεί να οδηγήσει σε πρόωρη διακοπή της θεραπευτικής διαδικασίας. Η ικανότητα του συμβούλου να παρατηρεί αυτές τις αποκλίσεις και να κάνει διορθωτικές προσαρμογές καθορίζει τη συμβατότητά του με τον πελάτη και προάγει τη μεταξύ τους σχέση και κατανόηση (Hannush, 2007. Ibrahim, 1999. Ibrahim, Roysircar-Sodowsky & Ohnishi, 2001. Kim, Ng & Ahn, 2005. Mallinckrodt, Shigeoka & Suzuki, 2005. Roysircar-Sodowsky & Kuo, 2001). Επειδή στα πλαίσια αυτής της εργασίας είναι αδύνατον να συζητηθούν όλες οι μεταβλητές που εμπλέκονται στη διαμόρφωση της κοσμοθεωρίας ενός πολιτισμικά μειονοτικού πελάτη, θα αναφερθούμε στη συνέχεια στις σημαντικότερες από αυτές.

### **Δυστική-ολιστική αντίληψη: Εκδήλωση συμπτωμάτων**

Οι δυτικές κουλτούρες και μεταξύ αυτών και η ελληνική διέπονται από μια δυστική αντίληψη

του ανθρώπου και της πραγματικότητας, με την έννοια ότι επιχειρείται ένας διαχωρισμός μεταξύ του και σώματος, σκέψεων και συναισθημάτων, υποκειμενικού και αντικειμενικού. Σε αντίθεση, οι πιο παραδοσιακές και οι ανατολικές κουλτούρες αντιλαμβάνονται τον άνθρωπο, αλλά και τον κόσμο με έναν πιο ολιστικό τρόπο, όπου το σωματικό, το νοητικό και το πνευματικό αποτελούν όψεις της ίδιας πραγματικότητας. Αυτή η πολιτισμική διαφοροποίηση έχει σημαντικές επιπτώσεις στη συμβουλευτική διαδικασία, δεδομένου ότι σύμβουλος και πελάτης μπορεί να αντιλαμβάνονται διαφορετικά τις έννοιες του «φυσιολογικού» και του «παθολογικού» και να μην κατανοούν με τον ίδιο τρόπο έννοιες, όπως ψυχολογία, ψυχολογική ευεξία, ψυχολογική προσαρμογή, ψυχική υγεία ή ψυχική ασθένεια και διαταραχή. Αυτό εξηγεί, μεταξύ άλλων, το γεγονός ότι άτομα διαφορετικής κουλτούρας εμφανίζουν συχνά ένα συγκεκριμένο ψυχολογικό πρόβλημα ή μια ψυχική διαταραχή με αρκετά διαφοροποιημένα συμπτώματα (Lee, 1999. Oliver & Ostrofsky, 2007. Sue & Sue, 1999. Wheeler, 2005).

Προς την ίδια κατεύθυνση, ένας ψυχολόγος που δεν είναι εξοικειωμένος με τις λεπτές αποχρώσεις της κουλτούρας ενός πελάτη μπορεί λανθασμένα να αξιολογήσει ως ψυχοπαθολογικές κάποιες φυσιολογικές παραλλαγές σε συμπεριφορές, αντιδράσεις, πεποιθήσεις και βιώματα που αποτελούν ιδιαίτερα χαρακτηριστικά της συγκεκριμένης κουλτούρας. Στις ανατολικές και σε ορισμένες πιο παραδοσιακές κουλτούρες οι ψυχολογικές διαταραχές συχνά βιώνονται με έναν πιο ολιστικό, σωματοψυχολογικό τρόπο. Σωματικά παράπονα, όπως πονοκέφαλοι, κούραση, στομαχόπονοι, πόνοι στο στήθος και τη μέση, διαταραχές στον ύπνο και τη διατροφή, παραλυσία, αποπληξία και τρομώδεις παραλήρημα αποτελούν τις συχνότερες, ίσως, εκδηλώσεις συναισθηματικών και ψυχικών προβλημάτων σε αυτές τις κουλτούρες (American Psychiatric Association, 1994. Kuo & Kavanagh, 1994. Lee, 1999. Leong & Leach, 2007. Lewis-Fernandez & Kleinman, 1994. Mukherji, 1995. Sue, 1997. Sue & Sue, 1999. Wheeler, 2005).

Η σωματοποίηση των συμπτωμάτων εξυπηρετεί, ενδεχομένως, τη συγκάλυψη πολιτισμικά μη αποδεκτών ασυνείδητων ενδοψυχικών συγκρούσεων. Λόγω των σωματοποιημένων συμπτωμάτων τους, τα άτομα αυτά απευθύνονται σε γενικούς γιατρούς και ιερείς και προσδοκούν συγκεκριμένες και χειροπιαστές μορφές αντιμετώπισης του προβλήματός τους, όπως φαρμακευτική αγωγή, συμβουλές, εξομολόγηση, παρηγοριά κ.λπ. Στην ελληνική και ευρωπαϊκή πραγματικότητα, που χαρακτηρίζεται από το δυισμό που προαναφέραμε, έχει νόημα να αντιμετωπιστεί το ψυχολογικό πρόβλημα με μια ψυχολογικού-διανοητικού τύπου θεραπεία. Δεν ισχύει όμως το ίδιο για τις περισσότερες ασιατικές κουλτούρες, όπου η αντιλαμβανόμενη ενότητα μεταξύ σώματος, νου και πνεύματος υπαγορεύει μια ολιστική αντιμετώπιση, που ενδεχομένως περιλαμβάνει άλλου τύπου παρεμβάσεις (π.χ. άσκηση, διαλογισμός, διαίτα), στοχεύοντας και στα τρία παραπάνω επίπεδα (Atkinson, Bui & Mori, 2001. McLeod, 2003. Mukherji, 1995. Oliver & Ostrofsky, 2007. Sue & Sue, 1999).

Συνεπώς, οι πολιτισμικές διαφορές μεταξύ συμβούλου και πελάτη ως προς την αντίληψη, την κατανόηση και τη συμπτωματολογία ενός ψυχολογικού προβλήματος ή μιας διαταραχής αυξάνουν τις πιθανότητες της λανθασμένης διάγνωσης και της κακής αντιμετώπισής της. Ως προς τη διάγνωση, είναι σημαντικό να ληφθεί υπόψη ότι τα διαγνωστικά κριτήρια του DSM-IV (American Psychiatric Association, 1994) και του ICD-10 (World Health Organization, 1993) μπορεί να μην ισχύουν για ορισμένες πολιτισμικές ή εθνικές μειονότητες. Σύμφωνα με διάφορες μελέτες, για παράδειγμα, η κατάθλιψη σε Αμερικανούς αφρικανικής καταγωγής, είναι συχνά υποδιαγνωσμένη, ενώ αντίθετα η σχιζοφρένεια υπερδιαγνωσμένη. Αυτό οφείλεται, όπως είδαμε, στο γεγονός ότι η ψυχοπαθολογία στηρίζεται σε ομάδια, ενδείξεις, συμπεριφορές και συμπτώματα, ορισμένα από τα οποία είναι πολιτισμικά επηρεασμένα και συχνά παρόμοια στις διάφορες ψυχικές διαταραχές. Το DSM στην τελευταία του έκδοση κάνει κάποια πρώτα βήματα προς αυτή

την κατεύθυνση, συμπεριλαμβάνοντας σε παράρτημα, ορισμένα, πολιτισμικά συνδεδεμένα, σύνδρομα και διαταραχές.

### Αίσθηση του εαυτού και η εστίαση στην ατομικότητα

Σε αντίθεση με τον πολιτισμό των δυτικών κοινωνιών, άλλες πιο παραδοσιακές πολιτισμικές ομάδες και κυρίως οι ανατολικές δεν δίνουν έμφαση στην ατομικότητα, αλλά στην ομάδα, την οικογένεια και την έννοια της συλλογικότητας. Ενώ οι δυτικές κοινωνίες στηρίζονται περισσότερο στον ατομισμό, την αυτονομία και τον ανταγωνισμό μεταξύ ατόμων για γόητρο, αναγνώριση και επιτυχία, άλλες κουλτούρες θεωρούν αυτό τον προσανατολισμό όχι επιθυμητό και αρνητικό για την πνευματική εξέλιξη του ατόμου. Αυτές οι διαφορετικές πολιτισμικές αντιλήψεις επηρεάζουν και καθορίζουν τον τρόπο με τον οποίο αντιλαμβάνεται ένα άτομο τον εαυτό του και την αίσθηση του εαυτού που αναπτύσσει. Σε άλλες κουλτούρες, η ταυτότητα ενός ατόμου δεν μπορεί να διερευνηθεί παρά μόνο μέσα από έναν ομαδικό και συλλογικό προσανατολισμό (Kirmayer, 2007. Williams, 2003). Στην πράξη, η έννοια του εαυτού περιλαμβάνει τους σημαντικούς άλλους και οι αποφάσεις του ατόμου επηρεάζονται από τις αξίες, τις προτεραιότητες και τις ανάγκες της οικογένειας, της ομάδας και της κοινωνίας στην οποία ανήκει. Αυτό εξηγεί το ιδιαίτερα περίεργο για εμάς γεγονός ότι η προσωπική ανωνυμία «εγώ» δεν φαίνεται να υπάρχει στην ιαπωνική γλώσσα. Στις δυτικές-ατομικιστικές κοινωνίες, για παράδειγμα, σημαντικές θεωρούνται οι έννοιες της επιτυχίας, της ορθολογικότητας, της αυτονομίας, της ανεξαρτησίας, της αυτογνωσίας, της αυτοπραγμάτωσης και της αυτοκριτικής, ενώ ιδιαίτερη έμφαση δίνεται στα αισθήματα ενοχής (το άτομο σε σχέση με τον εαυτό του). Αντίθετα, στις πιο παραδοσιακές-κολεκτιβιστικές κοινωνίες ενθαρρύνονται περισσότερο οι έννοιες της κοινωνικότητας, του κομφορμισμού, της αλληλεξάρτησης, του καθήκοντος, της θυσίας, της τιμής και της αρετής, ενώ φαί-

νεται ως κυρίαρχο το συναίσθημα της ντροπής (το άτομο σε σχέση με τους άλλους) (James & Foster, 2003. Lee, 1999. McLeod, 2003. Parham, 1997. Sue & Sue, 1999. White & Parham, 1990. Williams, 2003).

Οι παραδοσιακές ψυχολογικές θεωρίες συμβουλευτικής αναπτύχθηκαν μέσα στη δυτική-ατομικιστική κοινωνία από άνδρες της κυρίαρχης κουλτούρας και με τον έναν ή τον άλλο τρόπο, δίνουν έμφαση στην προσωπική ευθύνη του κάθε ατόμου για ό,τι του συμβαίνει, καθώς και στο τι μπορεί να κάνει (αλλάζοντας στάσεις, σκέψεις, αντιλήψεις, συμπεριφορές...) το ίδιο το άτομο, προσωπικά και ατομικά για τη βελτίωση της κατάστασής του. Τα οικογενειακά και προσωπικά προβλήματα που αντιμετωπίζουν τα άτομα αυτά είναι συχνά αποτέλεσμα εξωτερικών παραγόντων, όπως άσχημη οικονομική κατάσταση, κοινωνικές διακρίσεις, ρατσισμός, σεξισμός κ.λπ. Η έμφαση στην προσωπική ευθύνη, από μόνη της, δεν τα βοηθά σε αυτή την περίπτωση, αλλά αντίθετα μάλλον διατηρεί την καταπίεση που υφίστανται. Επιπλέον, έχει ως αποτέλεσμα να αισθάνονται ότι δεν κατανοούνται ουσιαστικά, αφού τους δημιουργεί ενοχές και τα καθιστά υπεύθυνα για κάτι, που βαρδιά μέσα τους, γνωρίζουν ότι δεν το προκάλεσαν τα ίδια και δεν οφείλεται σε αυτά (Bowman et al., 2001. Κλεφτάρας, 2004α, 2005. Leong & Ponterotto, 2003. Leong & Santiago-Rivera, 1999. Lowe & Mascher, 2001. Utsey, Bolden & Brown, 2001).

Πεποίθησή μας είναι ότι, σε γενικές γραμμές, οι περισσότερες μειονότητες, πολιτισμικές και εθνικές, ανεξάρτητα από που προέρχονται, τείνουν για λόγους αυτοπροστασίας και ψυχολογικής επιβίωσης να είναι περισσότερο κολεκτιβιστικές παρά ατομικιστικές. Στα πλαίσια της συμβουλευτικής και της ψυχοθεραπείας, παράλληλα με την προσωπική ευθύνη, είναι σημαντικό να ληφθούν υπόψη και να αντιμετωπιστούν και οι κοινωνικές, εξωτερικές ως προς το άτομο, διαστάσεις του προβλήματός του. Να τονιστεί, δηλαδή, ο ούτως ή άλλως κεντρικός ρόλος της κοινωνικής εξάρτησης και αλληλεξάρτησης που, ειδικά στην περίπτωση των μειονοτικών ατόμων, θα

πρέπει να αποτελεί, κατά τη γνώμη μας, απαραίτητη διάσταση της πολυπολιτισμικής συμβουλευτικής. Μόνο όταν σύμβουλοι και πελάτες δουν τα θέματα μειονοτήτων μέσα σε ένα πολιτισμικό πλαίσιο, μπορούν να αντιληφθούν ότι αυτό που προηγούμενως αντιμετώπιζαν ως αποκλειστικά «ατομικό πρόβλημα», ίσως στην πραγματικότητα αποτελεί «κοινωνικοπολιτισμικό πρόβλημα» (Κλεφτάρας, 2003. Klefтарas, 2000. Lee, 1999. Ponterotto et al., 2001).

#### *Αντίληψη του χρόνου*

Όλοι γνωρίζουμε το σημαντικό ρόλο που παίζει ο χρόνος στη ελληνική και γενικότερα στη σύγχρονη δυτική κοινωνία, δεδομένου ότι η ποιότητα της ζωής μας είναι στενά συνδεδεμένη με την καλή και αποδοτική χρήση του. Παρ' όλα αυτά, λίγοι συνειδητοποιούμε ότι ο τρόπος που εμείς αντιλαμβανόμαστε το χρόνο δεν είναι πανανθρώπινος ούτε αυτονόητος για άλλους λαούς διαφορετικής κουλτούρας. Στις δυτικές κοινωνίες υπάρχει μια εμμονή με την έννοια του ωρολογιακού χρόνου, γεγονός που φαίνεται αφενός από εκφράσεις, όπως «ο χρόνος είναι χρήμα» ή «μη σπαταλάς άσκοπα το χρόνο σου», και αφετέρου από την κατάταξή του σε δευτερόλεπτα, λεπτά, ώρες, ημέρες, εβδομάδες, μήνες και χρόνια, αλλά και από την αξία που αποδίδεται σε καθένα από αυτά τα τμήματα.

Υποκειμενικά ο χρόνος γίνεται αντιληπτός ως παρελθόν, παρόν και μέλλον και η κάθε κοινωνία δίνει διαφορετική σημασία σε καθένα από αυτά τα μέρη. Ο δυτικοευρωπαϊκός ατομικιστικός πολιτισμός εστιάζεται κατά κύριο λόγο στο μέλλον, λιγότερο στο παρόν και ακόμη λιγότερο στο παρελθόν. Γεγονός που φαίνεται και από τη σημασία που αποδίδεται στην έννοια της «προόδου» και στη γενικότερη έλλειψη σεβασμού και απαξίωσης του παλιού σε σχέση με το νέο ή το καινούργιο. Αντίθετα, οι πιο παραδοσιακές κολεκτιβιστικές κουλτούρες δίνουν έμφαση στο παρελθόν και ορισμένες και στο παρόν. Η μεγάλη αξία που αποδίδεται στο παρελθόν φαίνεται, κατά περίπτωση, μέσα από το σεβασμό των ηλικιωμένων, τη λατρεία των προγόνων και γενικότερα

από την εξίσωση ηλικίας και σοφίας. Στη δυτική κοινωνία ο χρόνος είναι αυστηρά οριοθετημένος και είναι χαρακτηριστικό το στρες, το άγχος και η ανησυχία για τη σωστή αξιοποίησή του και τις συνέπειες της κακής χρήσης του στο μέλλον. Από την άλλη μεριά, άτομα προερχόμενα από πολιτισμούς με προσανατολισμό στο παρόν και το παρελθόν έχουν δυσκολία ή και αδυναμία ορισμένες φορές να κατανοήσουν αυτούς τους ρυθμούς. Το μέλλον γι' αυτούς δεν έχει την ίδια σημασία και το «κυνήγι» του χρόνου φαντάζει ανώφελο και ανούσιο, δεδομένου ότι για ορισμένους πολιτισμούς ο χρόνος φαίνεται να είναι πάντα εδώ, ρέων, ατέρμων, κυκλικός και αρμονικός (Ho, 1997. Katz, 1985. McLeod, 2003. Sue & Sue, 1999).

Είναι σημαντικό ο σύμβουλος να είναι ευαισθητοποιημένος ως προς την πολιτισμική διάσταση της αντίληψης του χρόνου, αλλά και των παρεξηγήσεων που μπορεί να προκύψουν εξαιτίας της στα πλαίσια της συμβουλευτικής διαδικασίας. Μια από τις συχνότερες είναι η αντίθετη αίσθηση μεταξύ συμβούλου και πελάτη ως προς τη χρήση του χρόνου, με τον ένα να θεωρεί ότι τα πράγματα πάνε πολύ αργά και τον άλλο πολύ γρήγορα. Σοβαρή δυσκολία μπορεί να αποβεί μερικές φορές η συχνή καθυστέρηση του πελάτη να έρθει στις προγραμματισμένες συνεδρίες, που λανθασμένα μπορεί να αποδοθεί σε ανευθυνότητα, αντίσταση, παθητικότητα-επιθετικότητα ή έλλειψη συνέπειας και σταθερότητας. Επίσης, πελάτες με προσανατολισμό στο παρόν μπορεί να έχουν δυσκολία να κατανοήσουν την ίδια τη φιλοσοφία της συμβουλευτικής και της ψυχοθεραπείας, με την έννοια ότι πιθανόν προσδοκούν άμεσες και συγκεκριμένες λύσεις και όχι μακροπρόθεσμους, αφηρημένους θεραπευτικούς στόχους (Harik-Williams, 2003). Τέλος, πελάτες διαφορετικής κουλτούρας ενδεχομένως να αντιμετωπίζουν σοβαρή δυσκολία στο να κατανοήσουν και να δεχτούν την ανελαστική τήρηση του χρόνου διάρκειας της κάθε συνεδρίας, εκλαμβάνοντάς την ως απόρριψη ή έλλειψη πραγματικού ενδιαφέροντος εκ μέρους του συμβούλου. Συνεπώς, ένα μέρος της θεραπευτικής

διαδικασίας θα πρέπει να αφιερωθεί στη διερεύνηση της αντίληψης του χρόνου στο πολιτισμικό πλαίσιο του πελάτη, αλλά και αντίθετα στην ευαισθητοποίησή του για τον τρόπο που ο χρόνος γίνεται αντιληπτός στην Ελλάδα στα πλαίσια της δυτικής κουλτούρας. (Γιωτσίδη & Σταλίκας, 2004. D'Ardenne & Mahtani, 1999. Herring, 1997. Hines & Boyd-Franklin, 1996. Ho, 1997. Sue & Sue, 1999).

### Επιπολιτισμός

Ένα σημαντικό εμπόδιο που συχνά προκύπτει στην ψυχολογική συμβουλευτική ατόμων εθνικών ή πολιτισμικών μειονοτήτων είναι αυτό του επιπολιτισμού, ο οποίος αναφέρεται στην αφομοίωση ή υιοθέτηση από το μειονοτικό άτομο πολιτισμικών χαρακτηριστικών (π.χ. αξίες, νόρμες, γλώσσα, συμπεριφορά) της κυρίαρχης κουλτούρας. Η διαδικασία του επιπολιτισμού συχνά αποδεικνύεται επώδυνη, δεδομένου ότι ασκείται μεγάλη πίεση στο άτομο για αλλαγή των δικών του πολιτισμικών χαρακτηριστικών και το οδηγεί πολλές φορές σε μια κατάσταση έντονης πολιτισμικής σύγκρουσης. Οι αρνητικές συνέπειες αγγίζουν ακόμη και την ίδια την οικογένεια του μειονοτικού ατόμου, δημιουργώντας συχνά συγκρούσεις μεταξύ των μελών της, όταν, για παράδειγμα, η κυρίαρχη ελληνική κουλτούρα αποθαρρύνει τον αυταρχικό ρόλο του πατέρα, ενισχύει έναν πιο απελευθερωμένο ρόλο για τη μητέρα και προωθεί την ανεξαρτησία και αυτονομία των παιδιών (Atkinson, Morten & Sue, 1998. Fischer & Moradi, 2001. Griffith & Gonzalez, 1994. Kim & Abreu, 2001. Prendes-Lintel, 2001. Sluzki, 2004. Sue & Sue, 1999).

Η σύγκρουση μεταξύ της πολιτισμικής και/ή εθνικής ταυτότητας του πελάτη και των αρχών και αξιών της κυρίαρχης κουλτούρας καταλήγει κατά περίπτωση σε διαφορετικού βαθμού επιπολιτισμό, που συνήθως εμπίπτει σε έναν από τους παρακάτω τέσσερις τύπους (Kitano & Maki, 1996):

- α. Υψηλή αφομοίωση, χαμηλή πολιτισμική/εθνική ταυτότητα. Πρόκειται για άτομα που ταυ-

τίζονται κατ' αρχήν με τις δυτικές αξίες, ενώ έχουν μικρή ταύτιση με τη δική τους πολιτισμική ή εθνική κουλτούρα.

- β. Υψηλή αφομοίωση, υψηλή πολιτισμική/εθνική ταυτότητα. Τα άτομα αυτά αποδέχονται και τα δύο πολιτισμικά συστήματα και νιώθουν άνετα με τα μέλη και των δύο πολιτισμικών ομάδων.
- γ. Χαμηλή αφομοίωση, υψηλή πολιτισμική/εθνική ταυτότητα. Πρόκειται, συνήθως για πρόσφατους μετανάστες ή άτομα που ζουν σε εθνικές κοινότητες ή σχετικά περιχαρακωμένες κοινωνικά και πολιτισμικά ομάδες, παραμένοντας προσκολλημένα στις παραδοσιακές αξίες και αποφεύγοντας την επαφή με άτομα της κυρίαρχης κουλτούρας.
- δ. Χαμηλή αφομοίωση, χαμηλή πολιτισμική/εθνική ταυτότητα. Τα άτομα αυτά είναι περιθωριακά, νιώθουν αποξενωμένα και από τις δύο κουλτούρες, και τείνουν να είναι δυσλειτουργικά και διαταραγμένα.

Τα άτομα των δύο πρώτων περιπτώσεων, με το υψηλό επίπεδο αφομοίωσης, αντιδρούν σχετικά καλά στις παραδοσιακές μορφές θεραπείας, αν και τα πολιτισμικά θέματα μπορεί να εξακολουθούν να αποτελούν πρόβλημα. Στις δύο άλλες περιπτώσεις με τη χαμηλή αφομοίωση, αναμφισβήτητα υπάρχουν προβλήματα προσαρμογής και τα πολιτισμικά θέματα θα πρέπει να προσεγγιστούν με ευαισθησία. Ειδικά στις περιπτώσεις με χαμηλή και την πολιτισμική/εθνική ταυτότητα και την αφομοίωση, το θέμα του πολιτισμικού ρατσισμού και των επιπτώσεών του στην πολιτισμική/εθνική ταυτότητα είναι κεντρικής σημασίας, όπως και η αναζήτηση άλλων μηχανισμών προσαρμογής εκτός από την απόρριψη και των δύο κουλτουρών. Τέλος, αν και η αξιολόγηση του βαθμού επιπολιτισμού του πελάτη είναι απαραίτητη, η επίτευξη του στόχου αυτού συνήθως αποδεικνύεται δύσκολη. Συχνά, οι πελάτες που ανήκουν σε μειονότητες δεν έχουν επίγνωση των βαθιά ριζωμένων αρχών και αξιών τους. Συζητώντας μαζί τους για τους ρόλους και τις σχέσεις τους με τα μέλη της οικογένειας και του ευρύτερου περιβάλλοντός τους, μπορούμε να απο-

κομίσουμε πολύ χρήσιμες πληροφορίες για το βαθμό επιπολιτισμού τους (Garret & Pichette, 2000. Kitano & Maki, 1996. Lee, 1999. Prendes-Lintel, 2001. Sanchez, 2001. Sluzki, 2004. Sue & Sue, 1999). Από αυτή την άποψη, είναι σημαντικό να αξιολογηθεί, επίσης, το εύρος της κατανόησης και οι παρανοήσεις του απόμου ως προς τις επικρατέστερες ελληνικές αξίες.

### 3. Συμπεράσματα

Είναι φανερό ότι στο πλαίσιο της συμβουλευτικής και της ψυχοθεραπείας θα πρέπει να δοθεί ιδιαίτερη προσοχή στα πολλαπλά εμπόδια που μπορεί να υπονομεύσουν τις προσπάθειες για στήριξη και βοήθεια των ατόμων που ανήκουν σε πολιτισμικές και εθνικές μειονότητες. Είναι καθοριστικής σημασίας για το σύμβουλο, που επιδιώκει να γνωρίσει τα χαρακτηριστικά της κουλτούρας των πολιτισμικά διαφοροποιημένων πελατών του, να έχει επίγνωση ότι τόσο η δική του στάση όσο και οι παραδοσιακές μορφές συμβουλευτικής αντανakλούν τις δυτικοευρωπαϊκές πολιτισμικές αξίες. Πρόκειται για μια δύσκολη διαδικασία, που απαιτεί από το σύμβουλο να έχει συνείδηση του πολιτισμικού ρατσισμού που ενδεχομένως τον διακρίνει, να αναπτύξει την πολιτισμική του ταυτότητα και να έχει επίγνωση του ότι αποτελεί μέρος της κυρίαρχης πολιτισμικά κουλτούρας με όλα τα συνακόλουθα οφέλη και προνομία.

Οι ψυχολόγοι και οι επαγγελματίες στο χώρο της ψυχικής υγείας και, ειδικά, εκείνοι που εμπλέκονται σε οποιαδήποτε μορφή πολυπολιτισμικής συμβουλευτικής και θεραπείας πρέπει πάντα να είναι ευαίσθητοι στις πολιτισμικές διαφορές που υπάρχουν μεταξύ αυτών των ιδίων και των πελατών τους. Η επεξεργασία των πολιτισμικών θεμάτων απαιτεί μια πολύπλευρη προσέγγιση και μια εκτίμηση όλων των πιθανών πολιτισμικών διαστάσεων, προκαταλήψεων, στερεοτύπων και εμποδίων που καθορίζουν την αποτελεσματικότητα της συμβουλευτικής διαδικασίας. Ένας κίνδυνος, βέβαια που πρέπει οπωσ-

δῆποτε να αποφευχθεί είναι αυτός της υπεργενίκευσης και της στερεοτυπικής αντίληψης των πελατών. Το γεγονός ότι ένα άτομο ανήκει σε μια συγκεκριμένη πολιτισμική ομάδα δεν σημαίνει ότι το άτομο αυτό θα έχει όλα ή ακόμη και μερικά από τα χαρακτηριστικά των υπόλοιπων ατόμων της ομάδας από την οποία προέρχεται. Η εθνότητα και η κουλτούρα καταγωγής, από μόνες τους, αποκαλύπτουν σχετικά λίγα στοιχεία για τις στάσεις, τις αξίες, τις εμπειρίες και τις συμπεριφορές των συμβούλων ή των ατόμων που ζητούν βοήθεια. Μεταξύ των ατόμων μιας πολιτισμικής ομάδας υπάρχουν σημαντικές ατομικές διαφορές.

Ο σύμβουλος, με όλες τις γνώσεις και την ευαισθητοποίηση που έχει, δεν θα πρέπει να θεωρήσει τίποτα ως δεδομένο, αλλά να διερευνήσει την προσωπικότητα και τις επιρροές του πολιτισμικά διαφοροποιημένου πελάτη του. Αν και επιθυμητό, δεν είναι απαραίτητο για τους συμβούλους, τους ψυχοθεραπευτές και τους πελάτες τους να είναι της ίδιας εθνικής, φυλετικής ή πολιτισμικής μειονότητας και κοινωνικοοικονομικής ομάδας. Ίσως, το στοιχείο που περισσότερο από οτιδήποτε άλλο είναι απαραίτητο και φαίνεται να ξεχωρίζει τον πολυπολιτισμικά ικανό και αποτελεσματικό σύμβουλο είναι το πραγματικό, αυθεντικό και ειλικρινές ενδιαφέρον του για να γνωρίσει και να κατανοήσει τις πολιτισμικές επιρροές του πελάτη του και τη σημασία την οποία ο ίδιος τους αποδίδει. Πρόκειται για ένα αυθόρμητο ενδιαφέρον που χαρακτηρίζεται από ενσυναίσθηση και σεβασμό για τις πολιτισμικές εμπειρίες του άλλου και προϋποθέτει μια ανάλογη διεργασία από πλευράς συμβούλου για τα πολιτισμικά χαρακτηριστικά της δικής του κουλτούρας (Dyche & Zayas, 1995. Falicov, 1995. Μαλικιώση-Λοΐζου, 2003. McLeod, 2003). Τέλος, σύμφωνα με τον Maslow (1971), οι σύμβουλοι που καλύτερα και ευκολότερα μπορούν να ταυτιστούν και να μοιραστούν τις εμπειρίες και τα βιώματα των πελατών τους, ανεξάρτητα από τις όποιες πολιτισμικές ή άλλες διαφορές τους, είναι αυτοί που μπορούν να νιώσουν ενσυναίσθηση στο ανθρώπινο και υπαρκτικό κυρίως επίπεδο παρά στο πολιτισμικό.

## Βιβλιογραφία

- American Psychiatric Association (1994). *Diagnostic and statistical manual of mental disorders* (4th ed.). Washington, DC: Author.
- Atkinson, D. R., Bui, U. & Mori, S. (2001). Multiculturally sensitive empirically supported treatments-an oxymoron. In J. G. Ponterotto, J. M. Casas, L. A. Suzuki & C. M. Alexander (Eds), *Handbook of multicultural counseling* (pp. 542-574). Thousand Oaks: Sage.
- Atkinson, D. R. & Hackett, G. (1998). *Counseling diverse populations* (2d ed.). Boston, MA: McGraw-Hill.
- Atkinson D. R., Morten, G. & Sue, D. W. (1998). *Counseling American minorities* (5th ed.). Boston, MA: McGraw-Hill.
- Bowman, S. L., Rasheed, S., Ferris, J., Thompson, D. A., McRae, M. & Weitzman, L. (2001). Interface of feminism and Multiculturalism. In J. G. Ponterotto, J. M. Casas, L. A. Suzuki & C. M. Alexander (Eds), *Handbook of multicultural counseling* (pp. 779-798). Thousand Oaks: Sage.
- Burkard, A. W., Knox, S., Groen, M., Perez, M. & Hess, S. A. (2006). European American therapist self-disclosure in cross-cultural counseling. *Journal of Counseling Psychology*, 53, 15-25.
- Γιωτσιόδη, Β. & Σταλάκας, Α. (2004). Η διαπολιτισμική συμβουλευτική και ψυχοθεραπεία σε πρόσφυγες: Ψυχοκοινωνικές ανάγκες και πολιτισμικές διαφορές. *Ψυχολογία: Το Περιοδικό της Ελληνικής Ψυχολογικής Εταιρείας*, 11, 34-52.
- Castonguay, L. G. & Hill, C. (Ed) (2007). *Insight in psychotherapy*. Washington, DC, US: American Psychological Association.
- Chang, H.-W. (2000). The help seeking for psychological problems and barriers to counseling among Chinese high school students in Taiwan. *Dissertation Abstracts International Section A: Humanities and Social Sciences*, 60(11-A), 3915.
- Chen, M.-W. & Han, Y. S. (2001). Cross-cultural group counseling with Asians: A stage-specific interactive approach. *Journal for Specialists in Group Work*, 26, 111-128.

- Collins, N. M. & Pieterse, A. L. (2007). Critical Incident Analysis Based Training: An approach for developing active racial/cultural awareness. *Journal of Counseling & Development*, 85, 14-23.
- Constantine, M. G., Hage, S. M., Kindaichi, M. M. & Bryant, R. M. (2007). Social justice and multicultural issues: Implications for the practice and training of counselors and counseling psychologists. *Journal of Counseling & Development*, 85, 24-29.
- Corey, G., Corey, M. & Callanan, P. (1988). *Issues and ethics in the helping professions* (3rd ed.). Pacific Grove, CA: Brooks/Cole.
- D'Andrea, M. & Daniels, J. (2001). Expanding our thinking about white racism. In J. G. Ponterotto, J. M. Casas, L. A. Suzuki & C. M. Alexander (Eds), *Handbook of multicultural counseling* (pp. 289-310). Thousand Oaks: Sage.
- D'Ardenne, P. & Mahtani, A. (1999). *Transcultural counseling in action*. London: Sage.
- Du Toit, A. S., Grobler, H. D. & Schenck, D. J. (1998). *Person-centered communication: Theory and practice*. Johannesburg, South Africa: International Thomson.
- Dyche, L. & Zayas, L. H. (1995). The value of curiosity and naivete for the cross-cultural psychotherapist. *Family Process*, 34, 389-399.
- Falicov, C. J. (1995). Training to think culturally: A multidimensional comparative framework. *Family Process*, 34, 373-388.
- Farber, B. A., Berano, K. C. & Capobianco, J. A. (2006). A temporal model of patient disclosure in psychotherapy. *Psychotherapy Research*, 16, 463-469.
- Farber, B. A. (2006). *Self-disclosure in Psychotherapy*. NY: Guilford Press.
- Ferrara, K. W. (2002). Blocking emotions: The face of resistance. In S. R. Fussell (Ed.), *The verbal communication of emotions: Interdisciplinary perspectives* (pp. 253-279). Mahwah, NJ, US: Lawrence Erlbaum Associates Publishers.
- Finset, A. (2007). Nonverbal communication – An important key to in-depth understanding of provider-patient interaction. *Patient Education and Counseling*, 66, 127-128.
- Fischer, A. R. & Moradi, B. (2001). Racial and ethnic identity: Recent developments and needed directions. In J. G. Ponterotto, J. M. Casas, L. A. Suzuki & C. M. Alexander (Eds), *Handbook of multicultural counseling* (pp. 341-370). Thousand Oaks: Sage.
- Flaskerud, J. H. (1991). Effects of an Asian client-therapist language, ethnicity and gender match on utilization and outcome of therapy. *Community Mental Health Journal*, 27, 31-42.
- Fuertes, J. N. & Gretchen, D. (2001). Emerging theories of multicultural counseling. In J. G. Ponterotto, J. M. Casas, L. A. Suzuki & C. M. Alexander (Eds), *Handbook of multicultural counseling* (pp. 509-541). Thousand Oaks: Sage.
- Garrett, M. T. & Pichette, E. F. (2000). Red as an apple: Native American acculturation and counseling with or without reservation. *Journal of Counseling & Development*, 78, 3-13.
- Gottesfeld, H. (1995). Community context and the underutilization of mental health services by minority patients. *Psychological Reports*, 76, 207-210.
- Griffith, E. E. H. & Gonzalez, C. A. (1994). Essentials of cultural psychiatry. In R. E. Hales, S. C. Yudofsky & J. A. Talbott (Eds), *The American Psychiatric Press textbook of psychiatry* (2nd ed., pp. 1379-1404). Washington, DC: American Psychiatric Press.
- Hannush, M. J. (2007). An existential-dialectical-phenomenological approach to understanding cultural tilts: Implications for multicultural research and practice. *Journal of Phenomenological Psychology*, 38, 7-23.
- Harik-Williams, N. (2003). Willingness of international students to seek counseling. *Dissertation Abstracts International: Section B: The Sciences and Engineering*, 64(3-B), 1492.
- Herring, R. D. (1997). *Counseling diverse ethnic youth*. Fort Worth, TX: Harcourt Brace.
- Hill, C. E. (2004). *Helping skills: Facilitating exploration, insight, and action* (2nd ed.). Washington, DC, US: American Psychological Association.

- Hines, P. M. & Boyd-Franklin, N. (1996). African American families. In M. McGoldrick, J. Giordano & J. K. Pearce (Eds), *Ethnicity and family therapy* (pp. 66-84). New York: Guilford Press.
- Ho, M. K. (1997). *Family therapy with ethnic minorities* (2nd ed.). Thousand Oaks, CA: Sage.
- Ibrahim, F. A. (1999). Transcultural counseling: Existential worldview theory and cultural identity. In J. McFadden (Ed.), *Transcultural counseling* (2nd ed., pp. 23-58). Alexandria, VA: American Counseling Association.
- Ibrahim, F. A., Roysircar-Sodowsky, G. & Ohnishi, H. (2001). Worldview: Recent developments and needed directions. In J. G. Ponterotto, J. M. Casas, L. A. Suzuki & C. M. Alexander (Eds), *Handbook of multicultural counseling* (pp. 425-456). Thousand Oaks: Sage.
- Ivey, A. E., Ivey, M. B. & Simek-Morgan, L. (1997). *Counseling and psychotherapy: A multicultural perspective*. Boston, USA: Allyn and Bacon.
- James, S. & Foster, G. (2003). Narratives and culture: 'Thickening' the self for cultural psychotherapy. *Journal of Theoretical and Philosophical Psychology*, 23, 62-79.
- Katz, J. (1985). The sociopolitical nature of counseling. *The Counseling Psychologist*, 13, 615-624.
- Kim, B. S. K. & Abreu, J. M. (2001). Acculturation measurement: Theory, current instruments, and future directions. In J. G. Ponterotto, J. M. Casas, L. A. Suzuki & C. M. Alexander (Eds), *Handbook of multicultural counseling* (pp. 394-424). Thousand Oaks: Sage.
- Kim, B. S. K. & Atkinson, D. R. (2002). Asian American client adherence to Asian cultural values, counselor expression of cultural values, counselor ethnicity, and career counseling process. *Journal of Counseling Psychology*, 49, 3-13.
- Kim, B. S. K., Liang, C. T. H. & Li, L. C. (2003). Counselor ethnicity, counselor nonverbal behavior, and session outcome with Asian American clients: Initial findings. *Journal of Counseling & Development*, 81, 202-207.
- Kim, B. S. K., Ng, G. F. & Ahn, A. J. (2005). Effects of Client Expectation for Counseling Success, Client-Counselor Worldview Match, and Client Adherence to Asian and European American Cultural Values on Counseling Process With Asian Americans. *Journal of Counseling Psychology*, 52, 67-76.
- Kirmayer, L. J. (2007). Psychotherapy and the cultural concept of the person. *Transcultural Psychiatry*, 44, 232-257.
- Kitano, H. H. L. & Maki, M. T. (1996). Continuity change, and diversity: Counseling Asian Americans. In P. B. Pedersen, J. G. Draguns, W. J. Lonner & J. E. Trimble (Eds), *Counseling across cultures* (4th ed., pp. 124-145). Thousand Oaks: Sage.
- Κλεφτάρης, Γ. (1998). *Η κατάθλιψη σήμερα: Περιγραφή, διάγνωση, θεωρίες και ερευνητικά δεδομένα*. Αθήνα: Ελληνικά Γράμματα.
- Κλεφτάρης, Γ. (2003). Η σημασία των πολιτισμικών παραγόντων στη συμβουλευτική ατόμων με σωματικές ή νοητικές δυσλειτουργίες. *Ψυχολογία: Το Περιοδικό της Ελληνικής Ψυχολογικής Εταιρείας*, 10, 362-377.
- Κλεφτάρης, Γ. (2004α). Η εικόνα σώματος και η σημασία της στην ψυχολογική συμβουλευτική ατόμων με σωματικές δυσλειτουργίες. *Επιθεώρηση Συμβουλευτικής και Προσανατολισμού*, 68-69, 43-64.
- Κλεφτάρης, Γ. (2004β). Ο ρόλος της πολιτισμικής ταυτότητας στην ψυχολογική συμβουλευτική ατόμων διαφορετικής κοινότητας. Στο *Διαπολιτισμική Συμβουλευτική* (σ. 14-24). Αθήνα: Εθνικό Κέντρο Επαγγελματικού Προσανατολισμού.
- Κλεφτάρης, Γ. (2005). Η έννοια της απώλειας και οι αντιδράσεις στη σωματική δυσλειτουργία: Η σημασία τους στην ψυχολογική συμβουλευτική. *Επιθεώρηση Συμβουλευτικής και Προσανατολισμού*, 72-73, 77-95.
- Kleftaras, 2000. Counseling ethnic minority individuals: A multicultural approach. In M. Malikiosi-Loizos (Ed.), *Education, communication and counseling* (pp. 235-261). Athens: Ellinika Grammata.
- Kleftaras, G. (2004). *La dépression: Approche cognitive et comportementale*. Paris: L'Harmattan.



- Kuo, C. L. & Kavanagh, K. H. (1994). Chinese perspectives on culture and mental health. *Issues in Mental Health Nursing*, 15, 551-567.
- LaFramboise, T. (1998). American Indian mental health policy. In D. A. Atkinson, G. Morten & D. W. Sue (Eds), *Counseling American minorities* (5th ed., pp. 137-158). Boston: McGraw-Hill.
- Laungani, P. (2004). Counseling and therapy in a multi-cultural setting. *Counselling Psychology Quarterly*, 17, 195-207.
- Lee, W. M. L. (1999). *An introduction to multicultural counseling*. Philadelphia, PA: Accelerated Development.
- Leong, F. T. L. & Leach, M. M. (2007). Internationalising Counseling Psychology in the United States: A SWOT analysis. *Applied Psychology: An International Review*, 56, 1-6.
- Leong, F. T. L. & Ponterotto, J. G. (2003). A proposal for internalizing counseling psychology in the United States: Rationale, recommendations, and challenges. *The Counseling Psychologist*, 31, 381-395.
- Leong, F. T. L. & Santiago-Rivera, A. L. (1999). Climbing the multicultural summit: Challenges and pitfalls. In P. Pedersen (Ed.), *Multiculturalism as a fourth force* (pp. 61-72). Philadelphia, PA: Brunner/Mazel.
- Leong, F. T. L., Wagner, N. S. & Kim, H. H. (1995). Group counseling expectations among Asian American students: The role of culture-specific factors. *Journal of Counseling Psychology*, 42, 217-222.
- Lewis-Fernandez, R. & Kleinman, A. (1994). Culture, personality, and psychopathology. *Journal of Abnormal Psychology*, 103, 67-71.
- Li, L. C., Kim, B. S. K. & O'Brien, K. M. (2007). An analogue study of the effects of Asian cultural values and counselor multicultural competence on counseling process. *Psychotherapy: Theory, Research, Practice, Training*, 44, 90-95.
- Lowe, S. M. & Mascher, J. (2001). The role of sexual orientation in multicultural counseling: Integrating bodies of knowledge. In J. G. Ponterotto, J. M. Casas, L. A. Suzuki & C. M. Alexander (Eds), *Handbook of multicultural counseling* (pp. 755-778). Thousand Oaks: Sage.
- Μαλικιώση-Λοΐζου, Μ. (2003). Μια κριτική ματιά στην ενσυναίσθηση. *Ψυχολογία: Το Περιοδικό της Ελληνικής Ψυχολογικής Εταιρείας*, 10, 295-309.
- Mallinckrodt, B., Shigeoka, S. & Suzuki, L. A. (2005). Asian and Pacific Island American students' acculturation and etiology beliefs about typical acculturation presenting problems. *Cultural Diversity and Ethnic Minority Psychology*, 11, 227-238.
- Maslow, A. H. (1971). *The farther reaches of human nature*. New York: Viking.
- Mau W. C. & Jepson, D. A. (1988). Attitudes toward counselors and counseling processes: A comparison of Chinese and American graduate students. *Journal of Counseling and Development*, 67, 189-192.
- McLeod, J. (2003). *An Introduction to counseling* (3rd ed.). Buckingham: Open University Press.
- Mogudi-Carter, M. (2001). Challenges experienced by a therapist working with multicultural families: Case studies. *International Journal for the Advancement of Counselling*, 23, 237-243.
- Moyerman, D. R. & Forman, B. D. (1992). Acculturation and adjustment: A meta-analytic study. *Hispanic Journal of Behavioral Sciences*, 14, 163-200.
- Mukherji, B. R. (1995). Cross-cultural issues in illness and wellness: Implications for depression. *Journal of Social Distress and the Homeless*, 4, 203-217.
- Neville, H. A., Worthington, R. L. & Spanierman, L. B. (2001). Race, power, and multicultural counseling psychology. In J. G. Ponterotto, J. M. Casas, L. A. Suzuki & C. M. Alexander (Eds), *Handbook of Multicultural Counseling* (pp. 257-288). Thousand Oaks: Sage.
- Oliver, L. E. & Ostrofsky, R. (2007). The Ecological Paradigm of Mind and Its Implications for Psychotherapy. *Review of General Psychology*, 11, 1-11.
- Oyserman, D., Coon, H. M. & Kemmelmeier, M. (2002). Rethinking individualism and collectivism: Evaluation of theoretical assumptions and meta-analyses. *Psychological Bulletin*, 128, 3-72.

- Parham, T. A. (1997). An African-centered view of dual relationships. In B. Herlihy & G. Corey (Eds), *Boundary issues in counseling* (pp. 109-112). Alexandria, VA: American Counseling Association.
- Pedersen, P. B. (1991). Multiculturalism as a generic approach to counseling. *Journal of Counseling and Development*, 70, 6-12.
- Phinney, J. (1990). Ethnic identity in adolescence and adulthood: A review of research. *Psychological Bulletin*, 108, 499-514.
- Ponterotto, J. G., Casas, J. M., Suzuki, L. A. & Alexander, C. M. (Eds) (2001). *Handbook of multicultural counseling* (2nd ed.). Thousand Oaks, CA: Sage.
- Prendes-Lintel, M. (2001). A working model in counseling recent refugees. In J. G. Ponterotto, J. M. Casas, L. A. Suzuki & C. M. Alexander (Eds), *Handbook of multicultural counseling* (pp. 729-752). Thousand Oaks: Sage.
- Pryor, R. G. L. & Bright, J. E. H. (2007). The current state and future direction of counseling psychology in Australia. *Applied Psychology: An International Review*, 56, 7-19.
- Ramos-Sánchez, L. (2007). Language switching and Mexican Americans' emotional expression. *Journal of Multicultural Counseling and Development*, 35, 154-168.
- Rawson, D., Whitehead, G. & Luthra, M. (1999). The challenges of counseling in a multicultural society. In S. Palmer & P. Laungani (Eds), *Counseling in a multicultural society*. London: Sage.
- Ridley, C. R. (1995). *Overcoming unintentional racism in counseling and Therapy: A practitioner's guide to intentional intervention*. Thousand Oaks, CA: Sage.
- Riger, A. L. (1992). Disability issues stance tests our ethical integrity. *APA Monitor*, 23(11), 4.
- Root, M. P. P. (1998). Facilitating psychotherapy with Asian American clients. In D. R. Atkinson, G. Morten & D. W. Sue (Eds), *Counseling American minorities* (5th ed., pp. 214-234). Boston, MA: McGraw-Hill.
- Roysircar-Sodowsky, G. & Kuo, P. Y. (2001). Determining cultural validity of personality assessment: Some guidelines. In D. Pope-Davis & H. Coleman (Eds), *The intersection of race, class & gender: Implications for multicultural counseling* (pp. 213-240). Thousand Oaks, CA: Sage.
- Sanchez, A. R. (2001). Multicultural family counseling: Toward cultural sensibility. In J. G. Ponterotto, J. M. Casas, L. A. Suzuki & C. M. Alexander (Eds), *Handbook of multicultural counseling* (pp. 672-700). Thousand Oaks: Sage.
- Sandhu, D. S. (1997). Psychocultural profiles of Asian and Pacific Islander Americans: Implications for counseling and psychotherapy. *Journal of Multicultural Counseling and Development*, 25, 7-22.
- Schwartz, A. & Schwartz, R. M. (1993). *Depression, theories and treatments: Psychological, biological and social perspectives*. New York: Columbia University Press.
- Sloan, A. E. & Kahn, J. H. (2005). Client self-disclosure as a predictor of short-term outcome in brief psychotherapy. *Journal of College Student Psychotherapy*, 19, 25-39.
- Sluzki, C. E. (2004). House taken over by ghosts: Culture, migration, and the developmental cycle of a Moroccan family invaded by hallucinations. *Families, Systems & Health*, 22, 321-337.
- Smith, L. D., Peck, P. L. & McGovern, R. J. (2002). Knowledge and access barriers to counseling services in a rural population. *Journal of Mental Health and Aging*, 8, 183-195.
- Spangenberg, J. J. (2003). The cross-cultural relevance of person-centered counseling in postapartheid South Africa. *Journal of Counseling & Development*, 81, 48-54.
- Sue, D. (1998). The interplay of sociocultural factors on the psychological development of Asians in America. In D. R. Atkinson, G. Morten & D. W. Sue (Eds), *Counseling American minorities* (5th ed., pp. 205-213). Boston, MA: McGraw-Hill.
- Sue, D. W. (1997). Multiculturalism and discomfort. *Spectrum*, 57(3), 7-9.
- Sue, D. W. & Sue, D. (1999). *Counseling the*

- culturally different: Theory and Practice* (3rd ed.). New York: Wiley.
- Sue, S., Fujino, D. C., Hu, L., Takeuchi, D. T. & Zane, N. (1991). Community mental health services for ethnic minority groups: A test of the cultural responsiveness hypothesis. *Journal of Consulting & Clinical Psychology*, 59, 533-540.
- Tajfel, H. (1981). *Human groups and social categories*. New York: Cambridge University Press.
- Tucker, C. M. & Herman, K. C. (2007). Resolving the paradoxes of and barriers to patient-centered culturally sensitive health care: Lessons from the history of counseling and community psychology. *Counseling Psychologist*, 35, 735-743.
- Uba, L. (1994). *Asian Americans: Personality patterns, identity, and mental health*. New York: Guildford Press.
- Utsey, S. O., Bolden, M. A. & Brown, A. L. (2001). Visions of revolution from the spirit of Franz Fanon. In J. G. Ponterotto, J. M. Casas, L. A. Suzuki & C. M. Alexander (Eds), *Handbook of multicultural counseling* (pp. 311-336). Thousand Oaks: Sage.
- Vogel, D. L., Wester, S. R. & Larson, L. M. (2007). Avoidance of counseling: Psychological factors that inhibit seeking help. *Journal of Counseling & Development*, 85, 410-422.
- West, A. M. (2007). Minority mental health: Barriers to help-seeking and treatment attrition in a low-income sample. *Dissertation Abstracts International: Section B: The Sciences and Engineering*, 67(9-B), 5429.
- Wheeler, G. (2005). Culture, self, and field: A gestalt guide to the age of complexity. *Gestalt Review*, 9, 91-128.
- White, J. & Parham, T. (1990). *The psychology of Blacks: An African-American perspective* (2nd ed.). Englewood Cliffs, NJ: Prentice-Hall.
- Williams, B. (2003). The worldview dimensions of individualism and collectivism: Implications for counseling. *Journal of Counseling & Development*, 81, 370-374.
- Williams, S. L., Ketring, S. A. & Salts, C. J. (2005). Premature termination as a function of intake data based on ethnicity, gender, socioeconomic status, and income. *Contemporary Family Therapy: An International Journal*, 27, 213-231.
- World Health Organization (1993). *Manual of the International Statistical Classification of Diseases, Injuries and Causes of Death* (10th revised ed.). Geneva: Author.
- Young, K. S. (2001). Barriers to counseling: Mexicans and other Hispanics compared with non-Hispanic Whites. *Dissertation Abstracts International Section A: Humanities and Social Sciences*, 61(9-A), 3784.

## Difficulties and barriers in counseling psychotherapy of cultural and ethnic minority individuals

GEORGE KLEFTARAS<sup>1</sup>

### ABSTRACT

Psychologists and health professionals, and especially those engaged in any form of counseling and psychotherapy, should be always sensitive to cultural differences that eventually exist between themselves and their culturally differentiated clients. Ethnicity and culture of origin are important factors, but even more important is their meaning. Although desirable, it is not necessary for counselors or psychotherapists and their clients to be of the same cultural or ethnic minority and socioeconomic group, as long as they have a real, authentic, and sincere interest for their clients' cultural experiences and they are aware and in position to overcome certain barriers and difficulties that may face with cultural and ethnic minority clients. In the present paper, the most important barriers are described and certain suggestions are given for their treatment. Specifically, the analyzed difficulties and barriers are associated with language, verbal and nonverbal expression, culturally proscribed behavior or affect, self-disclosure, insight, relational dimension, socioeconomic background, views of the world (dualism versus interconnectedness of mind and body, sense of self and emphasis on individualism, time orientation), as well as acculturation.

*Key words:* Barriers to counseling, Cultural minorities, Ethnic minorities.

1. Address: Department of Special Education, University of Thessaly, Argonafton & Filellinon, 38221 Volos.  
Tel.: 24210-74738, 210-9882075, 210-9885026. Fax: 24210-74799. e-mail: gkleftaras@uth.gr