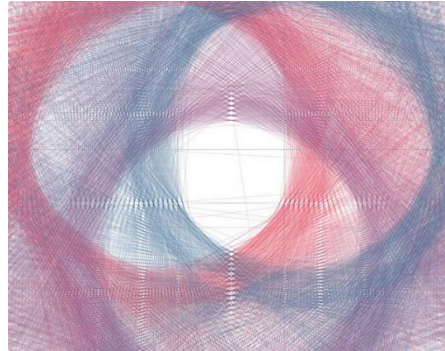


ΕΙΣΑΓΩΓΗ 25^{ου} ΤΕΥΧΟΥΣ, ΟΚΤΩΒΡΙΟΥ 2024

Σελίδες 2-5



Γράφει ο Δημήτρης Κόκκαλης.

Ως ψυχοθεραπεύτριες/τες, εντός μιας θεραπευτικής σχεσιακής συνθήκης, δεν μπορούμε παρά να αναλογισθούμε τον «άλλο» ως Άνθρωπο αιτούντα βοήθεια. Γράφοντας τη λέξη «Άνθρωπος», τον Οκτώβριο του 2024, δεν μπορεί παρά ν' αναδυθεί η εικόνα του S. Freud στη διάρκεια του Α' Παγκόσμιου Πολέμου ν' αναλογίζεται την καταστροφική μανία του ανθρώπου, προσπαθώντας να την καταλάβει. Λίγο αργότερα αναπτύσσει και προτείνει, μέσα σε μια γενική αμφισβήτηση από τους τότε ψυχιατρικούς κύκλους, την έννοια της «ενόρμησης του θανάτου». Τη θεώρησε ως μια πυρηνική κινητήρια δύναμη που μαζί με την κινητήρια δύναμη που πηγάζει από την «αρχή της ηδονής» τον προσδιορίζει. Μαζί με αυτή παίρνουν σάρκα και οστά έννοιες, όπως η πυρηνική αμφιθυμία και η ηθική υποχρέωση της αναστολής και ελέγχου της ενόρμησης του θανάτου, μέσω της ανάπτυξης του ανθρώπινου «πολιτισμού». Ενός πολιτισμού που θα προάγει το «σχετίζεσθαι» και «αναστοχάζεσθαι» περί εαυτού-άλλου και κόσμου. Γιατί, όπως λέει και η Hannah Arendt: «Πολεμάμε το κακό όταν αρχίζουμε να το σκεφτόμαστε»

Τον Οκτώβριο του 2024, λοιπόν, όταν δουλεύουμε ψυχοθεραπευτικά με τον «Άλλο» ως αιτούντα βοήθεια, ευρισκόμενοι ανάμεσα σε δυο πολύνεκρους μαινόμενους πολέμους με θύματα χιλιάδες παιδιά, όταν το κυρίαρχο κοινωνικό πρόταγμα είναι η ατομική βουλιμική ευδαιμονία μέσω της κατοχής εξουσιαστικής ισχύος και άχρηστων αγαθών, δεν μπορεί παρά να αναρωτηθούμε για τον



«Άνθρωπο» ως είδος. Ποιος είναι ο Άλλος ως είδος αλλά, κυρίως, ποιες/οι είμαστε εμείς ως είδος. Ποιες είναι οι κινητήριες δυνάμεις για τις πράξεις μας;

Πώς μπορούμε να διαφυλάξουμε την αυτοεκτίμησή μας και να αναδείξουμε διεργασίες που διέπονται από την «αρχή της ηδονής» και την λιβιδινική επένδυση σε «καλά» αντικείμενα; Σχεσιακούς σχηματισμούς που φέρουν βασικές αξίες όπως η αλληλεγγύη, η ενσυναίσθηση, η συνεργατικότητα, η αξιοποίηση της διαφοράς, η «αυτονόμηση εν αλληλεξαρτήσεσι» όπως δίδασκε και ο δάσκαλός μου ο Γ. Βασιλείου, σημαδεμένος κι αυτός ανεξίτηλα από τον ελληνικό εμφύλιο.

Η θέση των ανθρώπων που αποφάσισαν να ασχοληθούν με την ψυχική υγεία του «Άλλου Ανθρώπου», πώς θα είναι μια θέση που θα θεωρεί τον άνθρωπο άξιο να διατηρηθεί στη ζωή, να αναπτύξει ηθικές θέσεις, δεξιότητες επιβίωσης και ικανοποίησης και τη δημιουργία μιας «Ζωής με Νόημα», άξιας να βιωθεί.

Αναρωτήσεις, όπως οι παραπάνω, αναδύονται τακτικά, τόσο σε θεραπευτικές συνεδρίες όσο και σε συζητήσεις μεταξύ συναδέλφων, και οι απαντήσεις τους μοιάζει να μην είναι πιά αυτονόητες.

Σε αυτό το τεύχος θεωρώ πως το βλέμμα είναι στραμμένο, κυρίως, στη θέση της/του θεραπεύτριας/τη. Στον τόπο όπου η αυτο-αναφορά μοιάζει απαραίτητη για να απευθυνθούμε στον «Άλλο». Απαραίτητη, μια και το ευρύτερο πλαίσιο ζωής θεραπευτών-θεραπευομένων μπορεί να έχει πολλά κοινά ερεθίσματα. Το να είμαστε ένα βήμα μπροστά στην απόπειρα ψυχικής και διανοητικής επεξεργασίας τους, μπορεί να αποδειχθεί κρίσιμο.

Αποπειρώμενος, λοιπόν, να κάνω συνδέσεις, ξεκινώ με το άρθρο της Κάτιας Χαραλαμπίκη με τίτλο «Ναρκισσισμός». Το καθρέφτισμα του Νάρκισσου δεν μπορεί να συμπεριλάβει τον «άλλο» ως αυτόνομη οντότητα αλλά ούτε και να δημιουργήσει σχέσεις οικειότητας, υπερεπενδύοντας σε αυτόν τον ίδιο, αρνούμενος ακόμα και τη θνητότητα ως χαρακτηριστικό του είδους του. Υπάρχει, όμως, και ο βοηθητικός οριοθετημένος ναρκισσισμός που μοιάζει απαραίτητος για την διατήρηση του κινήτρου για ζωή και της αυτοεκτίμησης, ειδικά στη 3^η ηλικία.



Η περί τη δύση της ζωής ποιητική αναφορά δίνει -νομίζω- ένα στίγμα αποδοχής της θνητότητας και άρα της ματαιότητας της ανθρώπινης απληστίας. («Η Ζωή σου στη Δύση της» του Δημήτρη Κόκκαλη).

Ανθρώπινες ποιότητες όπως ο πλεονάζων ναρκισσισμός και η απληστία, πιθανώς συμβάλλουν ώστε στην κοινωνικοπολιτική αρένα της ψυχικής υγείας, να δημιουργείται μια κοινωνική συνθήκη όπου οι σχέσεις εξουσίας χρησιμοποιούνται για να καταργούν τις ευθύνες των αρχόντων και του πολιτειακού συστήματος που αυτοί υπηρετούν και να αποδίδουν, γενικά στους πολίτες και ειδικότερα στους ψυχικά πάσχοντες ως άτομα, την αποκλειστική ευθύνη της δυστυχίας τους. Έννοιες όπως «ανθεκτικότητα» και «προσαρμογή» στο ατομικό επίπεδο, προβάλλονται ως κυρίαρχα ζητούμενα με τους κανόνες, όμως, λειτουργίας της δημοκρατίας και του κοινωνικού κράτους ως οργανούμενες συλλογικότητες, να πνέουν τα λοίσθια. («Εργασία. Ευεξία. Ανθεκτικότητα και Πολιτική: Κέντρα Ψυχικής Υγείας, Ψυχοφάρμακα και Βιοδείκτες στην εποχή της Νέας Κανονικότητας» του Λυκούργου Καρατζαφέρη).

Επιστρέφοντας στο ψυχοθεραπευτικό πλαίσιο, η αναστοχαστική ομάδα αναδεικνύεται σε ένα σημαντικό θεραπευτικό εργαλείο που καθρεφτίζει και καθρεφτίζεται ώστε να ενισχύσει τη θεραπευτική διαδικασία και να φωτίζει πιθανές θεραπευτικές σκοτεινές περιοχές και των ίδιων των θεραπευτών. («Η Αναστοχαστική Ομάδα σε Κοινωνικά Πλαίσια Ψυχικής Υγείας Παιδιών και Εφήβων. Προκλήσεις, Οφέλη και Διλήμματα» της Αλεξάνδρας Περιμένη).

Πόση, πραγματικά, δύναμη χρειάζεται για να αντιμετωπίζεις καθημερινά, ως θεραπεύτρια/ης, φλέγοντες φόβους, ματαιώσεις και απώλεια δύναμης για ζωή μπροστά στην προοπτική του θανάτου. Έχεις να τιθασεύεις τους δικούς σου φόβους και να βρίσκεις τη δύναμη να τους μετατρέπεις σε θεραπευτική ενέργεια προς τους καρκινοπαθείς. («Συναισθήματα και Σκέψεις μιας Ψυχοθεραπεύτριας από την Εργασία της με Καρκινοπαθείς» της Σοφίας Ματιάτου).

Για να γίνεις θεραπευτής χρειάζεται συνεχής εκπαίδευση. Εκπαίδευση στην ικανότητα τόσο αυτοστοχασμού, αυτο-ενημερότητας, αυτογνωσίας, όσο και στις διαπροσωπικές και ομαδικές δεξιότητες λειτουργικής επικοινωνίας και



συναισθηματικής σύνδεσης και οριοθέτησης («Όχι ακόμα θεραπευτής. Μετασχηματισμοί της ατομικής και επαγγελματικής ταυτότητας σε ένα εκπαιδευτικό πρόγραμμα συστημικής οικογενειακής θεραπείας» της Σοφίας Πέττα).

Βοηθητικό, βέβαια, θα ήταν αν η θεραπευτική εμπειρία μπορούσε να καταγραφεί μέσω κατάθεσης θεωρητικά επεξεργασμένων εμπειριών και ερευνών για την αποτελεσματικότητα μεθόδων θεραπευτικής συστημικής προσέγγισης. Αυτό αποτυπώνεται από μια μεγάλη προσπάθεια συλλογής τέτοιων εμπειριών και οργανωμένων ερευνών ως μια χαρτογράφηση «χρηστικών οδηγιών» για τη συστημική ψυχοθεραπεία. (Κατερίνα Θεοδωράκη, Ροζαλία Γιαννάκη: Παρουσίαση Βιβλίου “Handbook of Systemic Approaches to psychotherapy manuals” Mateo Mariotti, George Saba, Peter Stratton - Editors. Integrating Research, Practice and Training).

Τελικά, υπάρχει ελπίδα για «αγάπη» και «έρωτα» ως «χαρμόσυνη έξαψη» και ως «αίσθημα ανήκειν»; Για ανθρώπινη οικειότητα εκφρασμένη χωρίς καταστροφική επιθετικότητα και άπληστη ανάγκη για επικράτηση; (Κάτια Χαραλαμπίκη: Παρουσίαση του βιβλίου του Νίκου Μαρκέτου με τίτλο «Τοξικές μορφές αγάπης»).

Κλείνοντας αυτή την εισαγωγή αντιλαμβάνομαι πως ξεκινώντας από την αναφορά της πολεμοχαρούς πλευράς του ανθρώπινου είδους φτάσαμε στην αναρώτηση, αλλά και την επίκληση για μια άλλη πλευρά. Της ενσυναισθητικής, της συνεργατικής, της ερωτικής προς τη ζωή. Της πλευράς της άξιας να αγαπήσει και να αγαπηθεί. Αυτή την πλευρά νομίζω πως αξίζει να παλεύουμε για να αναδεικνύεται. Για να συνεχίζουμε τη δουλειά μας σημαίνει πως κάπου, κάπως, κάποτε, κάτι καταφέραμε.

Καλή ανάγνωση!

Για τη συντακτική επιτροπή,

Δημήτρης Κόκκαλης