



## Επέτειος του περιοδικού

Κατερίνα Θεοδωράκη , Παιδοψυχίατρος- συστημική ψυχοθεραπεύτρια



Periklis Antoniou Photo

Μάρτιος 2022

Συμπληρώνονται 10 χρόνια από την έκδοση του περιοδικού μας. 10 δύσκολα χρόνια, με τη δουλειά μας να δέχεται επιρροές από το σύγχρονο κοινωνικοοικονομικό περιβάλλον μέσα στο οποίο ζούμε και αλληλοεπιδρούμε όλοι μας. Η δουλειά μας μεταμορφώνεται με απρόβλεπτο τρόπο, κι εμείς πρέπει να ανασύρουμε τις εφεδρείες μας, για να παραμείνουμε δημιουργικά σκεπτόμενοι και ευέλικτοι και να εμπεριέχουμε εκτός από το δικό μας άγχος και το άγχος και τη δυσλειτουργία των οικογενειών και των θεραπευομένων μας.

Πολλές φορές μετά την οικονομική κρίση, έχω διλήμματα στο να τροποποιήσω τον τρόπο δουλειάς μου. Δουλεύοντας στον ιδιωτικό τομέα πρέπει να λάβω υπόψη και τον οικονομικό παράγοντα των προσερχομένων. Έρχομαι πολύ συχνότερα σε επαφή με περιστατικά που είναι επείγοντα, που χρειάζονται φαρμακευτική αγωγή, παραμελημένα, που δεν μπορείς να περιμένεις την ψυχοθεραπεία να βοηθήσει. Κι εδώ συγκρούεται ο ρόλος που θέλω να έχω ως ψυχοθεραπεύτρια, με τον ρόλο που εκτιμώ εκείνη τη στιγμή ότι χρειάζεται να πάρω. Η απόφαση δεν είναι τόσο εύκολη, και δεν μπορώ πάντα να ορίζω εγώ το πλαίσιο της δουλειάς μου, ειδικά όταν ταυτόχρονα υπάρχουν και άλλοι θεραπευτές στην ίδια περίπτωση. Συχνά χρειάζεται να γίνω πιο κατευθυντική απ' όσο θα επέλεγα κάτω από άλλες συνθήκες, όταν ξέρω ότι οι θεραπευόμενοι δεν μπορούν οικονομικά να δεσμευτούν για πολλές συνεδρίες. Σ' αυτή την περίπτωση γίνομαι καθοδηγητική, αλλά, την ίδια στιγμή τους εμπιστεύομαι ότι μπορούν να αξιοποιήσουν δημιουργικά τις παρεμβάσεις μου, ενώ έχουν σταματήσει τη θεραπεία. Εδώ, δηλαδή, ισχύει το ουδέν κακόν αμιγές καλού.

Τα τελευταία χρόνια έχω στρέψει το ενδιαφέρον μου στη θεραπευτικότητα της αρχαιοελληνικής σκέψης.



Πριν από μερικά χρόνια, και εν μέσω οικονομικής κρίσης, έπεσε στα χέρια μου ο Φιλοκτήτης του Σοφοκλή και σαν να ανοίχτηκε, ξαφνικά, ένας καινούργιος κόσμος μπροστά μου, ενδιαφέρων, συναρπαστικός, φωτεινός θα το έλεγα με μια λέξη. Μέχρι τότε είχα δει πολλά θεατρικά έργα αρχαιοελληνικής τραγωδίας, αλλά άλλα πράγματα καταλαβαίνεις διαβάζοντας και άλλα βλέποντας. Από τότε άρχισα να διαβάζω μανιωδώς τη μια τραγωδία μετά την άλλη. Ο ενθουσιασμός όλο και μεγάλωνε όταν διαπίστωνα τον βαθύ ανθρωπιστικό προσανατολισμό των κειμένων αυτών, που γινόταν φανερός στη δομή τους αλλά και στο περιεχόμενο.

Η περίοδος αυτή, συμπίπτοντας με την οικονομική κρίση, μέσα στην οποία ένιωθα αρκετά αποσταθεροποιημένη, η επαφή με τα εμπνευσμένα αυτά κείμενα ήρθε σαν βάλσαμο στη δική μου ψυχική κατάσταση. Ανακάλυψα, εκεί, θεραπευτικές διεργασίες, αγάπη και κατανόηση για τον ανθρώπινο αγώνα στη ζωή, τον αγώνα προς τα μέσα και προς τα έξω, μια απίστευτη πολυπλοκότητα στην ταυτόχρονη ανάλυση πολλών επιπέδων μαζί (ατομικό, οικογενειακό, πολιτισμικό, κοινωνικό), την εποχή που οι επιστήμες δεν είχαν ακόμα χωριστεί. Οι ανακαλύψεις αυτές μου δημιουργούσαν συναισθήματα χαράς, θαυμασμού, ψυχικής ανάτασης και ξεκούρασης (για να λέμε την αλήθεια λίγα πράγματα σήμερα μας κάνουν να νιώθουμε χαρά). Αλλά όχι μόνο αυτό, ένιωθα μια αόρατη σύνδεση με την εποχή εκείνη που οι άνθρωποι πάλευαν για τα ίδια πανανθρώπινα και διαχρονικά θέματα που μας απασχολούν και σήμερα, αλλά που κάθε άνθρωπος και κάθε εποχή δίνει τις δικές της απαντήσεις. Αυτό ήταν για μένα μια απελευθέρωση, γιατί κατανοώ πως ο αγώνας είναι ατομικός και συλλογικός μαζί, και τα ίδια ζητήματα επαναδιαπραγματευόμαστε διαχρονικά με τον εαυτό μας και ταυτόχρονα με τους άλλους. Όμως, αυτό, τώρα, εγώ το είδα μέσα από τα διαχρονικά αυτά κείμενα ως μια έκφραση της *ΕΛΕΥΘΕΡΗΣ ΒΟΥΛΗΣΗΣ* του ανθρώπου που τόσο αμφισβητείται σήμερα ως έννοια, ενώ, ταυτόχρονα, την έχουμε τόσο μεγάλη ανάγκη για να αντισταθούμε στην ομογενοποίηση και ρομποτοποίηση του ανθρώπου. Την εμπειρία αυτή ένιωσα την ανάγκη να τη μοιραστώ με άλλους συν-σκεπτόμενους, κι έτσι σκέφτηκα να συζητάμε αυτά τα θέματα σε ομάδα. Η εμπειρία της ομάδας έκανε για μένα αυτά τα κείμενα ακόμα πιο συναρπαστικά, γιατί μεγάλωνε αυτό που όλοι μαζί παρατηρούσαμε, αποκτούσε ακόμα πιο πολυδιάστατο χαρακτήρα και εμπλουτιζόταν (το παράγωγο της ομάδας δεν είναι απλώς το άθροισμα των μελών της ομάδας, αλλά κάτι πολύ παραπάνω).

Η συζήτηση και αλληλεπίδραση με άλλους συναδέλφους πάντα ήταν μια ανατροφοδοτική εμπειρία στη δουλειά μας. Τα τελευταία 2 χρόνια, υπό το καθεστώς της πανδημίας, ακόμα κι αυτό μετασχηματίστηκε και έγινε διαμέσου της οθόνης. Σίγουρα ήταν μια αλλαγή που φτώχυνε την εμπειρία μας. Το περιοδικό εδώ λειτούργησε για μένα ανατροφοδοτικά στη δουλειά μου, διαβάζοντας σύγχρονους προβληματισμούς, αλλά και μέσα από την ανάγνωση και συγγραφή άρθρων ξαναείδα και οργάνωσα τη σκέψη μου, προκειμένου να τη μεταφέρω σε άλλους. Το να οργανώσεις και να γράψεις σε βάζει σε μια κατάσταση που από μόνη της είναι μια διαδικασία μάθησης. Είναι άλλο να έχεις στον νου σκόρπιες σκέψεις και ιδέες, και άλλο να τις οργανώσεις σε ένα νοηματικό σύνολο, που αποτελεί ένα κείμενο. Για μένα, λοιπόν, το περιοδικό υπήρξε το κίνητρο κινητοποίησης για να μείνω σκεπτόμενη δημιουργικά, στην εντροπία που μας κατακλύζει από παντού.

Με λίγα λόγια, στην κρίση μέσα (οικονομική και μετά υγειονομική) στράφηκα προς τα *μέσα*, *πίσω* στις ρίζες (αρχαιοελληνική σκέψη) και *δίπλα*, στην ομάδα συναδέλφων με

την οποία μοιραζόμαστε προβληματισμούς και ανταλλάσσομε ιδέες και σκέψεις ώστε να συνεχίζουμε να κοιτάμε *μπροστά*...