

Γιώργος Γιαννούσης

μονογραφία

# εξελικτική συστημική προσέγγιση

...Όσο ο άνθρωπος προσεγγίζει την πραγματικότητα  
τόσο περισσότερο ανακαλύπτει τον εαυτό του...



Ινστιτούτο συμβουλευτικής & ψυχοθεραπείας NHMA

Λάρισα 2021

Απαγορεύεται ρητά η οποιαδήποτε χρήση, αναπαραγωγή, αναδημοσίευση, αντιγραφή, αποθήκευση, πώληση, μετάδοση, διανομή, έκδοση, εκτέλεση, φόρτωση (download), μετάφραση, τροποποίηση με οποιονδήποτε τρόπο, τμηματικά ή περιληπτικά του περιεχομένου της παρούσας μονογραφίας, χωρίς την προηγούμενη άδεια του συγγραφέα.

## Περιεχόμενα

Εισαγωγή .....	4
Κατασκευάζοντας τον εαυτό: ο θεραπευτής ως θεραπευόμενος κι ο θεραπευόμενος ως θεραπευτής του εαυτού του.....	6
<b>Η έννοια της ηθικής στην ψυχοθεραπεία.....</b>	<b>8</b>
<i>Η διεργασία της αυτό-βελτίωσης ως γενεσιουργός αιτία της κοινωνικής αλλαγής.....</i>	<i>9</i>
<i>Η κοινοτική ηθική ως συλλογικό πολιτισμικό πρόταγμα της ψυχοθεραπευτικής διαδικασίας.....</i>	<i>11</i>
<i>Η επαν-οικείωση της συλλογικής συνείδησης (ιστορικής, εθνικής, πολιτισμικής), ως πρόταγμα της ψυχοθεραπείας.....</i>	<i>11</i>
Από το εμπειρικό στο πραγματικό.....	13
Η ψυχοθεραπεία ως πολιτισμική κατασκευή.....	14
Η εξελικτική συστημική προσέγγιση.....	16
<b>Από τον «πληγωμένο» θεραπευτή στον «αγγελιοφόρο» θεραπευτή.....</b>	<b>20</b>
Η ψυχοθεραπευτική διαδικασία στην εξελικτική συστημική προσέγγιση.....	23
Ο κριτικός ρεαλισμός στην εξελικτική συστημική ψυχοθεραπεία.....	25
<b>Η ψυχολογία ως εποικοδόμημα των κοινωνικών συνθηκών.....</b>	<b>28</b>
Επίλογος.....	30

## Εισαγωγή

Σήμερα ζούμε σε ένα διχοτομημένο, διπολικό κοινωνικό περιβάλλον, το οποίο κατανέμεται σε κάθε πτυχή της κοινωνικής μας πραγματικότητας. Οι άνθρωποι μέσα στα δίπολα αισθάνονται μια ιδιόρρυθμη ασφάλεια και ανακούφιση. Αυτό όμως που δεν αντιλαμβάνεται κανείς μέσα στα δίπολα είναι πως βρίσκεται σε ένα συνεχόμενο εκκρεμές και ταλαντεύεται από τη μία του άκρη στην άλλη. Η συνθήκη αυτή αφήνει ανοιχτή μια εκκρεμότητα, την δυνατότητα να επιτευχθεί μια σύνθεση των αντιθέτων, η οποία θα δημιουργήσει μια νέα αίσθηση της πραγματικότητας. Ένα δίπολο που βιώνουμε αυτή τη περίοδο ως Έλληνες είναι πως όσο μεγάλη είναι η ιστορική μας παράδοση, άλλο τόσο κοντή είναι η μνήμη μας. Αυτό το δίπολο φοβάμαι πως θα κυριαρχήσει και στην πανδημική κρίση, την οποία μόλις ξεπεράσουμε θα την ξεχάσουμε και κυρίως θα ξεχάσουμε όσα μηνύματα κατάφερε να στείλει και όσα απωθημένα και κακοφορμισμένα στοιχεία κατάφερε να φέρει στην επιφάνεια. Κι όσο κι αν φαίνεται περίεργο στην διπολικότητα οι άνθρωποι ενώ φαίνεται πως έχουν την ευθύνη -διότι διαρκώς μετακινούνται προς αυτή- στην πραγματικότητα απομακρύνονται από αυτή. Οι άνθρωποι στερούνται μιας αντικειμενικής ματιάς απέναντι στα γεγονότα. Συνηθίζουμε να λέμε πως είμαστε στο τέλος των μεγάλων αφηγήσεων και όλες οι μεγάλες Αλήθειες έχουν καταρρεύσει, αφήνοντας το υποκείμενο μόνο απέναντι στη διαμόρφωση της προσωπικής του κοσμοαντίληψης. Τι συνέβη όμως στην πραγματικότητα; Καταρρεύσανε όντως οι μεγάλες αφηγήσεις ή απλά επικράτησε μία από αυτές, ο Καπιταλισμός δηλαδή. Η αίσθηση όμως πως κατακερματίστηκαν οι μεγάλες αλήθειες, ενώ αρχικά διόγκωσε τον υποκειμενισμό και έδωσε μεγάλη ώθηση στην ανάπτυξη του ανθρώπινου πολιτισμού, οδήγησε εν τέλει σε έναν απέραντο σχετικισμό, ο οποίος όχι μόνο κατακερμάτισε τον άνθρωπο, αλλά και τον κοινωνικό δεσμό. Πιστεύω πως ενδιάμεσως της πανδημικής κρίσης είναι η ώρα όλοι μαζί να «συμφωνήσουμε» ποιον καινούργιο «-ισμό» θα διαμορφώσουμε για να υπηρετήσουμε το κοινό καλό. Ένα αντιληπτικό πλαίσιο που αναδύεται ως η νέα πραγματικότητα είναι ο «περιβαλλοντισμός», όχι μόνο με την έννοια του κλίματος και του περιβάλλοντος, αλλά της γενικότερης σύμπλευσης του ανθρώπου με τη φύση και τη «φύση» του. Το άρμα της προόδου χρειάζεται να μετατοπιστεί από τον ανθρώπινο ναρκισσισμό στη σοφία της φύσης.

### ***Μπορεί η πανδημική κρίση να αλλάξει το ρου των πραγμάτων;***

Η πανδημία μας έβαλε μπροστά σε κάποιες αλήθειες που είναι μεγαλύτερες από εμάς, έχουν δηλαδή υπαρξιακό υπόβαθρο. Το μικροσκόπιο της πανδημίας έδειξε την τραυματισμένη ράχη και η βιαιότητα της απειλής της έξυσε τα αποστήματα του «κόσμου». Επανάφερε και το μέτρο; Στην πράξη όχι, το έθεσε όμως σε μια διαπραγμάτευση, το έβαλε στον κοινωνικό και τον εσωτερικό διάλογο, αλλά τι μέλλει γενέσθαι μένει να το δούμε. Έχουμε οφείλω να πω μια αδυναμία να αξιοποιούμε την αντιξοότητα, έτσι και τώρα αυτό που επιδιώκουμε είναι να αντέξουμε την αντιξοότητα και απλά να περιμένουμε αυτή να περάσει. Χρειάζεται όμως να βιώσουμε αυτή την εμπειρία, δίχως να την θεωρήσουμε απλά μια δυσάρεστη παρένθεση στη ζωή μας. διαφορετικά δεν θα επιτρέψουμε αυτή η εμπειρία να δώσει ώθηση στις εσωτερικές διεργασίες -στο άτομο και στις κοινωνίες- οι οποίες θα επιτρέψουν τον μετασχηματισμό.

Έχουμε ωστόσο σε αυτή την περίοδο ένα χρέος να ενισχύσουμε τους θεσμούς, ειδικά όσους πλήττονται από την ίδια την αυτό-ακυρωτική λειτουργία τους. Έχουμε ένα προσωπικό καθήκον, ειδικά στην εποχή που έχουμε το παράδοξο της ατομικής ευθύνης, δεδομένου πως δεν μπορεί να υπάρξει αυτή έξω από τον κοινωνικό δεσμό. Η ατομική ευθύνη οδηγεί σε ένα αποδυναμωμένο άτομο και ένα τραυματισμένο κοινωνικό δεσμό.

Οι κοινωνίες δεν έχουν συλλογικά διακυβεύματα και αξίες οι οποίες θα στεγάσουν την ανθρώπινη ύπαρξη. Ο καθένας είναι έρμαιο της ενδεχομενικότητας του υποκειμένου, της προσωπικής ματιάς δηλαδή που διαμορφώνει την πραγματικότητα. Ας πούμε δεν έχουμε συλλογικά διακυβεύματα για την βίωση του πένθους, με συνέπεια ο καθείς καλείται μόνος του να βιώσει την οδύνη του. Από τον θάνατο ως κοινωνικό γεγονός της κοινότητας, στη μοναχικότητα και τη σιωπή της σύγχρονης διαχείρισης του πένθους έχουμε διανύσει μια μεγάλη απόσταση. Σήμερα

μπορεί να δεις έναν άνθρωπο να συγκινείται βλέποντας μια κηδεία σε μια κινηματογραφική ταινία και να σιωπά, υπό την επήρεια ψυχοφαρμάκων, με ένα απλανές βλέμμα, στην κηδεία ενός δικού του ανθρώπου. Κι ας μην πάμε μακριά, ο σύγχρονος άνθρωπος έχει διαμοιράσει την αξία των συναισθημάτων σε ευχάριστα και δυσάρεστα κι έχει απωλέσει την έκφραση όσων κρίνονται δυσάρεστα. Γίνεται έτσι ο άνθρωπος φυγόπονος και φιλήδονος, εστιασμένος στη χαρά, την οποία όμως κι αυτή δεν έχει μάθει να αισθάνεται. Και ξέρετε γιατί, επειδή ή θα νιώθεις ή δεν θα νιώθεις, δεν υπάρχει δηλαδή επιλεκτική αίσθηση ή διάκριση των συναισθημάτων. Έτσι όταν για παράδειγμα μαθαίνουμε σε ένα παιδί να μην στεναχωριέται, παράλληλα του μαθαίνουμε να μην χαιρείται. Ή επομένως θα του επιτρέψουμε την έκφραση όλων των συναισθημάτων και θα του μάθουμε πως να τα αξιοποιεί ή θα τον ευνουχίσουμε συναισθηματικά. Ας πούμε επίσης μια ολόκληρη κοινωνία προσπαθεί να βρει τρόπους να μην έχει άγχος, δεν γίνεται όμως, διότι το άγχος δείχνει πως βρίσκεσαι ενώπιον μιας σημαντικής διεργασίας ή ενός σημαντικού έργου. Άγχος έχουμε δηλαδή πάντα πριν επιχειρήσουμε κάτι σημαντικό και είναι αυτό που μεταφέρει τους φόβους, την αγωνία, την χαρά για αυτό που μας συμβαίνει. Δεν είναι δυνατόν λοιπόν να επιζητούμε να μειωθεί το άγχος, αλλά να αναζητούμε τρόπους ο ψυχισμός μας να γίνεται περισσότερο ανθεκτικός από αυτό. Οι εσωτερικές διεργασίες με τα κοινωνικά επιτεύγματα είναι ο ιδανικός συνδυασμός για να μπορέσουμε να αξιοποιήσουμε το άγχος ως σκαλοπάτι της προσωπικής μας ωρίμανσης. Φανταστείτε επομένως πόσο κατασταλτικά λειτουργεί στην υγιή μας ανάπτυξη η επιθυμία να αποσβέσουμε το άγχος, κυρίως με ψυχοφάρμακα.

Η απουσία του συλλογικού παραδείγματος είναι και μια αποτυχία του πολιτικού μας συστήματος. Έχουμε το πολιτικό σύστημα που μπορούμε να έχουμε, αυτό που μας αξίζει. Φυσικά το ίδιο το «σύστημα» έχει τις περισσότερες ευθύνες, όπως ακριβώς συμβαίνει και στο πλαίσιο μιας οικογένειας, αν οι γονείς λειτουργούν ως υγιή πρότυπα, τότε και τα παιδιά θα εκπαιδευτούν αντίστοιχα στο ίδιο μοτίβο. Ο πατερναλισμός του κράτους λοιπόν λειτουργεί στο ίδιο πλαίσιο με τον πατερναλισμό στην οικογένεια.

Το πολιτειακό σύστημα λειτούργησε ως ένα κλειστό σύστημα -κύκλωμα- όπου ενώ η ελληνική κοινωνία έκανε της δικές της αλλαγές, το πολιτικό σύστημα παρέμεινε αδρανές, ίδιο, δίχως την σχετική ανατροφοδότηση που θα του επέτρεπε τις υγιείς του μεταλλάξεις. Το πολιτικό σύστημα είναι συνυφασμένο με τα διαγενεακά μας τραύματα, τα κουβαλά αναλλοίωτα, ως το κατεξοχήν σημάδι της μη αλλαγής. Ως σημάδι του ελληνικού μύθου, ο οποίος αναφέρεται στην αδυναμία μας να ζήσουμε «ελεύθεροι».

### ***Είναι λύση σε όλα αυτά είναι η επιστροφή στην «παράδοση»;***

Δεν μπορούμε να γυρίσουμε πίσω. Την παράδοση βέβαια την κουβαλάμε μέσα μας και ενίοτε λειτουργούμε μέσα σε μια πολιτισμική σύγχυση μεταξύ παράδοσης και μετανεωτερικότητας στην προσπάθειά μας να ορίσουμε το νέο πλαίσιο. Αυτό χρειάζεται ένα ατομικό και συλλογικό αναστοχασμό, δηλαδή να κάνουμε μια επικαιροποίηση των εννοιών, όπως για παράδειγμα αυτής του κοινοτισμού. Μπορούμε να τον επαναφέρουμε κρατώντας την αμεσότητα της δημοκρατίας και του κοινωνικού ελέγχου, μετασηματίζοντας το ηθικό πλαίσιο και πετώντας όλες τις στερεοτυπικές αντιλήψεις, οι οποίες πλέον δεν θωρακίζουν τον κοινωνικό δεσμό. Αυτή η νέο-κοινότητα δημιουργεί την ίδια αίσθηση ασφάλειας επιτρέποντας παράλληλα περισσότερο ευπροσάρμοστες ατομικές ελευθερίες. Οι κοινωνίες όπως διαμορφώνονται έχουν ανάγκη την αύξηση του κοινωνικού ελέγχου -όχι του πολιτειακού- τον οποίο δεν μπορούν να παρέχουν τα απρόσωπα κοινωνικά συστήματα, τα οποία αναπαράγουν τις υφιστάμενες δομές εξουσίας.

Η αναζήτηση των δομικών αιτιάσεων υπερβαίνει την ψυχολογικοποίηση των φαινομένων και μας δίνει την δυνατότητα να δούμε τα ψυχικά φαινόμενα ως κοινωνικές μορφές, ότι δηλαδή, υπάρχουν, συνυπάρχουν και διαμορφώνονται διά μέσου των κοινωνικών επιταγών. Οι προηγούμενες γενιές στο δυτικό κόσμο μεγάλωσαν με την (ψευδ)αίσθηση ότι οι κοινωνίες μας είναι αταξικές. Μέσα στην κουλτούρα του καταναλωτισμού δημιουργήθηκε η ψευδαίσθηση πως όλοι μπορούν να πετύχουν τα πάντα, πως όλοι έχουν ευκαιρία στο καπιταλιστικό όνειρο. Όλοι μπορούν να γίνουν πολλοί σπουδαίοι ή να αποτύχουν είναι το σύνθημα και βεβαίως και στις δύο περιπτώσεις -της επιτυχίας ή της αποτυχίας- την ευθύνη την έχει το άτομο.

Η διαχείριση της πανδημίας είναι ταξική και οι συνέπειές της θα είναι επίσης ταξικές και ίσως και τοξικές... Σε προσωπικό επίπεδο είναι ίσως πιο εύκολο να βρει ο καθένας πως θα διαχειριστεί αυτή την αντιξοότητα για να αυξήσει την ανθεκτικότητά του, ενώ σε συλλογικό επίπεδο δεν έχουμε βρει ακόμη κοινούς τόπους και τρόπους για να θωρακιστούμε ως κοινωνία. Κι επειδή υπάρχει πολύ καταπίεση στην κρίση αυτή -περισσότερη από ότι στην προηγούμενη- οι άνθρωποι μόλις ξεπεραστεί η κρίση κάπου θα πρέπει να την εκτονώσουν.

Υπάρχει καταρχήν πολύ έντονα καταπιεσμένη σεξουαλικότητα, έτσι κι αλλιώς υπήρχε σε μια κοινωνία σαν τη δική μας, αυξάνεται όμως περισσότερο η ένταση της καταπίεσης δεδομένου πως λιγοστεύουν οι δίοδοι έκφρασής της. Φαντάζομαι λοιπόν πως αυτή η καταπιεσμένη σεξουαλικότητα θα εκφραστεί με επιθετικούς τρόπους και η επιθετικότητα δεν έχει να κάνει μόνο με εξωστρεφείς συμπεριφορές, αλλά και με εσωστρεφείς. Θα δούμε δηλαδή έπειτα από το τέλος της υγειονομικής κρίσης τους ανθρώπους είτε να πληγώνουν, είτε να πληγώνονται. Και μάλλον υποθέτω πως περισσότερο θα πληγώνονται παρά θα πληγώνουν δεδομένου πως ενισχύεται σε υπερθετικό βαθμό μέσα από την κρίση αυτή η έννοια της ατομικότητας. Ενώ η φύση της κρίση μας σπρώχνει προς την ενίσχυση του κοινωνικού δεσμού, υπό το βλέμμα του περιβάλλοντος, η διαχείρισή της μας πάει προς την ατομικότητα. Ποια είναι η ατομική εκτόνωση της σεξουαλικότητας, μα φυσικά το διαδίκτυο. Το διαδίκτυο θα παίξει καθοριστικό ρόλο στο πως θα εκφραστεί η σεξουαλικότητά μας και στο πως θα συντροφεύονται οι άνθρωποι στο μέλλον.

Πίσω από την σεξουαλικότητα και την οργάνωση των κοινωνικών σχέσεων κρύβεται και το πως θα οργανωθεί η δομή των νέων παραγωγικών σχέσεων, δηλαδή ποια θα είναι η κουλτούρα του νέου εργάτη. Και η νέα αυτή κουλτούρα που διαφαίνεται πως πάει να διαμορφωθεί είναι ο άνθρωπος ο οποίος θα αυτορυθμίζεται και θα αυτοσυμμορφώνεται. Κι αυτό διότι ο σύγχρονος εργάτης/υπάλληλος έχει αφυπνιστεί σε ζητήματα συμμόρφωσης, δίχως όμως να έχει αντιληφθεί σε βάθος πως η χειρότερη μορφή συμμόρφωσης είναι η αυτόκλητη συμμόρφωση. Η κοινωνία λοιπόν εκπαιδεύεται στο μοτίβο της αυτοσυμμόρφωσης, το οποίο στις επόμενες γενιές θα εσωτερικευθεί σαν ένα δεδομένο μοτίβο αυτοπραγμάτωσης και νοηματοδότησης της ζωής.

Η αισιόδοξη οπτική όλων αυτών είναι να μπορούμε να βλέπουμε με μια περισσότερο ρεαλιστική ματιά την πραγματικότητα και κατά κάποιο τρόπο μιλώ για την αφύπνιση της συνείδησης, η οποία εμπεριέχει την αναμόλυνση του ασυνείδητου, μεγαλύτερη και σαφέστερη γνώση του υποσυνείδητου και φυσικά την επίγνωση αυτών που υπάρχουν γύρω μας και συνθέτουν την πραγματικότητα. Να γίνουμε περισσότερο ρεαλιστές, επειδή η νέα ουτοπία είναι ο ρεαλισμός.

### **Κατασκευάζοντας τον εαυτό: ο θεραπευτής ως θεραπευόμενος κι ο θεραπευόμενος ως θεραπευτής του εαυτού του**

Η εξελικτική συστημική προσέγγιση εντάσσει την προσπάθεια διαμόρφωσης της ταυτότητας στον κύκλο πραγμάτωσης των κοινωνικών συστημάτων στη ρευστή μετα-νεωτερικότητα. Θα πρέπει να επισημανθεί δε πως δεν επικεντρώνεται μόνο στη διεργασία διαμόρφωσης και ανάπτυξης της ταυτότητας, αλλά και στη ρητορική της ταυτότητας, στους τρόπους δηλαδή με τους οποίους τα κοινωνικά υποκείμενα κατασκευάζουν εικόνες για τον εαυτό τους. Στο πλαίσιο αυτής της κατασκευής, στη ρευστή πραγματικότητα της σύγχρονης εποχής, παρατηρούμε πως τα υποκείμενα υιοθετούν κοινωνικούς ρόλους με βραχύχρονη προοπτική και διαχειρίζονται το προσωπικό τους κεφάλαιο μέσα από μια αποσπασματική και ρηχή δέσμευση στα επιμέρους πεδία της κοινωνικής τους δράσης.

Η ρηχότητα της δέσμευσης οδηγεί σε ανθρώπινους δεσμούς που φθίνουν, σαν διαδοχικές και εφήμερες συναντήσεις προσώπων που δεν αξιοποιούν τον χρόνο για να βαθύνουν τις σχέσεις τους. Και συνάμα σε μια ταυτότητα που μετατρέπεται από προσπάθεια συγκρότησης μιας ενιαίας, συνεκτικής και αναγνωρίσιμης μορφής, η οποία είναι σε άμεση αναφορά με συλλογικές «σταθερές», σε μια διαδοχή εικόνων εαυτού, καθώς η ίδια η ζωή γίνεται ένα αποσπασματικό και χαλαρό πλαίσιο στο οποίο πραγματώνεται η ατομική «βιογραφία» (Giddens, A. 1991).

Πολλοί θεωρητικοί (Giddens, Beck, Lasch, κ.α.) αναφέρονται στις αλλαγές που παρατηρούν στην ανάπτυξη της ταυτότητας στην σύγχρονη πραγματικότητα, τόσο σε προσωπικό όσο και σε κοινωνικό επίπεδο. Η ταυτότητα πραγματώνεται μέσα σε ένα διφυή ορίζοντα τόσο προσωπικής όσο και συλλογικής αναφοράς των κοινωνικών υποκειμένων ή και των ευρύτερων συλλογικοτήτων όταν αναφερόμαστε στην ταυτότητα των ομάδων. Η συνειδητότητα της ταυτότητας κατασκευάζεται δηλαδή μέσα από τις ταυτίσεις, αλλά και τις αντιθέσεις με τους σημαντικούς άλλους και αποτελεί σημαντικό στοιχείο της κοινωνικότητας των ανθρώπων. Με άλλα λόγια, η ταυτότητα είναι το σημείο που τέμνεται το υποκείμενο με τον κόσμο του, το σημείο όπου ανήκει αλλά και διαφοροποιείται από αυτόν. Ως εκ τούτου η ταυτότητα έχει μεν ένα ρόλο αυτοπροσδιοριστικό, αλλά συνάμα συνδέει το άτομο με την κοινωνία.

Η αυτοπροσδιοριστία της ταυτότητας στον παραδοσιακό κόσμο ήταν ένα αφήγημα που είχε μια σταθερή αναφορά στην ιδεολογία της κοινότητας και θεωρούνταν ως κάτι αυτονόητο. Η διαμόρφωση δηλαδή και η εξέλιξη της ταυτότητας δεν είχε αναστοχαστικό χαρακτήρα, καθώς αυτή γεννιούνταν και μεταμορφωνόταν μέσα στα όρια του οικείου τρόπου κοινωνικής συγκρότησης. Από την άλλη στη σύγχρονη εποχή η ταυτότητα διαμορφώνεται μέσα από μια διαδικασία εξατομίκευσης, της ανάπτυξης δηλαδή μιας ατομικής κοσμοθεωρίας, που επιχειρεί ασθμαίνοντας να ανταποκριθεί στα μεγάλα υπαρξιακά ζητήματα που ενυπάρχουν στην ανθρώπινη φύση καθώς και τις εκάστοτε κοινωνικές προκλήσεις, τους τρόπους δηλαδή που καλείται να επιλέξει για να βιώσει ο άνθρωπος τη ζωή του. Η κοινωνική απροσδιοριστία της ταυτότητας δίνει αφενός ένα τόνο προσωπικής ελευθερίας και αφετέρου κλονίζει τη θεσμική της θεμελίωση δυνάμενη να οδηγήσει το υποκείμενο από τα δεσμά των σχέσεων και των ρόλων που το χαρακτήριζε παραδοσιακά, στην έλλειψη δέσμευσης και στην αβεβαιότητα των σχέσεων και των ρόλων που το χαρακτηρίζει σήμερα. Στη μετα-νεωτερικότητα η αυτοπραγμάτωση, η ατομική ευτυχία και η κοινωνική αποδοχή και ανέλιξη συνδέονται αποκλειστικά με τις προσωπικές δεξιότητες και την ευελιξία του ατόμου, δίχως να λαμβάνει υπόψη τους υφιστάμενους περιορισμούς και δυνατότητες που αναδεικνύονται από το πλαίσιο αναφοράς του. Ο σημερινός άνθρωπος στα πλαίσια της εξατομίκευσης μοιάζει επομένως να έχει χάσει το σημαντικότερο στοιχείο αυτοαναφοράς του, τους άλλους. Η αυτοαντίληψη όμως σχετίζεται με το καθρέφτισμα των αντιλήψεών μας στο κοινωνικό σώμα, ο άνθρωπος διαμορφώνει δηλαδή την προσωπικότητά του σε σχέση με τους άλλους και ορίζει τις προσωπικές του συντεταγμένες στο σύμπαν των σχέσεων. Ενώ η εξατομίκευση της ύπαρξης οδηγεί τους ανθρώπους σε μια βιωματική ασυνέχεια και ενδεχομένως σε ένα κενό ύπαρξης και νοηματοδότησης της εμπειρίας.

Η ρευστότητα της εποχής και η επιταχυνόμενη κοινωνική αλλαγή οδηγούν σε ένα αποπροσανατολισμό της ταυτότητας που τον συνέχει η διαρκής ανάγκη μιας ατομικής εξασφάλισης για το πως το υποκείμενο θα παραμείνει εντός της κοινωνικής τροχιάς. Οδηγείται, επομένως, το υποκείμενο σε διαρκείς μετασχηματισμούς των νοηματικών του οριζόντων και αντιστοίχως σε διαρκείς μεταβάσεις ρόλων, συμπεριφορών, αντιλήψεων και πρακτικών. Αυτή η ρέουσα υποκειμενικότητα όπως αναφέραμε και πιο πάνω δημιουργεί αφενός το υπόβαθρο μιας σχετικής αυτονομίας καταργεί όμως στην πράξη τη δυνατότητα μιας συνεκτικής αφήγησης για τον εαυτό και τον κόσμο. Αυτό σημαίνει πως η κατασκευή της ταυτότητας χαρακτηρίζεται από μια μεγαλύτερη ευελιξία, ωστόσο η χρήση της ταυτότητας δημιουργεί μια απροσδιοριστία που φτάνει ως την κατάλυσή της.

Στην σύγχρονη κατακερματισμένη κοινωνική πραγματικότητα πρωταθλητής του υποκειμένου ανάγεται η εμπειρία. Οι άνθρωποι μετατραπήκανε σε κυνηγοί εμπειριών, σε μια ατέρμονη κι ακόρεστη προσπάθεια να ορίσουν τις προσωπικές τους συντεταγμένες. Οι εμπειρίες, όμως, αφήνουν το αποτύπωμά τους στην προσωπικότητα μόνο μέσα από αναστοχαστικές διεργασίες κι όχι ως απλά συμβάντα. Η κοινωνική εμπειρία γίνεται γνώση μέσα από τα μονοπάτια της αυτοσυνειδησίας κι αντανakλάται παράλληλα στην κοινωνική πραγματικότητα, αλληλοεπιδρώντας μαζί της με ένα δυναμικό τρόπο. Σε κάθε άλλη περίπτωση το βίωμα συνδέεται εργαλειακά με την επιθυμία, η οποία γίνεται τόσο το μέσο όσο κι ο σκοπός του κάθε βιώματος. Η επιθυμία γίνεται στην ουσία το πλαίσιο διαμόρφωσης της ταυτότητας με τρόπο που την αποστερεί από τις υπαρξιακές της καταβολές και διαμέσου ενός φετιχισμού της υποκειμενικότητας οδηγεί τον άνθρωπο σε πτωχευμένες κοινωνικές σχέσεις και έλλειψη αυτογνωσίας.

Η εξελικτική συστημική προσέγγιση εστιάζει στη δυνατότητα του προσώπου (θεραπευτή, θεραπευόμενου, κ.α.) να αναστοχαστεί στις προσωπικές του διαδρομές εμπειριών, ωθώντας τον στην ανακατασκευή της ταυτότητάς του. Βέβαια, τόσο η ψυχοθεραπεία, όσο και η εκπαίδευση σε αυτή, μπορεί μεν να βοηθήσει στην κατεύθυνση μιας καλύτερης ζωής, δεν προσφέρει όμως ένα υπόδειγμα τρόπων ζωής, αλλά ένα υπόδειγμα του πώς μπορεί δημιουργήσει κανείς έναν δικό του τρόπο να ζει αντιλαμβανόμενος την πραγματικότητα. Στο πλαίσιο αυτής της περισσότερο ρεαλιστικής αντίληψης κεντρική είναι η σημασία της έννοιας του «προσώπου», το οποίο συμπυκνώνει τόσο τις θεωρητικές καταβολές, επιρροές και κατασκευές, όσο και τις υποκειμενικές συνδηλώσεις του για τον εαυτό και τον κόσμο.

Τα ζητήματα του προσώπου που αναδύονται στο πλαίσιο της εξελικτικής συστημικής προσέγγισης είναι η **ηθική του υπόστασις**, όπως αυτή κατασκευάζεται στο πεδίο της κοινωνίας, το πρόσωπο του θεραπευτή ως **αγγελιοφόρου** ενός μηνύματος που θα έχει καταλυτική επίδραση στην θεραπευτική αλλαγή και η εστίαση στις **κοινωνικές αιτιάσεις**, καθόσον οι ψυχολογικές διεργασίες του προσώπου είναι το εποικοδόμημα των κοινωνικών συνθηκών.

### **Η έννοια της ηθικής στην ψυχοθεραπεία**

Από τη μία ο ρεαλισμός κι από την άλλη η αβεβαιότητα επιβάλλουν σε κάθε ψυχοθεραπευτική προσέγγιση οι άνθρωποι να πορεύονται με υπομονή, επιμονή, συνέπεια και θάρρος στον δρόμο που υποδεικνύουν οι πανανθρώπινες αξίες της δικαιοσύνης, της ειρήνης, της ελευθερίας, της δημοκρατίας, της ισονομίας, της εντιμότητας, της αλληλεγγύης, κ.α.. Η ψυχοθεραπεία έχει χρέος να πορεύεται προς αυτές τις κοινές συνισταμένες της ανθρώπινης ύπαρξης, διότι αποτελούν μεν κοινό παρανομαστή ανάμεσα στην πανσπερμία και στην αξιοθαύμαστη διαφορά των ηθών και των χαρακτήρων, χρειάζονται δε επίπονη και συνετή άσκηση, κόπο και μόχθο για να αποκτηθούν. Σύμφωνα με τον Αριστοτέλη, κατέχουμε τις αρετές επειδή τις έχουμε ασκήσει, όπως συμβαίνει και με τις άλλες τέχνες. Όπως γίνεσαι μαραγκός φτιάχνοντας πόρτες κι έπιπλα και μουσικός εξασκούμενος παίζοντας ένα μουσικό όργανο, με τον ίδιο τρόπο γινόμαστε δίκαιοι, σόφρονες και γενναίοι, εξασκούμενοι σε πράξεις δίκαιες, σόφρονες και γενναίες. Τίμιος και συνετός για παράδειγμα δεν είναι αυτός που δεν παρακούει τους νόμους και τους κανόνες από φόβο, αλλά από την ενάρετη πεποίθηση ότι αυτό είναι το σωστό. Στις κοινωνίες μας ο πρώτος είναι ένα ευδόκιμο προϊόν και σχεδόν πάντα καταφέρνει να ξεγελάσει τους νόμους, έχοντας ένα ισχυρό οπλοστάσιο ομοίων στον πλευρό του, ενώ ο δεύτερος αισθάνεται συνήθως την απέραντη μοναξιά της ηθικής υποχρέωσης, έχοντας μόνο ως συμπαραστάτη την συνείδησή του και ίσως μια μικρή ομάδα ανθρώπων να τον περιβάλλει με αγάπη και κατανόηση. Οι άνθρωποι επομένως λάμπουν και βρίσκουν τις αντίστοιχες διεξόδους όχι μόνο μέσα από την απόκτηση και ενίσχυση των γνωσιολογικών τους δεξιοτήτων, αλλά κυρίως μέσα από το ήθος και την συνέπεια που θα επιδείξουν κατά την διαδικασία της πραγμάτωσης τους. Στην ενίσχυση αυτής της έμπρακτης επένδυσης στην επαλληλία μεταξύ λόγων, συναισθημάτων και πράξεων, χρειάζεται να στοχεύει και η ψυχοθεραπευτική πράξη.

Αναμφίβολα η γνώση του εαυτού είναι μια πολύ σημαντική και θαυμάσια διεργασία στον ψυχοθεραπευτικό κύκλο της αλλαγής, επιπλέον όμως σημαντικό είναι να μάθει κάποιος να ενεργεί με βάση ηθικούς κανόνες. Η ηθική μας διάσταση συνταυτίζεται με την δέσμευση μας προς τον συνάνθρωπο, επιλέγουμε να είμαστε ηθικοί αναγνωρίζοντας την ευθύνη μας προς τον άλλο, επειδή ήδη έχουμε επιλέξει να είμαστε άνθρωποι με όραμα για μια καλύτερη κοινωνία, μια δίκαιη κοινωνία, μια κοινωνία με ήθος, αξιοπρέπεια και αλληλεγγύη.

Το χρέος της ψυχοθεραπείας είναι να βοηθήσει τον θεραπευόμενο να συνθέσει έναν εαυτό που δεν θα επι-χαίρεται μονάχα με τα επιτεύγματά του και την ενδυνάμωση του κοινωνικού του κύρους, αλλά και από την ανάγκη να εμπνέει στους γύρω του το αδιαμεσολάβητο συναίσθημα του σεβασμού προς το πρόσωπό του κι ο σεβασμός δεν επιβάλλεται, αλλά κερδίζεται. Η ψυχοθεραπεία διευκολύνει κατ' ουσία την διεργασία της προσωπικής αλλαγής, ώστε το άτομο να καταστεί ένα από τα συνεκτικά στοιχεία του κοινωνικού δεσμού. Έχει επομένως έναν μετασηματιστικό χαρακτήρα για το ίδιο το άτομο και έναν ηθικό χαρακτήρα για την μορφή της κοινωνικής συγκρότησης. Η αλλαγή



συνδέεται με την ηθική και η ηθική εμπεριέχει την προσωπική αλλαγή του καθενός. Η ηθική τάξη, η οποία αναφέρεται στον δημόσιο βίο των ανθρώπων συντελείται παράλληλα και μέσα στις ψυχικές διεργασίες του ανθρώπου, στην συνάντησή του με τις πανανθρώπινες αξίες και διεργασίες που ορίζουν την ύπαρξη και την συνύπαρξη. Και η ηθική ενσαρκώνεται στο πεδίο της πράξης, εκεί όπου συναντιούνται όλες οι συνιστώσες που συγκροτούν την ανθρώπινη ύπαρξη. Στην πράξη κι όχι στα χαρακτηριστικά εικονοποιούνται οι ηθικές γραμμές μιας κοινωνίας, η οποία όσο πιο συμπαγής είναι τόσο περισσότερο επιτρέπει και αναδεικνύεται μέσα από την συνύπαρξη της διαφορετικότητας. Η διαφορετικότητα δεν έχει ψυχολογικά χαρακτηριστικά κι ως εκ τούτου θα λέγαμε πως δεν υφίσταται, παρά μόνο ως πράξη. Για παράδειγμα η ομοφυλοφιλία δεν έχει κάποια ψυχολογικά χαρακτηριστικά, αλλά υφίσταται ως μια πράξη με πολιτισμικό (κοινωνικό-οικονομικό, ιδεολογικό) υπόβαθρο. Οι άνθρωποι δηλαδή πράττουν και αυτές τους οι πράξεις εντάσσονται με έναν ειδικό τρόπο μέσα στο εκάστοτε ηθικό σύστημα και τις αδρές γραμμές της κουλτούρας. Εκεί αποκτούν και τα ιδιαίτερα γνωρίσματα που αναδεικνύονται από τις κοινωνικές τους μορφές. Κατά κάποιο τρόπο επομένως γίνεται κατανοητό πως τα λεγόμενα ψυχολογικά γνωρίσματα δεν είναι παρά απολήξεις της κουλτούρας και της ηθικής μιας κοινωνίας, τα οποία ασφαλώς και είναι σημαντικά, εφόσον ακουμπούν στην μοναδικότητα του προσώπου, ενώ παράλληλα βρισκόμενα σε διαρκή συναλλαγή και αλληλεπίδραση με αυτές, έχουν κι έναν γενεσιουργό χαρακτήρα.

### ***Η διεργασία της αυτό-βελτίωσης ως γενεσιουργός αιτία της κοινωνικής αλλαγής***

Σε ένα κόσμο έκπτωσης των αξιών και παρατεταμένης κρίσης της κοινωνίας των θεσμών, σε έναν κόσμο ασέβειας προς το φυσικό περιβάλλον, σε έναν κόσμο όπου η πονηρία ανάγεται σε προσόν, η εγκατάλειψη των συμφωνημένων επιβραβεύεται, οι δογματισμοί οργανώνονται συστηματικά και κράτος και κοινωνία λειτουργούν με ένα τεράστιο έλλειμμα αξιοκρατίας, η ψυχοθεραπεία χρειάζεται να συμβάλλει στην αναμενόμενη και επιβαλλόμενη ανατροπή της πορείας του κόσμου, παρεμβαίνοντας διορθωτικά προκειμένου να παραδοθεί λιγάκι καλύτερος στις νέες γενιές. Η ψυχοθεραπεία αναπτύσσεται ως αντίβαρο στην πλήρη αδυναμία μας να προτείνουμε ένα πλαίσιο για το «ευ ζην»: ένα πλαίσιο στο οποίο θα απαντώνται από κοινού ποιες είναι οι ηθικές αρχές και τι οράματα προτείνουμε στις επόμενες γενιές.

Η δέσμευση στις ηθικές αρχές και αξίες γεννά υψηλά ιδανικά και κάνει τον άνθρωπο περισσότερο σθεναρό. Η πίστη στην ηθική μας υπόσταση διώχνει τον περίσσιο φόβο, ενώ παράλληλα η αμφισβήτηση προλαμβάνει ώστε να μην μετατραπεί σε δογματική αντίληψη. Η πίστη μαζί με την αμφισβήτηση δημιουργούν ένα πεδίο συνεχόμενης ροής που κάνει τον άνθρωπο να στέκεται γενναία μπροστά σε ό,τι φέρνει η ζωή, να μην φοβάται τις αλλαγές, να υποστηρίζει με πάθος τις ιδέες του και να ζει την ζωή του ολόψυχα.

Οι άνθρωποι επομένως που βρίσκονται σε ψυχοθεραπευτική διαδικασία χαρακτηρίζονται από μια γενναία στάση, επειδή τολμούν να επιχειρήσουν πολλές προσωπικές υπερβάσεις και κυρίως επειδή μέσα από την προσωπική τους αλλαγή ενδέχεται να συμπαρασύρουν και την κοινωνική αλλαγή. Πρωτίστως, βέβαια, ο σκοπός της ψυχοθεραπείας είναι η διεργασία της προσωπικής αλλαγής κι όσοι την ακολουθούν γνωρίζουν πως η αλλαγή δεν είναι σκοπός, αλλά διεργασία στο διηνεκές. Το νόημα της αυτοπραγμάτωσης δεν υπεισέρχεται μόνο στα μονοπάτια ενός σκοπού, αλλά στις διεργασίες που τον επιδιώκουν. Εξάλλου ο σκοπός πάντοτε έχει κι έναν ουτοπικό χαρακτήρα, χρησιμεύει ως φωτεινό αστέρι που θα φωτίσει μια διαδρομή κι όχι τερματικός σταθμός. Αυτή η αέναη διεργασία της προσωπικής αλλαγής ενίοτε συμπαρασύρει και αλλαγές στον κοινωνικό δεσμό και γίνονται η γενεσιουργός αιτία της κοινωνικής αλλαγής. Εξάλλου η ιστορική ματιά καταμαρτυρεί πως τις μεγάλες κοινωνικές αλλαγές έχουν την αφετηρία τους στις μειονότητες, στην βάση τους δηλαδή ακουμπούν στους προσωπικούς μετασχηματισμούς κάποιων πρωτοπόρων.

Ο παραπάνω συνειρμός επιβεβαιώνει πως η ψυχοθεραπευτική πράξη δεν είναι ακριβώς ακτιβιστική πράξη, ενέχει τέτοιες επιδιώξεις, παραμένει όμως σε συνάφεια με την έννοια της προσωπικής αλλαγής, ως την κινητήριο δύναμη και της κοινωνικής αλλαγής. Αντιστοίχως ο έχων την ιδιότητα του ψυχοθεραπευτή, ως πολίτης και συμμετέχων σε διάφορες κοινωνικές ομάδες, μπορεί να λειτουργήσει ως πνευματικός ταγός μέσα από τις δράσεις του στο κοινωνικό

πεδίο και να εμπνεύσει με αυτό τον τρόπο τους θεραπευόμενους, αλλά δεν μετατοπίζεται από τον ουσιαστικό του ρόλο, ο οποίος συγκλίνει στην διεργασία της προσωπικής αλλαγής.

Σύμφωνα με την εξελικτική συστημική προσέγγιση είναι σημαντικό να δούμε την διασύνδεση του ατομικού με το κοινωνικό και τις μεταξύ τους αλληλεπιδράσεις. Κυρίως επειδή ακόμη κι αν υποθέσουμε πως το άτομο αλλάζει θα πρέπει να αναρωτηθούμε που και πως θα επενδύσει αυτή την αλλαγή. Η προσωπική αλλαγή έχει νόημα μόνο εάν ενσαρκώνεται στο πεδίο των κοινωνικών αλληλεπιδράσεων κι ως εκ τούτου εδραιώνεται στον κοινωνικό στίβο ή στον στίβο των σχέσεων. Η προσωπική αλλαγή κινείται περιμετρικά ενός κοινωνικού πλαισίου αναφοράς το οποίο ορίζει τα μοτίβα δράσης, σε ένα ευρύ φάσμα επιλογών και μέσω της κουλτούρας, των θεσμών και των νόμων, διαμορφώνει το ηθικό της περίβλημα. Στον σημερινό κατακερματισμένο κόσμο των ιδεών, των αντιλήψεων, των αρχών, των αξιών και της υπερδιαφοροποιημένης κουλτούρας και ηθικής δημιουργούνται στον άνθρωπο πολλαπλά διλήμματα κι ερωτήματα, τα οποία ενίοτε τον αφήνουν μετέωρο στο ατομικό του σύμπαν νοημάτων.

### **Σαλάχ Αμπντέλ Σαμπούρ, «Ερωτήματα»**

Ο Πωλ Ελύάρ με ρωτάει  
τη σημασία της λέξης  
«Ελευθερία».

Ο Μπέρτολντ Μπρεχτ με ρωτάει  
τη σημασία της λέξης  
«Δικαιοσύνη».

Ο Ντάντε Αλιγκιέρη με ρωτάει  
τη σημασία της λέξης  
«Έρωτας».

Ο Ιμπν Χουσέιν Ελ Κέντι  
-αυτός που λέμε Μουτανάμπι-  
με ρωτάει τη σημασία της λέξης  
«Φιλότιμο».

Ο Γέροντάς μου, ο τυφλός σείχης μου  
με ρωτάει τη σημασία της λέξης  
«Αλήθεια».

Κι εγώ  
μη βρίσκοντας απάντηση  
τυραννιέμαι χρόνια.

Περπατώ στους δρόμους της οικουμένης,  
διασχίζω τον κόσμο,  
διασχίζω τον ήλιο,  
τα πόδια μου,  
πληγωμένα από την περιπλάνηση  
με ρωτούν τη σημασία της λέξης  
«Σιωπή».

Σαλάχ Αμπντέλ Σαμπούρ (1931-1981), Μετ. Κωστής Μοσκόφ, «Αραβική ποίηση- 20ος αιώνας», Καστανιώτης 1994.

### ***Η κοινοτική ηθική ως συλλογικό πολιτισμικό πρόταγμα της ψυχοθεραπευτικής διαδικασίας***

Ο κατακερματισμός των νοημάτων και της ηθικής αξίας που τους αποδίδουμε οδηγεί σε ρήξη του κοινωνικού δεσμού, σε ένα δηλαδή ατελές εμείς. Ακριβώς αυτό το ατελές εμείς είναι το πλαίσιο που παράγει την ψυχική δυσλειτουργία και ασθένεια κι αυτό ακριβώς είναι που θα θεραπεύσει την ψυχική δυσλειτουργία και ασθένεια. Είμαστε στο κομβικό εκείνο σημείο όπου τα νοήματα χρειάζεται να διασυνδεθούν με μια διαφορετική ηθική, η οποία θα απορρέει από την συμμετρία της εξουσίας και την αρμονία της κατανομής ισχύος. Μια ηθική που θα ακουμπά στη συλλογική μνήμη και κουλτούρα της ομάδας αναφοράς και που θα διατρέχεται από την αναγνώριση του προσωπικού μόχθου και της αναγκαιότητας του ΜΑΖΙ. Το νόημα που αποδίδουμε στις πράξεις μας ατομικά ή συλλογικά έχει τεράστια ισχύ σε αυτές. Το νόημα καθίσταται ο ρυθμιστής και ο άρχων της διεργασίας, σε προσωπικό και συλλογικό επίπεδο. Όταν η εξουσία παραδίδεται στο νόημα κι όταν αυτό είναι αποτέλεσμα της ελεύθερης βούλησης των ανθρώπων (έχει δηλαδή εγκαθιδρυθεί έπειτα από την βάσανο της εμπειρίας, της καλλιέργειας, κλπ.) τότε αυτή γίνεται δημιουργός κι όχι δυνάστης. Εξ' αυτού η διασύνδεση του νοήματος με μια νέα ηθική, όπως περιέγραφα παραπάνω καθίσταται αναγκαία όσο ποτέ.

Εμείς οι Έλληνες έχουμε ένα μοντέλο από το οποίο μπορούμε να αντλήσουμε πολλά διδάγματα και προτάσεις για να φτιάξουμε ως κοινωνία το νέο μας ηθικό οπλοστάσιο. Το κοινοτικό μοντέλο συνύπαρξης και η κοινοτική ηθική είναι ένα αξιοπρόσεχτο παράδειγμα. Όπως, αντιστοίχως, στα όρια της ψυχοθεραπευτικής πράξης, η θεραπευτική ομάδα επανέρχεται δυναμικά ως πρόταση ενός νέου συλλογικού μοντέλου και ως τροφοδότης μιας νέας «κοινοτικής» ηθικής. Η θεραπευτική ομάδα προάγει την αυτονομία ως μήτρα μιας βιωματικής ελευθερίας, η οποία ενσαρκώνεται στους κόλπους μιας ομάδας αναφοράς. Γίνεται το σημείο όπου μπορούν να πραγματοποιηθούν δύο ζωτικές ανάγκες κι επιθυμίες του κάθε ανθρώπου, να νιώθει ασφαλής κι ελεύθερος. Στην θεραπευτική ομάδα αναζωπυρώνεται το κοινοτικό σύστημα αξιών, το οποίο στηρίζεται στην αλληλεγγύη και την αλληλοβοήθεια, ως μέσο επιβίωσης και επιδίωξης των σκοπών της κοινότητας και των μελών της. Επιπροσθέτως, ως αναγκαία διαφοροποίηση επιδιώκει μια διαφορετική μορφή, από αυτή της παραδοσιακής κοινότητας, του κοινωνικού εξισωτισμού, η οποία θα σέβεται και θα ενισχύει σε όφελος της ομάδας την διαφορετικότητα. Το πρόταγμα της ισότητας ως του σημαντικότερου ηθικού αναχώματος διαπερνά και διαχέεται από τις νοηματικές κατασκευές της κοινωνίας και συγκλίνει στο ότι η αυτοπραγμάτωση δεν αποτελεί μια ανεξάρτητη βούληση, καθώς εντάσσεται εξαρχής σε ορισμένους αποδεκτούς, δηλαδή κοινωνικούς, σκοπούς.

Η θεραπευτική ομάδα καθίσταται η αιχμή του δόρατος μιας ψυχοθεραπευτικής ματιάς που οδεύει προς την ενίσχυση του κοινωνικού δεσμού ως κατακλείδα και της προσωπικής ευημερίας. Η ψυχοθεραπευτική πράξη αποκτά στο πλαίσιο της θεραπευτικής ομάδας μια επιπλέον διάσταση, αυτή της γενεαλογίας της ομάδας. Κάθε ομάδα δεν είναι απλά το άθροισμα των μελών της, αλλά διαποτίζεται από τις εσωτερικές διεργασίες που επισυμβαίνουν στον οριζόντιο και κάθετο άξονα της ζωής της, δηλαδή από την δυναμική των σχέσεων στο ιστορικό συνεχές της ύπαρξής της. Εξάλλου το δικό μας ιστορικό/κοινωνικό πλαίσιο προτάσσει πως η αυτοσυνειδησία μας αναδύεται μέσα από την κατανόηση του ιστορικού μας γίνεσθαι και της αίσθησης της διαγενεακής μας συνέχειας.

### ***Η επαν-οικείωση της συλλογικής συνείδησης (ιστορικής, εθνικής, πολιτισμικής), ως πρόταγμα της ψυχοθεραπείας***

Για να οδηγηθεί σε προσωπικές αλλαγές ο άνθρωπος χρειάζεται να κατανοεί την πραγματικότητα και να ορίζει συνειδητά το προσωπικό του στίγμα στο σύμπαν αυτής. Έτσι θα ορίσει και τις συντεταγμένες του ταξιδιού του προς την αυτοπραγμάτωση, ένα ταξίδι που μοιάζει με αυτό του Οδυσσέα στην επιστροφή του από την Τροία στην πατρίδα του την Ιθάκη. Στην διαδρομή της αυτοπραγμάτωσης θέτουμε έναν προορισμό και ακολουθώντας την πορεία προς

αυτόν προσπαθούμε να είμαστε πάντα ενήμεροι για τους ενδιάμεσους σταθμούς, για τους κινδύνους και έτοιμοι να επανασχεδιάζουμε το δρόμο μας μετά από απρόοπτες κακοτοπιές και λάθη. Ο Οδυσσέας ως ήρωας της μυθολογικής μας ιστορίας μάς παραδίδει ένα σύνολο γνωρισμάτων που συνθέτουν την ιδιοπροσωπία μας. Αναγνωρίζοντας αυτή την ιδιοπροσωπία ως το χαρακτηριστικότερο ενδεχομένως, όχι βιολογικά, αλλά πολιτισμικά, εδραιωμένο διαχρονικό μας στοιχείο, θα έλεγα πως η ταυτότητά μας είναι συνυφασμένη με την ρίζα και το νόημα που της αποδίδουμε υφάινεται μέσα από την επιστροφή σε ό,τι αυτή συμβολίζει για εμάς. Οι ρίζες, γενεαλογικές, πολιτισμικές, ιστορικές, κοινωνικές υφάινουν τον ιστό του εαυτού μας και αυτόν του ευρύτερου συνόλου μας.

Η ψυχοθεραπεία ως νόημα είναι μια πράξη που οφείλει να συνέχει τις ιδιαιτερότητες της ελληνικής κουλτούρας και ιδεολογίας, το πλέγμα του εθνικού μας χαρακτήρα σε όλες του τις εκφράσεις. Ενός εθνικού χαρακτήρα που έχει διαμορφωθεί στη διάρκεια μιας μακράς ιστορικής περιόδου τουλάχιστον τριών χιλιετηρίδων, μέσα από μεγάλες και μικρές ιστορίες επιτευγμάτων και άλλες τόσες γεμάτες από ήττες και διχασμούς, μέσα εν τέλει από μεταπτώσεις και αλλαγές, που δεν έχει ίσως γνωρίσει κανένας άλλος ιστορικός λαός: από το ζενίθ της κλασικής αρχαιότητας και της φιλοσοφίας, στη διαμόρφωση ενός οικουμενικού πολιτισμού με τον Αλέξανδρο, τον χριστιανισμό και το Βυζάντιο, στην κατάρρευση των Αλώσεων, στην αναγέννηση του '21, στο ναδίρ της σημερινής παρακμής.

Οι ρίζες που συνδέουν υπαρξιακά, πολιτισμικά και κοινωνικά τον Έλληνα άνθρωπο, καθώς και η ποικιλομορφία της διαδρομής μας ως έθνος, μας προτρέπουν πως είναι χρήσιμο στο δρόμο της ψυχοθεραπείας να συναντηθούμε άφοβα με όλες τις μορφές της ζωής και να επιτρέψουμε την αναμόχλευση όλων των πνευματικών και βιοτικών ανησυχιών, συχνά και αυτών που είναι ή ανήκουν σε διαφορετικά ή και ανταγωνιστικά ιδεολογικά συστήματα αναφοράς. Ο τρόπος συγκρότησης των Ελλήνων σε ομάδες εξάλλου δείχνει αυτήν την ποικιλομορφία, η οποία ακολουθεί εν πολλοίς και την ποικιλομορφία της γεωγραφικής κατανομής του τόπου μας. Και τι ποιο σοφό υπόδειγμα συνύπαρξης από αυτό, δηλαδή από την ενιαία συλλογική κουλτούρα, η οποία διαπνέεται από επιμέρους ιδιαιτερότητες. Στην ελληνική παράδοση η κοινή κουλτούρα στηρίζεται και σε αυτή την αποδοχή της ποικιλομορφίας της ύπαρξης και της κοινής σύμπλευσης σε ένα σκοπό.

Η ψυχοθεραπεία δίνει ένα πλαίσιο και μια «ιστορική» κατανόηση για το συνέβη στον κάθε άνθρωπο, στην κάθε οικογένεια, στο κάθε σύστημα. Και αντιστοίχως του πλαισίου αναφοράς διακινεί τις αντίστοιχες πολιτισμικές αναφορές. Για παράδειγμα η ψυχοθεραπευτική διεργασία στις Ηνωμένες πολιτείες της Αμερικής, οι οποίες εν τη γενέσει τους, ως χώρα, έχουν έναν επεκτατικό χαρακτήρα, εμπεριέχουν στο συλλογικό της φαντασιακό την έννοια της επέκτασης, της στόχευσης για έναν καλύτερο εαυτό, για έναν εαυτό που θα φτάνει όλο και πιο πέρα. Από την άλλη στις δυτικοευρωπαϊκές χώρες, όπου κυριαρχεί η νοησιарχία, η διεργασία διατρέχεται από μια αναλυτική και ερμηνευτική στάση έναντι της θεραπευτικής αλλαγής, διά μέσου της ενίσχυσης της ψυχικής ανθεκτικότητας. Στις χώρες της Ανατολής, όπου κυρίαρχο είναι το συναίσθημα η διεργασία κυριαρχείται από τις συναισθηματικές καταγραφές των πράξεων. Στην Ελλάδα μας η διεργασία καταφανώς πατάει πάνω στην γενεαλογία, στις «ιστορικές» αφηγήσεις (στις ιστορικές αναφορές και τις προφορικές ιστορίες) και στην αυξημένη αναγκαιότητα για την συμμετοχή σε μικρότερα συστήματα αυτοαναφοράς, τα οποία συνέχουν και συνεχονται από το ευρύτερο πλαίσιο.

Η αναζωπύρωση στις μέρες μας συζητήσεων για συλλογικά εγχειρήματα και μορφές συλλογικής δράσης «γεννιέται» λόγω της ανάγκης να επιλυθούν καθημερινά προβλήματα των ανθρώπων, τα οποία ο καπιταλιστικός τρόπος οργάνωσης δημιουργεί, αλλά παράλληλα αποτυγχάνει να επιλύσει ή να εξισορροπήσει. Στο διάκενο αυτής της συνθήκης, είναι αναγκαία η επαναδόμηση και η επαν-οικείωση της ψυχοθεραπευτικής θεωρίας και πράξης, η οποία επανα-κοινωνικοποιώντας τον άνθρωπο ως δρώντα πρόσωπο που συμμετέχει στο κοινωνικό γίγνεσθαι κι όχι ως άτομο, επιχειρεί να συμβάλλει στην δημιουργία ενός κόσμου ηθικής αλληλεξάρτησης και αλληλεγγύης.

Η επαναδόμηση αυτή περνάει μέσα από την αποδόμηση του καπιταλιστικού φαντασιακού που υποδόρια διατρέχει την συγκρότηση του σύγχρονου υποκειμένου και την κατεύθυνση προς την εννοιολογική του συνάφεια με την «κοινοτική» ιδεολογία και κουλτούρα. Κι όλα αυτά τόσο μέσα από την υπερευαισθητοποίηση στα μεγάλης κλίμακας ζητήματα όσο και στα καθ' ημάς ζητήματα της νοηματοδότησης της ύπαρξης μέσα στο πεδίο της αυτοπραγμάτωσης και της αλληλεπίδρασης. Η κοινότητα ως ηθική οντότητα αποδίδει ένα διαφοροποιημένο πλαίσιο κοινών

συνισταμένων και θέτει τα όρια της κοινωνικής συσχέτισης. Ωστόσο η επικαιροποίηση της ιδεολογίας του κοινοτισμού επιβάλλει νέες νοηματοδοτήσεις σε όλες τις προσωπικές, συλλογικές και θεσμικές συνιστώσες του κοινοτικού εγχειρήματος. Κυρίως δε χρειάζεται να επαναπροσδιορίσουμε όντας μέσα στο πλαίσιο τις έννοιες της εξουσίας και της ιεράρχησης στην κατεύθυνση της ενσωμάτωσης της έννοιας της προσωπικής ελευθερίας και της ενίσχυσης του «ανήκειν». Δηλαδή στις νέες μορφές συλλογικής συνύπαρξης είναι το ίδιο αναγκαία και χρήσιμη η ύπαρξη κοινών και σταθερών συνισταμένων, συχνά ωστόσο μεταβαλλόμενων, όσο και η αποδοχή της προσωπικής οντότητας του κάθε μέλους.

Ουσιαστικά αναφέρομαι σε μια κοινότητα ανθρώπων που λειτουργεί αυτοθεραπευτικά και καταργεί στην πράξη την ψυχοθεραπευτική διεργασία (;). Εντούτοις, τουλάχιστον στη διαδρομή που έχουμε να διανύσουμε ως τότε, η διεργασία της ψυχοθεραπείας μπορεί να συμβάλλει τα μέγιστα. Η λειτουργία της ψυχοθεραπείας γίνεται έτσι ένα γρανάζι της φιλοσοφίας, της εκπαίδευσης, της επιστήμης, των τεχνών, της ίδιας της ζωής.

Αναζητώ την συσχέτιση του νοήματος της ψυχοθεραπείας με την ιδεολογία της κοινότητας και για έναν επιπλέον λόγο, οι κοινότητες συμπυκνώνουν πολλά από τα δομικά στοιχεία του ελληνισμού από την αρχαιότητα έως την συγκρότησή τους και την σταδιακή τους συρρίκνωση. Το λαϊκό πνεύμα συναντάται στο σταυροδρόμι της αρχαιοελληνικής γραμματείας, του Βυζαντίου, αλλά και της διαχρονικής και διαρκούς ανταλλαγής (είτε λόγω της τουρκοκρατίας, είτε λόγω των ταξιδιών, είτε λόγω της μετανάστευσης και του εμπορίου) πολιτισμικών στοιχείων που συνθέτουν και ανασυνθέτουν δημιουργικά τον πολιτισμό μας. Διότι όπως εξηγούσα παραπάνω η ελληνικότητα ως ενιαίο ψυχικό όργανο συντίθεται από επί μέρους διαφορετικούς σχηματισμούς, οι οποίοι παρότι διαφορετικοί κουβαλούν εν σπέρματι και αναγεννησιακά το πνεύμα της. Το ίδιο συμβαίνει και στους μικρότερους σχηματισμούς έως το κύτταρο της οικογένειας, εκεί όπου καλούμαστε να σεβόμαστε την ιδιαιτερότητα του καθενός (ελευθερία) και παράλληλα να αισθανόμαστε και να καλλιεργούμε το μαζί (ανήκειν).

### **Από το εμπειρικό στο πραγματικό**

Η συστημική προσέγγιση επηρεασμένη από τον κοινωνικό κονστρουκτιβισμό αναδύει τη σημαντικότητα της κατανόησης της «γλώσσας» ως μέσο συγκατασκευής της πραγματικότητας του υποκειμένου. Ο λόγος, η αφήγηση είναι έτσι κι αλλιώς το βασικό εργαλείο της θεραπευτικής πρακτικής. Διά μέσου της γλώσσας (γραπτής ή προφορικής) ο ψυχοθεραπευτής μεταδίδει τις ιδέες του και μέσα από αυτή τη μεταφορά, στη συνδιαλλαγή με τον θεραπευόμενο, παράγει νέες ιδέες, αντιλήψεις, εικόνες, κ.ο.κ.

Όταν η συστημική θεωρία άρχισε να διεισδύει στο πεδίο της γλώσσας έγινε περισσότερο κατανοητό πως όταν αλλάζουμε εμείς αλλάζει ο κόσμος γύρω μας. Μέσω της ικανότητας της γλώσσας να υφαίνει ιστορίες αντιλαμβανόμαστε πως αν αλλάξει κανείς την ιστορία, την αφήγηση, μπορεί να αλλάξει τον εαυτό και τις σχέσεις του. Αν για παράδειγμα βοηθήσεις κάποιον να αλλάξει την ιστορία που μοιράζεται με την οικογένεια του μπορεί να αλλάξει και τις σχέσεις του μαζί της, να αλλάξει δηλαδή τις κατασκευές που τα μέλη της οικογένειας μοιράζονται μεταξύ τους και να τους βοηθήσεις να συνθέσουν ένα νέο πιο λειτουργικό πεδίο αλληλεπίδρασης. Η αλλαγή της ιστορίας συμβαίνει κυρίως επειδή το υποκείμενο κατανοεί την πραγματικότητα και η κατανόηση αυτή το αλλάζει κι εσωτερικά. Ουσιαστικά μπορούμε να δούμε τη γλώσσα όχι μόνο ως μέσο κατασκευής του κόσμου, αλλά κι ως μέσο σύνδεσης με τον κόσμο. Δηλαδή, να μετακινηθούμε από την «κατανόηση» στην «πραγματολογία», από το εμπειρικό στο πραγματικό, ως ένα νέο διακύβευμα που διατρέχεται από την αναγκαιότητα και των δύο ιδιοτήτων και σε μια περισσότερο λειτουργική διασύνδεση της αυτογνωσίας με την πράξη, η οποία αντανακλάται σε μια αρμονική και ρεαλιστική διασύνδεση του υποκειμένου με τον κόσμο του.

Το υποκείμενο αποκτά ένα νόημα ύπαρξης στο πλαίσιο της πραγματικότητας του κόσμου του. Όταν η «γλώσσα» όχι μόνο συν-κατασκευάζει, αλλά και συνδέει το άτομο με τον κόσμο, αυτό σημαίνει πως ο κόσμος ορίζεται από τη δική του πραγματικότητα, μια διασύνδεση που αλλάζει το νόημα και το περιεχόμενο της ίδιας της γλώσσας ως νοητική

και ψυχική διεργασία κατανόησης, κατασκευής και σύνδεσης του υποκειμενικού με το πολιτισμικό και φυσικό σύμπαν.

Στο πλαίσιο αυτό η ψυχοθεραπεία απαντά σε μια κρίση νοήματος, υπό την έννοια πως τα υποκείμενά της δε διαθέτουν τα απαραίτητα νοήματα για να δομήσουν τη ζωή τους στον υπαρκτό κόσμο. Η ψυχοθεραπευτική συνάντηση οριοθετεί ένα πλαίσιο ύπαρξης και συνύπαρξης (το «πλαίσιο» το εννοούμε ως νόημα και όχι ως εξωτερικό περίγυρο κανόνων και ορίων) ως ένα οιονεί νόημα που βρίσκεται σε μετάβαση. Κινείται δηλαδή η ψυχοθεραπεία μεταξύ υποκειμένου και κοινωνικού δεσμού ως σκοπός που τα αίτιά του βρίσκονται στο μέλλον: οι θεραπευόμενοι αποτελούν κατά αυτή την έννοια «εμβληματικές» προσωπικότητες, οι οποίες αναδεικνύουν την αναγεννητική ικανότητα του ανθρώπου να ανασύρει τα κρυμμένα νοήματα και να δημιουργεί νέες συνθέσεις μέσα από την ατομική και τη συλλογική αποσύνθεση.

Η παραπάνω αντίληψη αποδέχεται στην ολότητά της την ανάγκη για έναν τρόπο σκέψης που θα κατανοεί το υποκείμενο στο πλαίσιο του και θα αναδεικνύει τις διάφορες πλευρές του: ως εσωτερική συγκρότηση, ως προσωπικές σχέσεις στο κοινωνικό πεδίο, ως αντικείμενο που υφίσταται τους εσωτερικούς και εξωτερικούς προσδιορισμούς, ως αυτόνομο υποκείμενο που νοηματοδοτεί τον εαυτό του και τον κόσμο και ως υποκείμενο που αναζητά την οντολογική αλήθεια σε μια συνεχή αλληλεπίδραση μαζί της. Αποδέχεται, δηλαδή, μια ανάγκη οριοθέτησης του προσωπικού σύμπαντος του υποκειμένου και του κόσμου του, έξω από τις έννοιες και τα νοήματα που κατασκευάζουν ένα γραμμικό αιτιολογικό άξονα, αναζητώντας κυρίως το νοηματικό υπόβαθρο της υποκειμενικότητας στην ένταξή της στο πεδίο της ανθρώπινης συναλλαγής και στη συνάντησή της με την οντολογική αλήθεια της πραγματικότητας.

Πρόκειται για μια εκ νέου συνομιλία της ψυχοθεραπείας με την «δομιστική» στροφή της επιστημολογίας, από τη γλωσσολογία έως την κοινωνική ανθρωπολογία, όπου η ανθρώπινη επιθυμία, επομένως κι ο στόχος της προσωπικής εξέλιξης, διαμορφώνεται στο συμβολικό πεδίο του πολιτισμού. Η «αντικειμενική» λειτουργία, η οντολογική φύση της πραγματικότητας, βρίσκει θέση στην παραπάνω αντίληψη και έρχεται να διαποτίσει τη συστημική ματιά με στόχο να την εξελίξει προς την κατεύθυνση μιας μεταγωγικής σχέσης του υποκειμένου με το αντικείμενο, όπου η προσωπικότητα ορίζεται τόσο από την διαλεκτική της επιθυμίας, όσο κι από την δυναμική διεμβολή αυτής στο κοινωνικό πεδίο. Το υποκείμενο συναντάται με την επιθυμία του μέσα στη συνάρθρωση πραγματικού, φαντασιακού και συμβολικού σε μια διαρκή ανατροφοδότηση του ενός από το άλλο. Σε αυτή τη συνάντηση το υποκείμενο γίνεται το «περιβάλλον» της κοινωνίας και η κοινωνία το «πρόσωπο» του υποκειμένου, σε μια διαλεκτική σχέση με κατάφαση στη διαφορά και την ενδεχομενικότητα.

Το υπαρξιακό υποκείμενο, επομένως, νοείται ταυτόχρονα ως υπο-κείμενο (μιας εξωτερικής πραγματικότητας) και ως υπόσταση, σε μια συνθήκη όπου (το υποκείμενο) στρέφεται προς την πραγματικότητα, προκειμένου να ορίσει την «πραγματικότητά» του.

Η συγκεκριμένη αντίληψη επιχειρεί να επαν-εγγράψει το υποκείμενο στο κοινωνικό και συμβολικό πεδίο, όπου η οντολογία του υποκειμένου συνομιλεί με την κοινωνική οντολογία, σε μια εξελικτική διαδρομή όπου όσο το υποκείμενο προσεγγίζει την οντολογική αλήθεια της πραγματικότητας τόσο προσεγγίζει περισσότερο ολιστικά τον εαυτό του.

## **Η ψυχοθεραπεία ως πολιτισμική κατασκευή**

Ο λόγος γεφυρώνει τον υποκειμενικό κόσμο του καθενός σε νέες συνθέσεις και κοινωνικοποιεί τον άνθρωπο, κατ' επέκταση ο ψυχοθεραπευτικός δια-λόγος συνίσταται σε αυτό το «μαζί», στη θεραπευτική σχέση, η οποία αποτελεί το βασικό αναδύομενο νόημα ενός θεραπευτικού διαλόγου. Το νόημα δομείται πάνω στην ψυχική συνάντηση του θεραπευόμενου με το πρόσωπο του θεραπευτή, αλλά και των συμβολισμών με τους οποίους διατρέχεται κοινωνικά η ψυχοθεραπευτική διαδικασία.

Η ψυχοθεραπευτική διαδικασία φεύγει από τα στενά όρια της συνάντησης δύο φυσικών προσώπων και συνιστά μια πολιτισμική κατασκευή, ορίζεται δηλαδή από το κοινωνικό-ιστορικό πλαίσιο και τις πολιτισμικές της αναφορές και συνδέεται με τις προσλήψεις και αναπαραστάσεις του φαινομένου. Η ψυχοθεραπεία κατά κάποιο τρόπο ετεροπροσδιορίζεται από τις κοινωνικές αναπαραστάσεις ή καλύτερα αλληλεπιδρά δημιουργικά με αυτές. Παραδείγματος χάρη, στα πλαίσια του επιστημονικού εξορθολογισμού η έννοια της ψυχοθεραπείας μας παραπέμπει στην ιατροκοποίηση των ψυχικών φαινομένων και την κατασκευή της έννοιας της «ασθένειας», στα πλαίσια μιας κονστρουκτιβιστικής ματιάς -όπου η σωματική αποτύπωση των ψυχικών διεργασιών καθώς και των επιθυμιών και αναγκών δεν καθορίζονται βιολογικά- η έννοια της ψυχοθεραπείας αποτελεί μια πολιτισμική διαδικασία η οποία κατασκευάζει τη μορφή της στη συνάντηση με τον άλλο, ενώ σύμφωνα με τον κριτικό ρεαλισμό η ψυχοθεραπεία επιχειρεί να στήσει γέφυρες προκειμένου το υποκείμενο να κατανοεί τον εαυτό του μέσω της κατανόησης της πραγματικότητας.

Η συμβολική λογική που διέπει τις εσωτερικές διεργασίες της ψυχοθεραπείας είναι πολιτισμικά καθορισμένη και διαφέρει από πολιτισμό σε πολιτισμό. Οπότε δεν νοείται ως μια σταθερή και παγιωμένη οντότητα, αλλά ως μια σύνθετη, ευέλικτη, δυναμική και διαρκώς εξελισσόμενη κατασκευή. Ως τέτοια διαμορφώνεται και αναδιαμορφώνεται σε κάθε συνάντηση στα πλαίσια του θεραπευτικού διαλόγου.

Ωστόσο η ψυχοθεραπευτική πρακτική συνοδεύεται συχνά από ένα σύνολο παγιωμένων και άκαμπτων αντιλήψεων οι οποίες συνιστούν τα κύρια χαρακτηριστικά των διαφόρων ψυχοθεραπευτικών προσεγγίσεων και ενίοτε καθιστούν ανήμπορο τον διάλογο μεταξύ τους, όπως καθιστούν δογματικό το θεραπευτικό λόγο και άκαμπτη τη θεραπευτική πρακτική.

Ο όρος ψυχοθεραπεία λοιπόν διαφοροποιείται αναλόγως της εποχής και της κοινωνικής ομάδας αναφοράς. Πρόκειται δηλαδή για μια υποκειμενική κατασκευή, υπό την έννοια ότι είναι προϊόν πραγματικής ανθρώπινης δραστηριότητας και ορίζεται αποκλειστικά μέσα από τις γλωσσικές και συμβολικές αποδόσεις νοήματος των κοινωνικών υποκειμένων που διαμορφώνουν τις «αντικειμενικές» προϋποθέσεις για τη συνείδηση και τη γνώση του αντικειμένου της ψυχοθεραπείας.

Σε αυτό το εννοιολογικό πλαίσιο, τη συγκατασκευή δηλαδή ενός νοήματος, κυρίαρχο ρόλο έχει η προσωπικότητα του θεραπευτή, ως τρισδιάστατη οντότητα. Οι εμπειρίες και οι γνώσεις που αποκτά ο ψυχοθεραπευτής μέσω των βιωμάτων και των αλληλεπιδράσεών του με άλλα άτομα δημιουργεί το κοινωνικό και ψυχικό απόθεμα της προσλαμβάνουσας γνώσης και οριοθετεί το περιβάλλον της παρέμβασής του τόσο στους τομείς της καθημερινής του ζωής, όσο και στην ψυχοθεραπευτική πρακτική. Κατά συνέπεια, στο πλαίσιο της κοινωνικής κατασκευής η ψυχοθεραπεία δεν συνιστά ένα απλό εργαλείο, αλλά μια δημιουργική, δυναμική παραγωγική διαδικασία, η οποία διαμεσολαβείται από την υπόσταση του ψυχοθεραπευτή. Αυτό σημαίνει πως ο κυρίαρχος προσανατολισμός του ψυχοθεραπευτή (ο οποίος συνίσταται για παράδειγμα από την προσέγγιση στην οποία είναι εξειδικευμένος) δεν προκαθορίζει τη θεραπευτική πράξη, αλλά την εμπλουτίζει νοηματικά, την μεταπλάθει και την μεταποιεί, δημιουργώντας αναπαραστάσεις και ανακατασκευές που υπερβαίνουν τις θεωρητικές αφηρητές και πλάθουν έναν νέο κόσμο νοημάτων. Ο ψυχοθεραπευτής διατηρεί συνεχώς το στοιχείο της ενδεχομενικότητας και μεταβλητότητας και μεταμορφώνει το αρχικό πλαίσιο αναφοράς συν εξελισσόμενος με αυτό. Σε αυτή τη συνθήκη αναγνωρίζεται η πολιτισμική του οντότητα και εν τέλει η αυθεντικότητά του μέσα από και στην μοναδικότητα του προσώπου του.

Η ψυχοθεραπεία λοιπόν κατασκευάζει κόσμους και επιχειρεί να διαφοροποιήσει τον υποκειμενικό κόσμο του θεραπευόμενου, αλλά και του θεραπευτή. Οι θεραπευόμενοι δεν είναι σε καμιά περίπτωση παθητικοί δέκτες μηνυμάτων μα εμπλέκονται στη θεραπευτική διαδικασία περισσότερο ως δρώντα υποκείμενα και συνάμα εκφραστές των πολιτισμικών μηνυμάτων και συμβόλων. Αυτό συνεπάγεται πως και η ψυχοθεραπευτική πράξη, ως πολιτισμική κατασκευή, δεν συνιστά ευθύγραμμη και αρμονική συνθήκη αλλά μια διαδικασία που εμπλέκεται σε οικειοποιήσεις, αμφισβητήσεις και επαναδιαπραγματεύσεις. Η ψυχοθεραπεία σκοπεύει στην επανα-συνάντηση του ατόμου με τον κόσμο εκεί που συναντώνται η εννοιολογημένη εμπειρία με την υποκειμενική εμπειρία και μετάφραση του κόσμου.

Ο λόγος για την ψυχοθεραπεία είναι στην ουσία λόγος πολιτισμικός, εφόσον μέσα από αυτόν αποκαλύπτονται τα όρια, οι πολιτισμικές συνάψεις και διακρίσεις. Συνιστά επομένως μια φορτισμένη πολιτισμικά πρακτική που κινητοποιεί συναισθήματα όπως φόβο, αγωνία, θυμό, αλλά και μια μεγάλη επιθυμία για «αλλαγή».

Ως πολιτισμικό φαινόμενο η ψυχοθεραπεία δεν θα μπορούσε να απέχει από την πολιτική της διάσταση, υπό την έννοια της θέσης που λαμβάνει στο κοινωνικό στερέωμα ως ο συνεκτικός ιστός μιας κατακερματισμένης κοινωνίας, η οποία διατρέχεται από μια α-πολιτική δομή που συνθλίβει την υποκειμενικότητα υπό το βάρος της ατομικής της ευθύνης.

Η ψυχοθεραπεία κουβαλά στη ράχη της δύο μεγάλα συλλογικά διακυβεύματα της εποχής, την αδυναμία μετάβασης και την αδυναμία ολοκλήρωσης του πένθους της απώλειας. Η αδυναμία μετάβασης, στην ουσία σε μια ζωή με νόημα, συγκλίνει στο διαρκές άνοιγμα των κοινωνιών σε νέες προκλήσεις, οι οποίες μοιάζει να ακολουθούν την ξέφρενη τεχνολογική ανάπτυξη σε μια αέναη αναζήτηση (εσωτερική και εξωτερική) των προσωπικών συντεταγμένων του υποκειμένου στον χάρτη του κόσμου των επιθυμιών. Και η αδυναμία του πένθους μιας απώλειας συγκλίνει στην αδυναμία μετάβασης στην «ωριμότητα» και την συνακόλουθη εξοικείωση με την φθαρτότητα της ανθρώπινης φύσης. Οι δύο παραπάνω υπαρξιακοί πυλώνες κλυδωνίζονται και το διαρκές κούνημά τους διαταράσσει και πολλούς άλλους υπαρξιακούς κώδικες του σύγχρονου ανθρώπου, όπως την αίσθηση της ελευθερίας και την αίσθηση της μοναξιάς. Ελλείπει συλλογικού υπαρξιακού στερεώματος τα υποκείμενα είναι προσανατολισμένα στην ανάπτυξη μιας ατομικής κοσμοθεωρίας μέσα στην οποία επιχειρούν να στοιβάξουν ολόκληρο τον κόσμο. Παρότι αυτή η νέα συνθήκη αναζωπύρωσε μια φλόγα ελευθερίας, δεδομένου πως έδωσε στον άνθρωπο την ευθύνη να κατασκευάσει τις πολιτισμικές του αναφορές, από την άλλη του αποστέρησε τη δύναμη της ομάδας και τον άφησε τραγικά μόνο στην απεραντοσύνη του σύμπαντος των νοημάτων.

Η μελέτη της ψυχοθεραπείας ενέχει τέλος και μια ιστορικά προσανατολισμένη σκοπιά, είναι δηλαδή η ψυχοθεραπεία γέννημα θρέμμα μιας εποχής και συγκεκριμένων ιστορικών συγκυριών που την ανέδειξαν επιστημολογικά και την ανέθρεψαν σε κλινικό επίπεδο. Σε αυτό το σταυροδρόμι της ιστορίας η ψυχοθεραπεία άσκησε (και ασκεί) ρόλο συγκεκριμένο τόσο στην εδραίωση των υφιστάμενων κυρίαρχων ιδεολογιών, όσο και στη δημιουργία ρωγμών σε αυτές. Στη δεύτερη περίπτωση, την οποία υπηρετώ, στοχεύει στη δημιουργία ελεύθερων και ενταγμένων σε συλλογικότητες ανθρώπων, στη γεφύρωση του ατόμου με τον κόσμο και μέσω αυτής της σύνδεσης του κόσμου με τους ανθρώπους του.

## Η εξελικτική συστημική προσέγγιση

Η κυρίαρχη διαφοροποίηση της εξελικτικής συστημικής προσέγγισης που εισαγάγει η συστημική σχολή της Λάρισας στο ινστιτούτο συμβουλευτικής & ψυχοθεραπείας **NHMA** έγκειται στο γεγονός πως φέρνει στο προσκήνιο της θεραπευτικής πρακτικής, την αλληλεπίδραση υποκειμένου-αντικειμένου, διαμέσου μιας δι-υποκειμενικής ιστορικο-κοινωνικής σχέσης. Κατά κάποιον τρόπο, η εξελικτική συστημική προσέγγιση επιχειρεί να αποκαταστήσει τη διαλεκτική ενότητα της ατομικής ιστορίας με την κοινωνική και οικογενειακή ιστορία της ατομικότητας.

Η εξελικτική συστημική ματιά συμπλέκει την υποκειμενικότητα με τον κοινωνικό δεσμό και αναδεικνύει τους τρόπους με τους οποίους οι κοινωνικές και οικογενειακές εξελίξεις και διαδικασίες «εγγράφονται» στο επίπεδο των ατομικών ιστοριών και οδηγούν στη συγκρότηση του υποκειμένου. Με άλλα λόγια, η εξελικτική συστημική προσέγγιση τοποθετεί τον άνθρωπο μέσα στις «σχέσεις», τον βοηθά να εστιάζει στον τρόπο με τον οποίο προσοικειώνεται την οικογενειακή και κοινωνική πραγματικότητα και να επενδύει με νοήματα τα οικογενειακά και κοινωνικά συμβάντα.

Ο άνθρωπος είναι οι σχέσεις του, συνεπώς μέσα από τον καθρέπτη του άλλου πραγματώνεται ως προσωπικότητα, με την προσθήκη πως ο «άλλος» ορίζεται από το σύμπαν της «πραγματικότητας». Ο σχεσιακός μας εαυτός, λοιπόν, είναι που ορίζει και το πως κατασκευάζουμε και αντιλαμβανόμαστε τις προσωπικές μας δυσλειτουργίες. Η εξελικτική



συστημική προσέγγιση προσπαθεί επομένως, να εξυγιάνει, πρώτα από όλα, το πεδίο των σχέσεων. Βοηθάει τον άνθρωπο να σταθεί περισσότερο λειτουργικά έναντι της ευθύνης της προσωπικής αλλαγής, η οποία συνίσταται κυρίως, στην αναζήτηση του προσωπικού του νοήματος. Βασικός στόχος της εξελικτικής συστημικής προσέγγισης - μέσα από τη διερεύνηση της συμπτωματικής συμπεριφοράς - είναι να οδηγήσει τον θεραπευόμενο στην κατασκευή του προσωπικού νοήματος της ζωής του, ενός νοήματος που θα τον διασυνδέει με το συμβολικό και κυριολεκτικό του σύμπαν.

Η εξελικτική συστημική ψυχοθεραπευτική προσέγγιση συναντάται, όπως ειπώθηκε, στην τομή του ατομικού με το συλλογικό, στο σημείο όπου τέμνεται η ατομική με την κοινωνική ιστορία του υποκειμένου. Ένα σημείο που διέρχεται από το βλέμμα του θεραπευτή. Ο θεραπευτής υπό αυτή την έννοια διαδραματίζει ένα ρόλο κομβικό, αποτελώντας μέρος του εγχειρήματος της αλλαγής.

Ο συστημικός ψυχοθεραπευτής προσεγγίζει τον άνθρωπο με ευρυγώνια ματιά, ερμηνεύει τη συμπεριφορά του σε σχέση με το κοινωνικό του πλαίσιο και επιχειρεί να αναδείξει τις ιδέες που νομιμοποιούν τη δράση του, τις εκλογικές και τις ερμηνείες που δίνουν συνοχή και νόημα στην ατομική του βιογραφία. Έτσι, ο εξελικτικός συστημικός ψυχοθεραπευτής κατασκευάζει διαφορετικούς τρόπους θέασης της πραγματικότητας, επιχειρώντας να διαφοροποιήσει τον υποκειμενικό κόσμο του θεραπευόμενου. Σε αντίθεση με «ρηματικές» προσεγγίσεις, οι οποίες εστιάζουν στο πως, δηλαδή στην αλλαγή της συμπεριφοράς, η εξελικτική συστημική προσέγγιση ενέχει μια αυτοποιητική διάσταση, συνδέεται και απαντά, πρωτίστως, στο ερώτημα πως συγκροτείται η προσωπικότητα του υποκειμένου στην αλληλεπίδρασή της με το κοινωνικό πλαίσιο και πως το υποκείμενο συναντά τον εαυτό του μέσα από την κατανόηση του κόσμου. Μετατοπίζεται, συνεπώς, το ερώτημα του «ποιος είμαι;» στο «που ανήκω», στην αναζήτηση, δηλαδή, του εαυτού μέσα από την οντολογία της πραγματικότητας.

Στη συστημική σχολή της Λάρισας εισάγουμε λοιπόν τον όρο της **εξελικτικής συστημικής προσέγγισης**, η οποία συνίσταται στη δυναμική της αλλαγής της ίδιας της προσέγγισης στην πράξη. Στο μοντέλο αυτό κυρίαρχο ρόλο, εκτός της αναζήτησης της πραγματικότητας κι όχι της ερμηνείας της, έχει το πρόσωπο του θεραπευτή, σε συνάρτηση με το ραγδαία αναπτυσσόμενο ψηφιακό περιβάλλον, που θα επηρεάσει ριζικά και το χώρο της ψυχοθεραπείας. Το εξελικτικό μοντέλο επαναφέρει τη σημασία του θεραπευτή ως το αυθεντικό κουκούλι, στο οποίο θα αναγεννηθεί το υποκείμενο του θεραπευόμενου, ενώ παράλληλα καταγράφει την αναγκαιότητα της αρμονικής συνύπαρξης με το ψηφιακό περιβάλλον της μετανεωτερικότητας.

Ο θεραπευτής στο εξελικτικό συστημικό μοντέλο δεν γνωρίζει μεν, ανα-γνωρίζει δε τις διεργασίες και έχει την ευθύνη να οδηγήσει τον θεραπευόμενο σε νέες προοπτικές. Δεν είναι ειδικός μόνο στο να θέτει ερωτήματα, αλλά έχει την ικανότητα και την ενσυναίσθηση να κατανοεί σε βάθος και να οδηγεί τον θεραπευόμενο στις προσωπικές του αλλαγές. Αυτή ακριβώς η διάσταση της θεραπευτικής διαδικασίας αναιρεί μεν την αυθεντία του θεραπευτή, όχι όμως το πρόσωπο του. Διότι στην προσπάθειά μας να ξεφύγουμε από την αυθεντία οδηγηθήκαμε στην αποπροσωποποίηση του θεραπευτή.

Η γνωστή θέση του «μη γνωρίζεις» οδήγησε στην υποχώρηση της σημασίας της υπόστασης του ψυχοθεραπευτή και στη θέση του νοήματος παρεισφρήσανε διάφορες τεχνικές. Η θεραπεία όμως με έμφαση στις τεχνικές, και όχι στο νόημα, παρέχει μια ψευδοαυτονομία, τόσο στον θεραπευτή, όσο και στον θεραπευόμενο. Έχει ως συνέπεια δε την υπερανάπτυξη ενός εργαλειοποιημένου μοντέλου θεραπευτή, ο οποίος υπερφορτώνεται με οδηγίες και εκμάθηση ασκήσεων, παραλείποντας τελικά να διδάσκεται πως να είναι θεραπευτής.

Για παράδειγμα, ενώ έχουν δημιουργηθεί πολυάριθμες σχολές που εκπαιδεύουν υποψηφίους ψυχοθεραπευτές, μοιάζει να μην τους μισούν στην ψυχοθεραπεία, είναι δηλαδή εκπαιδευόμενοι κι όχι «μαθητές», όπως και οι εκπαιδευτές δεν είναι αντίστοιχα «δάσκαλοι». Δεν ασκούνται, επομένως, στην τέχνη της ψυχοθεραπείας, παρά μόνο στις εκπαιδευτικές πρακτικές. Ο θεραπευτής-εργαλείο, όμως, δεν δημιουργεί αυτόνομα υποκείμενα, αλλά υπό-κυριαρχικά υποκείμενα και συνεπώς δεν μπορεί να σχετιστεί μαζί τους, καταργώντας το βασικότερο «εργαλείο» της θεραπείας, τη σχέση.

Από την άλλη, ο θεραπευτής δεν συνιστά ένα πρόσωπο ηγετικό, μια αυθεντία απόμακρη, ούτε όμως ένα ισοδύναμο συνομιλητή. Δεν είναι δηλαδή αυθεντία, αλλά αυθεντικός. Ο θεραπευτής είναι δάσκαλος κι όπως κάθε δάσκαλος καλείται να διδάξει στο μαθητή του και μέσα από αυτή τη διαδικασία να γίνει κι εκείνος καλύτερος. Είναι ένας δάσκαλος χορού, του χορού της θεραπείας. Η γνήσια στόφα και η αυθεντικότητα τού επιτρέπουν να συνεχελίσσεται δημιουργικά με τον θεραπευόμενο. Αυτή είναι και η μεγαλύτερη ευλογία αυτού του επαγγέλματος, να μαθαίνεις τον εαυτό σου, λειτουργώντας υποστηρικτικά στους άλλους!

Αυθεντικότητα είναι η κατάσταση όπου επιτρέπεται να είναι κανείς ευάλωτος και δεν πλήττεται η αυτοεκτίμηση του όταν ατενίζει τις ατελείς του πλευρές. Η αυθεντικότητα απαιτεί γνησιότητα και υγιή αλληλεπίδραση μεταξύ νοήματος, σκέψης και δράσης και κυρίως εκφράζει την επιθυμία για τη συνεχή αυτογνωσία και αυτοβελτίωση και την κοινοποίηση αυτού του εαυτού στον κόσμο που μας περιβάλλει.

Με τον τρόπο αυτόν το πρόσωπο του θεραπευτή διαμορφώνει την προσέγγιση και διαφοροποιεί το χάρτη της θεωρίας στην πράξη, σύμφωνα με τις εκάστοτε εμπειρίες και επιδιώξεις. Το πρόσωπο, άλλωστε, είναι πολύ περισσότερο ευέλικτο της θεωρίας, δυνάμενο να μετασχηματίζεται, να απορρίπτει και να συνθέτει τον εαυτό του προς ένα δυναμικό σχήμα που σέβεται αλλά και υπερβαίνει τις θεωρητικές του κατασκευές.

Το πρόσωπο στη σύγχρονη εποχή δύναται να αποτελέσει μια σημαντική τομή στην κουλτούρα της μετανεωτερικότητας όπου το άτομο βιώνει μια «αποδυνάμωση» του παρελθόντος και μια συνεχή δυσφορία σε οποιαδήποτε αποκτημένη ταυτότητα, η οποία οδηγεί σε μια διαρκή ανάγκη αλλαγής που συχνά καθίσταται βασανιστική και δημιουργεί ασταθείς προσωπικότητες. Γιατί ναι μεν το ζητούμενο είναι η ευελιξία και η αλλαγή όχι όμως σε σημείο αποδιάρθρωσης της εσωτερικής ταυτότητας του υποκειμένου. Η θεραπευτική αλλαγή πραγματοποιείται ακριβώς επάνω στην κατανόηση, αποδοχή και σεβασμό του προσώπου και στην αναγκαιότητα των μετασχηματισμών που εκείνο χρειάζεται για να εξελιχθεί. Η εποχή της εικόνας και της αστείρευτης πηγής προτύπων οδηγεί σε κατακερματισμένες ταυτότητες σαν ο άνθρωπος να επαναβιώνει τον μύθο του Προμηθέα με διαρκείς επανεκκινήσεις δίχως τέλος, δηλαδή δίχως σκοπό. Το «πρόσωπο» του θεραπευτή σε αυτή την πολιτισμική συγκυρία βοηθά στην προσπάθεια επανοικείωσης του οικείου, το πρόσωπο γίνεται η γέφυρα του ατόμου με τον κόσμο. Επίσης, δεδομένου των παγκόσμιων κοινών προτύπων αναφοράς που συνθλίβουν τις πολιτισμικές ιδιαιτερότητες, το πρόσωπο δημιουργεί ρωγμές στην ομογενοποίηση του ανθρώπου και στην επακόλουθη ανάδειξη των ιδιαιτεροτήτων της κάθε προσωπικότητας. Εν τέλει η ψυχοθεραπεία οδηγεί τον άνθρωπο στο να συγκροτήσει μια ενιαία, ευέλικτη μεν αλλά συμπαγή δε και συνεκτική ταυτότητα, που θα τον εντάσσει στον κατά τα άλλα ρευστό κόσμο, οριοθετώντας και επαναδιαπραγματεύοντας τα προσωπικά του νοήματα.

Η εξελικτική συστημική ματιά δημιουργεί μια πολιτισμική ετεροτοπία, μια νέα νοηματοδότηση του υποκειμενικού σύμπαντος στις κοινωνικές του διεργασίες. Αντιλαμβάνεται δε την «ασθένεια», την ψυχική δυσλειτουργία, ως την δραματική συνέπεια της διαταραγμένης σύγχρονης κοινωνικότητας. Όπως αναφέρει ο Giddens, ο σύγχρονος άνθρωπος διέπετε από ένα καθεστώς «απώλειας της οντολογικής ασφάλειας» (Giddens, 1991). Η ψυχική δυσλειτουργία είναι ένα πολύπλοκο φαινόμενο, απόρροια του αυξημένου και ακατανόητου άγχους, που δημιουργεί ψυχικά ευάλωτα άτομα, τα οποία εντάσσουν τον εαυτό τους σε ένα φαύλο κύκλο ενοχών και χαμηλής αυτοεκτίμησης, που τα αποστερεί από οποιαδήποτε αίσθηση κοινωνικότητας. Η έλλειψη κοινωνικότητας, υπό την έννοια των συλλογικών νοημάτων, οδηγεί σε ένα πληγωμένο και θρυμματισμένο εαυτό που συνάμα βάλλεται από διαταραγμένες διαπροσωπικές σχέσεις.

Την ίδια στιγμή στον ψυχοθεραπευτικό διάλογο επιχειρείται η επίτευξη μιας αρμονικής αλληλεπίδρασης μεταξύ επιθυμίας και ανάγκης, ένα δίπολο που ορίζει τον κοινωνικό άνθρωπο και συνάμα θέτει τις συντεταγμένες του υγιούς ψυχισμού του. Η αλληλεπίδραση επιθυμίας και ανάγκης αναγείρει ένα ηθικό/αξιακό πλαίσιο αναφοράς η έλλειψη του οποίου δημιουργεί ηθικές/αξιακές κρίσεις (Keohane, 2008), και το φαινόμενο της πολιτισμικής σύγχυσης (Γιαννούσης, 2003) το οποίο με τη σειρά του δημιουργεί κοινωνικές παθολογίες εκφραζόμενες στις συμπεριφορές των ατόμων. Όπως αναφέρει ο Zygmunt Bauman στο βιβλίο του *Ζωή για κατανάλωση* (Bauman, 2008) η σημερινή κοινωνία είναι μια κοινωνία της υπερκατανάλωσης. Σύμφωνα με τον συγγραφέα η κουλτούρα της

υπερκατανάλωσης διαπερνά την ατομική συνείδηση επιβάλλοντας πρότυπα και μοτίβα συμπεριφορών που ελέγχουν και περιορίζουν το άτομο. Ο έλεγχος αυτός επιτυγχάνεται κυρίως μέσα από την ρευστότητα και την ακόρεστη ανάγκη των επιθυμιών. Η ρευστότητα αυτή δημιουργεί μια διαρκή επαναδιαπραγματεύση του νοήματος και εν τέλει μια ασυνέχεια στο βιογραφικό συνεχές των ανθρώπων, σαν να κομματιάζεται ο χρόνος και να διαστέλλεται ως εκ τούτου στο παρόν. Η ηγεμονία του παρόντος θρέφει ένα λανθάνοντα ναρκισσισμό και ένα διαρκές ανικανοποίητο πεδίο ανεκπλήρωτων επιθυμιών και λανθασμένων ή μη αναγκαίων αναγκών.

Η ψυχοθεραπεία οφείλει να απαντήσει συνθετικά στην πολυκερματισμένη προσωπικότητα του σύγχρονου ανθρώπου και να τον υποστηρίξει στην κατασκευή ενός εαυτού εν δυνάμει ελεύθερου. Να τον βοηθήσει επομένως να κατανοήσει τα μοτίβα με τα οποία έχει μορφοποιηθεί ο εαυτός του και να επιχειρήσει τους απαραίτητους μετασχηματισμούς σε νέες μορφές ύπαρξης και συνύπαρξης. Η κατανόηση και ο μετασχηματισμός εννοιολογούν το άτομο, θρέφουν δηλαδή την υποκειμενικότητα του και συνάμα διευκολύνουν την αίσθηση του «ανήκειν» σε μια κοινότητα ανθρώπων. Καθιστούν επίσης τον άνθρωπο υπεύθυνο μεν για ό,τι του συμβαίνει, κατανοούν όμως παράλληλα την κοινωνική διάσταση των ανθρωπίνων αδυναμιών.

Τέλος, η ψυχοθεραπεία γεφυρώνει το παρελθόν με το μέλλον σε ένα πολυδιάστατο παρόν. Τα μοτίβα που ενυπάρχουν γενεογραμματικά και ιστορικά στην ταυτότητα του υποκειμένου νοηματοδοτούνται ως κάτι δυναμικό και σχεσιακό που παράγεται από ανθρώπους που είναι σε διαρκή συναλλαγή με τον εαυτό τους και τους άλλους. Η νοηματοδότηση αυτή δημιουργεί μια νέα αφηγηματική συνέχεια για τον εαυτό και μια νέα πολιτισμική κανονικότητα. Μια κανονικότητα που τροφοδοτεί τον άνθρωπο με την αναγκαία αίσθηση να νιώθει ελεύθερος και παράλληλα να ανήκει σε ένα πλαίσιο.

Στόχος της ψυχοθεραπείας είναι να βοηθήσει τον θεραπευόμενο να φωτίσει το εντοπισμένο ή μη πολύπλοκο δίκτυο συμβάντων και διαδικασιών, δηλαδή τον μηχανισμό με τον οποίο λειτουργεί σε μια κατάσταση. Η αξία της εξελικτικής συστημικής ψυχοθεραπείας έγκειται στον εντοπισμό των πολλαπλών τρόπων δια των οποίων ο μηχανισμός από κοινού με το πλαίσιο παράγουν συγκεκριμένα αποτελέσματα.

Ωστόσο, η πηγή και ο μηχανισμός της αλλαγής εντοπίζεται όχι μόνο στους λόγους του δρώντος υποκειμένου αλλά και στην υφή των σχέσεων του. Εδώ ο ρόλος της μορφής είναι καθοριστικός, καθώς αυτή δεν βρίσκεται μόνο στην ψυχή του δρώντα ως δυνατότητα, αλλά συνιστά και την αποκρυστάλλωση μιας ιστορικά ή βιογραφικά σχηματισμένης σχέσης. Η ιστορικότητα του Είναι είναι η μόνη δυνατότητα κατανόησης των όρων σχηματισμού των ποιητικών αιτιών και άρα είναι όρος ελευθερίας. Οι μορφές με άλλα λόγια είναι υποστασιοποιημένες και ανεξάρτητες από τα άτομα οντότητες οι οποίες πραγματώνονται ως ποιητικά αίτια και αποτελούν τις ιστορικά σχηματισμένες αποτυπώσεις μιας εκ των δυνατοτήτων των δρώντων.

Σημαντική είναι, επίσης, η ανακάλυψη του τρόπου με τον οποίο η χρονικότητα της εμπειρίας δομείται σε σχέση με καταστάσεις και πλαίσια. Η ψυχοθεραπεία δεν εξετάζει δηλαδή γυμνά υποκειμενικά βιώματα ψυχολογικού χαρακτήρα, αλλά εντοπίζει την αιτιακή λογική δόμησης των κοινωνικών ομάδων και των κοινωνικών φαινομένων. Και επιπροσθέτως επειδή στη δράση του ατόμου εξατομικεύεται η καθολικότητα της δομής και η ιστορικότητα της εμπειρίας του, η ψυχοθεραπεία εντοπίζει εκδοχές της ολότητας σε κάθε υποκειμενική έκφραση και τις αντανakλά στο υποκείμενο ωθώντας το να αναζητήσει και να ανακαλύψει περισσότερες πλευρές του εαυτού.

Σε αυτό το σημείο είναι σημαντικό να τονίσω τη σημαντικότητα της έννοιας της χρονικότητας. Στην ψυχοθεραπεία ο χρόνος συμπυκνώνεται στο εδώ και τώρα, το οποίο όμως επιχειρεί τη λειτουργική διασύνδεση της ιστορικότητας του χρόνου (παρελθόν, παρόν, μέλλον) στις ενδοψυχικές διεργασίες του κάθε ατόμου. Πιο συγκεκριμένα, στην ψυχοθεραπευτική συνάντηση ο θεραπευόμενος εισέρχεται μεν με εδραιωμένες από το παρελθόν συνήθειες που συγκροτούν ένα δίκτυο μοτίβων δράσης που υιοθετούνται στο πλαίσιο της αίσθησης ασφάλειας που αυτές προσδίδουν, προβάλλει όμως από την άλλη και σχεδιάζει για το μέλλον τροχιές που επιθυμεί, αναζητώντας στο παρελθόν τα εργαλεία, τα ψυχικά αποθέματα και τις δεξιότητες, για να τις πραγματοποιήσει. Διά ταύτα (σε παροντικό χρόνο), μέσα από τις παραπάνω διεργασίες, ο θεραπευόμενος αξιολογεί, κρίνει, αποφασίζει (ή όχι) μέσα από και σε μια συνθήκη όπου διατρέχεται από συναισθήματα, σκέψεις και πράξεις.

Οι παραπάνω θέσεις γεφυρώνουν λειτουργικά το κατακερματισμένο πεδίο της επιστημολογίας στο πεδίο της ψυχοθεραπείας. Ο κατακερματισμός οδήγησε μεν στην αύξηση της διείσδυσης της ψυχοθεραπευτικής πρακτικής στο κοινωνικό σύνολο, αλλά και στην ανάπτυξη μιας επιφανειακής ψυχολογίας που σχετικοποιεί τη θεραπεία, δεν δημιουργεί τα απαραίτητα, για την αλλαγή, ρήγματα στο βιογραφικό συνεχές ή/και ασυνεχές του θεραπευόμενου και τον αφήνει ασύνδετο με τις γενεογραμματικές του καταβολές δίχως συνδέσεις και ίσως δίχως την ανάληψη της ευθύνης της προσωπικής διαφοροποίησης. Ο κίνδυνος αυτός ανατρέπεται με την λειτουργική διασύνδεση του προσώπου του θεραπευτή με την αυθεντικότητά του, ενός θεραπευτή που εννοιολογεί τη θεραπεία ως ένα πεδίο ευθύνης στο οποίο γνωρίζει μη-γνωρίζοντας και αναζητά τη νέα γνώση αναγνωρίζοντας τον εαυτό του μέσα από την κατανόηση της πραγματικότητας. Ενώ θεραπευτή που αντιμαχόμενος τα προσωπικά του τραύματα έχει μεταβεί σε μια διαδικασία «παραγωγής» μηνυμάτων, νέων πληροφοριών, που ασκούν διαμεσολαβητικό ρόλο στην προσδοκώμενη θεραπευτική αλλαγή, ενώ παράλληλα διευρύνουν και το δικό του αντιληπτικό σχήμα.

### **Από τον «πληγωμένο» θεραπευτή στον «αγγελιοφόρο» θεραπευτή**

Ένα από τα σημαντικότερα ζητήματα της σύγχρονης ψυχοθεραπευτικής διαδικασίας και βασική συνιστώσα του ψυχοθεραπευτικού γίνεσθαι είναι «ο εαυτός του θεραπευτή», κυρίως κατανοώντας πως το βασικότερο εργαλείο για την άσκηση της ψυχοθεραπευτικής πράξης είναι ο εαυτός του. Αυτό σημαίνει πως η προσωπική διαδρομή και τα ιδιαίτερα στοιχεία της προσωπικότητάς του, καθώς και η εκπαίδευση και η βιωμένη κλινική εμπειρία συγκλίνουν στην οριοθέτηση του επαγγελματικού του περιγράμματος. Γιατί επέλεξα να γίνω θεραπευτής, τι με κάνει αποτελεσματικό και τι χρειάζεται να βελτιώσω, πως με βλέπουν οι σημαντικοί άλλοι και τι ανατροφοδότηση παίρνω από τους θεραπευόμενους; Πως ανατροφοδοτούμε ο ίδιος και πως φροντίζω τον (επαγγελματικό) εαυτό μου, πως εξελίσσομαι και πως αντλώ υποστήριξη; Πως αντιλαμβάνομαι την δυσλειτουργία και πως αποκρυπτογραφώ τα κρυμμένα μηνύματα της, πως αντιλαμβάνομαι και πως τοποθετούμε απέναντι στη ροή του κοινωνικού γίνεσθαι και πως συμμετέχω σε αυτό; Όλα τα παραπάνω και πολλά περισσότερα είναι κάποια από τα ερωτήματα που θέτουν τα όρια της προσωπικότητας ενός θεραπευτή και διαμορφώνουν το προσωπικό του σύμπαν.

Ωστόσο πέρα από τα ατομικά χαρακτηριστικά του κάθε σύμβουλου/θεραπευτή και το κοινωνικό πλαίσιο αναφοράς του, υπάρχουν και κάποια βασικά αρχέτυπα (μυθολογικά μοτίβα) τα οποία έχουν επηρεάσει μεταξύ άλλων και τη μορφή του σύγχρονου θεραπευτή. Το αρχέτυπο που κυριάρχησε στον δυτικό κόσμο είναι αυτό του πληγωμένου θεραπευτή, βασισμένο στον αρχαιοελληνικό μύθο του Κένταυρου Χείρωνα. Ενώς μυθικού προσώπου που έγινε ο διασημότερος θεραπευτής του αρχαίου ελληνικού μυθολογικού κόσμου, εξαιτίας των ψυχικών τραυμάτων που ο ίδιος κουβάλαγε από τη γέννησή του και της φρόνησης, μέσω της φωτεινής ανατροφής από τον θετό του πατέρα, τον Απόλλωνα, να ανοίξει τον δρόμο της αυτοθεραπείας και συνάμα της βιοματικής θεραπευτικής δράσης στους υπόλοιπους. Το καθοριστικό σημείο που τέμνει την ιστορία του Χείρωνα προς τη διαμόρφωση της ιδιότητας του θεραπευτή είναι η παρουσία του θετού του πατέρα, ενός συμβολικού προσώπου που έρχεται να θέσει μια άλλη πλευρά της πραγματικότητας και να τροφοδοτήσει τον πληγωμένο Κένταυρο με φωτεινές εμπειρίες που του δώσανε τη δυνατότητα να επεξεργαστεί και να μετασχηματίσει τα τραύματά του. Το σημείο όπου η εξωτερική πραγματικότητα θέτει κάτι νέο είναι που αναδεικνύει την μεταμορφωτική δύναμη ενός μηνύματος, το οποίο θα εγείρει την συνάντηση με μια νέα διάσταση της πραγματικότητας του εαυτού και του κόσμου. Κατά προέκταση η ευεργετική σημασία ενός καταλυτικού μηνύματος που θέτει ο θεραπευτής, είτε στον εαυτό του, είτε στον θεραπευόμενο, αναδεικνύει και τη σημασία του αγγελιοφόρου θεραπευτή, ενός αρχέτυπου που είναι βασισμένο στο πρόσωπο του θεού Ερμή. Η αλλαγή του αρχέτυπου ως βάση αναφοράς του γίνεσθαι της συμβουλευτικής και της θεραπείας αλλάζει ενδεχομένως και τα δεδομένα της αντίληψης του συμβούλου/θεραπευτή για τον ρόλο του και γενικότερα θέτει την αναγκαιότητα της μεταστροφής του γίνεσθαι της συμβουλευτικής διαδικασίας σε μια νέα διάσταση.

Το βασικότερο αρχέτυπο στο οποίο στηρίχθηκε η ανάπτυξη και εξέλιξη της ψυχοθεραπευτικής πράξης είναι αυτό του πληγωμένου θεραπευτή, το οποίο αναδύεται από τον μύθο του Κένταυρου Χείρωνα. Η γνωστή μυθολογική μορφή και ιστορία του Κένταυρου Χείρωνα απέδωσε ποικίλα ερεθίσματα για την κατανόηση και την θεραπεία του ψυχικού τραύματος. Ο Χείρωνας ως Κένταυρος απεικονίζεται ως μισός άνθρωπος και μισός άλογο, ξεχωρίζει όμως από τους υπόλοιπους Κενταύρους διότι αφενός είναι ημίθεος ( γιός της νύμφης Φιλύρας και του θεού Κρόνου) και ως εκ τούτου αθάνατος και αφετέρου παρουσιάζεται ως ενάρτεος και σοφός, σε αντίθεση με την μυθολογική μορφή των Κενταύρων, οι οποίοι αναφέρονται ως ζώωδη, βίαια και ά-λογα όντα.

Ωστόσο ο Χείρωνας είναι ένα πληγωμένο ον, με το πρώτο τραύμα να συντελείται από το γεγονός πως είναι τέκνο ενός βιασμού και εν συνεχεία από αυτό της εγκατάλειψής του και από τους δύο γονείς του. Εξαιτίας βέβαια της εγκατάλειψής του είχε την καλή τύχη να αποκτήσει έναν θετό πατέρα, τον Απόλλωνα, ο οποίος του δίνει μια ενάρτη ανατροφή, μέσα στην οποία καλλιεργεί την ανθρώπινη και τη θεϊκή του φύση. Στο πλαίσιο της νέας του ανατροφής το τραύμα εξακολουθεί να αναδύεται και ο ίδιος επιζητά την αυτοθεραπεία του, γίνεται δηλαδή ο θεραπευτής του εαυτού του. Αναζητώντας την επούλωση των δικών του ψυχικών τραυμάτων ο Χείρωνας αποκτά την βιωμένη εκείνη γνώση ώστε να μπορεί να την χρησιμοποιήσει για να θεραπεύσει κι άλλους ανθρώπους. Και μέσα από την διαδικασία της θεραπείας των άλλων αποκτά νέες γνώσεις και θέτει ένα νέο πλαίσιο αυτοφροντίδας. Έχει καταφέρει να μετουσιώσει το τραύμα σε κάτι χρήσιμο και αυτός ακριβώς ο μετασχηματισμός είναι που φωτίζει το δρόμο των σύγχρονων συμβούλων και ψυχοθεραπευτών.

Εάν αναζητήσουμε βέβαια πιο βαθιά την δική του διαδικασία επούλωσης των ψυχικών του τραυμάτων θα πρέπει να σταθούμε ιδιαίτερος στην υιοθεσία του από τον θεό Απόλλωνα. Η υιοθεσία, ο θετός πατέρας, συμβολίζει κάτι που θέτει η πραγματικότητα απ' έξω, μια συνθήκη, ένα γεγονός, τα οποία είναι ικανά να παράξουν ένα διαφορετικό μήνυμα στον ψυχισμό του τραυματισμένου ανθρώπου. Η διαφορετική ανατροφή θέτει τα όρια της αυτοθεραπείας του, καθώς και το πλαίσιο της συναισθηματικής ασφάλειας που χρειάζεται για να επουλώσει κανείς τα τραύματά του.

Ο Χείρωνας συμβολίζει επομένως την αναζωογονητική δύναμη του τραύματος, μιας δύναμης που ενυπάρχει σε κάθε ανθρώπινο ψυχισμό και παράλληλα τη σημασία της ύπαρξης ενός «θετού» πλαισίου αναφοράς ή συστήματος σχέσεων, ή ενός ενδεχόμενου γεγονότος, ως πομπών ενός μηνύματος που θέτει διαφορετικές πληροφορίες ικανές να ανατρέψουν την καταστροφική μανία του τραύματος και να το μετατρέψουν σε προωθητική δύναμη.

Στην παραπάνω ερμηνευτική αντίληψη για την οποία αναδεικνύει η εξελικτική συστημική προσέγγιση (Γιαννούσης, 2021) ο Κένταυρος Χείρων αφήνει τη θέση του στον θεό Ερμή, το όνομα του οποίου ετυμολογείται από το εἶρω που σημαίνει αναγγέλλω, ή κατ' άλλους από το έρυμα, δηλαδή το λόγο. Ο Ερμής έχει την ιδιότητα του κήρυκα των Θεών και χρίζεται ως το ιδεώδες πρότυπο των «αγγελιοφόρων» κι όσων έχουν τη δυνατότητα να πείθουν διά του ορθού και σοφού λόγου. Ο Ερμής θεωρείται ο πρώτος δάσκαλος του ανθρώπινου γένους, καθώς θεωρείται πως εισήγαγε στην ανθρωπότητα τα γράμματα και τις επιστήμες. Σημαντικό είναι δε πως η ερμηνεία, που αρχικά σήμαινε σε βάθος γνώση, προέρχεται από το όνομά του. Η σε βάθος γνώση του εαυτού και του κόσμου, η ερμηνεία τους, αποτελεί την κατακλείδα της συμβουλευτικής πράξης.

Ο Ερμής είναι ο «ζων λόγος» και η «ενσαρκωμένη σκέψη», είναι το φως, το οποίο «δεν αποκαλύπτει απλώς τον ορατό κόσμο, σε ένα μεγάλο βαθμό είναι κι ο δημιουργός του» (Γραμματικάκης, 2005). Ο αγγελιοφόρος θεραπευτής καλείται να φέρει το μήνυμα, να γίνει το φως που θα οδηγήσει τον θεραπευόμενο στην ερμηνεία του εαυτού του και θα ενσωματώσει δημιουργικά το αναπάντεχο, τόσο αυτό που τον έφερε στο κατώφλι της ψυχοθεραπείας, όσο και αυτή καθαυτή την ψυχοθεραπευτική πράξη, η οποία ενίοτε είναι περισσότερο αναπάντεχη και ενδεχόμενη από το καταλυτικό γεγονός που τον οδήγησε εκεί.

Τούτο σημαίνει πως ναι μεν είναι σημαντικό ο θεραπευτής να έχει επουλώσει τα δικά του τραύματα, για να έχει βιωμένη την εμπειρία του μετασχηματισμού του πόνου σε αλλαγή, αυτό όμως τον κάνει καλό «θεραπευόμενο», αλλά δεν του δίνει τη μορφή του θεραπευτή. Η έννοια αυτής της μορφής αντανακλάται στην τέχνη ενός ανθρώπου να θεραπεύει και στις ιδιαίτερες αντανακλάσεις της στην προσωπικότητα του καθενός. Για μένα το εγχείρημα της

ψυχοθεραπείας εγχειρείται στη μορφή του θεραπευτή – αγγελιοφόρου, ο οποίος ενεργεί καταλυτικά στις τροχιές των θεραπευομένων. Το μήνυμα μοιάζει σαν το αναγκαίο, καινούργιο και καταλυτικό στοιχείο, το οποίο θα βοηθήσει τον θεραπευόμενο να αναδομήσει τα «κατεδαφιστέα» υλικά της ύπαρξής του σε μια νέα δομή. Μοιάζει η τέχνη της ψυχοθεραπείας σαν την πανάρχαια ιαπωνική τέχνη **Kintsugi**, οι τεχνίτες της οποίας ξαναδίνουν μορφή σε ένα θρυμματισμένο αντικείμενο, κολλώντας με ψήγμα χρυσού τα σπασμένα κομμάτια, αναδομώντας έτσι το αντικείμενο σε μια νέα μορφή, η οποία είναι συνήθως ομορφότερη της παλιάς έκδοσης. Το μοτίβο του θεραπευτή-αγγελιοφόρου είναι χρήσιμο στην εποχή μας, περισσότερο από ποτέ, διότι ο άνθρωπος στο δυτικό κόσμο έχει συνηθίσει ότι χαλάει να το πετάει, συν του ότι ως Έλληνες κουβαλάμε μέσα από την «παράδοση» την πεποίθηση πως «άμα ραγίσει το γυαλί δεν ξανακολλάει», δύο αντιλήψεις που μορφοποιούνται παράλληλα και στο ενδοψυχικό πεδίο, αλλά και στον στίβο των διαπροσωπικών σχέσεων. Η ζωή όμως έχει πολλά θραύσματα και πολύ κόπο για να ορίσουμε τον εαυτό μας, να συνυπάρξουμε με τον κόσμο και να πετυχαίνουμε τους σημαντικούς μας στόχους. Στόχους στους οποίους βέβαια γίνεται κατανοητό πως ποτέ δεν φτάνουμε σύμφωνα με το αρχικό μας πλάνο! Οι συνθήκες είναι πάντοτε αβέβαιες, ενώ η τροχιά προς το στόχο είναι έρμαιο (ενεργούμενο) της ενδεχομενικότητάς της. Η τροχιά προς τους στόχους κατασκευάζεται και συγκατασκευάζεται διαρκώς στο πεδίο των αλληλεπιδράσεων. Το μόνο που παραμένει ζωντανό και αναλλοίωτο είναι το όνειρο, δηλαδή αυτό που εμείς φανταζόμαστε ως τον τελικό στόχο. Το όνειρο κρατά ζωντανή και την πορεία προς αυτό. Ο άνθρωπος χρειάζεται το όνειρο ως οξυγόνο κι ο ψυχοθεραπευτής οφείλει να τροφοδοτεί το όνειρο του θεραπευομένου με το κατάλληλο μήνυμα, αυτό που θα λειτουργήσει καταλυτικά και θα τον ωθήσει σε νέες συνδέσεις και μετασχηματισμούς κι εν τέλει σε μια νέα μορφή.

Για να γίνει σοφός ο άνθρωπος πρέπει να ακούει τα άγρια σκυλιά που γαβγίζουν στο υπόγειό του, σύμφωνα με την γνωστή ρήση του Νίτσε. Το ίδιο συμβαίνει και με τους θεραπευτές, χρειάζεται να έχουν επίγνωση των τραυμάτων τους και κυρίως μέσα από την εμπειρία της θεραπείας των δικών τους τραυμάτων να βοηθούν στην επούλωση των τραυμάτων των θεραπευομένων τους. Όπως ειπώθηκε πιο πάνω το αρχέτυπο αυτού του θεραπευτή είναι ο Χείρων, ο σοφότερος των Κενταύρων που αποτελούσε το σύμβολο του «πληγωμένου Θεραπευτή». Έναν θεραπευτή που στην προσπάθειά του να θεραπεύσει τα δικά του τραύματα έμαθε να γιατρεύει και τα τραύματα των άλλων ή γιατρεύοντας τους άλλους μαθαίνει πως να απαλύνει τους δικούς του πόνους. Ο Χείρων συνιστά θεραπευτική μήτρα επειδή μοιραία ο κάθε άνθρωπος έρχεται αντιμέτωπος με δύσκολες εμπειρίες οι οποίες δύναται να τον τραυματίσουν αλλά και να τον διδάξουν. Ο Γιούνγκ έλεγε πως η ασθένεια της ψυχής αποτελεί την καταλληλότερη κατάρτιση για ένα θεραπευτή και πως η ίαση των δικών του πόνων είναι η θεραπευτική του δύναμη. Η ενσυναίσθηση του θεραπευτή πηγάζει από την αντίστοιχη διαδικασία επούλωσης των δικών του τραυμάτων. Συνεπώς ο θεραπευτής δεν είναι ο ειδικός, αλλά αυτός που κουβαλά τη βιωμένη γνώση και εμπειρία της δικής του θεραπείας. Γίνεται επομένως ο θεραπευτής το πρότυπο, ο καθοδηγητής, ο συνταξιδιώτης στο δρόμο της αλλαγής. Ένα δρόμο που διδάσκει πως να μετατρέπουμε τον πόνο σε γνώση και φως.

Ο πληγωμένος θεραπευτής είναι όμως το πρότυπο που θα εμπνεύσει ως ένα σημείο, αυτό της επούλωσης των τραυμάτων, μα δεν θα φτάσει σε αυτό της ενσυνείδητης ζωής, η οποία απαιτεί μια διευρυμένη ενσυναίσθηση του εαυτού και των άλλων. Η ικανότητα ενσυναίσθησης απαιτεί καταρχάς ένα δημιουργικό πισωγύρισμα, δεδομένου πως ο βασικός μηχανισμός επικοινωνίας με τον οποίο γεννιέται ο άνθρωπος είναι ένα είδος «ενσυναίσθησης», η οποία κουβαλά μια ενστικτώδη γνώση για το μυστήριο της ζωής. Με την εμφάνιση του λόγου η ενσυναίσθηση αυτή δίνει τη θέση της στις ταυτίσεις, στις βεβαιότητες δηλαδή με τις οποίες μεγαλώνει ο άνθρωπος και για των οποίων την ορθότητα ποτέ ως την ενηλικίωση δεν αναρωτήθηκε, λαμβάνοντάς τες ως αξιώματα κι ως μοντέλα συμπεριφοράς τα οποία θα «στηρίζουν» το υπαρξιακό του οικοδόμημα.

Οι ταυτίσεις με τις οποίες δομούμε την ταυτότητά μας δημιουργούν αντίρροπες δυνάμεις και περίπου στην εφηβεία οι ταυτίσεις φεύγουν από τον γονιό και αναζητούν νέες μορφές στο πρόσωπο άλλων οντοτήτων εκτός οικογένειας. Θα λέγαμε ότι ο έφηβος σχεδόν εμφανίζει μία αντί-ταύτιση με τον γονιό ο οποίος κρίνεται με αυστηρότητα. Η αναζήτηση νέων ταυτίσεων στη διάρκεια της ενηλικίωσης διοχετεύεται σε μια διαδικασία

συγχωνευτικής προσκόλλησης ή δημιουργικής αναζήτησης του εαυτού σε συγκεκριμένες σχέσεις, ομάδες, κόμματα, μεθόδους, δόγματα, κ.α.

Ακολουθεί κατά κάποιο τρόπο ο άνθρωπος μια αντίστροφη πορεία από την ενσυναίσθηση στις ταυτίσεις και στην αναγκαιότητα να ξαναδομήσει μέσα του την ικανότητα της ενσυναίσθησης. Αυτή η αναγκαιότητα ορίζει κατά κάποιο τρόπο και το έργο του θεραπευτή. Το έργο του επομένως δεν είναι μόνο να γιατρεύει τις πληγές των θεραπευομένων, αλλά να γίνεται ο παραγωγός νέων πολιτισμικών μορφών, να εμπνέει δηλαδή τον κάθε θεραπευόμενο στην προσπάθειά του να αλλάξει τα αντιληπτικά σχήματα της ζωής του. Ο θεραπευτής φέρνει το μήνυμα που θα βοηθήσει τον θεραπευόμενο να καταλύσει τους φόβους του και το μήνυμα αυτό έρχεται ως μια δομική γλώσσα που τον προετοιμάζει να συνυπάρχει και να δρα συγκατασκευάζοντας μια νέα μορφή, η οποία φέρνει στην επιφάνεια άγνωστες πτυχές που συνυπάρχουν στον ψυχισμό ως δυνατότητες και αναμένουν το σινιάλο που θα τους επιτρέψει να έρθουν στο φως. Γιατί ψυχο-θεραπεία είναι να πονάς λιγότερο για τα τραύματά σου και περισσότερο για τις αλλαγές σου, είναι η αυτοποίηση του εαυτού και του κόσμου ως ατομική δημιουργία. Αυτό είναι η ψυχοθεραπεία, ο ενδεδειγμένος συνοδοιπόρος στο ταξίδι της αυτοπραγμάτωσης.

Η ενσυναίσθηση στο πρότυπο του αγγελιοφόρου θεραπευτή είναι μια συγκατασκευή: καθώς συνδεόμαστε με τον άλλο παράγουμε νέα νοήματα και ως ενότητα αυθύπαρκτων υποκειμένων δημιουργούμε νοήματα για τον κόσμο και τον εαυτό μας. Και είναι σημαντικό στη διαδικασία της ενσυναίσθησης να μπορούμε να κάνουμε αυτή την διάκριση, του υποκειμενικού μας κόσμου με τον κόσμο έξω από εμάς, γιατί μόνο έτσι θα δημιουργήσουμε τη διαφορά που θα παράξει νέα νοήματα κι ακριβώς σε αυτή την τομή θα δημιουργηθεί το μήνυμα που θα μεταφέρει ο θεραπευτής στον θεραπευόμενο, για να τον ωθήσει να παράξει ολοένα και περισσότερους μετασχηματισμούς. Ο θεραπευτής αναγνωρίζει τις αυτοποιητικές ιδιότητες του κάθε ψυχισμού και επιχειρεί να μεταφέρει το μήνυμα εκείνο που θα λειτουργήσει καταλυτικά στην ενεργοποίηση ενδεχόμενων δυνατοτήτων της αυτοποιητικής τους λειτουργίας.

Με βάση τα δύο παραπάνω αρχέτυπα, τα οποία συμπυκνώνονται στις έννοιες του τραύματος και του μηνύματος, σκεφτείτε πως θα ορίζατε εσείς τον εαυτό σας ως θεραπευτή.

## **Η ψυχοθεραπευτική διαδικασία στην εξελικτική συστημική προσέγγιση**

Η ψυχοθεραπεία στο εξελικτικό μοντέλο πραγματεύεται το ζήτημα της συγκρότησης της υποκειμενικότητας των θεραπευομένων επικεντρώνοντας στα κυρίαρχα μοτίβα και τις διαφορετικές εκδοχές του τρόπου με τον οποίο τα βιώματα εγκαταστάθηκαν και βιώθηκαν στο πλαίσιο αναζήτησης της υποκειμενικότητάς τους. Με έναν αφηγηματικό τρόπο επιχειρείται να διαφωτιστεί και να αναδειχθεί το δομικό πλαίσιο στο οποίο εξελίσσεται η εμπειρία των υποκειμένων για ό,τι έχουν βιώσει και εκείνοι θεωρούν αφηγήσιμο, καθώς και τα νοήματα που αποδίδουν οι ίδιοι σε αυτές τους τις εμπειρίες. Η αναστοχαστικότητα της ψυχοθεραπευτικής αφήγησης επιτρέπει τη διερεύνηση του νοηματικού υπόβαθρου των βιωμένων εμπειριών, τη σύνδεσή τους με ζητήματα ταυτότητας και προσωπικού νοήματος, όπως και με ευρύτερα συστήματα νοημάτων του σύγχρονου πολιτισμού. Η εξελικτική συστημική ψυχοθεραπεία είναι θα έλεγα μια περιπλάνηση της ανθρώπινης αγωνίας, αλλά και της ανθρώπινης δυνατότητας στο χρόνο και στο χώρο.

Η ψυχοθεραπεία στο εξελικτικό μοντέλο έχει ανοιχτό χαρακτήρα: Χαρακτηριστικό της είναι περισσότερο η πρόταξη ενός συγκροτημένου τρόπου ερμηνείας και λιγότερο η διατύπωση ενός δύσκαμπτου και αφηρημένου θεωρητικού μοντέλου. Δίχως το συνολικό εγχείρημα να υπερβεί τα όρια μιας πολύ προσγειωμένης και «περιορισμένης» προσπάθειας θεωρητικοποίησης, η έμφαση δίνεται στο βίωμα της θεωρητικής κατασκευής από τον ίδιο το θεραπευτή. Έτσι ο θεραπευτής γίνεται από «εκπρόσωπος» μιας θεωρητικής προσέγγισης, αιμοδότης αυτής. Η κατανόηση αυτή δημιουργεί μια ενδεχόμενη δυνατότητα, την περαιτέρω αποκρυπτογράφηση των διαφορετικών εγγραφών του κοινωνικού στο ατομικό και την κατάδειξη της σχέσης μεταξύ ευρύτερων διεργασιών στην κοινωνία, στην οικογένεια και στο πρόσωπο των θεραπευομένων.

Στα αρχικά στάδια της εξελικτικής ψυχοθεραπείας προκύπτει η ανάγκη προσέγγισης του «προβλήματος», με το οποίο απευθύνεται σε εμάς ο θεραπευόμενος, σε μια λιγότερο γενικευτική βάση, που θα λαμβάνει υπόψη τους νοητικούς μηχανισμούς μέσω των οποίων το «πρόβλημα» και κυρίως η συσχέτισή του με τα συστήματα αναφοράς του, συντελεί στη δόμηση των αναπαραστάσεων του εαυτού, του άλλου και της κοινωνίας, που ο ίδιος ο θεραπευόμενος διατηρεί. Με άλλα λόγια στην περίπτωση αυτή τίθεται το αίτημα να συμπληρωθεί η «επιστημονική γνώση» με την «καθημερινή γνώση» των θεραπευομένων. Η υποκειμενικότητα ως περικλείουσα τον κόσμο καθίσταται σε αυτό το πλαίσιο προβληματισμού διακύβευμα κι όχι μόνο αυτή του θεραπευόμενου μα κυρίως και πάνω από όλα του θεραπευτή.

Στην εξελικτική συστημική προσέγγιση σημαντική θέση λαμβάνει η έννοια του χρόνου, η οποία είναι εστιασμένη στο μέλλον διαμέσου μιας διαδικασίας όπου το παρόν διαθλάται μέσω του παρελθόντος. Τον θεραπευτή σε αυτή την περίπτωση τον ενδιαφέρει να ανιχνεύσει με ποιους τρόπους το παρελθόν παραδίδεται στο παρόν και επιπροσθέτως να μετουσιώσει τα νοήματα του θεραπευόμενου. Κυρίαρχο ρόλο διαδραματίζει η σύνδεση της υποκειμενικότητας (της ταυτότητας, ως ομοιότητα ή/και ετερότητα) με τις σχεσιακές καταστάσεις που νοηματοδοτούνται μέσα από τις ανθρώπινες σχέσεις. Η εξελικτική προσέγγιση προτείνει αυτή η σύνδεση -κυρίως μέσω της μνήμης- και η ταυτόχρονη αποκωδικοποίηση του παρελθόντος, να γίνει δια μέσου αφενός της αποκρυπτογράφησης της ιδιωτικοποιημένης μνήμης των εμπειριών και ταυτόχρονα της κωδικοποίησης της συλλογικής μνήμης που φέρει το υποκείμενο. Δευτερευόντως η μνήμη δημιουργεί ένα αφηγηματικό φορτίο τόσο του παρελθόντος, όσο και του παρόντος επιχειρώντας νέες νοηματοδοτήσεις. Με άλλα λόγια οι αφηγήσεις του παρελθόντος δεν αποτελούν μια μηχανική αποτύπωση του, αλλά μια δυναμική εξελικτική επαναδιαπραγματεύσή του. Σημειωτέον πως η αποκρυπτογράφηση του παρελθόντος δεν ταυτίζεται μόνο με μια αφηγηματική πρακτική, δεν συντελείται δηλαδή μόνο διά μέσου του λόγου, αλλά προεκτείνεται στην ενσώματη καταγραφή του στο παρόν. Το παρελθόν αφήνει τα σημάδια του στο σώμα του υποκειμένου ως βιο-ψυχοκοινωνική οντότητα, σαν τους κύκλους του κορμού ενός δέντρου που φανερώνουν την ηλικία του. Υπό αυτή την έννοια η θεραπευτική αναμόχλευση μέσω της μνήμης δεν συνιστά μια απλή διερεύνηση και γνώση του παρελθόντος αλλά κυρίως αποτελεί μια μορφή εσωτερικού διαλόγου που συν-κινεί τον συναισθηματικό κόσμο του θεραπευομένου.

Το παρόν λοιπόν στην θεραπευτική πρακτική δεν μπορεί να θεωρηθεί αυτόνομο δεδομένου πως προσδιορίζεται και επαναπροσδιορίζεται από λόγους παρελθοντικούς. Αυτή η αέναη διαδικασία διασυνδέσει ασφαλώς το παρόν και με το μέλλον, δηλαδή με τους σκοπούς που επιδιώκει ή προσδοκά ο θεραπευόμενος, καθώς και ο θεραπευτής στο θεραπευτικό διάλογο. Τα αίτια των πράξεων πολλές φορές ανήκουν στο μέλλον, μια κι ο άνθρωπος είναι στραμμένος από τη φύση του προς τα εκεί, ακόμη κι αν το παρελθόν λειτουργεί ως τροχοπέδη στη ομαλή ροή προς τα μπρος. Ο θεραπευτικός διάλογος συνίσταται σε μια διαλογική σχέση του παρελθόντος με το παρόν και το μέλλον σε ένα πλήθος πεδίων από τα απλά καθημερινά γεγονότα ως τις υπαρξιακές (συνειδητές ή ασυνειδητές) αγωνίες και ερωτήματα των συμμετεχόντων στο θεραπευτικό σύστημα.

Στη θεραπευτική συνάντηση διεξάγεται ένας συμβολικός διάλογος που διοχετεύεται μέσω διαφόρων πρακτικών, όπως οι κινήσεις του σώματος και η εκδραμάτιση των συναισθημάτων. Ο θεραπευτικός διάλογος είναι ένα δραματοποιημένο γεγονός με επιμερισμένους ρόλους μέσα από το οποίο εκφράζεται η επιθυμία για αλλαγή και η αντίσταση, η οικειότητα και η απόσταση, η ελπίδα και η ματαιώση, ανάμεσα στο θεραπευτή και το θεραπευόμενο, σε μια συμβολική σχέση του θεραπευόμενου με τον «κόσμο». Στο θεραπευτικό διάλογο εξελίσσεται η γεωμετρία των αισθήσεων και ενσαρκώνονται τα αισθήματα, δηλαδή η συγκίνηση του πόνου, της χαράς, της αγωνίας, της αγαλλίασης, της λύπης, κι άλλων συναισθημάτων που έρχονται στο φως με όχημα τη διεργασία της θεραπευτικής σχέσης. Έρχονται στο φως και οι τομές, τα ρήγματα που νιώθουν οι θεραπευόμενοι πως έχουν συμβεί στη ζωής τους. Ρωγμές που δημιούργησαν μια άβολη ασυνέχεια που αναγκάστηκε να αποκτήσει βολικές έξεις για να γίνει υποφερτή. Η ασυνέχεια αυτή δημιουργεί μια διακεκομμένη αφηγηματική ροή με συνέπεια να αποσιωπώνται και να παραμένουν αχαρτογράφητες ιστορίες και εμπειρίες που δύναται να φωτίσουν ευάλωτες πλευρές και να διαφωτίσουν τις ιστορίες εκείνες που κουβαλούν συναισθήματα αποστέρησης, μελαγχολίας και καταστροφής. Ο θεραπευτικός διάλογος είναι



και ένας ενσώματος διάλογος, ο οποίος δημιουργεί μια τελετουργική συνθήκη όπου λαμβάνουν χώρα μνημονικές πρακτικές, οι οποίες επιβεβαιώνονται και επαναδιαπραγματεύονται στο πεδίο της συνύπαρξης και της ταυτότητας, στο πεδίο των σχέσεων, των ρόλων και των συμπεριφορών και στο πεδίο των νοημάτων. Τελικά ο θεραπευτικός διάλογος είναι ένα πολιτισμικό παράγωγο κι ένας εν εξελίξει κώδικας, η ανάγνωση του οποίου οδηγεί σε ενσώματη και αισθητηριακή γνώση των υποκειμένων.

Μοιάζει ο θεραπευτικός διάλογος να απαλλάσσει τον θεραπευόμενο από την «τυραννία της στιγμής» (Eriksen, 2005), από την εμμονή του σύγχρονου ανθρώπου να εστιάζει στο παρόν, αποκομμένος από τους δεσμούς με το παρελθόν σε προσωπικό, οικογενειακό και συλλογικό επίπεδο. Στην θεραπευτική τελετουργία ο χρόνος διαστέλλεται, ανασυγκολλάτε και κυρίως αφήνεται στη διεργασία των σχέσεων και του χρόνου. Στην ψυχοθεραπεία μαθαίνει κανείς πως όλα επισυμβαίνουν ακολουθώντας μια διεργασία ωρίμανσης, μοναδική κάθε φορά, η οποία επιζητά τον σεβασμό και τη δέσμευση μας. Μαθαίνει επίσης η επιθυμία να μην παραβιάζει ή να στέκεται εμπόδιο στη διεργασία, αλλά να γίνεται ο πόθος της αλλαγής. Η επιθυμία γεννιέται μέσα στην ετερότητα, όπως κι ο έρωτας, μέσα δηλαδή στην συνειδητή ή ασυνειδητή έλξη ενός «αντικειμένου» (το αντικείμενο του πόθου) που θα καλύψει τις ελλείψεις μας. Η επιθυμία είναι με άλλα λόγια ο καθρέφτης των ελλείψεών μας, μα είναι σχεδόν πάντα μονόφθαλμη, διότι ξεφλουδίζει την ετερότητα από ό,τι αλλότριο κουβαλά. Η επιθυμία κουβαλάει ένα ναρκισσιστικό φορτίο παντοδυναμίας του Εγώ και συνάμα αποδυνάμωσης του Άλλου. Η θεραπευτική διεργασία εμβολίζει την παντοδυναμία του Εγώ και γίνεται το όχημα προσδιορισμού της ταυτότητας, γεφυρώνοντας το υποκείμενο με το παρελθόν σε μια διαρκή συνδιαλλαγή με το παρόν και οραματισμού του μέλλοντος. Η θεραπευτική πρακτική αποτελεί μια πολυδιάστατη διεργασία που συνθέτει και ανασυνθέτει στη χρονική της ακολουθία τους συμμετέχοντες σε αυτή.

Τα παραπάνω καθιστούν εμφανές πως ο συγκερασμός του ατομικού με το κοινωνικό που προάγει η εξελικτική συστημική ματιά δίχως να αφαιρεί την προσωπική ευθύνη της αλλαγής από τον θεραπευόμενο κοινωνικοποιεί τα προβλήματά του στο μέτρο που αυτά είναι κοινωνικά προβλήματα ριζωμένα στον ψυχισμό. Αυτό σημαίνει πως οι εμπειρίες μας δεν έχουν μόνο ατομικό χαρακτήρα, αλλά διαθέτουν σε μεγάλο βαθμό κοινωνικό και συλλογικό περιεχόμενο, είναι σαν οι εμπειρίες μας να είναι κάψουλες που εμπεριέχουν αναγνώσεις της συλλογικής μας κουλτούρας. Η βασική τομή της εξελικτικής προσέγγισης διατρέχεται από τη σημασία που έχει η είσοδος του ατόμου στο «συμβολικό πεδίο», στο πεδίο των κοινωνικών πρακτικών λόγου και νοηματοδότησης. Η συνθήκη αυτή εμποτίζεται με μια κριτική ρεαλιστική ματιά την οποία θα προσπαθήσουμε να εξηγήσουμε παρακάτω.

## **Ο κριτικός ρεαλισμός<sup>1</sup> στην εξελικτική συστημική ψυχοθεραπεία**

Βασικός στόχος της μεθοδολογικής αυτής επιλογής είναι η ταυτόχρονη ανάλυση των δομικών αιτιοτήτων που παίζουν καθοριστικό ρόλο στην διαμόρφωση της ταυτότητας των θεραπευομένων, καθώς και των ατομικών και συλλογικών αναπαραστάσεων των ίδιων των θεραπευομένων σχετικά με τις δομικές αυτές αιτιότητες.

Η επίτευξη αυτού του στόχου προϋποθέτει την αποφυγή των εξίσου μονομερών υποκειμενιστικών («θεραπευτικός» λόγος) και αντικειμενικών (θετικιστικών) προσεγγίσεων με την υιοθέτηση μιας κριτικής ρεαλιστικής θεραπευτικής ματιάς (Archer κ.ά. 1999). Η ιδιαίτερη αυτή ματιά οδηγεί σε προσπάθειες σύγκλισης των δομικών παραγόντων με τις ατομικές ή συλλογικές αναπαραστάσεις και νοήματα, αποφεύγοντας τόσο τη θετικιστική όσο και τη σχετικιστική-ιδεαλιστική οπτική. Στο πλαίσιο αυτό η μονομερής εστίαση των πολλαπλών ατομικών ή και συλλογικών νοημάτων των θεραπευομένων για την ανεύρεση του προσωπικού τους στίγματος στο χάρτη της αυτογνωσίας δεν μπορεί να

---

<sup>1</sup> Ο κριτικός ρεαλισμός είναι ένα φιλοσοφικό ρεύμα το οποίο θεωρεί πως η πραγματικότητα υπάρχει ανεξάρτητα από την ανθρώπινη συνείδηση και πως μεταξύ αυτών υπάρχουν οι ανθρώπινες αισθήσεις που καθιστούν την υποκειμενική την πραγματικότητα.

είναι επαρκής για την ερμηνεία της κοινωνικής πραγματικότητας τους, των δομικών δηλαδή στοιχείων του πλαισίου αναφοράς τους.

Έτσι οι αναπαραστάσεις δεν θεωρούνται πλέον ως τα καθοριστικά στοιχεία της κοινωνικής πραγματικότητας ή ως η μόνη κοινωνική πραγματικότητα, αλλά ως παραγόμενες νοηματοδοτήσεις σε διαλεκτική σχέση με συγκεκριμένα δομημένα κοινωνικά πλαίσια και συστήματα κοινωνικής ιεραρχίας (Iosifides 2003).

Οδηγούμαστε επομένως προς μια ρεαλιστική κατεύθυνση αλλά και ταυτόχρονα μη θετικιστική και μη εμπειριστική, υπό την έννοια πως ο ρεαλισμός αποδέχεται την ύπαρξη εξωτερικής πραγματικότητας ανεξάρτητα από την συνείδηση και από το υποκειμενικό νόημα που αποδίδεται σε αυτή. Σε αντίθεση όμως με τον άμεσο ρεαλισμό, ο οποίος θέτει σε άμεση αντανάκλαση και αντιστοιχία τη σχέση υποκειμένου-πραγματικότητας, ο κριτικός ρεαλισμός θέτει εμφατικά τη σημασία των μεθόδων και των τεχνικών αποκάλυψης των πραγματικών αιτιακών δομών των κοινωνικών φαινομένων καθώς και των τρόπων της διαφορετικής πρόσληψης από τα κοινωνικά υποκείμενα (Bhaskar 1989, MacLennan 1999).

Στον κριτικό ρεαλισμό γίνεται διάκριση ανάμεσα στο «πραγματικό» και στο «εμπειρικό» και επιδιώκεται η μεταξύ τους σύνθεση, καθώς και η αναζήτηση των μεταξύ τους αλληλεπιδράσεων. Αφενός το εμπειρικό στοιχείο αναφέρεται σε γεγονότα που γίνονται αντιληπτά από την υποκειμενική ματιά και το πραγματικό στοιχείο απεικονίζει τις δομές και τους μηχανισμούς που παράγουν και μετασχηματίζουν τα γεγονότα, όπως βέβαια αυτά νοηματοδοτούνται από τα κοινωνικά υποκείμενα.

Η υιοθέτηση μιας κριτικής ρεαλιστικής οπτικής στην ψυχοθεραπεία επιτρέπει την σε βάθος μελέτη, τόσο του υποκειμενικού νοήματος που αποδίδεται στον κοινωνικό κόσμο, όσο και των γλωσσοκοινωνικών όρων δόμησής του, καθώς και των ευρύτερων κοινωνικών διαδικασιών και πρακτικών που επηρεάζουν καθοριστικά τις εκάστοτε νοηματοδοτήσεις. Μέσα από αυτή τη ματιά αποδεχόμαστε την πολλαπλότητα των υποκειμενικών ερμηνειών των κοινωνικών φαινομένων και ταυτόχρονα την οντολογική αλήθεια τους. Επί της ουσίας ο κριτικός ρεαλισμός θέτει εκ νέου τη σημασία του «πλαισίου» στην υποκειμενική δόμηση της πραγματικότητας. Το επιστημολογικό πλαίσιο του κριτικού ρεαλισμού διέρχεται στην ψυχοθεραπευτική πρακτική ως ένα μέσο αποφυγής τόσο του θετικισμού και του εμπειρισμού της επιφανειακής ψυχολογίας, όσο και του ιδεαλισμού που χαρακτηρίζει τον κοινωνικό κονστρουκτιβισμό. Στην αναγκαιότητα του κριτικού ρεαλισμού μας οδήγησε με άλλα λόγια η άρνηση των κονστρουκτιβιστών ως προς την ύπαρξη μιας κοινωνικής πραγματικότητας ξεχωριστής από την ανθρώπινη συνείδηση ή η άρνηση του μεθοδολογικού έστω διαχωρισμού του υποκειμένου από το αντικείμενο της γνώσης. Μια θέση που κυριάρχησε στην σύγχρονη συστημική προσέγγιση με διάφορες μορφές που έχουν να κάνουν με το ρόλο της γλώσσας και την πρωτοκαθεδρία των γλωσσικών δομών καθώς και τη δόμηση και τον συνεχή μετασχηματισμό του κοινωνικού κόσμου σε πολλαπλότητες υποκειμενικών νοημάτων και διυποκειμενικών κατασκευών. Παραδειγματικά αναφέρομαι στην αφηγηματική συστημική θέση πως η γλώσσα και οι γλωσσικές δομές μετακινούνται στο κέντρο του ενδιαφέροντος, οπότε η κοινωνική πραγματικότητα καθίσταται γλωσσική-αφηγηματική πραγματικότητα, καθώς οι γλωσσικές δομές αυτονομούνται τόσο ώστε να απορρίπτεται οποιαδήποτε αντιστοιχία με δομές ή φαινόμενα εξωτερικά της γλώσσας (Sayer 1992). Στο αφηγηματικό πλάνο οι ερμηνείες και οι θεωρήσεις της κοινωνικής πραγματικότητας καθίστανται γλωσσικές ερμηνείες και θεωρήσεις, προερχόμενες από τη δυναμική της διυποκειμενικής επικοινωνίας και τη διαφορά δύναμης και εξουσίας μεταξύ των μερών ενός συστήματος. Η σκέψη αυτή δημιουργεί ένα σχετικό αδιέξοδο δεδομένου πως η έννοια της δύναμης και της κατανομής της εξουσίας δομείται γλωσσικά και δεν αναφέρεται σε κάποιες πραγματικές εξωτερικές δομές. Η μη αναγνώριση μιας τέτοιας εξωτερικής πραγματικότητας έχει ως συνέπεια ο λόγος των υποκειμένων να επιδέχεται συνεχείς ερμηνείες και επανερμηνείες που καθιστούν αδύναμη την σύνδεση των υποκειμενικών εμπειριών και αναπαραστάσεων με ευρύτερες κοινωνικές δομές και διαδικασίες.

Οφείλω βέβαια να προσθέσω μια παραδοχή που ούτως ή άλλως ως σήμερα λειτούργησε αποτελεσματικά και στο πεδίο της ψυχοθεραπευτικής πρακτικής: η κοινωνική πραγματικότητα κατασκευάζεται και μετασχηματίζεται μέσα από την κοινωνική δυναμική και τις αλληλεπιδράσεις. Είναι δηλαδή αλήθεια ότι διαφορετικές υποκειμενικές

νοηματοδοτήσεις του ίδιου κοινωνικού φαινομένου, πλαισίου ή διαδικασίας οδηγούν σε διαφορετικές κοινωνικές συμπεριφορές και δράσεις. Από την άποψη αυτή ο ρόλος της υποκειμενικής νοηματοδότησης της κοινωνικής πραγματικότητας είναι πολύ σημαντικός για την κατανόηση της πραγματικότητας του υποκειμένου. Επιθυμούμε όμως να ξεφύγουμε από το ρεύμα του κοινωνικού κονστρουκτιβισμού το οποίο αρνείται κάθε οντολογία του πραγματικού και αποδίδει τον κοινωνικό κόσμο ως κοινωνικό και γλωσσικό προϊόν ιστορικά προσδιορισμένων διυποκειμενικών αλληλεπιδράσεων (Gergern 1994, Schwandt 2001). Η εξελικτική συστημική αντίληψη θέτει τη διάκριση βάση της οποίας αναζητούμε που τελειώνει η ερμηνεία της πραγματικότητας από τα υποκείμενα και που αρχίζει η ίδια η πραγματικότητα. Ο σύγχρονος ψυχοθεραπευτής πλέον της συνεξέλιξης στο διυποκειμενικό πεδίο της συνάντησης με τον θεραπευόμενο, χρειάζεται να είναι σε διαρκή ενημερότητα και αναζήτηση της οντολογικής αλήθειας της πραγματικότητας. Η συνείδηση ενός υποκειμένου μπορεί να συλλάβει τη ζωή μόνο ως ρευστότητα και απροσδιοριστία, αλλά η συνειδητοποίηση αυτής της διαπίστωσης επιτρέπει στη φαντασία και στις αξίες της εσωτερικής ζωής γενικότερα να υπερβούν τους περιορισμούς τους και να συναντηθούν με την πραγματικότητα.

Αυτή η ρεαλιστική ροπή της εξελικτικής ψυχοθεραπείας στην έννοια του συμβάντος και της αναζήτησης των αντικειμενικών κριτηρίων που συνιστούν την προσωπική ταυτότητα, λειτουργεί ως αντίβαρο μεταξύ δύο τάσεων, της ιδεαλιστικής και της φαινομενοκρατικής.

Επίσης, η έννοια της αφηγηματικής ταυτότητας, όσο κι αν αυτή θρέφεται από την μυθοπλασία (την ερμηνεία της πραγματικότητας) συνεισφέρει στην παραπάνω θεώρηση με την οξεία αίσθηση της οντολογικής εμβέλειας των αποφάσεων του εαυτού, ο εαυτός δηλαδή θρέφεται από την αναζήτηση των πλευρών της πραγματικότητας και η κάθε απόφαση του πηγάζει από την ανακάλυψη αυτών.

Η εδραίωση και η διατήρηση της διάκρισης μεταξύ πραγματικού και εμπειρικού περνά μέσα από την επιβεβαίωση ότι οι γλωσσικοί καθορισμοί του πράττειν εξαρτώνται από την ίδια την οντολογική του συγκρότηση. Είναι σημαντικό να υπογραμμίσουμε πως το άρρητο αξίωμα «τα πάντα είναι γλώσσα» οδηγεί πολύ συχνά σε μια αδιέξοδη σηματοκρατία, που απομακρύνει τον εαυτό από το ανθρώπινο πράττειν ως συμβαίνον και επιτρέπει στην γλωσσική ανάλυση να αφήνει έρμαιο τον εαυτό σε μια ατέρμονη εναλλαγή της ερμηνείας που δεν επιτρέπει στη σκέψη να συναντηθεί με το πραγματικό τελείν.

Η αναζήτηση των οντολογικών στοιχείων της Αλήθειας, αποτελεί κατ' ουσία το σκοπό του ανθρώπου, την οποία όσο εκείνος προσεγγίζει τόσο εκείνη του αποκαλύπτεται. Στην αναζήτηση αυτή τα όρια τίθενται από τη βιολογική αποδοχή της θνητότητας του ανθρώπου και την διαρκή, αγωνιώδη αναζήτηση της κοσμογονικής αλήθειας. Βασικό συστατικό του ανθρώπου για αυτή την υπερβατική αναζήτηση αποτελεί η δύναμη της σεξουαλικότητας, η οποία συνδέει τον άνθρωπο με τον πυρήνα της ζωής, την επιβίωση, την αναπαραγωγή και την εξέλιξη, καθώς και η κουλτούρα, η οποία καθρεφτίζει στα ανθρώπινα επιτεύγματα την εξελικτική πορεία του ανθρώπινου είδους στον πλανήτη.

Πάνω από όλα λοιπόν ο θεραπευτικός λόγος, σε αντίθεση με τον υφιστάμενο κατακερματισμό και την κατεύθυνση του σε υποκειμενικές λύσεις, καλείται να βοηθήσει τον άνθρωπο να ορίσει νέες, συγκεκριμένες, θεμελιώδεις και εν πολλοίς αδιαμφισβήτητες (υπό την έννοια της κοινωνικής αποδοχής) αλήθειες.

## Η ψυχολογία ως εποικοδόμημα<sup>2</sup> των κοινωνικών συνθηκών

Πολλές φορές οι άνθρωποι αναρωτιούνται για τις συμπεριφορές τους ή βάζουν στο μικροσκόπιο τις συμπεριφορές των άλλων σε μια προσπάθεια τους να τις κατανοήσουν. Είναι πολύ βαθιά η ανάγκη να κατανοεί ο άνθρωπος τις συμπεριφορές, τις δικές τους και των άλλων. Να τις εντάσσει κάπου, να τις δίνει ένα σχήμα, μια μορφή και να αναπτύσσει ένα ερμηνευτικό πλαίσιο. Πολλές φορές όμως μοιάζει αδύναμος να κατανοήσει τα γιατί πίσω από ορισμένες συμπεριφορές. Φαίνεται πως αυτές έρχονται από πολύ βαθιά ως αυτοματοποιημένες αντιλήψεις, οι οποίες καθορίζουν την τελική πράξη. Ενεργούμε επομένως με γνώμονα κάποια στερεοτυπικά μοτίβα, δίχως τη συνειδητή γνώση εάν αυτά αποτελούν δική μας επιθυμία και επιλογή.

Για παράδειγμα υπάρχουν γυναίκες οι οποίες παντρεύονται επειδή έμειναν έγκυοι, ή αντίστοιχα οι σύντροφοί τους δεσμεύονται σε μια σχέση όχι επειδή είναι ερωτευμένοι αλλά από μια περίεργη αίσθηση καθήκοντος, η οποία παραπέμπει σε άλλες εποχές. Εν τω μεταξύ η γυναίκα βολεύεται σε αυτή τη συνθήκη, μα αρκετές φορές, ελλείπει ενός ουσιαστικού συντροφικού δεσμού, αιχμαλωτίζει το παιδί στην ύπαρξή της. Ταυτόχρονα ο άντρας εγκυμονεί ένα μίσος και μια κακία για το παιδί που κυοφορεί η σύζυγός του γιατί το θεωρεί ως την αιτία που αποδέχθηκε κι εν τέλει εγκλωβίστηκε σε ένα γάμο που δεν ήθελε. Το παιδί γίνεται ανεπιθύμητο και ταυτίζεται με τα δεσμά του γάμου, όχι τα ιερά, αλλά αυτά που δένουν δυο ανθρώπους χειροπόδαρα σε ένα γαϊτανάκι δεσμεύσεων που τους στερεί την προσωπική τους ελευθερία. Ο πατέρας γίνεται έτσι απρόσωπος, αδυνατεί να χτίσει υγιή σχέση με το παιδί, το οποίο συνήθως απαξιώνει τόσο όσο απαξιωτικός είναι και με τη σύζυγό του. Η απόμακρη συντροφική σχέση μετατρέπεται σε κακοποιητική σχέση με το παιδί. Το χειρότερο είναι πως το παιδί σε ένα τέτοιο γάμο αντιλαμβάνεται ως φυσιολογική στάση όλες τις παραπάνω συμπεριφορές και τις εντάσσει στο σύστημα αποδοχής. Νιώθει δηλαδή πως ανήκει όσο γίνεται αποδέκτης τόσο της κτητικότητας της μαμάς, όσο και της αποστασιοποίησης του μπαμπά. Μεγαλώνει επομένως στο χάσμα μιας δυσλειτουργικής σχέσης, είτε ως εκκρεμές που καλύπτει τα κενά της, είτε ως θύμα σύμμαχος του ενός γονιού, μαθαίνοντας να συνάπτει τριγωνοποιημένες σχέσεις, είτε υιοθετώντας μια παθητική συμπεριφορά, αγγίζοντας τα όρια της θλίψης και της μιζέριας. Ένα παιδί, δηλαδή, που μεγαλώνει ως θύμα ενός κακού γάμου και ως εκ τούτου ένα παιδί που έχει όλες τις προδιαγραφές να γίνει ένας θύτης ως ενήλικας.

Υπάρχουν γυναίκες που ενώ είναι πολύ δυναμικές παντρεύονται έναν αδύναμο και χειραγωγίσιμο άντρα, όχι γιατί τους ερωτεύονται αλλά γιατί η οικονομική τους κατάσταση μπορεί να τους εξασφαλίσει μια άνετη ζωή. Βαθιά μέσα τους όμως υποτιμούν και περιφρονούν έναν τέτοιο άντρα και φυσικά απέχουν πολύ από το να ζουν με έναν άνθρωπο που θαυμάζουν και χαίρονται με τα επιτεύγματά τους. Ως αντίτιμο της δικής τους φυλάκισης σε ένα τέτοιο γάμο παίρνουν το πάνω χέρι στις συναισθηματικές υποθέσεις, ενίοτε με αυταρχικό κι άλλοτε με διπλωματικό τρόπο. Και φυσικά εκτός της συναισθηματικής ευθύνης των παιδιών, οικειοποιούνται και τα ίδια. Τα παιδιά μεγαλώνουν με ένα εξουσιαστικό μητρικό κι ένα ασθενικό πατρικό πρότυπο. Και ειδικά ένας γιος μεγαλώνει με πρότυπο έναν πατέρα άβουλο κι αδύναμο χαρακτήρα. Αυτός ο γιος θα αναζητά σε όλη του τη ζωή ένα ισχυρό πρότυπο πατέρα κι ως εκ τούτου πάντα θα έχει μια ελλειμματική προσωπικότητα, θα είναι ένα οιωνεί θύμα και περίπου θα ακολουθήσει το μοτίβο ζωής του πατέρα του.

---

<sup>2</sup> Κυριολεκτικά σημαίνει οποιαδήποτε δομή είναι στηριγμένη πάνω σε μια άλλη, ενώ μεταφορικά αναφέρεται στους θεσμούς, τις αντιλήψεις και τις ιδέες μιας κοινωνίας, τα οποία στηρίζονται στην οικονομική δομή της κοινωνίας, σύμφωνα με την μαρξιστική θεωρία. Κατ' επέκταση οι άνθρωποι ως υποκειμένα αποτελούν τα ενεργά «συστατικά στοιχεία» των υλικών κοινωνικών σχέσεων. Δεν επιδίδονται απλώς στην υλοποίηση των δυνατοτήτων αλλαγής των υλικών κοινωνικών σχέσεων, οι οποίες υπάρχουν ανεξάρτητα από αυτούς, αλλά η ίδια η δραστηριότητα τους, η ίδια η αυτοπραγμάτωση τους αποτελεί ταυτόχρονα μια διαδικασία αλλαγής των υλικών κοινωνικών σχέσεων. Αποτελεί δηλαδή η δραστηριότητα τους μια χρησιμοποίηση των διαθέσιμων αντικειμενικών δυνατοτήτων αλλαγής, η οποία δημιουργεί συνάμα δυνατότητες αλλαγής των υλικών κοινωνικών σχέσεων. Κατ' αυτό τον τρόπο, εποικοδόμημα είναι η δραστηριότητα των ανθρώπων η οποία κατευθύνεται από την κοινωνική συνείδηση και συμπεριλαμβάνει (εκτός της κοινωνικής συνείδησης και) τη συνένωση, την οργάνωση των ανθρώπων ως υποκειμένων, καθώς και τα υλικά μέσα πραγματοποίησης αυτής της δραστηριότητας (πολιτική – νομική θεσμικότητα, μέσα παρεμβατισμού, καταστολής κ.λπ.

Υπάρχουν άντρες που είναι ευνοησιμμένοι από τις μητέρες τους και με κομμένα τα φτερά τους αναζητούν την μητρική εκείνη φιγούρα που θα τους αγκαλιάσει και θα τους στέργει σε κάθε τους παράπονο. Κι όταν τις βρίσκουν διστάζουν πως σκοντάψανε σε ένα αντίστοιχο μοτίβο γυναίκας με αυτό της μητέρας τους. Τότε είναι που θυμώνουν και μετατρέπονται σε θύτες, στα κακά και άτακτα παιδιά που υπήρξαν και με τη μάνα τους. Ίσως γίνουν και κακοποιητικοί με τη σύντροφό τους, διότι ο θυμός εύκολα μεταβάλλεται σε οργή και δυστυχώς από πίσω έχουν στημένο -ως πρότυπο συμπεριφοράς- όλο το πατριαρχικό σκηνικό που τους επιτρέπει ακόμη και την βία. Και σε αυτές τις περιπτώσεις η σύντροφος που έχει μάθει στο όνομα μιας αρρωστημένης αγάπης να υπομένει απλά αντέχει και θυσιάζεται στο βωμό των άλλων.

Σαφώς με ψυχολογικούς όρους μπορούμε να ερμηνεύσουμε τις συμπεριφορές των ανθρώπων και να τις εντάξουμε σε ένα εννοιολογικό πλαίσιο. Όμως νομίζω πως η ψυχολογική βάση των γεγονότων απορρέει από τις κοινωνικές τους αιτιάσεις. Εξάλλου η ψυχολογία αποτελεί το εποικοδόμημα και τη βάση κάθε συμπεριφοράς τη διαμορφώνουν οι κοινωνικές συνθήκες, οι νόμοι, τα μοτίβα, οι αντιλήψεις, οι προκαταλήψεις, η κουλτούρα εν γένει, μέσα στην οποία δρουν οι άνθρωποι και διαμορφώνουν τον χαρακτήρα τους.

Οι κοινωνικές συνθήκες ορίζουν τα όρια μέσα στα οποία θα αναπτυχθεί η προσωπικότητα. Μέσα στο κοινωνικό χαρμάνι θα σμιλευτεί το αμάλγαμα του καθενός. Κι όσο πιο στεγανό είναι το κοινωνικό πλαίσιο τόσο περισσότερο δύναται να επηρεάζει μονοδιάστατα την καλλιέργεια των προσωπικοτήτων. Όταν παραδείγματος χάρη ακόμα και σήμερα υπάρχουν φωνές που ταυτίζουν την έκτρωση με εγκληματική πράξη ή στραβοκοιτούν μια ανύπαντρη μητέρα, τότε θα υπάρχουν γάμοι αταίριαστοι στους οποίους θα γεννούνται παιδιά με την ψυχосύνθεση των παιδιών της πρώτης ιστορίας. Όταν ακόμη το χρήμα εξουσιάζει τον κόσμο και καθίσταται ως η υπέρτατη αξία που πρέπει να αποκτηθεί με κάθε μέσο, τότε θα εξακολουθούν να γίνονται γάμοι συμφέροντος και οι οικογένειες θα αποτελούν οικονομικές μονάδες, μέσα στις οποίες θα ανατρέφονται παιδιά σαν αυτό της δεύτερης ιστορίας.

Όσο ακόμη η πατριαρχία ενυπάρχει στην κουλτούρα των ανθρώπων και διαμορφώνει τους κοινωνικούς ρόλους, τότε θα υφίσταται το μοντέλο της κακοποιητικής σχέσης, όπου ο άντρας σχετίζεται εργαλειακά με την σύντροφό του, η οποία αντιστοίχως έχει μάθει να αντέχει και να υπομένει τις δύσκολες και επώδυνες καταστάσεις, για διάφορους λόγους που δεν σχετίζονται μόνο με την ενδοψυχική της υπόσταση, αλλά και με τους κοινωνικούς περιορισμούς που υφίσταται η γυναίκα στα πατριαρχικά περιβάλλοντα.

Δεν μπορούμε επομένως να εξηγήσουμε όσα συμβαίνουν μόνο με ψυχολογικούς όρους, επειδή οι άνθρωποι είμαστε κοινωνικά όντα και οι συμπεριφορές μας κινούνται μέσα στο εκάστοτε κοινωνικό περίγραμμα. Βεβαίως κι έχουμε τη δυνατότητα των επιλογών μας, ενίοτε όμως αυτές κινούνται στα όρια του πλαισίου αναφοράς. Υπάρχουν πάντα και οι υπερβάσεις των κοινωνικών ορίων, άλλοτε δημιουργικά κι άλλοτε καταστροφικά, εκείνες οι υπερβάσεις που συναντούμε σε πολλούς υπέροχους ανθρώπους που έδωσαν ακόμη και τη ζωή τους για υψηλότερα ιδανικά, σε αυτούς που τους περιχαράκωνε η κοινωνία, αλλά και σε πολλούς άλλους που οι υπερβάσεις και οι επιλογές λειτουργούν αυτοκαταστροφικά κι εν τέλει υπέρ της αναπαραγωγής της υφιστάμενης τάξης πραγμάτων.

Επομένως πίσω από κάθε θύτη, από κάθε θύμα και πίσω από κάθε φόβο και κάθε υπέρβαση βρίσκονται συγκεκριμένες δομές εξουσίας και μηχανισμοί αναπαραγωγής του κοινωνικού γίγνεσθαι, πίσω από κάθε προσωπική ιστορία βρίσκεται η συλλογική κουλτούρα της κοινωνίας αναφοράς.

Υπάρχει μια σειρά στην οποία μπορεί να δει κανείς πόσο το πλαίσιο ορίζει τις ζωές των ανθρώπων και καθορίζει σε μεγάλο βαθμό πως θα αναπτυχθούν οι ιδιαιτερότητές τους. Αναφέρομαι στην σειρά «η ακτή της κοκαΐνης», η οποία ακολουθεί την ζωή ενός νεαρού ψαρά, ο οποίος στις αρχές της δεκαετίας του 1980 βρίσκεται στην δίνη των αλλαγών που φέρνει το παράνομο εμπόριο και η διακομιδή των ναρκωτικών. Στις ακτές της ισπανικής Γαλικίας ένας ατρόμητος ψαράς με εξαιρετικές ικανότητες στην οδήγηση των ψαράδικων ταχύπλων και καϊκιών και με σπινθηροβόλο βλέμμα, μπαίνει αρχικά στην μεταφορά παράνομου καπνού και σταδιακά μετατρέπεται ως ο Βαρόνος των ναρκωτικών της Γαλικίας. Η σειρά περιγράφει εύγλωττα πως ένας συνηθισμένος νέος μετατρέπεται σε κάτι που δεν μπορούσε ποτέ να φανταστεί εξαιτίας της απόφασης των διακινητών και εμπόρων κοκαΐνης να επιλέξουν στις ακτογραμμές της Γαλικίας για την είσοδο και διακίνηση της κοκαΐνης στην Ισπανία και την Ευρώπη. Η ζωή του

αλλάζει ριζικά επειδή αλλάξαν ριζικά οι συνθήκες γύρω του. Υπάρχει πάντα η δυνατότητα της προσωπικής επιλογής, όμως δεν μπορεί κανείς να αμφισβητήσει την επιρροή των εξωτερικών γεγονότων στην διαμόρφωση της ζωής του καθενός. Φανταστείτε αντίστοιχα κάνοντας ένα ταξίδι στο χρόνο και φτιάξτε ένα σκηνικό στο οποίο όλα τα πρόσωπα της νεότητάς σας βρίσκονται αίφνης εκτεθειμένα σε κάτι αντίστοιχο με τον πρωταγωνιστή της σειράς. Ζείτε σε έναν τόπο όπου δεν συμβαίνει κάτι μεγάλο και ξαφνικά αυτός γίνεται τόπος διακίνησης και εμπορίου ναρκωτικών ουσιών. Πόσοι από τους ανθρώπους του περιβάλλοντός σας θα είχαν μια διαφορετική πορεία στη ζωή εξαιτίας αυτής της ανατροπής; Και πόσο αυτή η διαφορετική πορεία θα μετασχημάτιζε ριζικά την προσωπικότητά τους.

Τα γεγονότα της σειράς διαδραματίζονται με φόντο τη νέα κοινωνικοοικονομική πραγματικότητα που διαμορφώνεται με την ένταξη της Ισπανίας στην ευρωπαϊκή οικονομική ένωση. Οι ψαράδες είναι σε απόγνωση και ουσιαστικά το επάγγελμά τους σβήνει μπροστά στους νέους κανονισμούς αλιείας της ευρωπαϊκής ένωσης. Είμαστε στην φάση που η κεντρική διοίκηση της ΕΟΚ καθορίζει τις πολιτικές ανάπτυξης και την παραγωγική ροή των κρατών-μελών της, δηλαδή στην φάση όπου έχει εκχωρηθεί επί της ουσίας η διακυβέρνηση της κάθε χώρας στο ευρωπαϊκό ιερατείο, ή κατά άλλους στην κυριαρχία της Γερμανίας. Στον παραγωγικό καταμερισμό που αποφασίζει η κεντρική ευρωπαϊκή διοίκηση οι τοπικές οικονομίες αποδιοργανώνονται με βίαιο τρόπο και αυτό εγείρει ποικίλες κοινωνικές και ψυχολογικές συνέπειες στους πολίτες αυτών των περιοχών, όπως συνέβη και στην Ισπανική Γαλικία. Η οικονομική γεωγραφία του τόπου αλλάζει δραματικά και οι άνθρωποι προσπαθούν να επιβιώσουν και να ελιχθούν στις νέες συνθήκες. Σε αυτή τη βίαιη μετάβαση οι άνθρωποι συνθλίβονται ψυχικά και παράλληλα επιχειρούν να δράσουν ώστε να αποφύγουν τις δραματικές συνέπειες της κοινωνικής αλλαγής. Σε αυτό το σταυροδρόμι κι όταν οι ακτογραμμές του τόπου επιλέγονται από τα καρτέλ των ναρκωτικών ως πόρτες εισόδου, αρκετοί αρπάζουν αυτά τα νέα δεδομένα ως τη μοναδική ευκαιρία να δημιουργήσουν κάτι μεγάλο. Μάλιστα ιδεολογικοποιούν τη νέα τους παράνομη δραστηριότητα λέγοντας πως έχουν καθαρή τη συνείδησή τους δεδομένου πως δεν κάνουν κάτι κακό, «εμείς μόνο τα μεταφέρουμε» υποστηρίζουν για να ξεπλύνουν τη συνείδησή τους.

Μπορεί κανείς να ερμηνεύσει σαφώς με ψυχολογικούς όρους την επιλογή του κάθε ανθρώπου και να διακρίνει τα ιδιαίτερα χαρακτηριστικά που τη διαμορφώνουν, ωστόσο είναι αναγκαίο να θέτουμε αυτούς τους όρους υπό την κυριαρχία του κοινωνικού. Σε κάθε περίπτωση λοιπόν που έρχεται, στην επικαιρότητα, ή στην ψυχοθεραπευτική πράξη και αναδύεται η ιστορία ενός θύτη κι ενός θύματος (συναισθηματικά ή σωματικά) ή οι ιστορίες ανθρώπων που τους χαρακτηρίζει ένα σύμπλεγμα ψυχοσωματικών αντιδράσεων και δυσλειτουργιών μπορούμε να μιλάμε επισταμένως για τις ενδοψυχικές τους εκφάνσεις, ωστόσο είναι σημαντικό να προσεγγίσουμε και το ζήτημα των κοινωνικών αιτιάσεων, όπως για παράδειγμα των δομών εξουσίας και της βίας που ενυπάρχει στους κόλπους των εκάστοτε κοινωνικών συστημάτων, το βαθμό κατανόησης και διαφοροποίησης από τα κοινωνικά και οικογενειακά μοτίβα συμπεριφορών κ.ο.κ. Οι διάφοροι ρόλοι (θύμα, θύτης και σωτήρας), καθώς και οι ψυχοσωματικές εκφάνσεις του κοινωνικού διαμορφώνονται μέσα σε ένα συγκεκριμένο κάθε φορά δίκτυο εξουσιών, αντιλήψεων και αξιών. Γιατί όπως λέει ο Hermann Hesse ( 1877-1962) «Κάθε άνθρωπος δεν είναι απλά ο εαυτός του. Είναι το μοναδικό, συγκεκριμένο, πάντα σημαντικό και αξιόλογο σημείο όπου διασταυρώνονται τα φαινόμενα του κόσμου, με τρόπο ξέχωρο, μοναδικό. Για τούτο, κάθε ιστορία ανθρώπινη είναι σημαντική, αιώνια και ιερή. Για τούτο, κάθε άνθρωπος, ενόσω ζει και εκπληρώνει τη θέληση της φύσης, είναι μια ύπαρξη υπέροχη που της πρέπει υπέρτατη προσοχή».

## **Επίλογος**

Η οπτική της εξελικτικής συστημικής προσέγγισης εστιάζει στην κατανόηση των, σχετικών με την πορεία του υποκειμένου στο πλαίσιο της αναζήτησης της προσωπικής του ταυτότητας, ψυχοκοινωνικών δρώμενων. Επικεντρώνεται, επίσης, στη σύμπλεξη των τελευταίων με τους ευρύτερους οικογενειακούς και μακρο-κοινωνικούς παράγοντες. Με την εν λόγω σύμπλεξη αυτή επιχειρείται, στο δεύτερο μέρος μέσω των βιωματικών ασκήσεων, να φωτιστεί και να αναδειχθεί η εμπειρία των υποκειμένων, καθώς και τα νοήματα που αποδίδουν τα ίδια σε αυτήν τους

την εμπειρία και ταυτόχρονα να αναδειχθεί η κυτταρική σύνδεση της ανθρώπινης εμπειρίας με την οντολογική αλήθεια της πραγματικότητας.

η κριτική ρεαλιστική ματιά που διαπερνά τον βιωματικό οδηγό ψυχοθεραπείας αναδεικνύεται ως ο καταλύτης της γνώσης μας για την οντολογία της πραγματικότητας. Δημιουργεί μια νέα συνθήκη όπου η πραγματικότητα ενθέτει την ουτοπία, ως προορισμό, στη ρεαλιστική της εκδοχή, εκεί δηλαδή όπου συναντιέται η ανθρώπινη εμπειρία με την πραγματικότητα. Η στροφή προς το ρεαλισμό οδηγεί στην ανάδειξη μιας νέας ουτοπίας, η οποία δημιουργεί μια ρεαλιστική θέαση των κοινωνικών επιδιώξεων και του οράματος της συλλογικής και κατά συνέπεια της ατομικής ζωής. Σαφώς η ουτοπική θέαση της πραγματικότητας έχει υποστεί πλήθος μαιτωσιών ευρισκόμενη σε μια διαρκή κι αέναη πάλη με τις αντίρροπες δυνάμεις της, που δεν είναι άλλες από τις δυστοπικές εκφάνσεις του κόσμου μας. Ωστόσο, η ουτοπία δεν έχει αξία ως προορισμός, αλλά ως ένα ευτοπικό ταξίδι με κατεύθυνση προς την ελευθερία, την ισονομία και τη δικαιοσύνη αυτού του κόσμου, έννοιες που διατρέχονται από ένα σύγχρονο προβληματισμό, που δεν είναι άλλος από την επείγουσα αποκατάσταση του «κλίματος», της οικολογικής δηλαδή επιβάρυνσης του πλανήτη, με ότι συνεπάγεται αυτό για τους μετασχηματισμούς της ανθρώπινης δραστηριότητας. Αυτή είναι η νέα ουτοπία...

Αν ο άνθρωπος δεν συνειδητοποιήσει την αυτοάνοση ασθένεια της κλιματικής επιβάρυνσης από τις ίδιες του τις δραστηριότητες, κινδυνεύει να αφανιστεί ο ίδιος κι όχι φυσικά ο πλανήτης, όπως πολύ άστοχα πιστεύουμε οι άνθρωποι. Έφτασε ως εκεί η ναρκισσιστική μεγαλομανία μας να πιστεύουμε πως απειλείται ο πλανήτης κι όχι εμείς. Η συνειδητοποίηση του κινδύνου της υπαρξιακής απειλής του είδους μας από τις δικές του παρεμβάσεις, ίσως αποτελέσει και το έναυσμα προς την αυτοσυνειδησία του, ως συλλογικού υποκειμένου.

Σε κάποιες ταινίες επιστημονικής φαντασίας παρατηρούμε την ανθρωπότητα ενωμένη προκειμένου να υπερασπιστεί τον εαυτό της από τις εχθρικές επιθέσεις άλλων όντων του διαστήματος, ισχυρότερων και περισσότερο τεχνολογικά αναπτυγμένων από εμάς. Φανταστείτε αυτή την ενότητα και τη συνεκτική συλλογική ταυτότητα (της έννοιας ανθρωπότητα) δίχως τους εξωγήινους κινδύνους! Μοιάζει Καφαβική ειρωνεία, μα αντιστοίχως και υπαρξιακή αναγκαιότητα.

*Γιατί ενύχτωσε κ' οι βάρβαροι δεν ήλθαν.*

*Και μερικοί έφθασαν απ' τα σύνορα,  
και είπαν πως βάρβαροι πια δεν υπάρχουν.*

*Και τώρα τι θα γένουμε χωρίς βαρβάρους.*

*Οι άνθρωποι αυτοί ήσαν μιά κάποια λύσις.*

*(Κωνσταντίνος Π. Καβάφης - Περιμένοντας τους Βαρβάρους)*

Η ενιαία ανθρωπιστική αντίληψη της συλλογικής μας ταυτότητας, φυσικά, διασυνδέεται και με τις έννοιες της οργάνωσης της παραγωγής και του μοτίβου της κατανάλωσης. Στον άξονα αυτό, της παραγωγής και κατανάλωσης του υλικού πλούτου, ο σύγχρονος δυτικός καπιταλισμός, αναγνωρίζοντας τα όρια του, κατευθύνεται, προκειμένου να επιβιώσει, στην αυτοοργάνωσή του σε «κινέζικου» τύπου οργανωτικές αρχές της οικονομίας και κατά συνέπεια των κοινωνιών. Σήμερα στην Αμερική το 90% του πλούτου είναι συσσωρευμένο στο 10% του πληθυσμού, δημιουργώντας μια εξόφθαλμα κακόσημη συνθήκη, που για να διατηρηθεί, ήδη αυτό το 10%, το οποίο ορίζεται ως ένα δίκτυο εξουσίας, εργάζεται προς αυτή την κατεύθυνση. Όλοι οι υπόλοιποι οφείλουμε να αγωνιστούμε τόσο ενάντια σ' αυτή την «κινεζοποίηση» της αγοράς και της ζωής μας, όσο και για τη διαμόρφωση ενός νέου μοντέλου ανάπτυξης, εργασίας και κοινωνικής συγκρότησης, στο οποίο θα κυριαρχούν οι ηθικές αρχές της ισονομίας, της ισότητας και της δικαιοσύνης και θα προτάσσεται ως εργαλείο της συλλογικότητας η επαναφορά της τοπικότητας, ως ενίσχυση της δημοκρατίας και της μεσότητας, ως ενίσχυση της αυτάρκειας. Οι αρχές αυτές θα συνθέσουν με ποιο αρμονικό τρόπο την ανθρωπότητα ως ενιαία οντότητα, όπως συνθέτουν ένας δάσος οι επιμέρους ενότητές του. Με άλλα λόγια το αξιακό σύστημα των ανθρώπων χρειάζεται να ξανα-δανειστεί από τη φύση τη σοφία της και να επανασηματίσει τις προτεραιότητές του.

Η κλιματική αλλαγή και η πανδημική κρίση του covid-19, υπό την υπόμνηση της θνητότητας, προσγειώνει τον άνθρωπο στις πραγματικές του ανάγκες. Η ιδιότυπη «χειμερία νάρκη» που υφίσταται η ανθρωπότητα, εξαιτίας του κινδύνου, μάς προσφέρει την ευκαιρία να μειώσουμε την ένταση των ρυθμών και την ταχύτητα με την οποία κινούμαστε. Ένας τρόπος για να το πετύχουμε αυτό είναι να δημιουργούμε ζώνες στις οποίες θα επιτρέπουμε τον αναστοχασμό και το μοίρασμα των εμπειριών μας. Η αναμόχλευση της παρελθούσας εμπειρίας δημιουργεί ένα «κράτημα» του χρόνου και διαστέλλει την κάθε παρούσα στιγμή. Μοιάζει σαν η στιγμή να χωρά έναν ολόκληρο κόσμο βιωμένων εμπειριών δημιουργώντας έναν αποθηκευτικό χώρο με ψυχικά αποθέματα, τα οποία είναι χρήσιμα για το σχεδιασμό και την υλοποίηση των μελλούμενων εμπειριών. Η στιγμή μεγαλώνει τόσο που χωρά το παρελθόν και το μέλλον, δίνοντάς μας την αίσθηση μιας ενιαίας και συνεκτικής ταυτότητας. Ταυτόχρονα βεβαίως μας παρέχει τη δυνατότητα να ονειροπολούμε ως παιδιά και να μη βιαζόμαστε ως γέροντες, δύο αρχές που στη σύνθεσή τους δημιουργούν ένα πιο ώριμο ενήλικα άνθρωπο και μια πιο ώριμη κοινωνία.

Σε αυτή την πορεία αυτοπραγμάτωσης, μέσα από την διασύνδεση της εμπειρίας με το κοινωνικό γίνεσθαι και την αναζήτηση του εαυτού μέσα από τον (και στον) κόσμο, ο βιοματικός οδηγός ψυχοθεραπείας ευελπιστεί να γίνει ένα αναστοχαστικό εργαλείο για όσους επιθυμούν να ταξιδέψουν προς την αναζήτηση της αλήθειας τους. Στόχος είναι να ξεφύγει κανείς από την αυθεντία του υποκειμένου και από την κυριαρχία των μικρών αφηγήσεων, από την κυριαρχία με άλλα λόγια της αποσπασματικότητας και της αυτοαναφορικότητας του υποκειμένου, όπου οι αφηγήσεις εκλαμβάνονται ως ομοίωμα της πραγματικότητας. Επιπρόσθετα, αποσκοπεί, ενάντια στην εργαλειοποίηση της, να στραφεί προς την αναζήτηση των ορίων της πραγματικότητας, διότι το υποκείμενο αυτονομείται όσο αναγνωρίζει τον αντικειμενικό κόσμο, ο οποίος διατρέχεται από τη δική του οντολογική αλήθεια. Τα υποκείμενα σαφώς δεν μπορούν να δουν αντικειμενικά, χρειάζεται ωστόσο να κατανοούν πως δεν κατασκευάζουν την πραγματικότητα, αλλά συμμετέχουν στη λειτουργία της, είναι δηλαδή μέρος του δικτύου οργάνωσης και λειτουργίας του κόσμου, υλικού και άυλου.

Και εν τέλει σε αυτό το πλαίσιο η ψυχοθεραπεία τόσο σε θεωρητικό, όσο και σε πρακτικό επίπεδο οφείλει, παράλληλα με τις ενδοψυχικές και σχεσιακές της θεωρήσεις, να αντικατοπτρίζει τις κοινωνικοπολιτικές συνθήκες και να διεγείρει την αισθητηριακή αντίληψη των θεραπευόμενων σε αυτές. Η ψυχοθεραπεία, με άλλα λόγια, χρειάζεται να γίνει περισσότερο «κοινωνιολογική», ερμηνευτική και αναλυτική. Να στοχεύει στην ερμηνευτική ανάλυση της κοινωνικής πραγματικότητας, μέσω της οποίας θα επιχειρεί να μεταφέρει ένα μήνυμα, το οποίο θα δρα καταλυτικά στη ζώσα πραγματικότητα των θεραπευόμενων. Ο ψυχοθεραπευτής γίνεται στην ουσία ενδιάμεσος μεταξύ εαυτού και κόσμου, μια γέφυρα που επιχειρεί να ενδυναμώσει τους δεσμούς μεταξύ της εσωτερικής και εξωτερικής πραγματικότητας του υποκειμένου. Η καταλυτική αυτή συνεισφορά του θεραπευτή απαιτεί την αυθεντική του στάση, καθώς και τη συνεχή αναζήτηση του εαυτού ως άλλο, δηλαδή της αναζήτησης του κόσμου, ως γνώση του εαυτού. Η σχέση αυτή μεταφέρει, σε όλα τα πεδία, νέες αντικειμενικές αλήθειες, ως υποκειμενικά βιώματα επιτρέποντας την ανάπτυξη της ατομικής ελευθερίας στο πλαίσιο μιας οργανωμένης συλλογικής αίσθησης. Η ψυχοθεραπεία, σύμφωνα με το πρόταγμα της εξελικτικής συστημικής προσέγγισης, έχει ένα ρόλο πολιτικό, συγκεκριαλωτικό και συνάμα κοινωνικοποιητικό, στοχεύει, δηλαδή, στην υποστήριξη του υποκειμένου στην προσπάθειά του να ξεφύγει από τη φάση του καταναλωτή και τις νευρώσεις που αυτή παρήγαγε, δημιουργώντας ένα περισσότερο υγιές πλαίσιο αυτοαναφορικότητας και συλλογικότητας. Και αντιστοίχως, ως θεραπευτές, χρειάζεται να διατελέσουμε ένα κοινωνικό ρόλο και να λειτουργούμε διαμεσολαβητικά, εισάγοντας μια «διαφορά», που θα επιτρέψει την αποδόμηση του σημερινού τρόπου που ο άνθρωπος αντιλαμβάνεται τα πράγματα. Παράλληλα δε αναγκαίο καθίσταται να οικοδομήσουμε ένα νέο επιστημολογικό υπόδειγμα που θα αποτελεί συνάμα και μια νέα κοινωνική πρόταση, όπως επιχειρεί να προτείνει και να εισαγάγει η εξελικτική συστημική προσέγγιση.