

Πανεπιστήμιο Ιωαννίνων
Τμήμα Φιλοσοφίας - Παιδαγωγικής - Ψυχολογίας
Τομέας Ψυχολογίας

Θέματα
Προσανατολισμού
στην Κλινική Ψυχολογία:
Εμπειρικές Συντεταγμένες
[Από τις πανεπιστημιακές παραδόσεις]

© Αντζυ Παλαιολόγου
Οκτώβριος 1996



Πανεπιστήμιο Ιωαννίνων
Τμήμα Φιλοσοφίας - Παιδαγωγικής - Ψυχολογίας
Τομέας Ψυχολογίας

Θέματα
Προσανατολισμού
στην Κλινική Ψυχολογία:
Εμπειρικές Συντεταγμένες
[Από τις πανεπιστημιακές παραδόσεις]

© Αντζυ Παλαιολόγου
Οκτώβριος 1996



ΠΕΡΙΕΧΟΜΕΝΑ**ΣΕΛΙΔΑ**

“Αρχικά...”	2
“Κλινικά...”	5
Μείζονα μοντέλα προσέγγισης στο ζήτημα: φυσιολογικότητα versus μη-φυσιολογικότητα	10
Το βιοϊατρικό μοντέλο	11
Το ψυχοδυναμικό μοντέλο	18
Το περιβαλλοντολογικό μοντέλο	32
“Συνοπτικά...”	45
Σύντομο γλωσσάρι ψυχοδυναμικής	47
Μηχανισμοί άμυνας	56
Ένας πίνακας “ωριμότητας”	113
Γνωσιακή / Γνωστική προσέγγιση	114
Δυσλειτουργικά γνωστικά σχήματα	131
Πίνακες γνωσιακής αναδόμησης	141
“Τελικά...”	147
“Βιβλιογραφικά...”	150



Αρχικά...

Αναπτύσσοντας το μάθημα της Κλινικής Ψυχολογίας σε επίπεδο πανεπιστημιακών παραδόσεων, η έμφαση τείνει σχεδόν αναπόδραστα να τεθεί σε μεγάλα κεφάλαια του κατά γενική παραδοχή αχανούς υλικού του γνωστικού αυτού αντικειμένου.

Η επιλεκτική τούτη τακτική υπαγορεύεται από μια σειρά ζητημάτων, που φανερώνονται προοδευτικά κατά την περιοδική αξιολόγηση της συγκεκριμένης εκπαιδευτικής πρακτικής, και που δεν είναι εύκολα διαχειρίσιμα.

Ενδεικτικά, ένα τέτοιο ζήτημα είναι ο *διατιθέμενος χρόνος* (της τάξης του ενός εξαμήνου την κάθε φορά), που αποδεικνύεται αντικειμενικά περιορισμένος για τη διαπραγμάτευση μιας θεματικής, η οποία επιδέχεται πολυδιάστατης, και άρα χρονικά παρατεταμένης θεώρησης και ανάλυσης. Ένα άλλο, συναφές ζήτημα, αφορά στη *διαχείριση του χρόνου* αυτού, που δεν υπόκειται πάντα κατ' αποκλειστικότητα στην πρωτοβουλία διδάσκοντος προσώπου και διδασκόμενων (για την οργάνωση, λ.χ., εμβόλιμων ωραρίων περαιτέρω κάλυψης τυχόντων κενών στην κατανόηση του υλικού), αφού παρεμβαίνουν συχνά οι έρπυιες απεργιών και καταλήψεων, αλλά και οι επετειακές σιέστες και φιέστες του παρελθόντος μας. Άλλο, πάλι, ζήτημα, που κατατρύχει την ικανοποιητική μετάδοση του υλικού, είναι ότι οι βιβλιογραφικές παραπομπές, που είναι δυνατό να παρασχεθούν στους δέκτες (διδασκόμενες και διδασκόμενους συναδέλφους) του αντικειμένου της Κλινικής Ψυχολογίας, για να αναζητήσουν στοιχεία που θα τους προσφέρουν ευρύτερη ενημέρωση πάνω σε μια δεδομένη θεματική, παραμένουν συχνά νεκρό γράμμα και "επιταγή δίχως αντίκρυσμα" προσκρούοντας στις *ελλιπέστατες βιβλιοθηκονομικές μας συντεταγμένες*, αλλά και στο εν γένει ελλειμματικό βαλάντιο των φοιτητών.

Υπό το κράτος των δυσδιαχειρίστων αυτών ζητημάτων υιοθετείται τελικά η επιλεκτική τακτική μετάδοσης, με την επίγνωση, αλλά και τη διακινδύνευση της πιθανότητας να περιπέσει, αν όχι σε μεροληπτικές, πάντως σε αφαιρετικές, και άρα δυνάμει παρεμποδιστικές για τη διαμόρφωση μιας ολοκληρωμένης εικόνας περί του αντικειμένου, παγίδες.

Δύο από τις *εξ ων ουκ άνευ* ενότητες, που παραδοσιακά στο διεθνή χώρο της Κλινικής Ψυχολογίας επιβάλλεται να διδαχτούν στο πλαίσιο του εν λόγω μαθήματος, είναι η κλασσική ψυχαναλυτική προσέγγιση και η γνωσιακή / γνωστική προσέγγιση. Στο εγχειρίδιο τούτο επιχειρείται η παρουσίαση με συντομία ορισμένων βασικών στοιχείων για την κατανόηση των δύο κυρίαρχων αυτών προσεγγίσεων στην ψυχοπαθολογία.



Είναι αλήθεια ότι η διεθνής, αλλά και η ελληνική βιβλιογραφία πλησιάζουν, θα έλεγε κανείς, τα όρια της *υπερεπάρκειας*, ιδιαίτερα σχετικά με τη φροϋδική, αλλά και τη γνωσιακή / γνωστική θεωρία.

Πέραν όμως της πρακτικής δυσκολίας που συναντούν οι διδασκόμενοι για βιβλιογραφικές αναζητήσεις εκτός σπουδαστηρίων, πέρα από την ουσιαστική έλλειψη χρόνου και χρήματός τους για να πραγματοποιηθεί κάτι τέτοιο, και πέραν της πενίας που διακρίνει ιδιαίτερα τις ραφιέρες των σπουδαστηρίων των περιθωριακών ...συγγνώμη, περιφερειακών ήταν να γραφεί, πανεπιστημιακών ιδρυμάτων, υπάρχει και το ζήτημα έλλειψης δυνατοτήτων *in vivo* εμπέδωσης των διδασκόμενων, με αποτέλεσμα η μετάδοση έστω και των πλέον ζωτικών στοιχείων του μαθήματος να γίνεται, αντί μέσω προσφοράς βιωματικών εμπειριών αυτού, μέσω *in vitro* αφηγήσεων περί αυτού.

Μα και από τούτου του ζητήματος και μόνο, ξετυλίγεται μια νέα σειρά προβληματισμών, που μαζί με τους προαναφερθέντες, συναποτελούν και την ...αιτιοπαθογένεση του παρόντος εγχειριδίου.

Μια προσεκτικότερη ματιά στην υπάρχουσα συγγραφική παραγωγή φανερώνει ότι δεν επικοινωνείται δίχως τα προβλήματά της. Ο όγκος των σελίδων που καταλαμβάνουν τις γόνδολες των βιβλιοπωλείων δείχνει στο σύνολό του να συναπαρτίζει βιβλία, το καθένα από τα οποία τείνει να παρουσιάζει κάθε φορά την ενδοσκόπηση ενός τμήματος μάλλον, παρά την επισκόπηση περισσότερων κεφαλαίων της βασικής κλινικής ψυχολογικής θεματογραφίας. Οι μετρημένες, δε, συγγραφικές εργασίες συναδέλφων, που επιχειρούν φιλότιμες ανασκοπήσεις, είναι κατά κανόνα παλαιές και δείχνουν να επιδέχονται αρκετών προσθηκών. Επιπλέον, κατά τη μετάδοση του εν λόγω γνωστικού υλικού σε προχωρημένες/ους φοιτήτριες και φοιτητές της Ψυχολογίας εμφανίστηκε έντονη η ανάγκη χρήσης παραδειγμάτων (αληθών) *περιστατικών* (case illustrations), προκειμένου για την πληρέστερη κατανόηση των συμπτωματολογικών εννοιών και της έκφρασής τους στην κλινική εικόνα πασχόντων ατόμων - στοιχείων, που δε συνιστούν και το πλέον οικείο πεδίο για τις και τους ατριβείς. Αλλά κι εδώ η έρευνα που ακολούθησε στοχεύοντας στην εξεύρεση καταγραμμένων, και άρα πλέον έγκυρων, τέτοιων παραδειγμάτων που να ικανοποιούν την ανάγκη αυτή δεν έδωσε ενθαρρυντικά αποτελέσματα.

Ενώ η συγγραφική δουλειά πάνω στη φροϋδική θεωρία, για παράδειγμα, είναι εκτενέστατη, (i) οι αναφορές σε πραγματικά ψυχοπαθολογικά περιστατικά είναι εξαιρετικά περιορισμένες. Ακόμη, (ii) ενώ οι *μηχανισμοί άμυνας* αποτελούν θεμελιώδες στοιχείο της όλης θεωρίας, φαίνεται ότι και στη διεθνή βιβλιογραφία σπάνια δημοσιεύονται εργασίες που να τους παρουσιάζουν αναλυτικά. Κι ενώ μια από τις πλέον σύγχρονες προσεγγίσεις των ψυχοπαθολογικών φαινομένων, η γνωσιακή / γνωστική, εμπλουτίζεται στην ξενόγλωσση βιβλιογραφία με την καταγραφή αρκετών περιστατικών

παρμένων από τις σημειώσεις των πανταχόθεν θεραπειών, (iii) στις αντίστοιχες ελληνικές εκδόσεις το σχετικό ενδιαφέρον τείνει να φθίνει.

Με εναρκτήριο λάκτισμα τα δεδομένα αυτά, και μετά την κατά τα τελευταία εξάμηνα επανειλημμένη επιβεβαίωση της αποτελεσματικότητας της χρήσης κλινικών παραδειγμάτων στην εμπέδωση της συναφούς συμπτωματολογίας από τους δέκτες αυτής της γνώσης, τις φοιτήτριες και τους φοιτητές Κλινικής Ψυχολογίας του Πανεπιστημίου των Ιωαννίνων, η παρούσα προσπάθεια ευελπιστεί να συμβάλει γραπτά τουλάχιστο στη μείωση του διάκενου μεταξύ θεωρίας και επίδειξής της μέσω παραδειγμάτων.

Με κανέναν τρόπο, βέβαια, δε διατείνεται η παρουσίαση που ακολουθεί να εξαντλήσει τις πτυχές των ανά χείρας θεματικών.

Στάθηκε αναγκαία η παρουσίασή τους με τον τρόπο αυτό, προκειμένου για τη διευκόλυνση του φοιτητικού δυναμικού να ανταπεξέλθει στις διδακτικές, και (δυστυχώς;) στις εξεταστικές απαιτήσεις του μαθήματος, αλλά και γενικότερα, προκειμένου για τη συγκέντρωση, σε μια ενότητα που θέλει να ισχυρίζεται πως πλησιάζει το χαρακτηρισμό της ικανοποιητικής, αυτών καθεαυτά, των παραδειγμάτων ψυχοπαθολογίας, τα οποία κατέχουν θέση πρωταρχικής σημασίας για την εμπέδωση σε δύο κυρίως θεωρητικές προσεγγίσεις - μια παλιά, αλλά εντυπωσιακά επίκαιρη, και μια νεότερη, αλλά εντυπωσιακά ώριμη, που φαίνεται να δεσπόζουν στο χώρο της Ψυχολογίας.

Ευχαριστώ θερμά τόσο για την παρουσία τους, όσο και για τα σχόλιά τους, αλλά και τις ερωτήσεις τους, που αποτέλεσαν το έναυσμα για την περαιτέρω επεξεργασία του αρχικού κειμένου, τους ενθουσιώδεις θεατές, παρατηρητές και συμμετέχοντες στις παραδόσεις του μαθήματος, των οποίων, άλλωστε, η επανατροφοδότηση για το παρόν εγχείρημα θα ισοδυναμεί με την προσυπογραφή (ή όχι;) “έκδοσης σχετικής άδειας” να δει την τυπογραφική πρέσα το σχεδόν ολοκληρωμένο σύγγραμμα, μέρος του οποίου αποτελούν οι παρούσες σημειώσεις.

Άντζυ Παλαιολόγου



Κλινικά...

Από λέξεις-κλειδιά που ήδη εμφανίστηκαν στο παραπάνω σημείωμα γίνεται φανερό ως ένα βαθμό το ύφος των υπό διαπραγμάτευση στοιχείων στις σελίδες που ακολουθούν.

Κλινική Ψυχολογία είναι ο κλάδος της επιστήμης της Ψυχολογίας που ειδικεύεται στη διάγνωση, διαφοροδιάγνωση, ταξινόμηση, αγωγή, θεραπεία, πρόληψη, πρόβλεψη και έρευνα που αφορούν στην “παρεκκλίνουσα”, “δυσλειτουργική”, “δυσπροσαρμοστική”, “μη-φυσιολογική”, “ανώμαλη”, “τρέλλη”, “άρρωστη” συμπεριφορά του ατόμου.

Οι λέξεις του είδους ενδεχομένως προσδίδουν μια βαρύτητα στην εικόνα του επιστημονικού αυτού κλάδου, δημιουργώντας εκ πρώτης όψεως μια αντίδραση, θα έλεγε κανείς, δυσανεξίας, και το φόβο ενός αδιεξόδου.

Είναι αλήθεια ότι, όπως εκτενώς θα φανεί από τη συζήτηση που ακολουθεί, το ζήτημα της μη-φυσιολογικότητας παραμένει κατά το μάλλον ή ήττον ανεπίλυτο. Είναι επίσης αλήθεια ότι παρακάμπτοντας με δυσκολία τις παγίδες της καθομιλούμενης γλώσσας, ορισμένες λέξεις τύπου “τρέλλα” έχει κατορθωθεί να απομακρυνθούν από τη σημερινή νομενκλατούρα (ονοματολογία) της Κλινικής Ψυχολογίας, λόγω της διαπολιτισμικής και ιστορικής αρνητικής τους επένδυσης. Και είναι γεγονός ότι ακόμη και το πλήθος των αυστηρά και προσεκτικά επιλεγμένων όρων δε μπορεί αναγκαστικά να εξασφαλίσει και να νομιμοποιήσει την κακή πρόθεση του χρήστη τους, που, για παράδειγμα, προκειμένου για μια εκτόνωση της επιθετικότητάς του, απευθυνόμενος σε κάποιον που όντως υποφέρει από μια οποιαδήποτε ψυχική πάθηση, θα τον αποκαλέσει “άρρωστο”, προσθέτοντας τα αντίστοιχα κακεντρεχή θαυμαστικά στον τόνο της ...κατηγορίας που εξαπολύει.

Παρά ταύτα, η ανάγκη επικοινωνίας με κάποια βάση, έστω συμβατική, προκειμένου για την ανακούφιση και του μη σωματικά προσδιορίσιμου, ψυχικού ανθρώπινου πόνου, περιχαράκωνει τη χρήση τέτοιων όρων, αφήνοντας στην ευγενή διάθεση αυτού που τους επικαλείται, τόσο την υφολογική προσφορότητα, όσο και αυτή καθεαυτήν, τη γνώση σχετικά με την ακρίβεια αυτού που επικοινωνείται.

Η ποικιλία των προσεγγίσεων, των τακτικών πρακτικής και των επιμέρους τεχνικών μεθόδευσης της Κλινικής Ψυχολογίας είναι σχεδόν ανεξάντλητη, και οι αλληλεπικαλύψεις τους τείνουν να ισορροπούνται από διαρκείς καινοτομίες στη σύλληψη ή και τις εφαρμογές τους.

Μολονότι ο παραπάνω ορισμός της Κλινικής Ψυχολογίας ως κλάδου εφηρμοσμένης Ψυχολογίας ισχύει, οι σύγχρονοι κλινικοί γνωρίζουν πως η κατεύθυνση της, για παράδειγμα, ερευνητικής πράξης τείνει να απομακρυνθεί από την κυρίως κλινική θεραπευτική πράξη, και έτσι οι κλινικοί ψυχολόγοι

που ασχολούνται με τη διάγνωση, την αγωγή και τη θεραπεία πραγματικών περιστατικών πασχόντων, τείνουν να επιτελούν τούτο κατ' αποκλειστικότητα, και να έλκουν τη λοιπή μεθοδολογική και εμπειρική τους στάση από τα ευρήματα των κλινικών ψυχολόγων που καταπιάνονται με τη συναφή έρευνα σχεδόν αποκλειστικά.

Η εξειδίκευση διατρέχει κατά κανόνα τον κίνδυνο της αλλοτρίωσης, και αν συνυπολογίσει κανείς τη σύμφυση πολλών θεωρητικών σχημάτων της Γενικής, λόγου χάριν, Ψυχολογίας, με τις θεραπευτικές εφαρμογές τους στο χώρο της Κλινικής, είναι δυνατό τα πράγματα να περιπλακούν δυσδιάκριτα. Για να προστεθεί μια ακόμη παράμετρος "συσκότισης", θα μπορούσε κανείς να θίξει τις διαφοροποιήσεις εντός των πλαισίων της κάθε Σχολής σκέψης στο χώρο της Κλινικής Ψυχολογίας, όπως στην περίπτωση του ψυχοδυναμικού μοντέλου, που, ενώ αρχικά ταυτίστηκε με τη μεγαλώνυμη φυσιογνωμία του Sigmund Freud, οι συνεχιστές του διαφοροποίησαν ορισμένες θέσεις τους δημιουργώντας νέες, αυτόνομες Σχολές.

Επιπλέον, οι διαφοροποιήσεις στη χρήση των πολυάριθμων τεχνικών προσέγγισης γίνονται ενίοτε αφετηρία σχισμάτων μεταξύ προηγουμένως ομόγνωμων θεραπευτών, όπως στην περίπτωση των γνωσιακών αναλυτικών ψυχολόγων, που παρά την ιστορικά εμπειρική τους καταγωγή, υιοθέτησαν πρακτικές της κλασσικής ψυχαναλυτικής Σχολής και απομακρύνθηκαν ικανά από τους καθεαυτό γνωσιακούς συναδέλφους τους.

Πολλοί "μύθοι" διέπουν την Κλινική Ψυχολογία, και συχνά ο κοινός νους τη συγχέει με την Ψυχιατρική. Εν όψει των ενδεικτικά προαναφερθέντων διακλαδώσεων στο χώρο της Κλινικής Ψυχολογίας, είναι ευνόητο ότι διαφαίνεται και η πρώτη της διαφορά από την Ψυχιατρική: ο παρατεταμένος χρόνος υποχρεωτικής αφοσίωσης στην κλινική εξειδίκευση τόσο της μιας όσο και της άλλης ειδικότητας περιορίζει σε τέτοιο βαθμό τον όχι και ...αιωνόβιο κλινικό, ώστε μόνο σαν πάρεργο συμπληρωματικό και κάποτε μόνο διανθιστικό της κυρίως πρακτικής του στη μια επιστήμη να είναι σε θέση να χρησιμοποιεί την άλλη. Ένα στοιχείο ενδιαφέρον είναι ότι σε όλα τα κέντρα του δυτικού πολιτισμού που προάγουν και ευνοούν αμφοτέρους τους κλάδους, η Κλινική Ψυχολογία και η Ψυχιατρική ανήκουν πάντα ομού στην εκάστοτε Ιατρική Σχολή - σε όλα, με εξαίρεση την Ελλάδα... Όπως θα κατανοεί κάθε σύννους παρατηρητής, η συστέγαση αυτή δε γίνεται για λόγους πλημμελούς κτιριακής υποδομής.

Η κλινική πρακτική που εφαρμόζεται από την Κλινική Ψυχολογία ιδεατά θα πρέπει να βρίσκεται σε συνέργεια με εκείνη της Ψυχιατρικής, δεδομένης ακριβώς της από θετικών επιστημών καταγωγής της δεύτερης, και της από θεωρητικών επιστημών καταγωγής της πρώτης - χαρακτηριστικών, που τις καθιστούν σχεδόν εξ ορισμού συμπληρωματικές επιστήμες στην υπηρεσία του ανθρώπου. Ενώ, βέβαια, ο κλινικός ψυχολόγος οφείλει να γνωρίζει βασικά στοιχεία κλινικής ψυχιατρικής, φαρμακολογίας, ενδοκρινολογίας και



ανατομίας, προκειμένου να έχει επίγνωση των τυχόντων αλλοιώσεων που η κλινική εικόνα ενός περιστατικού έχει υποστεί, λόγω, επί παραδείγματι, ενός πρόσφατου εγκεφαλικού επεισοδίου, ο ίδιος δε θα είναι και εκείνος που θα υπογράψει μια φαρμακευτική συνταγή, μόλο που συχνότατα σε πλαίσιο καλής διεπιστημονικής συνεργασίας, θα του ζητηθεί να την προσυπογράψει. Αντίστοιχα, ενώ μια ψυχίατρος θα όφειλε να γνωρίζει βασικά στοιχεία κλινικής ψυχολογίας, ως προς τις διάφορες Σχολές, τις ιδιαιτερότητες των θεωρητικών και πρακτικών εφαρμογών σύμφωνα με τα ιδιοσυγκρασιακά χαρακτηριστικά του εκάστοτε ασθενή, τις αρμόζουσες παραλλαγές εκτέλεσης στρατηγικών και τεχνικών κατ' άτομο, κττ, προκειμένου να είναι σε θέση να παράσχει άμεση βοήθεια σε έναν ασθενή, που προσέρχεται στο γενικό νοσοκομείο με αιτίαση, λ.χ., στηθάγχης (καρδιολογικού προβλήματος), αλλά που η διαφορική του διάγνωση επιβεβαιώνει κρίση πανικού (ψυχολογικού προβλήματος, σημαντικής ομοιότητας με τη συμπτωματολογία της στηθάγχης), η ίδια δε θα είναι κανονικά σε θέση να αφιερώσει τον εκτενή χρόνο και την ειδική τεχνογνωσία που απαιτείται για τη μεθοδική ουσιαστική θεραπεία του. Ιστορικά, από την εργασία και έρευνα πλήθους ψυχιάτρων η Κλινική Ψυχολογία έχει εμπλουτιστεί με θεμελιώδεις τεχνικές και τακτικές θεραπείας πασχόντων. Σήμερα, πολλοί ψυχίατροι εργαζόμενοι στο χώρο της Κλινικής Ψυχολογίας προάγουν τις θεωρητικές και τις εμπειρικές της θέσεις. Η μετεκπαίδευση στο χώρο της δια του λόγου, των μεθόδων της σωκρατικής μειευτικής και της πειθούς του ασθενή δίχως κατ' ανάγκην επιστρατεύσεις της φαρμακευτικής, αποτελεί προσόν που γρήγορα βρίσκει τη δικαίωσή του στο πεδίο της αποθεράπευσης του πάσχοντα.

Από την άλλη πλευρά, ο επιθετικός προσδιορισμός "Κλινική" στον κλάδο της θεραπευτικής ψυχολογίας προϊδεάζει λανθασμένα για μια δήθεν αποκλειστική αντιμετώπιση προβλημάτων ατόμων που μεταφορικά ή κυριολεκτικά είναι κλινήρη. Ωστόσο, ο προσδιορισμός αυτός αφορά στο εύρος μάλλον, παρά στον περιορισμό του κλάδου ως προς το αντικείμενό του. Με τη διαπίστωση ότι όχι όλα τα περιστατικά πασχόντων ατόμων χρήζουν ψυχιατρικής παρακολούθησης, αλλά ότι θα επωφελούνταν δραματικά από την ψυχολογική στήριξη την προερχόμενη από ειδικούς κλινικούς ψυχολόγους, η Κλινική Ψυχολογία ορίζει το πεδίο των ενασχολήσεών της και αναφορικά προς τα μη διαγνωσμένα ως ψυχιατρικά περιστατικά. Η διαχείριση του καθημερινού stress, της παρατεταμένης του επίδρασης που ορίζεται ως άγχος, των προβλημάτων χαμηλής αυτοαντίληψης, των συμπλεγμάτων κατωτερότητας (ή, για το θέμα αυτό, και ανωτερότητας), των διαταραχών της συμπεριφοράς σε περιπτώσεις όπως η κλεπτομανία, η επιδειξιμανία, η ανορεξία, η βουλημία, η σεξουαλική δυσλειτουργία - για μια μόνον ακροθιγή, τυχαία δειγματοληψία - είναι ανάμεσα στα αντικείμενα ενασχόλησης της Κλινικής Ψυχολογίας.

Οι πρόοδοι στην κατεύθυνση διερεύνησης των όποιων εκδηλώσεων ψυχοπαθολογίας σε όλες τις πιθανές εκφάνσεις της διαβίωσης, έχουν κατά



πολύ χειραφετήσει συγκεκριμένες ομάδες επαγγελματιών με ιδιαίτερα κλινικά ενδιαφέροντα, με αποτέλεσμα ο επιστημονικός αυτός κλάδος να εγκολπώνει πλέον στις μέρες μας ειδικότητες επί σχεδόν παντός επιστητού: Έτσι, ειδικές κατευθύνσεις που μ' όλη την αυτονομία τους ως ξεχωριστών ειδικοτήτων, μπορούν να γίνουν πεδίο δράσης και κλινικών ψυχολόγων, περιλαμβάνουν την ατομική, την ομαδική, την οικογενειακή, τη βιομηχανική, την εργασιακή, τη δικαστική, την ιατρική, τη σχολική ψυχολογία. Την ίδια στιγμή που ειδικά πεδία σαν αυτά μπορούν να απασχολήσουν κλινικούς, οι τελευταίοι είναι δυνατό να πρεσβεύουν διαφορετικές θεωρίες, και συνεπώς να προσδίδουν διαφορετικό θεωρητικό προσανατολισμό, διαφορετικές μεθοδολογικές αξίες και διαφορετικά αποτελέσματα στην παρέμβασή τους.

Πριν κλείσει η εισαγωγική αυτή ενότητα, μια παρατήρηση περί αυτοδιάγνωσης...

Οι φοιτήτριες και οι φοιτητές του μαθήματος Κλινική Ψυχολογία I ανά τον κόσμο έχει συχνότατα σημειωθεί να προβληματίζονται σοβαρά κατά την πρώτη επαφή τους με το υλικό που διδάσκεται. Αναμφίβολα, από των περισσότερων τη σκέψη έχει περάσει κατά καιρούς η ιδέα αμφισβήτησης της φυσιολογικότητάς τους/μας. Το φαινόμενο έχει άτυπα καταχωρηθεί και ως σύνδρομο, "το σύνδρομο του πρωτόπειρου κλινικού" (intern's syndrome), που αφορά και σε πρωτόπειρους, ατρίβεις σπουδαστές Ιατρικής. Πρόκειται για μια τάση ιδιότυπης ανάγνωσης της κλινικής ψυχοπαθολογίας, με σημείο αναφοράς τον εαυτό και ακόλουθη εντύπωση εντοπισμού πλείστων όσων συμπτωμάτων και συνδρόμων στον ίδιο τον αναγιγνώσκοντα ή στην ίδια την αναγιγνώσκουσα, στην ίδια της/του τη συμπεριφορά, στα ίδια του/της τα χαρακτηριστικά.

Ενώ τούτο είναι, για μεγάλο μέρος του συγκεκριμένου υλικού που μεταδίδεται εδώ, σχετικά "ασφαλές" και ίσως και χρήσιμο, είναι ανάγκη να υπογραμμιστεί η γενικότερη επικινδυνότητα της απόπειρας. Με σύνεση, μέτρο, και ειλικρινή διάθεση ενόρασης και αυτοβελτίωσης, διαπιστώσεις και εντοπισμοί ψυχολογικών χαρακτηριστικών, όπως μια τάση συχνής επιστράτευσης ενός μηχανισμού άμυνας ή ενός αρνητικού σχήματος σκέψης, θα μπορούσαν κατά τι να συντελέσουν και θετικά στην αυτογνωσία. Αν αναλογιστεί, όμως, κανείς, τους απεριόριστους ειδικούς περιορισμούς που θέτει η ιδιαιτερότητα του κάθε ανθρώπου, εν ονόματι της οποίας μπορεί να αναδιαρθρωθεί εκ βάθρων μια "τυπική" διάγνωση, κι αν συνυπολογίσει τις πιθανότητες ενός ίσως χαμηλού βαθμού αυτοεκτίμησης, ή ενός υψηλού βαθμού υποβολιμότητας στο άτομο, ώστε να τείνει να μεμψιμοιρεί ή ακόμη και να υιοθετεί χαρακτηριστικά που "βρίσκει" να το "φωτογραφίζουν", αλλά κατά κανόνα απέχουν παρασάγγες από την πραγματικότητά του, επιβεβαιώνεται ένα φάσμα κινδύνων που θα εγκυμονούσε το εγχείρημα μιας αυτοδιάγνωσης...



Σε περίπτωση επιμονής στην απόπειρα, με την οποιαδήποτε επιβεβαιωτική διαπίστωση τυχούσας παρέκκλισης από το επιθυμητό για τον εαυτό, ή και τους σημαντικούς άλλους, ιδεώδες, προτείνεται ανεπιφύλακτα η διακοπή της *in vitro*, μεμονωμένης στο αναγνώστηριο, “αποστείρωσης”, και η εξωτερίκευση των σχετικών προβληματισμών σε *in vivo* συνθήκες, προς φιλικά και υποστηρικτικά τουλάχιστο πρόσωπα - αν μη τι άλλο, στο όνομα ενός ρεαλιστικού ελέγχου της πραγματικότητας...



Το εγχειρίδιο στο πρώτο μέρος του επιχειρεί αναδρομή στα τρία επικρατέστερα μοντέλα προσέγγισης στο ζήτημα: φυσιολογικότητα versus μη-φυσιολογικότητα.

Υστερα από ένα σύντομο γλωσσάρι ψυχοδυναμικών όρων, προχωρεί στην ανάλυση μιας σειράς από μηχανισμούς άμυνας, που τείνουν να επιστρατεύονται, βάσει της ψυχοδυναμικής θεωρίας, λίγο-πολύ από όλα τα άτομα, αλλά δυνάμει εγκυμονούν και ψυχοπαθογένεση.

Το τελευταίο μέρος του εγχειριδίου ανοίγει, χωρίς ασφαλώς να διυλίζει, το κεφάλαιο της γνωσιακής/γνωστικής προσέγγισης, κατονομάζοντας δεινές φυσιογνωμίες θεμελιωτών του, απαριθμώντας συνήθη γνωσιακά λάθη, και συνοψίζοντας τυπικά δυσλειτουργικά σχήματα στα οποία, και πάλι, όλα τα άτομα είναι δυνάμει επιρρεπή, αλλά η υψηλή συχνότητα επιστράτευσής τους, η ένταση με την οποία προκύπτουν, και τα αρνητικά τους αποτελέσματα είναι δυνατό να συνιστούν ψυχοπάθεια.



ΜΕΙΖΟΝΑ ΜΟΝΤΕΛΑ ΠΟΣΕΓΓΙΣΗΣ ΣΤΟ ΖΗΤΗΜΑ: ΦΥΣΙΟΛΟΓΙΚΟΤΗΤΑ VERSUS: ΜΗ-ΦΥΣΙΟΛΟΓΙΚΟΤΗΤΑ

...Κι αν με ρωτούσατε θα σας απαντούσα
ότι η ομαλότητα
είναι ένα τετράπλευρο τρίγωνο
ή ένας τετραγωνικός κύκλος

Thomas Szasz,

Πανεπιστημιακές Παραδόσεις

Upstate Medical Center, State University of New York

Το πρωταρχικό ερώτημα που τίθεται διεθνώς στο πλαίσιο της Κλινικής Ψυχολογίας σχετίζεται με την έννοια και τον καθορισμό των παραμέτρων που αφορούν στην αντιδιαστολή μεταξύ “φυσιολογικότητας” και “μη-φυσιολογικότητας”, “ομαλού” και “μη-ομαλού”, “υγιούς” και “ασθενούς”. Δεδομένης της δυσκολίας να τεθούν σαφή όρια μεταξύ αυτών αλλά και της ανάγκης θεμελίωσης κάποιας τυπολογίας με ευρεία αποδοχή και απώτερο σκοπό την παροχή βοήθειας σε άτομα που είναι δυνατό να θεωρηθούν ή / και να θεωρήσουν εαυτόν ως ενδεή στήριξης (σε ψυχολογικό, αλλά και σε επίπεδο επιβίωσης), έχουν ιστορικά αναπτυχθεί μια σειρά από θεωρίες, οι οποίες επιχειρούν να προσεγγίσουν το ζήτημα: φυσιολογικότητα versus μη-φυσιολογικότητα με τρόπο αποτελεσματικό για την ανακούφιση του ανθρώπινου πόνου.

Ομαδοποιούμενων των θεωριών αυτών, προς χάριν μιας σφαιρικής θεώρησης των πραγμάτων, τρία μείζονα ερμηνευτικά σχήματα - μοντέλα μπορούν να εντοπιστούν σήμερα: το βιοϊατρικό μοντέλο, το ψυχοδυναμικό μοντέλο και το περιβαλλοντολογικό μοντέλο.

¹ Η μη-φυσιολογικότητα συνιστά πρωτεύον ψυχοκοινωνικό θέμα. Πέρα από τους επαγγελματίες της υγείας - ψυχιάτρους, κλινικές/ούς ψυχολόγους, ψυχολόγους άλλων ειδικοτήτων, νοσοκόμες/ους, νοσηλευτές/ιες και επισκέπτες/ιες υγείας, γενικές/ούς παθολόγους, φαρμακοποιούς και μικροβιολόγους, κοινωνικές/ούς λειτουργούς και λογοθεραπευτές/ιες, και σχεδόν όλους τους λειτουργούς του δημόσιου και του ιδιωτικού τομέα που άμεσα ή έμμεσα ασχολούνται με την παρέκκλιση από τη φυσιολογικότητα - εμπλέκει την ενεργό και πλήρη συμμετοχή πλήθους φαινομενικά άσχετων με το χώρο επαγγελματιών, δικηγόρων, δικαστικών, εγκληματολόγων, εκπαιδευτικών, και ιερέων. Φιλόσοφοι, θεολόγοι, πολιτικοί, δημοσιογράφοι, ζωγράφοι, γλύπτες, μουσικοί, αλλά και ολόκληρες υπηρεσίες, όπως τα υπουργεία υγείας, αθλητισμού, πολιτισμού, η ένωση καταναλωτών και μη-κυβερνητικοί οργανισμοί, καθώς επίσης και πολίτες (λ.χ., οι κάτοικοι της νήσου Λέρου) έχουν συνυφάνει την επαγγελματική, ή και ιδιωτική ζωή τους στην προσέγγιση της ανθρώπινης διαφορετικότητας: πρβλ: Ullman, L.P. and Krasner, L., 1969. A psychological approach to abnormal behavior, Prentice-Hall International, London.

ΤΟ ΒΙΟΪΑΤΡΙΚΟ ΜΟΝΤΕΛΟ

Τι μπορώ να ξέρω;
Τι πρέπει να κάνω;
Τι μπορώ να ελπίσω;
Τι είναι ο άνθρωπος;
Immanuel Kant
Handbook

Το βιοϊατρικό μοντέλο θεωρεί τη μη-φυσιολογικότητα φυσική διαταραχή χημικής ή ανατομικής αιτιοπαθογένεσης και τείνει να την προσεγγίσει καταπολεμώντας τα αίτιά της με αντίστοιχες χημικές και άλλες επιθετικές τακτικές (λ.χ. επιθετικές διαγνωστικές μέθοδοι τύπου καθετηριασμού, χειρουργικές επεμβάσεις, κτό.).

Η θεμελιώδης υπόθεση του μοντέλου χρονολογεί την ύπαρξή της από αρχαιότητας, καθώς ο μεγάλος άγνωστος, ο ψυχικός πόνος, συνδέθηκε νωρίς, αν και συγκεχυμένα, με την πνευματική ισορροπία, κι αφού διυλίστηκε στα θεολογικά φίλτρα, εξαρτήθηκε από τον εγκέφαλο, εγκαλώντας μιαν ανατομική-φυσιολογική προσέγγιση: αυτή, με ασφάλεια θα προέτασσε το αξίωμα ότι ένα υγιές σώμα δε θα ήταν δυνατό να εγκατοικείται από ένα ασθενές πνεύμα - και αντίστροφα, ότι ένας υγιής νους θα ήταν ασύλληπτο να ενυπάρχει σε κάποιο ασθενές σαρκίο.

Ταυτόχρονα όμως, η ίδια προσέγγιση θα προσέδιδε βαρύτητα στην απτή, συλλήψιμη, και άρα μετρήσιμη, διαχειρίσιμη, και ευσεβώς ποθούμενη αντικειμενική στάθμιση των *αποτελεσμάτων* μιας τέτοιας ασυμφωνίας, επί των ορατών περιοχών του σώματος και της συμπεριφοράς².

² Οι απόπειρες να προσδιοριστεί η μη-ομαλότητα χρονολογούνται ήδη από των προϊστορικών χρόνων, κι έχουν προταθεί πολλά κριτήρια προκειμένου για τη χάραξη διαχωριστικών γραμμών μεταξύ "ομαλών" και "μη-ομαλών". κανένα από τα οποία δεν είναι δυνατόν αυτόνομα να καλύψει τις αυξομειούμενες αποστάσεις μεταξύ των δύο καταστάσεων, ενώ ακόμη και η συνδυαστική τους επιστράτευση δε φαίνεται να οριστικοποιεί λύσεις. Το *στατιστικό κριτήριο* περιθωριοποιεί, αν όχι κι εξισώνει, νοητικά α-σθενείς και νοητικά "υπερεπαρκείς" (λ.χ., ιδιοφυίες και ειδικούς δεξιότητες) στο όνομα μιας τελικά κατ' ευφημισμόν νόρμας εφήμερων συχνοτήτων ομοιότητας, η οποία μάλλον θα μεταγραφόταν ακριβέστερα ως θλιβερή σύμβαση (Mowrer, O.H., 1968. What is abnormal behavior? In: L.A. Pennington and I.A. Berg (eds.), An introduction to clinical psychology, Ronald, N.Y.). Το κριτήριο κοινωνικής αποδοχής σχεδόν προϋποθέτει την απουσία ενδο- και δια-πολιτισμικών διαφορών, καθώς κι αυτή, την ιστορική στασιμότητα, προς χάριν μιας ύποπτης εξουσιοδότησης των αυτοαποκαλούμενων ως πλειοψηφίας για (επλεκτική;) εξοστράκιση ή εγκλεισμό παντοιοτρόπως στιγματισμένων ομόρων τους. Ομοίως, το *ηθικό κριτήριο* προιδεάζει για ένα δήθεν θεμελιώδες και οικουμενικά παραδεκτό σύστημα αξιών, η βιωσιμότητα του οποίου θα ήταν (μόνον ιδεαλιστικά) αδιαφιλονίκητη, το δε πολυσχιδές της



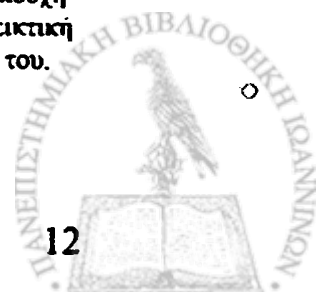
Η θεμελιώδης αυτή υπόθεση ενισχύθηκε από τη σχετική αποτελεσματικότητα της θεραπευτικής παρέμβασης στον πόνο με, λ.χ., μαλάξεις, αρωματικές αναθυμιάσεις και χρήση βοτάνων σε ολόκληρη την αρχαία Ελλάδα, Αίγυπτο και Κίνα, καθώς και από την αποθέωση της αξίας του κάλλους, που όντως συνδέθηκε με την ψυχοπνευματική ευρωστία.

Πρόκειται για τη θεμελιώδη υπόθεση της οργανογένεσης τόσο του σωματικού, όσο και του ψυχικού πόνου, την οποία, με τη συνδρομή της διαρκούς επιστημονικής παρατήρησης, ενδυνάμωσε κατά τρόπο κρίσιμο η προσθήκη του κεφαλαίου της κληρονομικότητας.

Η κεντρική ιδέα των αποπειρών καθορισμού και αιτιολόγησης του ψυχικού πόνου είναι ίσως εμφανής: όπως και με τη σωματική, οργανική νόσο, η ψυχοδιανοητική διαταραχή, εξ ορισμού δυσκολότερη στην κατανόησή της, χρειάζεται να οριστεί, να διαγνωστεί, να ανακουφιστεί, και, ει δυνατό, να θεραπευτεί. Ανάμεσα σε αυτές τις λέξεις-κλειδιά του βιοϊατρικού μοντέλου σημαντική θέση επέχει και η κατηγοριοποίηση των διαφόρων ψυχοδιανοητικών προβλημάτων. Η συσσωρευμένη πείρα από την παρατήρηση και καταγραφή των συμπτωμάτων της σωματικής νόσου πρόσθεσε, μεταξύ άλλων, και την ανάγκη οργάνωσης και κατάταξης των ψυχικών συμπτωμάτων.

Ήδη ο ίδιος ο Ιπποκράτης είχε προσφέρει το πρώτο τυπολογικό σχήμα μιας τέτοιας οργάνωσης, προτείνοντας την απόδοση των διαφορετικών ψυχικών διαταραχών στους τέσσερις "χυμούς" του σώματος: το αίμα, το φλέγμα, την

ανθρώπινης φύσης θα συρρικνωνόταν υπαγόμενο στην εναρμόνιση με κώδικες μοιραία πεπερασμένους και απειλούμενο με εκδίκηση αξιωματικά (:) αλάνθαστων κριτών [πρβλ τη συναρπαστική συζήτηση του Nemiah, J.C., 1961, Foundations of psychopathology, Oxford University Press, N.Y., για το αδιέξοδο συγκριτικής αξιολόγησης της επικινδυνότητας μεταξύ ενός αλκοολικού, που υπό την επήρεια οινοπνεύματος βίασε και δολοφόνησε το θύμα του, και του επίσημου δημίου μιας αμερικανικής πολιτείας, που στο ενεργητικό του είχαν καταχωρηθεί οι περισσότερες (387) εκτελέσεις βαρυνκοινιτών στην έως τότε ιστορία της Ένωσης]. Προβλήματα θα παρουσίαζε και η ισχύς μεμονωμένου του κριτηρίου της υποκειμενικής δυσφορίας του πάσχοντα προκειμένου για μια ιδεατά αναμφισβήτητη κατοχύρωση της μη-φυσιολογικότητάς του, αν αναλογιζόταν κανείς την πεπεισμένη για την "αποδεδειγμένα παρούσα άλυτο φυσικών νόσων της" υποχόνδρια ασθενή από τη μία πλευρά, και τον επίσης πεπεισμένο για την ψυχική και σωματική του υγεία παρανοϊκό ασθενή από την άλλη. Επιπλέον, το κλινικό κριτήριο εμφανίζει εξ ορισμού του προβλήματα ταυτολογίας, αφού σύμφωνα με αυτό η απουσία νόσου ορίζει την υγεία, αλλά και η απουσία υγείας προσδιορίζει την ύπαρξη νόσου. Ο δε ενθουσιασμός των τελευταίων δεκαετιών για την επίδοση σταθμισμένων ερωτηματολογίων (και δομημένων συνεντεύξεων) προς την κατεύθυνση της κολυπόθητης αντικειμενικής αξιολόγησης της μη-φυσιολογικότητας με βάση το κριτήριο της μαθηματικής αμεροληψίας, πέρα από προσκρούσεις σε μεθοδολογικά θέματα σύνταξης, στάθμισης, αντιπροσωπευτικότητας, εγκυρότητας και αξιοπιστίας, έφερε στην επιφάνεια μεταξύ άλλων και το ζήτημα των υποκειμενικά καθορισμένων ενδιαφερόντων και στόχων της εκάστοτε ερευνητικής ομάδας μελέτης, ώστε σήμερα να έχουν επιδικαστεί τα προσήκοντα στην άλλοτε εξιδανικευμένη εκδοχή της μέτρησης του ψυχισμού, υπολογίζοντας το ερωτηματολόγιο για την εργαστηριακά ενδεικτική του συμβολή μάλλον, παρά για την αποκλειστική του επιβολή, και αλλάζοντας τη σημασία του, από κανονισμό αποκρυστάλλωσης σε εργαλείο βολιδοσκοπησης.



κίτρινη (τα ούρα) και τη μέλαινα (μαύρη) χολή³. Τη χαρακτηριστική αυτή οργάνωση αναδιάρθρωσε στο ίδιο πνεύμα ο Ernest Kretschmer (1889-1964), περιγράφοντας έναν μικτό, το δυσπλαστικό, και τρεις βασικούς ανθρώπινους τύπους: τον πυκνικό, τον ασθενικό, και τον αθλητικό, και αντιστοιχίζοντας τον καθένα τους με παρατηρημένες ψυχοπαθολογικές προδιαθέσεις⁴. Με την ανθρωπομετρική τυπολογία του Sheldon (1944) η χαρακτηριστική θεώρηση της ψυχοπαθολογίας βρήκε τη γέφυρα που θα την ένωνε με τη σύγχρονη διαγνωστική νοσολογία: η ιδιοσυγκρασιακή διάσταση της προσωπικότητας του ατόμου διατυπώθηκε μέσα από τη δομική σωματολογία που ο Sheldon κληροδότησε στην ιστορία της Ιατρικής⁵.

Πολλά οφείλει το βιοϊατρικό μοντέλο στη συμβολή του Wilhelm Griesinger (1817-1868), του πλέον ισχυρού υποστηρικτή της σωματογενούς αιτιολόγησης (somatogenic causation) της ψυχοπάθειας. Κι ακόμη περισσότερο οφείλονται στο μαθητή του, Emil Kraepelin (1855-1926), που, πολύ πριν την πρώτη συγγραφή των σημερινών επίσημων εγχειριδίων ταξινόμησης των ψυχικών νόσων, έθεσε τα μεθοδολογικά θεμέλια για τη συστηματοποίηση της διαγνωστικής διαδικασίας, με την οργανωμένη παρατήρηση, την κατάταξη ομάδων συμπτωμάτων σε σύνδρομα και τη διατύπωση πρόγνωσης για κάθε επιμέρους νοσολογική οντότητα.

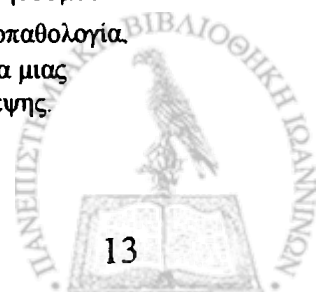
Σήμερα, από τα γνωστότερα εργαλεία διαγνωστικής και πρόγνωσης* στο χώρο της Ψυχιατρικής και της Κλινικής Ψυχολογίας είναι το **International Classification of Mental and Behavioural Disorders**, παράρτημα του

³ Ο αιματώδης τύπος διακρίνεται για την αιμοδοξία και την ευμεταβλητότητά του, ο φλεγματικός για την ψυχρότητα, την αυτοκυριαρχία και την ασθηρότητά του (ιδιαίτερα στο σεβασμό και την τήρηση κανόνων), ο χολερικός για την οξύθυμία, τη νευρικότητα και τη δυστροπία του (πρβλ: "πικρόχολος), κι ο μελαγχολικός για την απαισιοδοξία, την ατονία, την αθυμία, την καταθλιπτική μορφή διάθεσής του.

⁴ Ο δυσπλαστικός τείνει να παρουσιάζει συμπτώματα ενδοκρινολογικής δυσλειτουργίας, εξ ου και η δυσανάλογη σωματική του δομή, ο πυκνικός (κοντόχονδρος και μαλθακός) είναι εύθυμος, πρακτικός, κοινωνικός, και κυκλοθυμικός, αλλά και για τούτο επιρρεπής στην εκδήλωση μανιοκαταθλιπτικής συμπτωματολογίας, ο ασθενικός (ισχνός, με υπανάπτυκτη μυϊκή δομή) είναι ευγενής, συναισθηματικός, ιδεαλιστής, εγωιστής, αλλά και επιρρεπής στην εκδήλωση σχιζοειδών συμπτωμάτων, κι ο αθλητικός (δυνατός, με ισχυρή μυϊκή δομή) δεν παρουσιάζει επιρρέπεια στην εκδήλωση ψυχικών προβλημάτων, ακριβώς λόγω της καλής σωματικής του δομής.

⁵ Ο W. H. Sheldon (1944, *Constitutional factors in personality*, In: J. McV. Hunt (ed.), *Personality and the behavior disorders*, The Ronald Press Co., N.Y.) κάνει λόγο για σωματότυπους, με ψυχοπαθολογικές προδιαθέσεις που δεν εξαρτώνται μόνον από κληρονομικούς, αλλά και από περιβαλλοντικούς παράγοντες, ιδίως από τις μεταγεννητικές συνθήκες ανάπτυξης. Ανάλογα προς τους τύπους Kretschmer, ο ενδομορφικός σπλαχνικός τύπος (endomorph viscerotonic), ο μεσομορφικός σωματοτονικός (mesomorph somatotonic), και ο εκτομορφικός, εγκεφαλοτονικός (ectomorph cerebrotonic) του Sheldon μοιάζουν με τον πυκνικό, τον αθλητικό και τον ασθενικό αντίστοιχα, αλλά ορίζονται με μεγαλύτερη επιστημονική ακρίβεια, αφού επιστρατεύθηκαν όργανα μέτρησης των επιμέρους διαστάσεων της διάπλασης, ερωτηματολόγια ιδιοσυγκρασίας, και υπολογισμοί χημολογικών και ιστολογικών αναλύσεων επί μεγάλων δειγμάτων πληθυσμού.

Με την κατάταξη που προτείνουν τα εργαλεία αυτά, εισάγεται μια "αθεωρική" ψυχοπαθολογία που αποκλείει αιτιολογήσεις στις λιτές περιγραφές των συμπτωματολογιών, στο όνομα μιας κοινής "γλώσσας" μεταξύ θεραπειών που προέρχονται από διαφορετικές Σχολές σκέψης.



International Statistical Classification of Diseases and Related Health Problems (ICD) [Διεθνής Ταξινόμηση Νοητικών και Συμπεριφορικών Διαταραχών, παράρτημα της Διεθνούς Ταξινόμησης των Νόσων και Σχετιζόμενων Προβλημάτων Υγείας], που εκδίδεται από τον Παγκόσμιο Οργανισμό Υγείας (ΠΟΥ) στη Γενεύη, και το **Diagnostic and Statistical Manual of Mental Disorders (DSM)** [Διαγνωστικό και Στατιστικό Εγχειρίδιο Νοητικών Διαταραχών], που εκδίδεται από την Αμερικανική Ψυχολογική Εταιρεία στην Ουάσινγκτον. Τα εγχειρίδια αυτά επανεκδίδονται με συνέπεια κατά διαστήματα (σήμερα το πρώτο βρίσκεται ήδη στη δέκατη, και το δεύτερο στην τέταρτη έκδοσή του), ενημερωμένα για τα αποτελέσματα του μεγαλύτερου μέρους της ερευνητικής δραστηριότητας που έχει μεσολαβήσει κάθε φορά, άρα και επίκαιρα, προτείνοντας αλλαγές, προσθήκες, ή και αφαιρέσεις συμπτωμάτων ή και συνδρόμων ολόκληρων, καταταγμένων σύμφωνα μια τυπολογία ευθέως επηρεασμένη από την Kraepelin-ιανή λογική.

Όπως όμως μπορεί να φανεί και από την παρακολούθηση των σχετικών χρονολογιών, και από το σύγχρονο πνεύμα των προαναφερθέντων εγχειριδίων, που αφορά σε μια παραδεδομένη δεοντολογία σύζευξης ιατρικών και ψυχολογικών υπηρεσιών για την αποτελεσματικότερη δυνατή παροχή βοήθειας στον ενδεή πάσχοντα, δεν είναι ούτε με τον Griesinger που αρχίζει, ούτε με τον Kraepelin που τελειώνει ή βρίσκει απάντηση ο προβληματισμός περί φυσιολογικότητας versus μη-φυσιολογικότητας. Απεναντίας, η συμβολή των δύο αποτέλεσε μια στιγμή μόνο, θα έλεγε κανείς, απολυτότητας σχετικά με την οργανογένεση της ψυχικής νόσου. Γρήγορα η άποψη αυτή βρήκε όνομα, **reductionism** (“ελαχιστικισμός”), θέση ανάμεσα στις παρελθοντικές επόψεις της ιστορίας, και, βέβαια, αντιπάλους⁶ (**anti-reductionists**).

Λέγεται ότι πεθαίνοντας, ο **Jean Martin Charcot** (1825 - 1893), ο διευθυντής της Σαλπετρίερης, της πτέρυγας του Γενικού Νοσοκομείου του Παρισιού που φιλοξενούσε τους ψυχικά ασταθείς και κοινωνικά ανεπιθύμητους, και Καθηγητής Νευρολογίας στο Πανεπιστήμιο του Παρισιού, περιτριγυρισμένος καθώς ήταν από τους φοιτητές του ακούστηκε να ψιθυρίζει: “το μυστικό είναι κρυμμένο στο κύτταρο!”... Με τις αλματώδεις προόδους που σημειώνει σήμερα η Ιατρική και οι όλο και με πιο δαιδαλώδη τρόπο επεκτεινόμενοι επιμέρους κλάδοι της, και με τις αντίστοιχες

⁶ Δέον όπως διαφοροποιηθούν οι αντι-ελαχιστικιστές με τους εκπροσώπους της αντι-ψυχιατρικής σχολής που βασικά αντιτάχθηκε στην ιδρυματοποίηση και αργiori κατάταξη σε νοσολογικές κατηγορίες ατόμων, που δεδομένης μιας ανθρωπινότερης αντιμετώπισης και μιας οργανωτικής για τον κοινωνικό τους περίγυρο παρέμβασης, ώστε να γίνει εφικτή η αποδοχή τους ως διαφορετικών, και όχι ως αρρώστων, θα μπορούσαν να απεκδυθούν του μανδύα του έγκλειστου ανιάτου ψυχικά πάσχοντα, που εκ των έξω και εκ των άνω ενδύθηκαν στασιακώς. Βέβαια η αντι-ψυχιατρική συνδέθηκε και με την αντιπαλότητα των εκπροσώπων της στη φαρμακολογία, και από αυτού κάποια επιρροή μπορεί να διαφανεί από τη μια σχολή στην άλλη.



ανακοινώσεις των προόδων αυτών από τον απανταχού επιστημονικό τύπο φαίνεται ότι η υποψία Charcot τείνει να επιβεβαιώνεται καθημερινά ολοένα και περισσότερο. Μ' όλες τις ηθικής φύσης επιφυλάξεις που εξυπακούεται στις μέρες μας η αποδοχή της παρέμβασης επιστημών όπως η μοριακή γενετική και η γενετική αρχιτεκτονική, πράγματι, θα ευχόταν κανείς να φτάναμε το συντομότερο σε θέση χιλιοστομετρικού εντοπισμού της προέλευσης κάθε παθολογικής διάστασης που συντελεί στην ανθρώπινη αγωνία, με μian ανεξάντλητη φαρέτρα από θεραπευτικές τεχνικές άμεσης και οριστικής επίλυσης.

Ακόμη όμως και στην περίπτωση αυτή, το ευχολόγιο περί αυτόματης επίλυσης των ψυχολογικών διαστάσεων της νόσου φαίνεται ότι θα βρισκόταν πολύ μακριά από την παύση λόγου ύπαρξής του.

Είναι γεγονός ότι συνοδός κάθε κατάστασης στον ανθρώπινο βίο είναι η ψυχοσυναισθηματική αρμογή του ατόμου στα δεδομένα που του παρουσιάζει η κατάσταση αυτή. Είναι επίσης γεγονός ότι κάθε πάθηση, κατάσταση κι αυτή στο πλαίσιο του ανθρώπινου βίου, τείνει τουλάχιστο να ακολουθείται από σύστοιχες (ή ανάρμοστες, αλλά πάντως υπαρκτές) ψυχοσυναισθηματικές αντιδράσεις του ατόμου. Αν μάλιστα συνυπολογιστεί η κατηγορία των παθήσεων που προοιωνίζεται από την ίδια την ψυχοσυναισθηματική διάθεση, τότε γίνεται φανερό ότι η διάσταση της ψυχικής αγωνίας παραμένει παρούσα και δη κατά πολύ αυτονομημένη σε σχέση με τη συνοδό της παθογένεση, άρα όχι και κατ' ανάγκη διαχειρίσιμη με τρόπους έμμεσους, ώστε με την επιτυχή θεραπευτική παρέμβαση στο φυσικό σώμα να εξαφανίζονταν και οι ψυχικές διαταραχές που η εμφάνιση της νόσου προκάλεσε.

Παρά την υψηλή αποτελεσματικότητα των θεραπευτικών τακτικών αυτών όσον αφορά σε παθήσεις του σώματος, το βιοϊατρικό μοντέλο δε φαίνεται να διαθέτει επαρκώς τα μέσα και τις μεθόδους προσέγγισης προβλημάτων που δεν έχουν γνωστό και αποδεδειγμένο οργανικό υπόβαθρο. Γνωστοί από τη διεθνή βιβλιογραφία λειτουργοί αυτού του μοντέλου, όπως ο Ιπποκράτης (460; - 377), ο Γαληνός (130 - 200), ο Jean Martin Charcot (1825 - 1893), ο Josef Breuer (1842 - 1925) και ο Sigmund Freud (1856 - 1939) διαπίστωσαν νωρίς τη διάσταση εκείνη της μη φυσιολογικότητας που δεν αφορά αναγκαστικά σε νόσους αυστηρά φυσικά διαγνώσιμες.

Η σύλληψη της έννοιας της ψυχής, που ως φιλοσοφικό και θρησκευολογικό θέμα απασχολεί σχεδόν με σισύφειο τρόπο το σύνολο των ανά τους αιώνες στοχαστών, βοήθησε τουλάχιστον λεξικογραφικά στον εννοιολογικό προσδιορισμό αυτών των μη αυστηρά φυσικά συγκεκριμενοποιήσιμων ασθενειών: επρόκειτο για ψυχικές παθήσεις.

Φαινομενικά, η αρρώστια ως μόνον ψυχική, αλλά και η ψυχική διάσταση της οργανικής πάθησης γίνονται αποδεκτές συμβατικά, δίχως να δίνεται στην πράξη ιδιαίτερη έμφαση στον ορισμό και της ψυχής. Τούτο θα

μπορούσε να είναι επαρκές, αφού ο πρώτιστος σκοπός είναι να εκφραστεί με κάποιο κατανοήσιμο τρόπο η μη-αποδεδειγμένα οργανική νόσος, ή και η διάσταση εκείνη της τελευταίας που δεν έχει τη μορφή βακτηριδίου, μικροβίου, χημικής δυσλειτουργίας, ανατομικής κάκωσης, κττ, αλλά όμως φαίνεται να επιδρά αποτελεσματικά στην κατάσταση του πάσχοντος ατόμου. Ωστόσο, θα ήταν παιδαριώδες να θεωρηθεί ότι η γέννηση της Ψυχολογίας ως επιστήμης οφείλεται τάχα μόνον σε μian ανάγκη έκφρασης μιας άρσης και σε μια καταστασιακή σύμβαση στο όνομα της διατύπωσης μιας παρατήρησης (ότι μερικές νόσοι δεν είναι διόλου οργανικές, ότι η παρουσίασή τους δε διαθέτει εμβάδόν, ότι τα συμπτώματά τους δε μπορούν να χαρτογραφηθούν δια της ψηλάφησης και κρούσης, και ότι κάπως αλλιώς θα πρέπει να οριστούν).

Από τον ανιμισμό στην πίστη περί δαιμονοληψίας (Douglas, 1970)⁷ κι από τον ανιμαλισμό στο σατανισμό και το μεσαιωνικό κυνήγι μαγισσών (Summers, 1971)⁸ οι προϊστορικές και ιστορικές *παρερμηνείες* της μη-φυσιολογικότητας κληροδότησαν άλλοτε μian εξιδανικευμένη - κάποτε και θεοποιημένη - κι άλλοτε μια μελανή εικόνα της ψυχικής νόσου. Οι αταβιστικές αυτές δοξασίες αποτελούν σημείο αναφοράς όχι μόνο για την επιστήμη της Ψυχολογίας, αλλά και για αυτήν, της Ιατρικής [η προϊστορική τεχνική του κρανιοτρυπανισμού για τη δημιουργία διόδου εξέλιξης των δαιμόνων από τον εγκέφαλο πασχόντων αποτελεί όντως ένα μακρινό κρίκο σύνδεσης των δοξασιών περί δαιμονοληψίας και των πρώτων αποπειρών φυσικής θεραπείας].

Η επίδραση, όμως, των δοξασιών αυτών στο χώρο της Ψυχολογίας φαίνεται να παρέμεινε ως πλέον ισχυρή, ειδικά λόγω των προσπαθειών που καταβλήθηκαν από εκπροσώπους της να διαλευκάνουν τέτοιες παρερμηνείες και να θέσουν σε επιστημονική βάση ορισμένες εκφάνσεις τέτοιων πίστεων. [Για παράδειγμα, με τις ανιμιστικές αντιλήψεις συνδέεται άρρηκτα η ονοματολογία και, εν πολλοίς, η πρώτη θεραπευτική αντιμετώπιση της υστερίας, που κατά Ιπποκράτη οφειλόταν στο σεξουαλικό ανικανοποίητο της μήτρας, αρχαιϊστή υστέρας, η οποία, άγριο ζώο καθώς θεωρείτο, διατάρασσε την ψυχική ισορροπία της εκάστοτε πάσχουσας, περιδιαβαίνοντας το σώμα της και προκαλώντας το σχετικό σύνδρομο. Η διαλεύκανση των επιστημονικά ισχυόντων στοιχείων αυτής της θεώρησης οριστικοποιήθηκε με τη συμβολή Jean Martin Charcot, Josef Breuer και Sigmund Freud, που διατήρησαν την παραδοχή ότι η συμπτωματολογία της υστερίας όντως σχετίζεται με ανικανοποίητες επιθυμίες σεξουαλικής φύσης - άποψη, που δεν απέχει σημαντικά από τη σημερινή ερμηνεία των μετατρεπτικών και διασχιστικών

⁷ Douglas, M., (ed.). 1970. *Witchcraft: Confessions and accusations*. Tavistock, London.

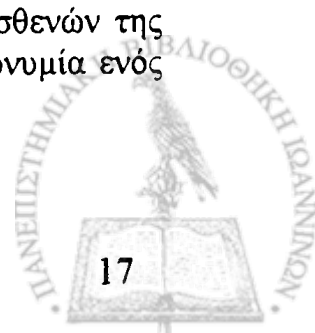
⁸ Summers, M., 1971. *Witchcraft and black magic*. Grand River Books, N.Y.

συμπτωμάτων, όρων, που σήμερα αντιστοιχούν και αποδίδουν την παλαιά, σχεδόν αδόκιμη πλέον, νοσολογική οντότητα της υστερίας].

Σε τέτοιες προσπάθειες αποσύνδεσης της επιστήμης από τα “παρά την ψυχολογία” στοιχεία είναι αλήθεια ότι οφείλεται σε μεγάλο βαθμό η ίδια η εξέλιξη και καταξίωση του κλάδου της ψυχολογίας στο χώρο των επιστημών. Φαίνεται όμως πιθανό παρόμοιες απόπειρες να συνέζευξαν για τον κοινό νου την ψυχολογία με τη μεταφυσική, όπως εμπειρικά καταδεικνύει η ημιμάθεια ή και άγνοια που ακόμη και σήμερα εκδηλώνει μια μερίδα του γενικού πληθυσμού σχετικά με το αντικείμενο της Ψυχολογίας, συγγέοντάς την κάποτε και με μορφές μαγείας, ή μελλοντολογίας, κι εμφανίζοντας έτσι μια τάση αναπαραγωγής, θα έλεγε κανείς, και μεταγραφής των αταβιστικών μας παρερμηνειών σε μια σύγχρονη εκδοχή τους.

Από την άλλη πλευρά, η ιστορική πρόοδος της επιστημολογίας και κατ’ επέκταση της επιστημονικής Ιατρικής, που φαίνεται να πέτυχε σε μεγαλύτερο βαθμό την απεμπλοκή της από τα του “επέκεινα”, δημιούργησε τις προϋποθέσεις ώστε να κληροδοτηθεί στην ψυχολογία μείζον μέρος της ιατρικής ορολογίας. Έτσι, εν τη γενέσει της, η Κλινική Ψυχολογία - το ... “μωρό” του εικοστού αιώνα, και, για πολλούς, το ...ψυχοπαιδί της Ψυχιατρικής - διατυπώνει την ψυχική διαταραχή κάνοντας σχεδόν αναπόδραστα χρήση πλείστων λέξεων-κλειδιών που ανήκουν στην ιατρική μάλλον, παρά σε μίαν αυτονομημένη, *sui generis* νομενκλατούρα. Τούτο δεν αποτελεί πάντα πρόβλημα, αν σκεφτεί κανείς τις ψυχολογικές εκφάνσεις πρωτογενώς φυσικών δυσλειτουργιών, που εξυπακούονται τη συνεργασία μεταξύ λειτουργών της ιατρικής και της ψυχολογίας. Παρά ταύτα, στον ίδιο χώρο η παράλληλη χρήση μιας σειράς νέων όρων και η υιοθέτηση πλήθους άλλων εννοιών, επικουρικών στην έκφραση και διαχείριση απομακρυσμένων από την φυσική ιατρική δομών μη-μετρήσιμων, μη-εντοπίσιμων, μη προσδιορίσιμων τεχνικά (όπως, λ.χ., η έννοια των μηχανισμών άμυνας, ή η έννοια των γνωσιών), που επιχειρεί μίαν ανθρωποκεντρική μάλλον, παρά “διαγνωστικο-κεντρική” - ας επιτραπεί ο νεολογισμός - εγγύτητα στον ψυχικό πόνο, είναι γεγονός ότι ενίοτε λειτουργεί αντιφατικά ως προς τις ...ιατρικές καταβολές της Ψυχολογίας ως κλάδου.

Στο φόντο αυτό πρέπει να ιδωθεί ιδίως το ψυχοδυναμικό μοντέλο, που εύγλωττα διατυπωμένο εν τη γενέσει του από τον ίδιο τον πολυγραφότατο Sigmund Freud, αυστριακό νευροψυχίατρο, δεν αποποιήθηκε την ιατρική λογική, ενώ ανύψωσε σε πηγή έμπνευσης της θεωρίας του την αρχαία ελληνική μυθολογία, και ως προς την άντληση των νοηματικών παραλληλισμών που επιχειρήσε μεταξύ ολόκληρων μυθολογικών της ενοτήτων από τη μια, και των ψυχοπαθολογικών εκδηλώσεων ασθενών της εποχής του από την άλλη πλευρά, και ως προς την ίδια τη φερωνυμία ενός νέου συστήματος σκιαγράφησης του ψυχικού πόνου.



ΤΟ ΨΥΧΟΔΥΝΑΜΙΚΟ ΜΟΝΤΕΛΟ

Ο άνθρωπος φαίνεται απ' τα παιδικά του χρόνια
όπως η μέρα φαίνεται απ' το πρωί
Milton
Paradise regained

Αν το βιοϊατρικό μοντέλο πρεσβεύει ότι σχεδόν στο σύνολό τους οι ψυχικές διαταραχές οφείλονται σε οργανικές δυσλειτουργίες, σύμφωνα με την ψυχοδυναμική προσέγγιση οι ψυχικές διαταραχές στη μεγάλη τους πλειοψηφία έχουν τη βάση της αιτιολογίας τους σε ανεπίλυτες ψυχικές συγκρούσεις του παρελθόντος. Η θεωρητική βάση της προσέγγισης αυτής για την προσωπικότητα του ατόμου και την ψυχοπαθολογία του αφορά στις ψυχικές εκείνες δυνάμεις που, ευρισκόμενες σε σύγκρουση, επηρεάζουν τη λειτουργία του ανθρώπινου ψυχισμού, είτε σε συνειδητό, είτε σε ασύνειδο επίπεδο.

Με τη μέθοδο της ανάλυσης (η ψυχανάλυση αφορά κατ' εξοχή στη θεραπευτική μέθοδο του ίδιου του S.Freud), που αναφέρεται στην ειδική επεξεργασία και εμβάθυνση των πληροφοριών που εξάγονται κατά τη συνέντευξη, ή θεραπευτική συνεδρία, και ύστερα από την εφαρμογή των δύο σημαντικότερων ψυχοδυναμικών μεθόδων προσέγγισης, των διαδικασιών του ελεύθερου συνειρμού και της ερμηνείας των ονείρων του ατόμου, η ψυχοδυναμική τείνει να ερμηνεύσει τις ψυχοπαθολογικές διαστάσεις της προσωπικότητας ως αντιπροσωπευτικές μιας ή περισσότερων ψυχοσυγκρούσεων, που έλαβαν χώρα κυρίως, όχι όμως και αποκλειστικά, κατά την παιδική ηλικία του ατόμου. Από την άποψη αυτή, στη βάση της, η ψυχοδυναμική θεώρηση, σα σύστημα σκέψης και σαν τεχνική διαχείρισης της ψυχοπαθολογίας, μπορεί να κατανοηθεί ως ψυχολογία της σύγκρουσης (Kris⁹ 1950).

Συγκεκριμένα, το ψυχοδυναμικό μοντέλο υποστηρίζει ότι η μη φυσιολογικότητα πρέπει να ιδωθεί ως αποτέλεσμα εσωτερικών ψυχικών συγκρούσεων που προέρχονται από την ασυμφωνία μεταξύ αμοιβαία αποκλειόμενων επιθυμιών ή παρορμήσεων, οι οποίες τείνουν να εκφραστούν και να ικανοποιηθούν ταυτόχρονα. Οι μεν εξωθούνται κάθε φορά από ενδόμυχες ανομολόγητες παρορμητικές τάσεις εξωτερίκευσης και εκπλήρωσης απαγορευμένων στοιχείων, ενώ οι δε υπαγορεύονται από την ηθική και διδακτική δεοντολογία που τείνει να επιβάλλει ο στενός ή

⁹Kris, E., 1950. Preconscious mental processes. *Psychoanalytic Quarterly*, 19, 540-560.

ευρύτερος κοινωνικός περίγυρος. Αφού τούτες οι ενορμήσεις, ή κίνητρα, σχεδόν εξ ορισμού τείνουν να αλληλοαποκλείονται, το υποκείμενο οφείλει να προτεραιοποιήσει την ικανοποίηση των μεν ή των δε, ή / και να μετριάσει την εκδήλωση αμφότερων. Η λήψη και υλοποίηση παρόμοιων αποφάσεων, όμως, δεν είναι πάντα εφικτή, καθώς εξαρτάται από τη διαθέσιμη ψυχική ενέργεια που το υποκείμενο δύναται να αφιερώσει στην εκάστοτε περίπτωση ασυμβατότητας των ίδιων του των επιθυμιών. Σε νευρωτικά υποκείμενα, λ.χ., η ψυχική ενέργεια είναι ήδη παγιδευμένη σε πρότερες ανεπίλυτες συγκρούσεις, με αποτέλεσμα η μη-φυσιολογικότητα να κάνει απειλητικά την εμφάνισή της ως οξεία ή και χρόνια.

Η θεωρία του ζωικού μαγνητισμού του Franz Anton Mesmer (1734-1815) [ο οποίος, πριν να εξαφανιστεί στην αχλύ της ιστορίας φορώντας το φωτοστέφανο του θαυματοποιού πλεγμένο με το χαλκά του τσαρλατάνου, αναστάτωσε την Ευρώπη με τη μέθοδο έκλυσης της “αρνητικής ενέργειας” των ψυχικών νόσων (δια της χρήσης ράβδων-αγωγών που οι ασθενείς του ενθουσιωδώς, και με ομολογημένη ανακούφιση και συχνά απαλλαγή από τη νόσο τους, χρησιμοποιούσαν για να αναδεύουν το εμπλουτισμένο με ρινίσματα σιδήρου νερό του μεσμέρειου θεραπευτικού λέβητα (αναγκαίου εξαρτήματος της εφαρμοσμένης του αγωγής)] έκανε χρήση της έννοιας της ενέργειας ως παραμέτρου της ψυχικής νόσου.

Από το μεσμερισμό μέχρι την εφαρμογή της μεθόδου του απογόνου του, του υπνωτισμού, που εισήγαγε στο χώρο της ιατρικής ο Jean Martin Charcot (1825-1893), μεσολάβησε η επιστημονική διαχείριση μιας επιστημονικοφανούς προσέγγισης. Από τη διαπίστωση, όμως, των μαθητών του Charcot, Josef Breuer (1842-1925) και Sigmund Freud (1856-1939) σχετικά με τη συναισθηματική κάθαρση, που επιτυγχάνεται με την ύπωση, ως την επίτευξη αναλόγισης των ευεργετικών αποτελεσμάτων της ύπωσης με εκείνα του ελεύθερου συνειρμού, αλλά και της ερμηνείας ονείρων, που εφάρμοσε ο Sigmund Freud (1856-1939), μεσολάβησε η παρέμβαση της κοινωνικής κριτικής:

Εκείνο, που ιστορικά ανάγκασε τον Josef Breuer να εγκαταλείψει τις θορυβώδεις δηλώσεις για την καθαρτική μέθοδο της ύπωσης, όπως την είχαν αναπτύξει με τον ίδιο το Sigmund Freud, και το οποίο αφορούσε στη σταδιακά όλο και πιο έντονη επιβεβαίωση ότι το μεγαλύτερο μέρος της παθογένεσης της νεύρωσης των ασθενών υπό παρακολούθηση έπρεπε να αποδοθεί σε ψυχοσυγκρούσεις σεξουαλικού περιεχομένου καθώς και σε ματαιώσεις της σχετικής σεξουαλικής ικανοποίησης των ασθενών του ως προς αυτή την παράμετρο¹⁰, και το οποίο, επιπλέον, “απέληξε” τον Breuer με κοινωνική απόρριψη, ήταν το ίδιο ακριβώς στοιχείο που ενέτεινε το ενδιαφέρον του Freud στην κατεύθυνση, όχι πια στενά, της διερεύνησης μιας

¹⁰ Strange, J.R., 1965, *Abnormal Psychology*, McGraw-Hill Book Company, N.Y



ψυχοπαθολογικής οντότητας, αλλ' ευρύτερα, της διαμόρφωσης μιας θεωρίας ψυχοπαθολογίας.

Η ψυχή, όμως, σύμφωνα με τις ήδη τότε διαμορφωμένες επιστημονικές συμβάσεις, παρουσιάζει εννοιολογικά ανυπέβλητες δυσκολίες κατανόησης, εντοπισμού, καθώς και καθορισμού της προέλευσης και λειτουργίας της. Για την τήρηση μιας συνέπειας έναντι αυτών ακριβώς των συμβάσεων που ευρέως είχαν υιοθετηθεί, στο όνομα μιας μετρήσιμης και αντικειμενικά αξιολογήσιμης συμπτωματολογίας, το ψυχοδυναμικό μοντέλο οργανώνεται υπό το κράτος πέντε κεφαλαιωδών επιστημονικών υποθέσεων: της τοπογραφικής, της δομικής, της δυναμικής, της οικονομικής, και της γενετικής υπόθεσης.

Τοπογραφική υπόθεση: κατά τη “χαρτογράφηση” του ψυχικού οργάνου, που θεωρείται ότι καταλαμβάνει χώρο στον ανθρώπινο ψυχισμό, εντοπίζονται τρία επίπεδα: το ασύνειδο, το προσυνειδητό, και το συνειδητό. Το ασύνειδο καταλαμβάνει την “υποκάτω περιοχή”, όπου βρίσκονται κυρίως οι απωθημένες επιθυμίες και οι απωθημένες μνήμες, οι οποίες έχουν ωθηθεί “προς τα κάτω” από το συνειδητό. Η αντίστροφη πορεία, από το ασύνειδο προς την “επιφάνεια” του συνειδητού μέσω του προσυνειδητού τείνει να ολοκληρωθεί αυτόματα, ιδίως με την αφορμή περιβαλλοντικών επιρροών και εναυσμάτων, ή και εσωτερικών αναγκών του ατόμου, αλλά ως επί το πλείστον τούτο δεν επιτυγχάνεται, λόγω των αποκλεισμών που υφίσταται η ελεύθερη έκφραση του ατόμου από μια σειρά παραγόντων, οφειλόμενων ιδίως στην ισχύ του ΥΠΕΡΕΓΩ (βλ. παρακάτω). Αυτή η εν γένει επιθυμητή πορεία αποκάλυψης των περιεχομένων του ασύνειδου επιτυγχάνεται πλήρως σύμφωνα με το φροϋδικό μοντέλο μόνον με κατά την κάθαρση, που κατά κανόνα θα προκύψει στη διάρκεια της ψυχανάλυσης.

- **το ασύνειδο (*unconscious*)** αφορά στη μείζονα μάζα των στοιχείων της μνήμης, της εμπειρίας, των παρορμήσεων, του ίδιου του παρελθόντος. Στο χώρο του ασύνειδου¹¹ καταχωρούνται λεπτό προς λεπτό όλα ανεξαιρέτα τα παρελθοντικά στοιχεία που βιώνει το άτομο, συμπεριλαμβανόμενων των φαινομενικά ξεχασμένων, απωθημένων στοιχείων, καθώς και των στοιχείων που έχουν συνειδητά καταπιεστεί από το άτομο. Αυτά βρίσκονται σε κατάσταση δυνάμει ενεργό, έτοιμα να “περάσουν” από το χώρο του προσυνειδητού στην περιοχή του συνειδητού.
- **το προσυνειδητό (*preconscious*)** αφορά στην περιοχή οριοθέτησης μεταξύ ασύνειδου και συνειδητού, όπου καταχωρούνται και οι σχετικά εύκολα

¹¹ Στα ελληνικά έχει μεταφραστεί και “ασυνείδητο”. Ο όρος αυτός, όμως, αποφεύγεται λόγω της συνάφειάς του στην καθομιλούμενη με την έλλειψη ευσυνειδησίας και την ηθική πόρρωση. Και η λέξη ασύνειδος, βέβαια, έχει για τον κοινό νου συνδεθεί με την άγνοια γνώσεων, αλλά σπάνια εκφέρεται στο ουδέτερό της, οπότε και υιοθετείται με σκοπό την ελαχιστοποίηση παρανοήσεων.

ανακλήσιμες, θετικές ή και αρνητικές, πληροφορίες και παρορμητικές ιδέες. Στον ίδιο χώρο είναι δυνατό οι ξεχασμένες, καταπιεσμένες και απωθημένες ενορμήσεις ή μέρη τους, να τείνουν να συνωστιστούν μεταμφιεσμένες, κατά κάποιον τρόπο, υπό μορφήν ονείρων, ονειροπολήσεων, φαντασιών, γλωσσικών παραδρομών, μνημονικών παραστάσεων επιλεκτικά “γνωστών” (αλλά και επιλεκτικά “ξεχασμένων”) στο άτομο, καθώς επίσης και ψυχοπαθολογικών συμπτωμάτων.¹² Τέλος,

- **το συνειδητό (unconscious)** αφορά στην περιοχή της αντιληπτικής επίγνωσης του ατόμου, όπου είναι δυνατό να ισχύει η ικανότητα συντονισμού των αισθήσεων και της μνήμης του, με σαφή προσανατολισμό στο χωροχρονικό πλαίσιο ύπαρξής του.

Δομική υπόθεση: σύμφωνα με αυτή, τρία διαμερίσματα εντοπίζονται κατά την εξέταση του ψυχικού οργάνου: το ΑΥΤΟ, το ΕΓΩ, και το ΥΠΕΡΕΓΩ. Πρόκειται για νοητικές αντιπροσωπεύσεις που τροφοδοτούν και συνδιαμορφώνουν την προσωπικότητα του ατόμου.

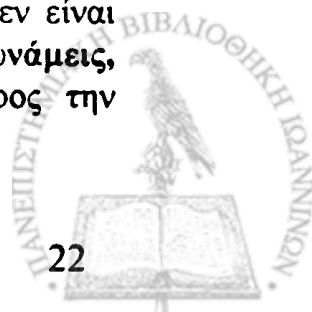
- **Αυτό (id):** το διαμέρισμα, όπου βρίσκονται όλες οι *ενορμήσεις (drives)* και τα *κίνητρα (motives)*, που συνοδεύουν το άτομο από γέννησής του, και που συνιστούν αυτό που η φροϋδική θεωρία ορίζει ως *ψυχική ενέργεια (psychic energy)* και *ένστικτα (instincts)*. Το ΑΥΤΟ είναι πρωτόγονο, παρορμητικό, ανώριμο, δίχως επαφή με την εξωτερική πραγματικότητα, και γι' αυτό δίχως την ικανότητα αναγνώρισης στοιχείων όπως ο χωροχρόνος, η ηθική, η λογική, ο νόμος, ο φόβος, η υγεία, τα όρια, ή τα δικαιώματα του άλλου, και λειτουργεί με βάση την *αρχή της ευχαρίστησης (pleasure principle)*. Τούτο σημαίνει ότι το ΑΥΤΟ δεν αναγνωρίζει λόγο ύπαρξης σε καμία κατάσταση έντασης ή δυσαρέσκειας, που θα εμπόδιζαν την ικανοποίηση ενορμήσεων και κινήτρων, και εξ ορισμού του σε τέτοιες περιπτώσεις αναζητά άμεση μείωση και εξαφάνιση της δυσφορίας. Αν η ένταση δεν απομακρυνθεί με την επιστράτευση των αυτόματων ανακλαστικών, τότε το ΑΥΤΟ επιστρατεύει τη *φαντασία (fantasy)*, προκειμένου να επιτύχει (μέσω της “αυτιστικής σκέψης” που το διακρίνει) έστω την ιδεατή εκπλήρωση της επιθυμίας του για ευχαρίστηση - διαδικασία, που ορίζεται ως πρωτογενής διεργασία. Ο Freud πίστευε ότι η προσωπικότητα του βρέφους συνίσταται μόνο στο ΑΥΤΟ.
- **Εγώ (ego):** ο ρυθμιστής μεταξύ του ΑΥΤΟ και του ΥΠΕΡΕΓΩ, που αντιπροσωπεύει τη λογική σκέψη, τη σχετικά μεγάλη δυνατότητα μνημονικών ανακλήσεων, την αξιολόγηση των εμπειριών και επιθυμιών, και το σχεδιασμό του μέλλοντος, και που λειτουργεί με σκοπό την

¹² Το προσυνειδητό και το ασύνειδο, ως χώροι μειωμένης ή παντελούς, αντίστοιχα, απουσίας της επίγνωσης του υποκειμένου, έχουν αποδοθεί και ως “υποσυνειδητό” (subconscious), αλλά και αυτός ο όρος τείνει να θεωρηθεί αδόκιμος στη σχετική ονοματολογία του φροϋδικού και γενικότερα του ψυχοδυναμικού μοντέλου.

ανταπόκριση στις επιταγές της πραγματικότητας, κι έτσι με βάση την αρχή της πραγματικότητας (*reality principle*). Κατά την ανάπτυξη, το ΕΓΩ δημιουργείται από ένα μέρος της ψυχικής ενέργειας που ανήκε στο ΑΥΤΟ, και, αν αναπτυχθεί ισχυρό, θα είναι σε θέση να καθυστερεί ή και να τροποποιεί τις απαιτήσεις του ΑΥΤΟ επιλεκτικά επιτρέποντας την ικανοποίηση ορισμένων, ή μέρους τους, όταν η κατάσταση το επιτρέπει βάσει της δευτερογενούς διεργασίας λογικού ελέγχου της πραγματικότητας. Στην περίπτωση ενός ανίσχυρου ΕΓΩ, η θέση-πρόβλεψη ότι το άτομο θα αναπτύξει αργά ή γρήγορα νευρωτική συμπτωματολογία είναι για τη φροϋδική θεωρία αξιωματική.

- *Υπερεγώ (superego)*: το διαμέρισμα των κοινωνικών επιταγών, ή ό,τι ο κοινός νους θα αποκαλούσε “συνείδηση” (όρο, που ο Freud απέφυγε να χρησιμοποιήσει, λόγω της θεολογικής του διάστασης, και τον οποίο συνήθιζε να ορίζει ως “τη φωνή των γονέων μας μέσα μας”). Όπως το ΑΥΤΟ, το ΥΠΕΡΕΓΩ είναι άχρονο, απροσανατόλιστο, άφοβο κι ασυγκρουσιακό, αλλά κατά την αντίστροφη έννοια του ότι εκλαμβάνεται ως υπερ-ηθικό, υπέρ-νομο, υπερ-δεοντολογικό, υπερ-ιδεαλιστικό, και συχνά τελειομανές, “ξύλινο”, άτεγκτο, μοραλιστικό, καταπιεστικό. Όπως το ΕΓΩ, το ΥΠΕΡΕΓΩ δημιουργείται κατά την ανάπτυξη κάνοντας χρήση μέρους της ψυχικής ενέργειας του ΑΥΤΟ, και εσωτερικεύοντας με το μηχανισμό της ενδοβολής και μέσω των διδαγμάτων που η γονεϊκή και εν συνεχεία η κοινωνική αγωγή υπο-, ή και επι-βάλλει, αλλά ταυτόχρονα απωθώντας τη μνήμη της συνθήκης κατά την οποία ενστερνίστηκε την εκάστοτε αξία, λόγω σοβαρών απειλών που η ενθύμηση αυτή ενδέχεται να εγκαλέσει. Στο πλαίσιο του ΥΠΕΡΕΓΩ σταδιακά μορφοποιείται αυτό που το φροϋδικό μοντέλο ορίζει ως *ιδανικό εγώ (ego ideal)*, το οποίο, μαζί με τις λοιπές επιταγές που το άτομο έχει ενσωματώσει στο σύστημα πίστεων, αντιλήψεων και αξιών του, σύντομα είναι δυνατό να αναλάβουν αυτή, τη γονεϊκή καθοδήγηση, ασκώντας, σε περίπτωση υπερενδυνάμωσής τους, πιέσεις τέτοιες στο ΕΓΩ, ώστε η συγκρουσιακή εικόνα της νεύρωσης να εμφανιστεί λόγω της αδυναμίας του ΕΓΩ να λειτουργήσει ρεαλιστικά στην τρέχουσα πραγματικότητα του ενήλικου βίου, αναγνωρίζοντας τις εκάστοτε σύγχρονές της, κι όχι τις παιδιόθεν, άρα και παρωχημένες, ενσωματωμένες στο ΥΠΕΡΕΓΩ παραμέτρους.

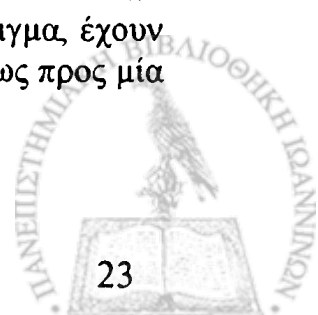
Δυναμική υπόθεση: στο πλαίσιο αυτής της υπόθεσης βρίσκει την αρμόζουσα θέση της η έννοια της ψυχοσύγκρουσης, καθώς επίσης και η πολυσυζητημένη έννοια της λιβιδινικής ενέργειας (*libido*). Δεδομένου ότι ο ανθρώπινος ψυχισμός δεν είναι στατικός, κι ούτε η ανάπτυξη του ατόμου μπορεί να νοηθεί γραμμικά, το φροϋδικό μοντέλο υποστηρίζει ότι το ψυχικό όργανο διέπεται από τη δραστηριότητα δυνάμεων, που, και πάλι, δεν είναι εναρμονισμένες, αλλ’ αντίρροπες μεταξύ τους. Οι μεν ενστικτικές δυνάμεις, εκπορευόμενες κατά κύριο λόγο από το ΑΥΤΟ, επενεργούν προς την



κατεύθυνση αυτής, της ζωτικής λειτουργίας κατάκτησης της ευχαρίστησης, οι δε αντιενστικτικές δυνάμεις, εκπορευόμενες κατά κύριο λόγο από το ΥΠΕΡΕΓΩ, επενεργούν προς μίαν αυτοκαταστροφική διάσταση του ατόμου, ενεργοποιώντας τάσεις εχθρικότητας και καταστροφικότητας. Οι ενστικτικές δυνάμεις είναι συνυφασμένες με την ίδια τη σεξουαλικότητα του ατόμου, που νοείται πολύ ευρύτερα από την ερωτική συνεύρεση μεταξύ δυο ανθρώπων, αγγίζοντας τη διάσταση της ζωτικής ροπής προς μια πολύπλευρη άντληση ευζωίας. Οι αντιενστικτικές δυνάμεις τείνουν να λειτουργήσουν στη βάση μιας διάχυτης επιθετικότητας, που νοείται πού ευρύτερα από την εκδήλωση στοιχείων ευεξαπτότητας στη συμπεριφορά ενός ατόμου, περνώντας στην έκλυση μιας έντονης ροπής για εξόντωση και συντριβή. Συνολικά, οι ενστικτικές δυνάμεις εκφράζονται με την (αρχαιοελληνική) έννοια του Έρωτα (Eros) και συνιστούν τη λιβιδινική ενέργεια του ατόμου, ενώ οι αντιενστικτικές με την έννοια του Θανάτου (Thanatos). Στην περίπτωση ανάσχεσης της κατάκτησης της επιθυμητής ηδονής λόγω της τάσης για ανεπίτρεπτες (σύμφωνα με τις επιταγές του ΥΠΕΡΕΓΩ ή τον έλεγχο της ρεαλιστικής πραγματικότητας) απολαύσεις, προκύπτει η ψυχοσύγκρουση.

Οικονομική υπόθεση: η δυναμική υπόθεση κληροδοτεί στο μοντέλο τη βασική έννοια της ενέργειας που εγκλείεται στο ψυχικό όργανο και απαντάται με τη μορφή ενστικτικών και αντιενστικτικών δυνάμεων. Η μεταξύ τους διαπάλη, ωστόσο, δαπανά ενέργεια, λιβιδινική ενέργεια, και τούτη δεν είναι ανεξάντλητη στον ανθρώπινο ψυχισμό. Απεναντίας, κάθε ισχυρή ανάσχεση απόλαυσης της ηδονής που καταχωρήθηκε στο παρελθόν του ατόμου, διατηρεί “παγιδευμένο” και ένα μέρος της λιβιδινικής ενέργειας, που, σε άλλη περίπτωση, θα ήταν διαθέσιμη για τη διαχείριση εκ μέρους του ΕΓΩ των απαιτήσεων εναρμονισμού με την εξωτερική πραγματικότητα. Όσο μεγαλύτερη είναι η ενέργεια που “παγιδεύτηκε” τόσο μεγαλύτερη είναι και η επικινδυνότητα εκδήλωσης ψυχικής νόσου, λόγω της ανεπάρκειας διαχείρισης των εκάστοτε νέων αναγκών που υπαγορεύουν οι εξωτερικές συνθήκες της ζωής του ατόμου.

Κάθε αντικείμενο ηδονής που δεν κατακτήθηκε, συσώρευσε, απωθούμενο, και ένα μέρος θετικής ή αρνητικής ενέργειας. Στην πρώτη περίπτωση, το μέρος της λιβιδινικής ενέργειας που επενδύθηκε στο κατά τα άλλα ουδέτερο αυτό αντικείμενο το καθιστά αγαπητό, στη δεύτερη περίπτωση το καθιστά πηγή φόβου. Η κάθεξη (cathexis) της ενέργειας και, κατ' επέκταση, του ίδιου του ατόμου, στο εν λόγω αντικείμενο συνιστά σοβαρή δαπάνη, εξυπακούεται μεγάλο ψυχικό κόστος, και εγκυμονεί ψυχοπαθολογικές αντιδράσεις, που αφορούν κυρίως στην ατελή ανάπτυξη των εγωσυντονικών αντικειμενοτρόπων σχέσεων του ατόμου. Καθεκτικοί, για παράδειγμα, έχουν περιγραφεί οι φετιχιστές. Κάθεξη είναι δυνατό να σημειωθεί και ως προς μία



περιοχή του ψυχικού οργάνου. Έτσι, μπορεί να γίνεται λόγος για εγωκάθεξη.

Η έννοια της ενδοψυχικής οικονομίας είναι κατ' εξοχή συνδεδεμένη με το **σύνπτωμα** στην ψυχική, μη οργανικά προσδιοριστέα νόσο. Έχει υποστηριχτεί (Thorpe και Katz, 1948)¹³ ότι τα συμπτώματα που εκδηλώνονται στο εκάστοτε περιστατικό είναι οι πιο "οικονομικοί" μηχανισμοί που μπορούν να "διατεθούν" από το πάσχον υποκείμενο κάτω από τις συγκεκριμένες συνθήκες νόσησης. Από την άποψη αυτή, η **επιφανειακή μετακίνηση** του συμπτώματος ακόμη και με την εξαφάνισή του εγκυμονεί κινδύνους μάλλον παρά ανακουφιστική έκβαση του περιστατικού, αφού μια ανάσχεση της εκδήλωσης θα αντικατασταθεί με την ανάπτυξη νέας συμπτωματολογίας, που θα είναι πλέον διαταρακτική της προηγούμενης, αφού δε θα ανταποκρίνεται πια στην "οικονομικότερη δυνατή" πρότερη εκδήλωση, μια απόσβεση, δε, του συμπτώματος θα αποτελέσει φαινομενικά μόνο θεραπευτική επιτυχία, αλλά σύντομα θα αποδειχτεί ότι είτε μια νέα συμπτωματική ενότητα θα εμφανιστεί (εκ νέου, σε αντικατάσταση της προηγούμενης, και άρα πιο διαταρακτική), είτε η εκ πρώτης όψεως απαλλαγή από τη νόσο θα εξυπακούεται τέτοια διάχυση της δυσπροσαρμοστικότητας του υποκειμένου, ώστε σε όλα τα πεδία βίωσης της πραγματικότητας να εμφανιστούν δυσεπίλυτα προβλήματα, ακριβώς διότι η **υπερκαθορισμένη** (*overdetermined*, προκαλούμενη από, και συνιστώσα περισσότερες από μια σημασίες) σειρά νοσηρών εκδηλώσεων που έπεται καταχράται της οικονομικής προδιάθεσης. Το ίδιο σκεπτικό υπαγορεύει μian "ανάγνωση" του συμπτώματος όχι ως στόχου θεραπευτικής ενασχόλησης, αλλά τελικά ως συμβολικού, οικονομικού αντιπροσώπου μιας άδηλης αιτίας.

Γενετική υπόθεση: σύμφωνα με αυτή, η ανάπτυξη του ατόμου διατυπώνεται ακριβέστερα ως ψυχοσεξουαλική ανάπτυξη, οι δε βασικές της ενότητες - στάδια ολοκληρώνονται αποφασιστικά κατά τα πρώτα μόλις χρόνια της ζωής. Η διάκριση των σταδίων γίνεται με γνώμονα τις ερωτογενείς ζώνες (*erogenous zones*), ζωτικές περιοχές άντλησης ευχαρίστησης, όπου η λιβιδινική ενέργεια εστιάζεται κάθε φορά, και που διαφοροποιούνται και μετατοπίζονται από ηλικία σε ηλικία, από στάδιο σε στάδιο, αλλ' όχι και από άτομο σε άτομο, αφού το φρουδικό μοντέλο υποστηρίζει ότι οι παρατηρήσεις του ισχύουν σε παγκόσμιο επίπεδο. Τα πέντε βασικά στάδια ψυχοσεξουαλικής ανάπτυξης του ατόμου είναι το στοματικό, το πρωκτικό, το φαλλικό, το λανθάνον και το γενετήσιο:

- το **στοματικό στάδιο** (*oral stage*) εκτείνεται από τη γέννηση μέχρι περίπου το πρώτο ως ενάμισυ έτος της ζωής του παιδιού. Κατά τη γέννηση η λιβιδινική ενέργεια θεωρείται διασπαρμένη, διάχυτη και

¹³ Thorpe, L.P. and Katz, B., 1948. The psychology of abnormal behavior: a dynamic approach, Ronald, N.Y.

απροσδιόριστη, αλλά σύντομα επικεντρώνεται στην περιοχή, όπου συγκεντρώνεται και η βασικότερη βιολογική διαδικασία, της πρόσληψης τροφής, στο στόμα. Κατά την πρώτη φάση του σταδίου αυτού η ευχαρίστηση αποκτάται με τη χρήση των χειλιών και της γλώσσας, ιδίως, δε, με τη δραστηριότητα της απομύζησης, εξ ου και το ιδιαίτερο όνομα της φάσης ως *απομυζητικής ή εξαρτητικής*. Αργότερα, και με την αρχή της οδοντοφυΐας, η κατάκτηση της ηδονής μπορεί να γίνει με την πρόσθετη δηκτική δραστηριότητα, που ορίζει και τη φάση αυτή ως *δηκτική ή σαδιστική*. Ως πρώτη ερωτογενής ζώνη στη ζωή, το στόμα κρατά για πάντα ένα μέρος της ευαισθησίας του. Ο Freud αποδίδει την ικανοποίηση που αντλούν οι ενήλικες από το φιλή, το στοματικό έρωτα, τα παιχνιδίσματα με αντικείμενα όπως μολύβια και τσιγάρα, κττ., σε αυτήν ακριβώς τη διατήρηση της ευαισθησίας. Υπερβολική, ωστόσο, απόλαυση βιωμένη κατά το στάδιο αυτό, ή επανειλημμένες ματαιώσεις λόγω, π.χ., καθυστέρησης της πρόσληψης τροφής από μια πολυάσχολη μητέρα ή μια πλημμελή παιδονόμο, είναι δυνατό να προκαλέσουν καθήλωση στο στοματικό στάδιο, αναπτύσσοντας **χαρακτηριστικά στοματικής προσωπικότητας (oral character traits)**. Ανάλογα με το βαθμό της ικανοποίησης που είχε ή όχι απολαυθεί, τα χαρακτηριστικά αυτά μπορεί να κυμαίνονται από “απλή” ομιλητικότητα, καπνιστική δραστηριότητα, και έμφαση σε σεξουαλικές λειτουργίες που εμπλέκουν τη χρήση του στόματος, έως την ανάπτυξη ισχυρών εξαρτήσεων από τρίτους, δυσπιστία προς αυτούς ή εμμονή στο “να παίρνουν και όχι να δίνουν” κατά τις δοσοληψίες μαζί τους, και ακόμη και σαδιστικά στοιχεία, από σαρκασμού στις κοινωνικές συνδιαλλαγές μέχρι επιθυμίας και άντλησης ευχαρίστησης στο να προκαλούν πόνο φυσικά και μεταφορικά: (ηρθλ: “*δηκτικά σχέδια*”).

- το **πρωκτικό στάδιο (anal stage)** εκτείνεται από τον πρώτο έως ενάμισο χρόνο της ζωής, μέχρι περίπου τον τρίτο. Η λιβιδινική ενέργεια επικεντρώνεται στην πρωκτική περιοχή όχι τυχαία. Κατά την πρώτη φάση αυτού του σταδίου το παιδί θεωρείται ότι *αντλεί ευχαρίστηση από την πράξη, αλλά και τα προϊόντα των κενώσεών του*. Ο Freud πίστευε ότι βλέπει τα κόπρανά του ως ένα δώρο προς στους γονείς του, που έως περίπου αυτή τη φάση δείχνουν να ικανοποιούνται όταν του αλλάζουν τις πάνες. Πρόκειται για τη φάση ζωής που το παιδί αναπτύσσει αυξημένη τάση για αυτονομία και εξερευνητική δραστηριότητα, από την οποία στους γονείς δηλώνεται έμμεσα ότι είναι καιρός να επιμείνουν σε ένα πρόγραμμα κενώσεων. Με την αλλαγή των δεδομένων αυτών δίνεται το εναρκτήριο λάκτισμα για έναν δυνάμει καταστρεπτικό αγώνα εξάσκησης ελέγχου. “Αιφνίδια” οι γονείς δηλώνουν σημεία κόπωσης με τα καμώματα του παιδιού, που εκφράζονται με οικείες προτάσεις, οι περισσότερες από τις οποίες ξεκινούν με το “Μη!”. Προς το μέσο της περιόδου αυτής τείνει να εισαχθεί επιτακτικότερα το θέμα της αγωγής τουαλέτας: και, ενώ για τους γονείς τούτο ανάγεται σε μίαν “απλή” διευθέτηση της τάξης, της

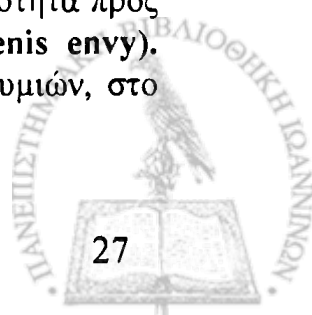
καθαριότητας και της υγιεινής, για το παιδί αναλαμβάνει μεγαλύτερες διαστάσεις: της πρώτης κοινωνικής συναλλαγής, της πρώτης δυνατότητας ελέγχου των συμβίων του, της πρώτης δυνατότητας να εκφράσει αρνήσεις που έχουν καθώς φαίνεται και μια ισχύ, της πρώτης δυνατότητας να εξασκήσει αυτοέλεγχο, της πρώτης δυνατότητας να ευχαριστήσει ή να καταδυναστεύσει τους οικείους του, της πρώτης δυνατότητας να λάβει επιβράβευση, της πρώτης δυνατότητας να επαναστατήσει. Πρόκειται για τα ίδια χαρακτηριστικά, που σε περίπτωση καθήλωσης στο στάδιο αυτό, είτε λόγω αυστηρού, είτε λόγω χαλαρού γονεϊκού ελέγχου, είναι δυνατό να διαιωνιστούν με την παγίωση μιας πρωκτικής προσωπικότητας (*anal character traits*), τα χαρακτηριστικά της οποίας στον ενήλικο βίο θα κυμαίνονται από τακτικότητα, προσεκτικότητα και πεισμονή, μέχρι τσιγγουνιά ή σπατάλη (οικονομική, ή και συναισθημάτων), υποχονδρία, καταναγκασμούς, ακαταστασία, τσαπατσουλιά, καθώς και άκριτη επαναστατικότητα.

- το *φαλλικό στάδιο (phallic stage)*, που διακρίνεται για το *οιδιπόδειο σύμπλεγμα (Oedipal complex)* ιδιαίτερα για το αγόρι, και το *ηλέκτρειο σύμπλεγμα (Electra complex)* για το κορίτσι (που κατά τις νεοφροϋδικές ιδίως και τις σύγχρονες ψυχαναλυτικές απόψεις δεν ισχύει, ή τουλάχιστον δεν ισχύει με την ένταση που το εννόησε ο Freud) εκτείνεται από το τρίτο περίπου, μέχρι το έκτο, το έβδομο, σπάνια, δε, και το όγδοο έτος ζωής. Ο Freud όρισε αυτό το στάδιο ως *γενετήσιο (genital)*, και, παρά το γεγονός ότι ο όρος σήμερα αφορά στο τελευταίο στάδιο της ψυχοσεξουαλικής ανάπτυξης, αυτό, της εφηβείας, θα ήταν αρμόζον να διατηρείτο κι ο χαρακτηρισμός του ως *πρώτου, ή πρώιμου γενετήσιου σταδίου*, αφού πρόκειται πράγματι για το πρώτο στάδιο στη ζωή κατά το οποίο η λιβιδινική ενέργεια συγκεντρώνεται σε μια περιοχή του σώματος, όχι με γνώμονα τις βιολογικές λειτουργίες που συνδέονται μαζί της, όπως προηγουμένως, αλλά με γνώμονα την αμιγή ευχαρίστηση που απολαμβάνεται με τις πρώτες διερευνητικά ερεθιστικές ενασχολήσεις με αυτή. Η έμφαση δίνεται εδώ στην πλευρά του αγοριού¹⁴ που, βιώνοντας

¹⁴ ...ίσως όχι τυχαία, αφού βιολογικά το αγόρι διαθέτει εξωτερικά γεννητικά όργανα, που κάνουν εμφανέστερες τις σεξουαλικές ορμές, αλλά και αφού, υπό μια φεμινιστική λογική, ο ίδιος ο Freud ήταν άνδρας. Και κοινωνιολογικά, όμως, η έμφαση αυτή είναι δυνατό να δικαιολογηθεί, στο βαθμό που ιδιαίτερα στην εποχή διατύπωσης της θεωρίας, αλλά και μέχρι μεταγενέστερες εποχές (άραγε, να εξαλείφεται η τρέχουσα,) η σεξουαλική ανάπτυξη και δραστηριότητα του ανδρικού φύλου έχει αναλάβει προεκτάσεις ταύτισης με την ευρύτερη κοινωνικοοικονομικοπολιτική ανάπτυξη αυτής, της ανθρωπότητας. Ο στόχος εδώ απέχει παρασάγγες από τυχούσες κριτικές αντιμετωπίσεις της αιτιολογίας αυτής της έμφασης, και μόνον παρενθετικά μπορεί να θιγεί η όντως εκτενής φιλολογία που κατά καιρούς αναπτύχθηκε με στόχο τη φροϋδική αυτή θέση. Σημειωτέον, παρά ταύτα, είναι το γεγονός ότι για την αυστηρή και σεμνότυφη βικτοριανή εποχή της διατύπωσης της θεωρίας, η άποψη περί ερεθιστικών ενασχολήσεων αγοριών ή κοριτσιών με τη γεννητική περιοχή του σώματός τους ξεσήκωσε θύελλα έως και θρησκευολογικών διαστάσεων, και μόνον στις μέρες μας μπορεί να ειπωθεί ότι έχει σημειωθεί αξιόλογα γενικευμένη αποδοχή αυτής της πραγματικότητας.

τη νέα συνθήκη με την πρώτη αυθεντική εκδήλωση ενδιαφέροντος και για το σώμα των άλλων, τείνει να αναζητά το δικό του αντικείμενο αγάπης (που είναι δυνατό να εξελιχθεί σε αντικείμενο κάθεξης), προκειμένου για μια πρώιμη έκλυση μιας απροσδιόριστης σεξουαλικότητας προς και με αυτό. “Διαθέσιμη” από την άποψη αυτή είναι η μητέρα, που άλλωστε έχει στο παρελθόν ικανοποιήσει όλες του τις άλλες επιθυμίες. Με την εμπειρία μιας ψυχικής διεργασίας που προσιδιάζει του οιδιπόδειου μύθου, αλλά που διαθέτει σε μεγαλύτερο βαθμό και με ευκρινέστερη καθαρότητα βουλευτικά στοιχεία (ο Οιδίποδας, βάσει του μύθου, ακούσια και ερήμην εξοντώνει τον ίδιο του τον πατέρα, αλλά η αναβίωση ετούτη, κατά Freud, αντιπροσωπεύει για το μικρό αγόρι την ενδόμυχη επιθυμία:) εξόντωσης του πατέρα, το αγόρι “διεκδικεί” τη μητέρα, βλέποντας στο πρόσωπο του συντρόφου της τον αντίπαλο, τον αντίζηλο, αλλά και τον δυνάμει τιμωρό, αφού αντιλαμβάνεται πως ο πατέρας του “κατέχει” τη μητέρα του, και άρα είναι επικίνδυνη η διεκδίκησή της. Σε συνδυασμό με την παράλληλη διαπίστωση απουσίας στη μητέρα εξωτερικών γεννητικών οργάνων όπως στον εαυτό του, αποδίδει στον ίδιο τιμωρό την έλλειψη που σημειώνεται στη μητέρα του ως αποτέλεσμα μιας προτερόχρονης τιμωρίας που της επέβαλε ο πατέρας (κάποτε, ταυτιζόμενο με τη μητέρα, αιτιολογεί αυτή της την έλλειψη πέους ως αποτέλεσμα τιμωρίας που ο δικός της πατέρας επέβαλε, όταν η ίδια είχε εκδηλώσει επιθυμία κατοχής της δικής της μητέρας). Συσχετίζοντας, με σταδιακά αυξανόμενο φόβο, ο οποίος παρατεινόμενος μετατρέπεται σε άγχος, τη φανταστική αυτή συμπλήρωση του σεναρίου των διαφορών και των συγκρίσεων με τον εαυτό, τη μητέρα, τον πατέρα, και τις ενδόμυχες επιθυμίες του, το αγόρι αναπτύσσει αυτό που ορίζεται άγχος ευνουχισμού (castration anxiety). Θεωρητικά, η βίωσή του αποτελεί και το τέρμα των αιμομικτικών ορμών του αγοριού, επιλύοντας την ψυχοσύγκρουση που εμπλέκεται, λόγω “ανωτέρας βίας”.

Στο κορίτσι η ίδια περίοδος σηματοδοτείται από ίσως πολύ πιο πολύπλοκες διεργασίες, που αφορούν μεν στην έμμεση εκδήλωση ενδόμυχων επιθυμιών διεκδίκησης του γονέα του άλλου φύλου, του πατέρα, αλλά δε χαρακτηρίζονται από ισχυρές συναισθηματικές εξάρσεις, και ούτε η ψυχοσύγκρουση που εμπλέκεται εξυπακούεται τη διάσταση του άγχους του ευνουχισμού, για λόγους ευνόητους. Τουναντίον, η διαπίστωση έλλειψης πέους στο σώμα της και στο σώμα της μητέρας της, αναλαμβάνει διαστάσεις οργής, τόσο για την έλλειψη αυτή καθεαυτήν, όσο και προς το πρόσωπο της μητέρας, που φέρεται υπεύθυνη για τη μειονεξία που παρατηρείται. Δεν υφίσταται όμως φόβος τιμωρίας εκ μέρους της μητέρας της σε τέτοια ένταση που να εξελιχθεί σε άγχος, και η διαπίστωση της έλλειψης στον εαυτό αναλώνεται σε μια παρατεταμένη αντιπαλότητα προς τη μητέρα, και σε αυτό που ορίζεται φθόνος του πέους (penis envy). Τούτο εξελίσσεται σε περαιτέρω εκδήλωση αιμομικτικών επιθυμιών, στο



βαθμό του να εκφράζεται, κάποτε ανοιχτά, η επιθυμία του κοριτσιού να αποκτήσει παιδί από τον πατέρα της, ώστε συμβολικά να αποκτήσει το επιθυμητό πέος.

Η επίλυση των ψυχοσυγκρούσεων που βιώνονται κατά το πρώιμο γενετήσιο στάδιο ψυχοσεξουαλικής ανάπτυξης είναι ευνόητο ότι επέχει τεράστια σημασία για τη φροϋδική θεωρία. Η ισχυρή ανάπτυξη του ΕΓΩ, και μια υγιής διαμόρφωση του ΥΠΕΡΕΓΩ εξαρτώνται κατ' εξοχήν από την ομαλή επίλυση των διεργασιών κατά το στάδιο αυτό. Ανάλογα προς την προσωπικότητα των γονέων, τα έως τότε διαμορφωμένα στοιχεία της προσωπικότητας του παιδιού, καθώς επίσης και των ευρύτερων συνθηκών ανάπτυξής του (ύπαρξη ή μη αδελφού ή αδελφών, σειρά γέννησης στην οικογένεια, αντίστοιχη διαχείριση του γονεϊκού ρόλου, διαζευγμένοι γονείς, κακοποιοί γονείς, περιπτώσεις υιοθεσίας, περιπτώσεις θανάτου του ενός γονέα, φυσικά ή πνευματικά ασθενείς γονείς, έλλειψη προτύπων στον άμεσο κοινωνικό περίγυρο για την υποκατάσταση, έστω, μιας απύσας ή παθητικής γονεϊκής φιγούρας, οικογένειες "πολυγονεϊκής" σύστασης, βίωση άλλων τραυματικών εμπειριών τύπου κακοποίησης από τρίτα πρόσωπα κττ), η είσοδος του παιδιού στο λανθάνον στάδιο σηματοδοτείται από στοιχεία, που δεν έχουν συνέπειες μόνον για την ευαγή προσπέραση και αυτής της αναπτυξιακής φάσης. Τα του πρώιμου γενετικού σταδίου έχουν συνέπειες, σύμφωνα με το φροϋδικό μοντέλο, για την όλη εξέλιξη του ατόμου, για την ίδια τη ζωή του.

- το **λανθάνον στάδιο (latency stage)** εκτείνεται από το έβδομο έως περίπου το δωδέκατο έτος ζωής. Έχει ήδη προετοιμαστεί με τη διεργασία ταύτισης (**identification**) με το γονέα του ίδιου φύλου, που σημειώθηκε κατά το πέρας του πρώιμου γενετήσιου σταδίου, και που στην πραγματικότητα αντιπροσώπευσε την αρχή μιας **υπαναχώρησης (withdrawal)** εκ μέρους του παιδιού, που δεν κατάφερε να διεκδικήσει τον επιθυμητό του γονέα. Η περίοδος αυτή σηματοδοτεί το πέρας του οιδιπόδειου και του ηλέκτριου συμπλέγματος για το αγόρι και το κορίτσι αντίστοιχα. Ύστερα από την ισχυρή ψυχική ένταση που βιώθηκε, τα σεξουαλικά ενδιαφέροντα απωθούνται, και το παιδί εμφανίζεται σχετικά ασεξουαλικό, με μια νέα διασπορά της λιβιδινικής ενέργειας. Η σημασία του σταδίου αυτού έχει υποτιμηθεί, ενώ ο συνδετικός του ρόλος μεταξύ σταδίων στην πορεία της ανάπτυξης έχει σοβαρές επιπτώσεις, τόσο αναφορικά με την εξομάλυνση ορισμένων ανεπίλυτων ή ατελών επιλυμένων στοιχείων του προηγούμενου σταδίου, όσο και αναφορικά με την προετοιμασία του ατόμου προς την είσοδο στο κυρίως γενετήσιο στάδιο, που έπεται. Αν τυχούσες καθηλώσεις που σημειώθηκαν στο πρώιμο γενετήσιο στάδιο δε συναντήσουν μια έγκαιρη εξομάλυνσή τους στο λανθάνον στάδιο, η πρόγνωση εκδηλώσεων νευρωτικής φύσης που εγκυμονούνται μπορεί κυμαίνεται από διαταραχές της σεξουαλικής ταυτότητας και διαστροφές, μέχρι διαταραχές που αφορούν σε ολόκληρη



τη δομή της προσωπικότητας, και είναι στο λανθάνον στάδιο που είναι δυνατό να εδραιωθούν σταθερότερα. Παρά το γεγονός ότι το παιδί στη φάση αυτή τείνει να δώσει έμφαση στην κοινωνική και γνωστική διάσταση της προσωπικότητας και της ζωής του, και οι διεργασίες ταύτισης ωθούν προς την υιοθέτηση των στοιχείων που χαρακτηρίζουν τον τύπο ζωής του γονέα του ίδιου φύλου (τάση, που εμπλέκει και το μηχανισμό της μετουσίωσης), η συναισθηματική του διάσταση παραμένει ενεργός, και έλκει τα στοιχεία των προηγούμενων σταδίων ανάπτυξης, που επιδέχονται ασφαλώς μέγιστης διορθωτικής επενέργειας.

Τέλος,

- **γενετήσιο ή γεννητικό στάδιο (genital stage)** διαδέχεται το λανθάνον και, παρά το συμβατικό προσδιορισμό της λήξης του στο δέκατο ένατο έως εικοστό πρώτο έτος της ζωής, είναι δυνατό να παραταθεί επί πολύ περισσότερο. Στα παλιά εγχειρίδια ψυχολογίας και κλινικής ψυχολογίας το στάδιο τούτο θεωρείται λήξαν ύστερα από την “αναζήτηση, εξεύρεση, εμπλοκή με τον επιθυμητό σύντροφο, και το γάμο”. Τόσο οι ψυχικές, όσο και οι κοινωνικές συντεταγμένες της σύγχρονης πραγματικότητας, ωστόσο, τείνουν να τροποποιήσουν αυτή την εικόνα. Επιπλέον, η εδραίωση και η ισχυροποίηση της **σεξουαλικής ταυτότητας** και των ανάλογων προτιμήσεων που εκδηλώνονται εκ μέρους της έφηβης και του έφηβου εξαρτάται και από τον τρόπο βίωσης των **βιολογικών ανακατατάξεων** που σημειώνονται στο στάδιο αυτό (εμμηνοαρχή, σπερματογένεση, ανάπτυξη ή επιτάχυνση ολοκλήρωσης της τριχοφυίας, κτ.). Η **λιβιδινική ενέργεια αναζωπυρώνεται** και επανατοποθετείται στη γεννητική περιοχή, όχι όμως με τον κατ’ εξοχή **ναρκισσιστικό χαρακτήρα** του πρώιμου γενετικού σταδίου, αλλά με την επιρροή της αποκτημένης κατά τη διάρκεια του λανθάνοντος σταδίου **κοινωνικότητας**. Οι μηχανισμοί της ταύτισης και της μετουσίωσης που χρησιμοποιήθηκαν κατά το προηγούμενο στάδιο έχουν ήδη προλειάνει το έδαφος για την οικοδόμηση αισθημάτων **αλτρουισμού, αγάπης, και συναισθηματικών δεσμών** με την αναγνώριση και των αναγκών του άλλου. Μέρος της λιβιδινικής ενέργειας κατά το στάδιο αυτό προσάπτεται και στην εργασία. Για την ολοκλήρωση του γενετήσιου σταδίου, εμπλέκεται και η αναβίωση στοιχείων από προηγούμενα στάδια, ιδίως, δε, από το πρώιμο γενετήσιο. Η διεργασία αυτή συντελείται μέσω του μηχανισμού της **παλινδρόμησης** και είναι δυνατό να λειτουργήσει εποικοδομητικά, στο βαθμό που το άτομο είχε διέλθει του σταδίου εκείνου ομαλά, ή καταστροφικά, στο βαθμό που ανεπίλυτες πτυχές των ψυχοσυγκρούσεων του μπορούν αναβιούμενες να καθορίσουν την πορεία, τη διάρκεια, και το ποιόν της ενηλικίωσης.

Ο όρος **ψυχοδυναμική**, ή **ψυχολογία του βάθους** έχει καταλήξει από της μεταφροϋδικής περιόδου να είναι όρος-ομπρέλα: αναφέρεται χαλαρά στα θεωρητικά και εφαρμοσμένα εκείνα συστήματα της ψυχολογίας, που δίνουν

έμφαση στις αναπτυξιακές και νοητικές διεργασίες καθώς επίσης και στις διαδικασίες της αλλαγής (Reber, 1987)¹⁵ του ατόμου και των ομάδων μέσω συνθηκών εσωτερικών και εξωτερικών στη ζωή. Αυτές δεν θεωρούνται στατικές ή γραμμικές, αλλά εξετάζονται ως πολυδιάστατες και ως ευρισκόμενες σε διαρκή διανάδραση¹⁶ (transaction) και δυνάμει αναδιάρθρωση. Η δυναμική θεώρηση, με αυτή την έννοια, εγκολπώνει διαφορετικές απόψεις σχετικά με την ψυχολογία του ατόμου, των ατομικών διαφορών και της ομάδας, που εστιάζονται κυρίως σε δυο βασικές, κάιτοι ρευστές, έννοιες: αυτή της κρίσης και αυτή της αλλαγής. Οι έννοιες τούτες, με τη σειρά τους, εξαρτώνται από μια σειρά προκαθοριστικών παραμέτρων: τα κίνητρα (motives) και τη σύστοιχη κινητοποίηση (motivation) προς τη διαμόρφωση μιας δεδομένης συναισθηματικής κατάστασης ή και της συνακόλουθης συμπεριφοράς, τις ασύνειδες διεργασίες (unconscious processes) που διέπουν το άτομο, και τα πεδία ψυχικής ενέργειας (field dynamics) που κατέχουν κατά περίπτωση¹⁷ πρωταγωνιστικό ρόλο στην ερμηνεία και διάπλαση της ψυχικής δομής.

Καταχρηστικά, ο όρος: ψυχοδυναμική έχει καταλήξει συνώνυμος με αυτόν της ψυχαναλυτικής θεωρίας, κυρίως για λόγους ιστορικής προτεραιότητας: η ψυχαναλυτική θεωρία διατυπώθηκε ολοκληρωμένη ως σύστημα χρονολογικά ενωρίτερα από άλλες θεωρίες, που ερμηνεύουν δυναμικά την ψυχολογία του ατόμου, και αποτέλεσε και θεμελιώδες σύστημα αναφοράς των τελευταίων.

Η επιρροή που άσκησε η ψυχοδυναμική προσέγγιση σε άλλες θεωρίες είναι τεράστια, και εκτείνεται από τη νεοφροϋδική θεωρία και την υπαρξιστική θεωρία ως και την επιλεκτική προσέγγιση και μερικές από τις πιο εξελιγμένες μορφές της γνωσιακής προσέγγισης. Πέραν της κλασσικής Ψυχαναλυτικής Σχολής (π.χ., Freud, 1910)¹⁸ θεωρητικές έννοιες του φροϋδικού μοντέλου μπορούν να εντοπιστούν στις απόψεις άλλων, μεταγενέστερων στοχαστών¹⁹:

¹⁵ Reber, A.S., 1987, Dictionary of psychology, Penguin, London

¹⁶ Ο όρος εδώ χρησιμοποιείται υπό την έννοια που προτείνει ο Δρ. Γεώργας, ως ισχυρότερος του όρου: αλληλεπίδραση, δεδομένου ότι με τον τελευταίο υποδηλώνεται μια, εν είδει γραμμικής και εν πολλοίς πεπερασμένης, επίδραση μεταξύ των εκάστοτε σχετιζόμενων μερών, ενώ με τον όρο: διανάδραση υποδηλώνεται δράση που αφορά σε πολλαπλές αλληλεπιδράσεις, αλληλεπικαλύψεις και αναπτύξεις δυναμικών συσχετισμών μεταξύ των σχετιζόμενων μερών. Αξίζει ωστόσο να σημειωθεί ότι ο ίδιος όρος θα χρησιμοποιηθεί εδώ και πιο συγκεκριμένα, όταν η Σχολή των Transactionalists θα αποδοθεί ως Σχολή Διανάδρασης.

¹⁷ Όχι πάντα, και όχι πάντα δεκτά ως υπαρκτά από τους ψυχοδυναμικούς. Πρωταρχικά αναπτυγμένη από τους θεωρητικούς της Gestalt, και προηγμένη από τους Wolfgang Kohler και Kurt Lewin, η θεωρία πεδίων (field theory) αφορά στη σφαιρική ερμηνεία των ψυχολογικών διεργασιών, ως προσδιορισμένων από τις διαπλοκές στοιχείων εξωτερικής και εσωτερικής πραγματικότητας, βρήκε δε την καλύτερη έκφρασή της στην ψυχολογική θεωρία της Κυβερνητικής (Cybernetics).

¹⁸ Freud, S., 1910, Five lectures on Psycho-Analysis, Standard Ed., II, 3, στο: Two short accounts of Psycho-Analysis, Penguin Books, Harmondsworth, 1962.

¹⁹ Για τις ανάγκες του παρόντος εγχειριδίου οι θεωρίες των προσεγγίσεων αυτών δεν αποτελούν αντικείμενο άμεσου ενδιαφέροντος. Η/ο αναγνώστρια/της προτρέπονται να αναζητήσουν όπου δει



- στην Αναλυτική Σχολή (Analytical Theory) του Carl Gustav Jung (1875-1961), π.χ., Jung (1921)²⁰
- στη Σχολή της Ατομικής Ψυχολογίας (ή Αντλεριανή, Individual Psychology) του Alfred Adler (1870-1937), π.χ., Adler (1961)²¹
- στη θεωρία της Karen Horney (1885-1952), π.χ., Horney (1937)²²
- στη θεωρία του Erich Fromm (1900-1980), π.χ., Fromm (1955²³, 1957²⁴)
- στη θεωρία του Harry Stack Sullivan (1892-1949), π.χ., Sullivan (1953)²⁵
- στην Αναπτυξιακή Θεωρία της Margaret Mahler (1897-1985) π.χ., Mahler (1979)²⁶
- στην Υπαρξιστική Θεωρία / Θεραπεία (Existential Psychology) του Rollo May (1909-), π.χ., May (1958²⁷, 1959²⁸), Maslow (1962)²⁹
- την Πελατοκεντρική Θεωρία / Θεραπεία (Client-centered Theory / Therapy) του Karl Rogers (1902-), π.χ., Rogers (1977)³⁰
- τη Λογική-Συγκινησιακή Θεωρία / Θεραπεία (Rational Emotive Theory / Therapy - RET) του Frederick (Fritz) Perls (1893-1970), π.χ., Perls (1970)³¹
- τη θεωρία της Διανάδρασης (Transactional Theory), του Eric Berne (1910-1970), π.χ., Berne (1967³², 1972³³)
- το Ψυχόδραμα του Moreno (π.χ., Moreno 1946)³⁴
- τη Λογοθεραπεία του Viktor Frankl (1905-), π.χ., Frankl (1975)³⁵

την εκτενέστατη βιβλιογραφία που καλύπτει αυτές τις θεματικές, ενδεικτικά λήμματα για την οποία παρατίθενται και εδώ.

²⁰ Jung, C.G., 1921, Psychological types, Princeton University Press, N.J.

²¹ Adler, A., 1961, Thinking machines, Day Co., N.Y.

²² Horney, K., 1937, The neurotic personality of our time, W.W.Norton and Co., N.Y.

²³ Fromm, E., 1955, The sane society, Holt, Rinehart and Winston Inc., N.Y.

²⁴ Fromm, E., 1957, The forgotten language, Grove Press Inc., N.Y.

²⁵ Sullivan, H.S., 1953, The interpersonal theory of psychiatry, W.W. Norton and Co., N.Y.

²⁶ Mahler, M., 1979, The selected papers of Margaret Mahler (v.1,2,3), Jason Aronson, N.Y.

[Infantile psychosis; The psychological birth of the human infant; On human symbiosis and the vicissitudes of individuation]

²⁷ May, R., 1958, Existence: A new dimension in psychiatry and psychology, Basic Books Inc., N.Y.

²⁸ May, R., 1959, The existential approach, In: S.Arieti (ed.), American Handbook of Psychiatry, v.II, Basic Books Inc., N.Y.

²⁹ Maslow, A., 1962, Toward a psychology of being, Van Nostrand, N.Y.

³⁰ Rogers, C., 1977, Carl Rogers on personal power, Delacorte, N.Y.

³¹ Perls, F.S., 1970, Gestalt therapy now, Science and Behavior Books, Palo Alto, CA.

³² Berne, E., 1967, Games people play, Penguin, London

³³ Berne, E., 1972, What do you say after you say hello?, Grove, N.Y.

³⁴ Moreno, J.L., 1946, Psychodrama: Volume I, N.Y., Beacon House.

³⁵ Frankl, V.E., 1975, Paradoxical intention and dereflection, Psychotherapy: Theory, Research and Practice, 12, 226-237.



Ο Freud έζησε αρκετά για να δει τη Βιέννη του να καταρρέει υπό το ναζιστικό καθεστώς. Είχε περάσει τα ογδόντα όταν συνελήφθη από τους ναζί και φίλοι του από την Αγγλία ήρθαν σε συνδρομή του, ανταλλάσσοντας πολλούς κρατουμένους τους ώστε να τον φέρουν στο Λονδίνο. Παρά το ότι πέθαινε από καρκίνο, περπάτησε από το αυτοκίνητο ως την πόρτα του σπιτιού που θα ήταν η τελευταία του κατοικία. Πέθανε στα 1939, σε ηλικία ογδοντατριών ετών. Είχε ζήσει αρκετά για να δει την ψυχοδυναμική του θεωρία να χαίρει ευρύτατης, θα έλεγε κανείς πανηγυρικής, αποδοχής, από επιστήμονες της ψυχικής υγείας σε ολόκληρο σχεδόν τον κόσμο. Έζησε αρκετά για να βιώσει τη δικαίωση μιας προσπάθειας που κατοχυρώθηκε ως η μεγαλειωδέστερη συμβολή στην κατανόηση του ανθρώπινου ψυχισμού³⁶.

ΤΟ ΠΕΡΙΒΑΛΛΟΝΤΟΛΟΓΙΚΟ ΜΟΝΤΕΛΟ

Δε μπορεί τα αξιώματα
που αποδείχτηκαν με συζητήσεις
να αρκούν για την ανακάλυψη νέων έργων,
αφού η ευφυΐα της φύσης
είναι πολύ μεγαλύτερη
από την ευφυΐα της επιχειρηματολογίας
Francis Bacon

Το ψυχοδυναμικό μοντέλο, βέβαια, και ιδίως η “ορθόδοξη”, κλασική ψυχαναλυτική του εκδοχή δεν έγινε και πλήρως, ή οικουμενικά αποδεκτή. Πέρα από τις διαφοροποιήσεις στενών μαθητών και συνεργατών του όπως ο Carl Gustav Jung, ένα ικανό μέρος του επιστημονικού κόσμου της εποχής παρέμεινε σκεπτικιστικό απέναντι στην επαναστατική, αλλά και για τούτο σχεδόν απειλητική θεωρία, που απομάκρυνε, αν μη τι άλλο, ως ρομαντική κι εξωπραγματική την εικόνα των ενηλίκων για τα παιδιά ως α-σεξουαλικά, αθάνα, και “ανυποψίαστα”. Ο Freud κατηγορήθηκε από νωρίς ως “παν-σεξουαλιστής” ιδίως εκ μέρους όσων από ετεροκοΐας ή προκατάληψης δεν εννόησαν ότι η έννοια της σεξουαλικότητας στα νήπια εκλαμβάνεται ως σαφώς ευρύτερη από εκείνη που της προσδίδουν οι ενήλικες, και ότι ακόμη κι αν είχε νοηθεί στενότερα, αλλά με λιγότερες απαγορεύσεις κατά τη δική τους παιδική ηλικία, ενδεχομένως οι ίδιοι οι κατηγοροί του να μη σοκάρονταν απ’ αρχής ούτως ή άλλως...

³⁶ Strange, J.R., 1965. Abnormal psychology. McGraw-Hill Book Co., N.Y.



Είναι βέβαια γεγονός ότι όπως σχεδόν κάθε θεωρητικό μοντέλο - ή, γι' αυτό το θέμα, σχεδόν κάθε ανθρώπινο εγχείρημα - και το κλασικό φροϋδικό υπέκειτο στις συντεταγμένες της εποχής κατά την οποία διατυπώθηκε, της άφευκτης *υποκειμενικότητας* του ανθρώπου-επιστήμονα που το εισήγε, της *εξέλιξης* αυτής καθ'εαυτή, που θα απαιτούσε την προαγωγή και συμμόρφωσή του στα μεταγενέστερα ψυχοκοινωνικά δεδομένα, και, ασφαλώς, του *διεπιστημονικού ελέγχου* προκειμένου για την επαλήθευση της ισχύος του.

Φαίνεται ότι, σε γενικές γραμμές, εξελισσόμενο, το μοντέλο έχει "δοκιμαστεί" και επιτύχει στη ροή του χρόνου. Ως προς την τελευταία παράμετρο, όμως, της επαλήθευσης της ισχύος του σε μεγάλα δείγματα πληθυσμού, μόλις τα τελευταία χρόνια έχει αρχίσει να εξετάζεται με τρόπους πιο οργανωμένους, που αρμόζουν στο ποιόν και το ποσόν του μοντέλου, με επίσημα έντυπα του επιστημονικού περιοδικού τύπου να ανακοινώνουν αποτελέσματα ερευνών, οι οποίες δε βασίζονται αποκλειστικά πια σε μελέτες μεμονωμένων περιστατικών (πρόσθετος στόχος αρνητικής κριτικής προς το φροϋδικό μοντέλο, παρά τη σημαντικότητα της *ιδιογραφικής*, όπως ορίζεται, προσέγγισης στην επιστημονική μεθοδολογία), αλλά και αποτελέσματα μεγαλύτερων δειγμάτων πληθυσμών).

Ακόμη, τα εννοιολογικά του στοιχεία έχουν, καθώς διατυπώθηκαν από τον Freud και από συνεχιστές της θεωρίας του, όπως ο K. Abraham, μια λογοτεχνική δύναμη που όμως δεν αντιστοιχίζεται εύκολα με τις αυστηρά επιστημονικές αναζητήσεις απόδειξης της σύγχρονης σκέψης.

Η αυτοπαρατήρηση, στην οποία ο Freud υπέβαλε εαυτόν, δε νομιμοποιεί αναγκαστικά την άποψη περί οικουμενικότητας της θεωρίας του. Απεναντίας, κατηγορήθηκε ότι ενώ μίλησε εκτενέστατα για την ψυχοσεξουαλική ανάπτυξη κατά την παιδική ηλικία, ούτε ως ιδιώτης (εκτός ίσως από την επαφή που είχε με τη δική του κόρη, Άννα), ούτε ως επαγγελματίας επιστήμονας ήρθε με νήπια ποτέ σε επαφή, συνεχή αρκετά για να μπορεί να διατυπώσει με βεβαιότητα επιστημονικές παρατηρήσεις του εύρους που είχαν οι δικές του.

Επιπλέον, δεδομένου ότι οι παρατηρήσεις του διατυπώθηκαν με έναυσμα την παρακολούθηση των ασθενών που ιδιωτικά και μεμονωμένα απευθύνονταν στον ίδιο, η γενίκευση των συμπερασμάτων του θεωρήθηκε (π.χ., Eysenck, 1961)³⁷ παρακινδυνευμένη: Οι κατ' εξοχή *γυναίκες*, κατ' εξοχή *νέες* ή στη μέση ηλικία, *ουσιαστικά ευκατάστατες* σε σχέση με το λοιπό πληθυσμό της εποχής του αφού ήταν σε θέση να αντεπεξέρχονται στο κόστος της θεραπείας του, κατά κανόνα *Βιεννέζες*, και με σοβαρά *περιορισμένο εύρος συμπτωματολογικών αιτιάσεων*, που αποτελούσαν άλλωστε και το μαγνήτη του *επιστημονικού ενδιαφέροντος του Freud* (η υστερία υπήρξε η μεγάλη

³⁷ Eysenck, H.J. (ed.), 1961, The effects of psychotherapy, In: Handbook of abnormal psychology: An experimental approach, Basic Books, N.Y.



άγνωστη για την εποχή, και είλξε σχεδόν κατ' αποκλειστικότητα την προσοχή του), συνιστούν τα παραλειπόμενα χαρακτηριστικά των πορισμάτων του, που συχνά έθεσαν σε αμφισβήτηση και την όλη εγκυρότητά τους και την αξιοπιστία τους

Παρά τις εκσυγχρονιστικές τροποποιήσεις και διευκρινίσεις ανεπεξέργαστων σημείων του αρχικού μοντέλου από τους νεοφροϋδιστές και όσους επηρεάστηκαν από την φροϋδική θεωρία (λ.χ., το ζήτημα των αμυντικών μηχανισμών του ΕΓΩ, που προήγε μάλλον η κόρη του S. Freud, Anna και οι συνεχιστές της θεωρίας του, παρά ο ίδιος, και μ' όλη την ανάπτυξη και διεύρυνση πυρηνικών ιδεών του μοντέλου σε μείζονες αυτόνομες Σχολές σκέψης, που επεξέτειναν την ίδια τη θεώρηση του ψυχοδυναμικού μοντέλου προσθέτοντας μια ακόμη ενότητα ως προς το ύφος και το σημείο αναφοράς του, την υπαρξιστική θεώρηση, το μοντέλο δεν έπαψε να αντιμετωπίζεται με ισχυρό σκεπτικισμό, ειδικά καθώς το πέρασμα του χρόνου συνεπαγόταν και ενδυνάμωση της μεθοδολογικής εμπεριστάτωσης της επιστήμης της ψυχολογίας.

Το μοντέλο δέχτηκε περαιτέρω κριτική ως προς δύο τουλάχιστον ιδιάζουσας σημασίας σημεία του: ότι οσάκις επιχειρήθηκε η πειραματική του επαλήθευση τα αποτελέσματα των σχετικών μελετών δεν υπήρξαν αρκετά σαφή ώστε να υποστηρίζουν πέραν κάθε αμφιβολίας τις υποθέσεις του, και ότι κατά τις πρωτόλειες αυτές απόπειρες έγινε εμφανής η ανυπέρβλητη δυσκολία να απομονωθούν στοιχεία των θεωρητικών ισχυρισμών του μοντέλου, ώστε να μπορέσουν να ελεγχθούν με ακρίβεια: επί παραδείγματι, φαινόταν αδύνατο να απομονωθεί ο παράγοντας της καθήλωσης σε ένα από τα πρώιμα στάδια ανάπτυξης του πάσχοντος ατόμου και να καταγραφούν με λεπτομέρεια και ακρίβεια τα αποτελέσματά της κατά τον ενήλικο βίο του, απλώς διότι η κάθεξη είναι μια νοητική σύλληψη που δε μπορεί να μετρηθεί, και διότι σε τέτοια περίπτωση θα αναφερόταν σε τόσο παλαιότερη φάση της ζωής του υποκειμένου, ώστε η αναδρομική της προσμέτρηση να αποκλείεται εκ των προτέρων - κοντολογίς, το μοντέλο κατηγορήθηκε ανοιχτά ως πολύπλοκο, πολύπλευρο, και, εν τέλει, εξαιρετικά δύσκολο (sic) και δύσβατο στη σύλληψή του, για να αποδειχτεί ή να μην αποδειχτεί (sic)³⁸.

³⁸ Η άποψη αυτή δεν αποτελεί νεολογισμό. Ήδη, από την αναφορά που έγινε παραπάνω στη φροϋδική θεώρηση, διαφάνηκε το πολυσχιδές της (που συνιστά και τον κύριο λόγο της εκτενέστερης αναφοράς του παρόντος εγχειριδίου στην περιοχή των μηχανισμών άμυνας, ως περιλαμβανόντων την πεμπτουσία, ίσως, των ψυχοδυναμικών προβληματισμών). Και είναι αλήθεια ότι οι ανατολές του εικοστού αιώνα εγκαλούσαν επειγόντως μια απλούστευση της κοσμικής κατανόησης, με σχήματα που θα ήταν πιο ευέλικτα στην προσφορά λύσεων καπλών προβλημάτων, όπως το πρόβλημα εκείνο της ψυχικής νόσου, που τόσο απασχόλησε και την αγγλοσαξονική κουλτούρα. Η ίδια άποψη, όμως, αποπέμπεται εδώ, τηρουμένων των αναλογιών μιας εκτενέστατα παρατηρούμενης σύγχρονης τάσης επανεξέτασης των όντως πολύπλοκων δομικών σχηματισμών της ανθρώπινης ψυχολογίας.

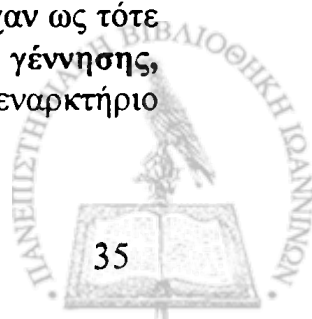


Το μεγαλύτερο μέρος αυτής της κριτικής προερχόταν (και τείνει να προέρχεται, αν και σε μικρότερο βαθμό σήμερα, λόγω της σταδιακής έκπτωσης του από αυτόνομου μοντέλου) από εκπροσώπους μιας ανατέλλουσας θεωρίας των φαινομένων, της θεωρίας της συμπεριφοράς, ή μπηχεβιοριστικής, ή μπηχεϋβιοριστικής, ή συμπεριφορικής, ή συμπεριφοριστικής θεωρίας (αγγλιστί *behavioural*, και αμερικανιστί *behavioral theory*), που εισήγαγε στην ιστορία της Ψυχολογίας το συνυπολογισμό των περιβαλλοντικών παραγόντων στην αποτίμηση της μη φυσιολογικότητας. Όπως και στην περίπτωση της φρουδικής θεωρίας, που, επεκτεινόμενη, συμπεριέλαβε το θεωρητικό εμπλουτισμό που προσέφεραν οι συμβολές ιδίως των νεοφρουδιστών, αποτελώντας ιστορικά ως ενότητα το ψυχοδυναμικό μοντέλο, έτσι και ο μπηχεβιορισμός συναποτέλεσε μέρος αυτού που συλλήβδην περιγράφεται ως περιβαλλοντολογικό μοντέλο, μαζί με την ζωτικής αξίας συμβολή της μετέπειτα αναπτυσσόμενης γνωσιακής / γνωστικής θεωρίας (*cognitive theory*), η οποία άρχισε να αυτονομείται αρκετά αργότερα, και στις μέρες μας έχει μεγάλη απήχηση.

Οι ιστορικές συνθήκες κατά τις αρχές της δεκαετίας του '20 υπήρξαν εξαιρετικά πρόσφορες για τη δημιουργία μιας νέας θεώρησης πραγμάτων. Η βιομηχανική επανάσταση, που είχε προηγηθεί, είχε ήδη προϊδεάσει τις εξελίξεις που θα ακολουθούσαν, και η είσοδος στην εποχή των μεγάλων ανακαλύψεων, που θα συνέβαλαν υπολογίσιμα στην ουσιαστική βελτίωση της ποιότητας ζωής των κατά πολύ μεταγενέστερων, είχε ήδη επιδράσει ιδεολογικά στη σύγχρονη επιστημονική σκέψη.

Σε αντίθεση με τον καρτεσιανό ρασιοναλισμό, που θεμελιώνεται κι επικρατεί στη Γαλλία με το **Rene Descartes** (1596-1650) και που πρεσβεύει ότι το άτομο γεννιέται με έμφυτες ορισμένες ιδέες του, του χώρου, του χρόνου, της αγάπης, του Θεού, κατά την ανατολή της Αναγέννησης στην Αγγλία επικρατεί ο εμπειρισμός (*empiricism*), με κορυφαίο του εκπρόσωπο τον **John Locke** (1632-1704). Ο εμπειρισμός επηρεάζει ευρύτατα τις νέες γενιές ως προς μια τουλάχιστον βασική του αρχή, ότι ο άνθρωπος γεννιέται *tabula rasa*, και κατά τη διάρκεια της ζωής του είναι που "εγγράφει" στην εμπειρία του τα διδάγματα που του μεταδίδει το περιβάλλον του.

Η άποψη αυτή και η επέκτασή της στο χώρο του γίνεσθαι της ψυχολογίας ως επιστήμης πρόσθεσε στις έως τότε θεωρήσεις του ψυχισμού του ατόμου μιαν ακόμη διάσταση αποφασιστικής σημασίας. Πέρα από τις υποθέσεις της *οργανογένεσης versus ψυχογένεσης* της μη-φυσιολογικότητας, και πέρα από τη δυσανάλογα προς την αντικειμενική πραγματικότητα έμφαση που είχε ως τότε δοθεί στο άτομο ως μεμονωμένης οντότητας που αναπτύσσεται σαν να βρισκόταν στο κενό, ή το απυρόβλητο, υπήρχε και το περιβάλλον. Ο ρόλος αυτού έτεινε να παραγκωνίζεται από τις υπόλοιπες θεωρίες που είχαν ως τότε διατυπωθεί, και η θεμελιώδης έννοια της αρχής της μάθησης από γέννησης, και όχι από, λ.χ., αταβιστικής, αρχέγονης καταγραφής, έδωσε το εναρκτήριο



λάκτισμα στη διαμόρφωση μιας θεωρίας που, για παραπάνω από μια πενήκονταετία (από περίπου τη δεκαετία του '20 μέχρι τα μέσα της δεκαετίας του '60) δέσποσε αυτόνομη στη Μ. Βρετανία, την Αμερική και τη Σοβιετική Ένωση.

Με την παράλληλη εδραίωση της δεοντολογίας περί επιστημονικής έρευνας στην ψυχολογία, ώστε ως επιστήμη να υιοθετήσει και να γενικεύσει τον τύπο έρευνας που εφαρμόζεται και στις φυσικές επιστήμες, εντοπίστηκε το πρόσφορο πεδίο ανάπτυξης και εμπειριστάτωσης μιας ολοκληρωμένης και συστηματοποιημένης θεωρίας, το ύφος και ο χαρακτήρας της οποίας διαφαίνεται ήδη από το όνομα που της έδωσε ο εισηγητής της, **John B. Watson** (1878-1958): θεωρία της συμπεριφοράς, δηλαδή, των ανθρώπινων αντιδράσεων σε ερεθίσματα ως αποτελέσματος.

Όπως φάνηκε παραπάνω, οι ανιμιστικές και ανιμαλιστικές καταβολές των σύγχρονων θεωριών προσέγγισης της μη-φυσιολογικότητας ισχύουν, τόσο για το βιοϊατρικό, όσο και για το ψυχοδυναμικό μοντέλο. Το περιβαλλοντολογικό μοντέλο απέχει ικανά από μια τέτοια επιρροή³⁹. Όχι μόνο γεωγραφικά, αλλά και ιστορικά, τα δεδομένα που συντέλεσαν στις εξελίξεις στον κυρίως ευρωπαϊκό χώρο, για την εκείθεν της Μάγχης πλευρά της Ευρώπης - πόσο δε μάλλον, την εκείθεν του ωκεανού πλευρά του κόσμου - ήταν απόηχοι και, κάποτε, ενοχλητικοί θόρυβοι.

Στο κλίμα αυτό οι θεωρητικές συντεταγμένες του μηχηβιορισμού δομήθηκαν⁴⁰ ισχυρά επί τεσσάρων βασικών επιστημονικών υποθέσεων, ευθέως επηρεασμένων από το αναγεννησιακό σκεπτικό του εμπειρισμού. Πρόκειται για τις υποθέσεις περιβαλλοντισμού, πειραματισμού, οπτιμισμού και αντι-μενταλισμού ή αντι-διανοητι(κι)σμού. Όπως διαφαίνεται από τη μελέτη⁴¹ της πρώιμης περιγραφής τους, οι υποθέσεις αυτές θα μπορούσαν να ιδωθούν ως πίστεις, κι ως αντιπροσωπεύσεις μιας ανάγκης μάλλον, για την υιοθέτηση νέων, και πιο "εύκολων" τρόπων κατανόησης της ανθρώπινης ψυχολογίας, παρά ως ζητήματα και σαν τέτοιες τείνουν να αντανakλούν μάλλον ενθουσιασμό ή ακόμη και μόνο την ευχή για την δικαίωσή τους, παρά

³⁹ ...αν και, σύμφωνα με μια μετα-ανάγνωση των ιστορικών επιρροών που δέχτηκε η μηχηβιοριστική θεωρία, οι μέθοδοι του placebo θα μπορούσαν να συνδεθούν απ' ευθείας με τη λογική του μεσμερισμού ως θεραπευτικής διαχείρισης (ιδιαίτερα επί αμφύεγόμενων, ή / και πειραματικά ελεγχόμενων συμπτωματολογιών) - πρβλ.: Ullman, L.P. and Krasner, L., 1969, A psychological approach to abnormal behavior. Prentice-Hall International, London.

⁴⁰ Πρόκειται για "δύο" μηχηβιορισμούς, δηλαδή για δύο τύπους προσέγγισης, που θα έπρεπε να δομήσουν το μοντέλο, σύμφωνα με τις αυθεντικές προτάσεις του Watson: (i) τον "μεταφυσικό" ή ριζοσπαστικό μηχηβιορισμό (metaphysical, or radical), που θα ασχολείτο αποκλειστικά με ψυχολογική εργασία και (ii) τον μεθοδολογικό μηχηβιορισμό (methodological), που θα αφιερωνόταν στη μελέτη και βελτίωση των διεργασιών και μεθόδων της ψυχολογικής εργασίας [πρβλ. επίσης: Mahoney, M.J. (ed.), 1980, Psychotherapy and the structure of personal revolutions. In: Psychotherapy process. Plenum, N.Y.]

⁴¹ πρβλ. ιδίως την εκτενέστατη αναφορά του Schwartz, R.M., 1982, Cognitive behavior modification: a conceptual review. Clinical Psychology Review, 2, 267-293

τη σύννοια που θα ενέπνεε η ισχύς τους. Εδώ, οι υποθέσεις αυτές περιγράφονται σύντομα.

Περιβαλλοντισμός (environmentalism): αντιπροσωπεύει την ιδέα ότι το άτομο γεννιέται πράγματι “λευκή, άγραφη πλάκα” και οι εμπειρίες του, οι συμπεριφορές του, και τα ψυχοπαθολογικά συμπτώματα που ενδέχεται να εκδηλώσει είναι αποτέλεσμα επιρροών που δέχεται από τον εξωτερικό κόσμο, το περιβάλλον του. Επομένως, η μη-φυσιολογική συμπεριφορά οφείλεται σε αρνητικές εμπειρίες του ατόμου που προέρχονται από το περιβάλλον του, προκύπτει, δε, λόγω ενός βαθμού δυσπροσαρμοστικότητας την οποία το άτομο επιδεικνύει ως “απάντηση” στην αρνητική του εμπειρία-μάθηση.

Πειραματισμός (experimentalism): υποθέτει ότι σε εργαστηριακά περιβάλλοντα, και υπό ελεγχόμενες συνθήκες είναι δυνατό και πρέπει να απομονώσει κανείς τους εξωτερικούς εκείνους παράγοντες που μπορεί να ευθύνονται για την εκδήλωση μιας δεδομένης συμπεριφοράς. Η επιτυχία ενός τέτοιου εγχειρήματος θα υποσχόταν την ακόλουθη δυνατότητα αλλαγής των συνθηκών πρόκλησης, άρα και αλλαγής των αποτελεσμάτων της, της ίδιας δηλαδή της αρχικής συμπεριφοράς. Κατά συνέπεια, μαθαίνοντας από τα εργαστηριακά πειράματα τι είναι κάθε φορά η αιτία μιας δυσπροσαρμοστικής συμπεριφοράς, είναι δυνατό να διατυπώσει κανείς και την πρόγνωση της.

Οπτιμισμός (optimism): πρόκειται για την καθαυτό υπόθεση της αλλαγής. Ό,τι υπήρξε προϊόν εμπεριστατωμένης πληροφόρησης στο χώρο του εργαστηρίου είναι δυνατό να εφαρμοστεί σε επίπεδο καθημερινότητας. Έτσι, τροποποιώντας τις αληθινές περιβαλλοντικές συνθήκες που συνιστούν κάθε φορά το υπεύθυνο για την εκδήλωση μιας συμπτωματολογίας ερέθισμα, θα προκύψει και η τροποποίηση της εν λόγω συμπεριφοράς. Μέσω παρέμβασης, συνεπώς, με σκοπό την αλλαγή των αρνητικά επιδρώντων στη συμπεριφορά στοιχείων του περιβάλλοντος, το άτομο θα ξε-μάθει τις δυσπροσαρμοστικές του απαντήσεις προς αυτό, και θα εκμάθει νέες, ευνοϊκές για την προσαρμογή του, συμπεριφορές.

Τέλος, ο μηχεβιορισμός υποθέτει ότι χρειάζεται να επικρατήσει ο:

“Αντι-διανοητι(κι)σμός” (anti-mentalism): αυτό που είναι δυνατό να καταξιώσει την ψυχολογία ως επιστήμη είναι η εφαρμογή μεθόδων παρατήρησης, μέτρησης, καταγραφής και απόδειξης συγκεκριμένων ερωτημάτων. Αντίστοιχα προς τούτα, τα παρατηρούμενα, μετρούμενα, καταγραφόμενα και υπό απόδειξη στοιχεία είναι ανάγκη να ανταποκρίνονται κατά το ποσόν τους, τη φύση τους και την ουσία τους στις σχετικές μεθόδους. Έννοιες όπως η ψυχή, ο ψυχισμός, η διάνοηση, και τα συναισθήματα είναι ακριβώς αυτό, έννοιες, και για τούτο μη παρατηρήσιμες, μη μετρήσιμες, μη καταγράψιμες, και, πάνω απ’ όλα, αναπόδεικτες.



Η άποψη αυτή συνοψίστηκε, και παρέμεινε παροιμιώδης, σε μια από τις ρήσεις του John B. Watson: “η συνείδηση”, φέρεται πως δήλωσε, “δεν είναι υλικό αντικείμενο, και τα αντικείμενα μελέτης της επιστήμης πρέπει να είναι υλικά”.

Οι επιστημονικές διαπιστώσεις από έρευνες, που αυτή την εποχή βρίσκονται σε εξέλιξη στη Σοβιετική Ένωση, εμφανίζονται πολύ συνεπείς προς, και προσιτές στην εκπόρευση της νέας ιδεολογίας. Μια ενότητα παρατηρήσεων έπαιξε σημαντικό ρόλο στην εφαρμοσιμότητα αυτής της ιδεολογίας. Στο πλαίσιο των πειραμάτων του για την έρευνά του⁴² επί του πεπτικού συστήματος των σκύλων, και ακριβέστερα επί του αντανακλαστικού της σιέλωσης, ο Ρώσος φυσιολόγος Ivan Petrovitch Pavlov (1849-1936) παρατήρησε ότι ύστερα από έναν αριθμό προσελεύσεών του στον εργαστηριακό χώρο για να ταΐσει τα πειραματόζωα με σκοπό να μετρήσει τον σιελό τους, αυτή καθεαυτήν, η προσέλευσή του, άρχισε να δημιουργεί στα σκυλιά υπερσιέλωση, πριν ακόμη τους παρασχεθεί η σχετική τροφή. Ο Pavlov αποκάλεσε το φαινόμενο ψυχικό αντανακλαστικό, ή “υπό προϋπόθεση” αντανακλαστικό (psychic reflex or conditional reflex), αφού η υπερσιέλωση των σκυλιών προϋπέθετε την εμπειρία τους από τις προσελεύσεις του στο εργαστήριο, που υπόσχονταν τροφοδοσία. Οι μετέπειτα γλωσσικές μεταγραφές (ιδ. στην αγγλική γλώσσα, στην οποία και πρωτομεταφράστηκαν οι διαπιστώσεις Pavlov) καθιέρωσαν τον όρο εξαρτημένο αντανακλαστικό (conditioned response), που όμως δεν απείχε πολύ από την ακριβή περιγραφή του ευρήματος.

Το τελευταίο έγινε η σπίθα για την επιβεβαίωση των αναγεννησιακών ιδεών του εμπειρισμού περί *tabula rasa*, περί της σημαντικότητας της ανθρώπινης εμπειρίας στη μάθηση των συμπεριφορών, περί της εξάρτησης από τους εκάστοτε περιβαλλοντικούς παράγοντες για την εκδήλωση τέτοιων συμπεριφορών. Τα επανειλημμένα πειράματα που ακολούθησαν για την επαλήθευση των ενδιαφερόντων αυτών ευρημάτων πέτυχαν την υποστήριξη των ερευνητικών υποθέσεων. Συνδέοντας ένα απόλυτο, ανεξάρτητο ερέθισμα (unconditioned stimulus), όπως η τροφή, με ένα ουδέτερο ερέθισμα (neutral stimulus), όπως ένας ήχος ή μια λάμψη φωτός, για ικανή, ανάλογα με τον οργανισμό υπό εξέταση (σκύλο, ποντίκι, άνθρωπο), χρονική περίοδο, η αρχικά απόλυτη, ανεξάρτητη απάντηση / αντίδραση (unconditioned response) που δινόταν στο ερέθισμα που “ενδιέφερε”, μετατρέπεται σε εξαρτημένη (conditioned response) από το ουδέτερο ερέθισμα που μεσολάβησε και μαθεύτηκε κατά την εμπειρία της σύνδεσης. Έτσι, το ουδέτερο ερέθισμα χάνει την “ουδετερότητά” του, και μετατρέπεται

⁴² Για το αξιόλογο των πορισμάτων αυτών δέχτηκε το βραβείο Nobel Ιατρικής στα 1904.

σε πραγματική γενεσιουργό αιτία της εμφάνισης της εν λόγω συμπεριφοράς⁴³.

Η απόκτηση (acquisition) αυτής της μάθησης επωχώνεται σε ικανοποιητικό βαθμό, όπως εισηγήθηκε ο Ραβλιν, ύστερα από τρεις έως δεκαπέντε ζεύξεις απόλυτου και ουδέτερου ερεθίσματος, η δε απόσβεσή της (extinction), η εξαφάνιση, δηλαδή, της εξαρτημένης απάντησης, προκύπτει και πάλι μέσω της εκμάθησης, της απουσίας, αυτή τη φορά, του (επιθυμητού) ακόλουθου στο ουδέτερο, ανεξάρτητου (αρχικού) ερεθίσματος.

Στο πλαίσιο της μάθησης υπό τους όρους αυτούς, μια επιπλέον διεργασία είναι δυνατό να διαπιστωθεί: η γενίκευση της μάθησης (acquisition generalisation) έναντι της γενίκευσης της απόσβεσης (extinction generalisation) - συλλήβδην, η γενίκευση του ερεθίσματος (stimulus generalisation), που αφορά στην ενδυνάμωση ή την αποδυνάμωση, αντίστοιχα, της αντίδρασης σε ερεθίσματα παρόμοια με αυτό που αποτέλεσε την αιτία της αρχικής μάθησης⁴⁴.

Τα Ραβλιν-ικά πειράματα είλξαν το ενδιαφέρον του John B. Watson (1878-1958), του πατέρα της θεωρίας της συμπεριφοράς, ο οποίος κατά τη δεκαετία του '20 ηγείται ένθερμα της κίνησης για τη δόμηση των θεωρητικών συντεταγμένων της. Η διάδοση των πορισμάτων, αλλά και της σημασίας τους για την θεραπεία της ανθρώπινης ψυχοπάθειας ακολούθησε συναντώντας ενθουσιώδεις δέκτες στην Αμερική και την Αγγλία.

⁴³ Για παράδειγμα η οδηγία σε έναν καπνιστή να επιδοθεί σε ταχύ κάπνισμα, εισπνέοντας πλήρως τον καπνό κατά την κάθε εισπνοή, αλλά "τελειώνοντας" το τσιγάρο του μέσα σε ένα αντί των πέντε λεπτών της κατά προσέγγιση διάρκειας καύσης του, θα έχει ως αποτέλεσμα να του προκληθεί έντονος βήχας, συμπτώματα ναυτίας, και ενδεχομένως έμεση. Ανάμεσα στη γεύση του τσιγάρου (ανεξάρτητο ερέθισμα) και την ευχαρίστηση που αυτό αρχικά προκαλούσε (ανεξάρτητη απάντηση), παρεμβάλλεται η (ταχεία) κατανάλωσή του ως πρόσθετη συνθήκη (ουδέτερο ερέθισμα), που αλλάζει τα αναμενόμενα αποτελέσματα. Με την επανάληψη της θεραπευτικής αυτής μεθόδου η χρήση του τσιγάρου θα εξισωθεί με τη δυσφορία, και τελικά, με την αρρώστια, καθώς η (ταχεία) κατανάλωση του καπνού (το αρχικό ουδέτερο ερέθισμα) θα αυτονομηθεί σε εξαρτημένο ερέθισμα που ακολουθείται από το δικό του αποτέλεσμα, την εκδήλωση δυσφορίας (εξαρτημένη απάντηση). "Χάνοντας" την ουδετερότητά του, και μετατρέπόμενο σε εξαρτημένο ερέθισμα, το (ταχύ) κάπνισμα έλκει τα χαρακτηριστικά του αρχικά ανεξάρτητου ερεθίσματος (κάπνισμα), εξισώνεται με αυτό, και άρα εξισώνει τα αποτελέσματα εκείνου (ευχαρίστηση) με τα δικά του (δυσφορία). Τώρα η (ταχεία) εισπνοή του καπνού έχει μετατραπεί σε εξαρτημένο ερέθισμα και η δυσφορία σε εξαρτημένη απάντηση. Ύστερα από την επανάληψη της εμπειρίας, το κάπνισμα θα του προκαλεί αηδία, έχοντας συνδεθεί με την εξαρτημένη απάντηση της δυσφορίας.

⁴⁴ Επιστρατεύοντας αυτή την αρχή θα μπορούσαν να ερμηνευτούν σχηματικά ορισμένες τουλάχιστον δεισιδαιμονικές πίστεις και προλήψεις που αναλαμβάνει το υποκείμενο όταν συνδέει ένα τυχαίο (ουδέτερο ερέθισμα) συμβάν (π.χ., το πέραςμα μιας -μαύρης,- γάτας) με μια ανεξάρτητη απάντηση (αυτοκινητιστικό ατύχημα) σε ένα ανεξάρτητο ερέθισμα (κακή οδήγηση). Το ουδέτερο ερέθισμα συνδέεται αιτιολογικά με την ανεξάρτητη απάντηση, κι αυτή μεταγράφεται σε εξαρτημένη από αυτό, ενώ "χάνεται" από το σκεπτικό του δεισιδαίμονα το αρχικό ανεξάρτητο ερέθισμα (η πλημμελής οδήγηση). Με τη γενίκευση του ερεθίσματος μπορεί να προκύψει η πίστη ότι "οι μαύρες γάτες "προκαλούν" ατυχήματα".

Τα σχετικά ευρήματα συμπληρώθηκαν νοηματικά από τα πορίσματα Edward L. Thorndike (1874-1949), που, παρατηρώντας πεινασμένες γάτες να εξοικειώνονται προοδευτικά περισσότερο με σταδιακά όλο και πιο πολύπλοκα στην κατασκευή τους κουτιά-λαβυρίθους, η επιτυχής έξοδος από τα οποία τους εξασφάλιζε τροφή, εμπειριστάτως και διατύπωσε το νόμο του αποτελέσματος (law of effect), που αφορά στην τάση επανάληψης επίδειξης μιας συμπεριφοράς όταν αυτή ακολουθείται από θετικές, επιθυμητές συνέπειες.

Με τη συμβολή του Burrhus Frederic Skinner (1904-), του πρεσβευτή της θεωρίας (ιδίως όπως διαμορφωνόταν με τα νέα ευρήματα του Thorndike) στην πράξη με δέκτες άτομα με ψυχικά προβλήματα, ο καθορισμός των αρχών του μοντέλου ολοκληρώνεται με πιο εκλεπτυσμένο τρόπο, καθώς η εφαρμογή των θεωρητικών μερών του σε αληθινές ανθρώπινες καταστάσεις μετατοπίζει το κέντρο βάρους του: (i) από την έμφαση στην ενέργεια και τα χαρακτηριστικά της (όπως ενδιέφεραν τον Watson), σε μια στροφή ενδιαφέροντος προς τα αποτελέσματά της, και (ii) από τη σημασία που είχε δοθεί στην επιρροή του περιβάλλοντος για τη δημιουργία αντι-δράσεων του υποκειμένου, σε μια στροφή ενδιαφέροντος προς την επενέργεια του ίδιου του υποκειμένου στο περιβάλλον του, ακριβώς λόγω και μέσω της συμπεριφοράς του.

Έτσι, η σημασία της περιβαλλοντικής επιρροής στην εκδήλωση μιας συμπεριφοράς έγκειται στο βαθμό παγίωσης και επαναληψιμότητάς της σαν απάντηση στη θετική ενίσχυσή της (positive reinforcement) και αντίστροφα, στο βαθμό επαναληψιμότητάς της και πάλι, σαν απάντηση στην απουσία ενός αρνητικού ενισχυτή της (negative reinforcer) ενώ η απόσβεση μιας ανεπιθύμητης συμπεριφοράς μπορεί να επιτευχθεί με την παρουσία τιμωρητικών ενισχυτών (punishers) κατά την εκδήλωσή της. Στην διαδικασία επιλογής της απάντησης που αρμόζει κάθε φορά υπό τις συνθήκες αυτές, καίριο ρόλο παίζει η διάκριση του ερεθίσματος (stimulus discrimination), που αφορά στη διαφοροποίηση μεταξύ επιθυμητών και μη επιθυμητών ή αδιάφορων ερεθισμάτων ως αποτέλεσμα, άρα και στη διαφορετική απάντηση / αντίδραση του υποκειμένου προς τη μια έναντι της άλλης κατηγορίας⁴⁵. Από τη σκοπιά αυτή, η ενέργεια συστοιχίζεται με την

⁴⁵ Στο παράδειγμα της μαύρης γάτας, θετική ενίσχυση θα είχε ο δεισιδαίμονας αν φιλικά του πρόσωπα συμμερίζονταν την άποψή του περί της επικινδυνότητας των συμπαθών αλουροειδών. Θα είχε αρνητική ενίσχυση αν, γνωρίζοντας ότι ένας σημαντικός του άλλος απορρίπτει τις δεισιδαιμονικές πίστεις και προλήψεις, στη διάρκεια μιας συνάντησής τους η αποτρεπτική του παρουσία να εμποδίσει πραγματικά το δεισιδαίμονα από του να ανοίξει μια συζήτηση περί γατιών, αλλά μετά το πέρας της συνάντησής τους να τον εξώθησει να σπεύσει να συζητήσει το αποτραπέν θέμα με κάποιον που τον συμμερίζεται, ή να το σκεφτεί με ένταση για πολλήν ώρα. Τέλος, ένας τιμωρητικός ενισχυτής της δεισιδαιμονικής συμπεριφοράς του θα ήταν να δεχτεί ευθέως μια τιμωρία από τον απορριπτικό στις δεισιδαιμονίες φίλο του, το κόστος της οποίας να αναγκάσει το δεισιδαίμονα να παραιτηθεί της πίστης του συνολικά. Η διάκριση του ερεθίσματος θα είχε, βέβαια, την εφαρμογή της στο βαθμό που ο δεισιδαίμονας του καταχρηστικού ετούτου



εμπειρία και την εκμάθησή της, ώστε να γίνει η ίδια μάθηση: ορίζεται, δε, ως **συντελεστής (operant)**, αφού προκύπτει σε σχέση προς το είδος της ενίσχυσης που θα δοθεί κάθε φορά. Η δε επαναληψιμότητά της συνοψίζεται στον όρο **συντελεστική μάθηση (operant conditioning)**, αφού προκύπτει σε σχέση προς τη ζεύξη ενίσχυσης και συντελεστή.

Με τις νέες αυτές εξελίξεις, η **κλασσική (classical), Ραβλον-ιανή (pavlovian), ή απαντητική (respondent) μάθηση (conditioning)** βρίσκει τη θέση της δίπλα στη **συντελεστική (operant), ή εξαρτημένη αντανακλαστική (instrumental) μάθηση (conditioning)**, συνιστώντας το σημαντικότερο ίσως κεφάλαιο της μηχεβιοριστικής θεωρίας.

Ο μηχεβιορισμός επεξεργάστηκε και τελειοποίησε μια σειρά από τεχνικές διαχείρισης των δυσπροσαρμοστικών συμπεριφορών που βρήκαν μεγάλη απήχηση και εφαρμόστηκαν με ενθουσιασμό. Από αυτές τις τεχνικές, οι πιο άμεσα συνδεδεμένες με τις Ραβλον-ιανές επιρροές είναι:

- η **κατακλυσμική ή κατακλυσμιαία τεχνική (flooding)**, που αφορά στην απότομη και αναπόδραστη *in vivo* έκθεση του υποκειμένου στην αγχογόνο συνθήκη που του προκαλεί την υπό θεραπευτική διαχείριση ανεπιθύμητη συμπεριφορά, με σκοπό να αισθανθεί όσο πιο έντονα γίνεται τα ανάλογα συναισθήματα και είτε, επί κακών συνηθειών, να αναπτύξει αισθήματα αποστροφής προς αυτήν (π.χ., κάπνισμα αλλεπάλληλων τσιγάρων), είτε, επί φοβικών καταστάσεων, να εξοικειωθεί τόσο -στο βαθμό του να “μουδιάσει” το υποκείμενο, και έτσι να αμβλυνθεί η φοβική εντύπωση- με την πραγματικότητα του αβλαβούς της αγχογόνου συνθήκης, ώστε να μην ανταποκριθεί ξανά με τον ίδιο αγχώδη τρόπο στην εμπειρία της.⁴⁶
- η **τεχνική της συστηματικής αποευαισθητοποίησης (systematic desensitisation)**, που αφορά στην *in vivo* έκθεση του υποκειμένου σε μια αγχογόνο συνθήκη, η οποία, όμως, προσεγγίζεται σταδιακά ώστε καθώς κλιμακώνεται αυξητικά η εγγύτητα προς αυτήν, να κλιμακώνεται μειωτικά η χαλάρωση του υποκειμένου - τεχνική, που βασίστηκε σε πειράματα και πορίσματα του **Joseph Wolpe** ιδιαίτερα με φοβικούς του ασθενείς στη Νότιο Αφρική.

Οι σημαντικότερες μηχεβιοριστικές εφαρμογές που συνδέθηκαν με τη δουλειά του Skinner περιλαμβάνουν τις ακόλουθες βασικές τεχνικές:

παραδείγματος θα εστίαζε την πίστη του περί επικινδυνότητας των αιλουροειδών για αυτοκινητιστικά ατυχήματα στις μαύρες μόνον, και όχι στις λευκές, τις ασπρόμαυρες, ή τις κανελλί γάτες.

⁴⁶ η τεχνική αυτή ορίστηκε και ως **ενδοεκρηκτική τεχνική (implosive)**, αλλά η εφαρμογή της διαφοροποιήθηκε στην πορεία, έτσι ώστε η τελευταία να τείνει να αφορά σε παρόμοιες τακτικές κατακλυσμικής εμπειρίας αγχογόνων συνθηκών, που όμως συντελείται σε φανταστικό, εργαστηριακά ελεγχόμενο, *in vitro* επίπεδο.

- **συνεχή ενίσχυση (continuous reinforcement)**, την επιβράβευση, δηλαδή, μιας επιθυμητής συμπεριφοράς με αρεστά αποτελέσματα ή παροχές κάθε φορά που το υποκείμενο εκδηλώνει αυτή τη συμπεριφορά.
- **μερική, διακοπτόμενη ενίσχυση (partial, intermittent reinforcement)**, τη ρεαλιστικότερα ανταποκρινόμενη στους όρους ζωής των οργανισμών περιοδική, εκ περιτροπής, και κάποτε τυχαία επιβράβευση της εκδήλωσης της εκάστοτε επιθυμητής συμπεριφοράς, παρά τη διαρκή της επίδειξη εκ μέρους του υποκειμένου.
- **επιλεκτική θετική ενίσχυση (selective positive reinforcement)**, την επιλογή αρεστών στο υποκείμενο συμπεριφορών του, που του επιτρέπονται υπό προϋποθέσεις, με αντάλλαγμα την επίδειξη εκ μέρους του συμπεριφορών-στόχων (target behaviours) προκειμένου για την εκδήλωση άλλων, επιθυμητών εκ μέρους του θεραπευτή συμπεριφορών.
- **επιλεκτική τιμωρία (selective punishment), ή επιλεκτική αρνητική ενίσχυση (selective negative reinforcement)**, την τιμωρητική ενίσχυση που δίνεται κάθε φορά που εκδηλώνεται μια συγκεκριμένη ανεπιθύμητη συμπεριφορά, προκειμένου για τη μείωση της συχνότητάς της ή την πλήρη της απόσβεση, και
- **εκμάθηση αποφυγής (avoidance learning)**, τη διττή τεχνική πρόβλεψης ενός ανεπιθύμητου επικείμενου γεγονότος και ανάπτυξης τακτικών διαφυγής από αυτό μέσω (i) εκμάθησης των αρνητικών επιπτώσεων μιας εκδήλωσης ή συνθήκης και (ii) ενίσχυσης αποφευκτικών για την εκδήλωση ή συνθήκη αυτή συμπεριφορών, με ενισχυτή ακριβώς την αποτροπή των ανεπιθύμητων συνεπειών της.

Με την επιστράτευση σειράς συνδυαστικών τεχνικών⁴⁷ που βασίστηκαν στις πειραματικές αυτές παραδειγματικές αρχές, καθώς επίσης και την αυστηρή

⁴⁷ Γνωστές τεχνικές που χρησιμοποιούνται από το μηχανεβιορισμό είναι η τεχνική της αποστροφής (aversion or aversive), η οποία επιχειρεί τη σύνδεση ενός εξαρτημένου ερεθίσματος που προκαλεί αποστροφή με μια ανεπιθύμητη συνήθεια όπως ο αλκοολισμός, η έξη και ο εθισμός στη χρήση ναρκωτικών ουσιών, η φιλομοφυλία, και ο τρανσβεστισμός, η τεχνική της μίμησης του προτύπου (modelling), η οποία εξασφαλίζει την απόκτηση-μάθηση αυτόνομων και εξαρτημένων επιθυμητών απαντήσεων ύστερα από την παραδειγματική επίδειξη κοινωνικών συμπεριφορών που ενέχουν τέτοιες απαντήσεις, και η τεχνική του κορεσμού (satiation). Ουσιαστικά, πρόκειται για παραλλαγές των βασικών αρχών που διατύπωσε ο Thorndike και εκλέπτυνε ο Skinner, αλλά και άλλοι εύρωστοι ερευνητές της θεωρίας. Η τάση αυτή αντιμετωπίστηκε με αυστηρότητα και τελικά με απόρριψη από τους (ιδίως ψυχαναλυτικής κατεύθυνσης) κριτές του μοντέλου, αφού η μηχανιστική απόπειρα εξαφάνισης συμπτωμάτων βαθύτερης αιτιοπαθογένεσης, αλλά και η μαζική αντιμετώπιση ασθενών με την ίδια ή παρεμφερή ψυχική πάθηση, έκανε το μηχανεβιορισμό να φαντάζει απλοϊκός, αν όχι και να υποτιμά την ιδιαιτερότητα της προσωπικότητας του κάθε μεμονωμένου περιστατικού. Η ίδια η εκτενέστατη χρήση πειραματικών συσκευών μέτρησης και πρόκλησης ερεθισμάτων υπό διερεύνηση δεν αποτέλεσε άμεσα σοβαρή αιτία κριτικής. Αργότερα, όμως ταυτίστηκε με τη χρήση και μιας σειράς από φαινομενικά ταπεινωτικές για την ανθρώπινη φύση τεχνικών, όπως η βίαιη διακοπή του ειρμού (stop thinking), η χρήση ηλεκτροσόκ και η χρήση τιμωρητικών μέσων που



μεθοδολογική προσέγγιση⁴⁸ των προβληματικών, ανεπιθύμητων συμπεριφορών, που συνιστούν συμπεριφορές-στόχους (target behaviours) για τον μηχενβιοριστή θεραπευτή, είναι γεγονός ότι οι εφαρμογές του στέφθηκαν με σημαντική επιτυχία, ιδιαίτερα όσον αφορούσε τη διαχείριση φοβικών συμπτωμάτων και διαταρακτικών συμπεριφορών νοητικά καθυστερημένων ασθενών. Επιπλέον, πολυάριθμες επιτυχίες σημείωσαν οι τεχνικές αυτές στη διαχείριση συμπτωμάτων που εκδηλώνονταν από έγκλειστους ψυχωτικούς ασθενείς, αλλά και στις περιπτώσεις των καταναγκαστικών νευρώσεων και των μεταιχμιακών προσωπικοτήτων ασθενών.

Το μεγαλύτερο πρόβλημα που παρουσίασε σε μακροπρόθεσμη παρακολούθηση ένας αριθμός ασθενών του, έχει υπάρξει και ο πυρήνας της βασικότερης κριτικής για το μηχενβιορισμό: συγκεκριμένα, με την επιφανειακή, όπως οι κριτές του το θέτουν, απομάκρυνση του συμπτώματος, η αιτία, που το προκάλεσε απ' αρχής, δε γίνεται αντικείμενο διαχείρισης και επεξεργασίας στο θεραπευτικό πλαίσιο, με αποτέλεσμα άλλα, νέα συμπτώματα, να οδηγούν τον προηγουμένως φαινομενικά θεραπευμένο πάσχοντα πίσω, στην αναζήτηση θεραπευτικής βοήθειας - φαινόμενο, που ανάγεται στη γενικότερη έννοια της υποκατάστασης του συμπτώματος (symptom substitution), μια από τις καίριες ψυχοδυναμικές θεματικές. Ο

προκαλούν σωματικό πόνο στο υποκείμενο (σε περιπτώσεις ανεπιθύμητης συμπεριφοράς, τσιμπιές, ξυλιές και κρύο νερό έχουν χρησιμοποιηθεί σε ιδιαίτερα διαταρακτικά και επικίνδυνα για τον εαυτό τους ή τρίτους νοητικά ανεπαρκή έγκλειστα άτομα). Η επιστημονική αυτή στάση, βέβαια, (παρ;-)ερμηνεύτηκε ως αυταρχική παρέμβαση στην προσωπική ζωή και ελευθερία των πασχόντων, καθώς και ως στανική κατευθυντική τακτική εκ μέρους των θεραπευτών τους. Όλες αυτές οι τεχνικές πράγματι ενεργοποιούνταν ιδιαίτερα σε σχέση με την τεχνική της αποστροφής, η της αρνητικής ενίσχυσης και τιμωρίας, που εμφανίζονται στον αλλαχού κριτή τους τερατώδεις, αλλά, πολύ σημαντικότερα, εφαρμόζονταν με την εκ των προτέρων συναίνεση του δέκτη τους - εκτός από περιπτώσεις ατόμων με νοητική καθυστέρηση, για τα οποία, ωστόσο, συναινεί πάντα ένας τουλάχιστον γονέας ή και παιδαγωγός. Τα τελευταία τούτα στοιχεία τείνουν να επιβεβαιώσουν κατά ένα τουλάχιστον μέρος τόσο το ενδιαφέρον, όσο και την αποτελεσματικότητα τέτοιων τεχνικών, ως καταδεικνυόμενης μέσα από τη συναίνεση των ασθενών να υποβληθούν σε αυτές. Ενδεχομένως, ένας νέος επιστημονικός αντίλογος να υπαγόρευε εδώ το ερώτημα περί του εάν και κατά πόσο οι ασθενείς είχαν δυνατότητα επιλογής μεταξύ διαφορετικών προσεγγίσεων, αλλά τούτο θα απομάκρυνε πολύ την τρέχουσα συζήτηση από τους στόχους παρουσίασης των μοντέλων σε φιλοσοφική ενασχόληση με την ηθική τους...

⁴⁸ Το μοντέλο είναι ανεξάντλητο τεχνικών: Εφαρμόζεται η **τήρηση ημερολογίου δραστηριοτήτων (activity scheduling)** για τη στενή παρακολούθηση και των λεπτομερειών της συμπεριφοράς του ατόμου, η **συνακόλουθη υποκειμενική αξιολόγηση του βαθμού ελέγχου και ευχαρίστησης (mastery and pleasure ratings)** που αντλήθηκε εκ μέρους του κατά την επίδοση σε κάθε θεραπευτική άσκηση, η **κλιμάκωση των ασκήσεων (task grading)** αυτών σύμφωνα με το βαθμό δυσκολίας τους ώστε να μεγιστοποιηθούν οι επιτυχίες προς την επιθυμητή κατεύθυνση, η **συμπεριφορική απόσπαση της προσοχής από αρνητικές σκέψεις (behavioral distraction)**, η **εξάσκηση στην ευρέως φάσματος χρήση μεθόδων χαλάρωσης (relaxation training)** για την ελαχιστοποίηση των αγχογόνων αποτελεσμάτων των ερεθισμάτων, μέσω της επίδοσης σε **μουσική χαλάρωση, διαλογισμό, και hatha yoga**, η **συμπεριφορική in vitro αυτοακρόαση και δοκιμή ρόλων (behavioral rehearsal and role playing)**, η **in vivo έκθεση (in vivo exposure)** του ατόμου στις εκάστοτε αγχογόνες συνθήκες, η **άσκηση εξύψωσης του αυτοπροσδιορισμού (assertiveness training)** του ατόμου με μεθόδους εκπαιδευτικού χαρακτήρα.



μπεχβιορισμός αντιμετωπίζει τέτοιες περιπτώσεις ως νέα περιστατικά, και θεωρεί την εκάστοτε τρέχουσα συμπτωματολογική τους εικόνα άσχετη προς την, ή τις προηγούμενες αιτιάσεις των ίδιων ασθενών.

Συνοπτικά, το περιβαλλοντολογικό μοντέλο θεωρεί τη μη-φυσιολογικότητα ως αποτέλεσμα μάθησης, εξαρτημένης αντίδρασης (άποψη, που εγγράφεται αμιγώς στη Σχολή του Συμπεριφορισμού), ή / και ως αποτέλεσμα διαταραχής της συνειδητής σκέψης για τον εαυτό και τον κόσμο (άποψη, που εγγράφεται στη Γνωστική ή Γνωσιακή Σχολή, η οποία εμπεριέχει μπεχβιοριστικές θέσεις και τεχνικές, αλλά προχωρεί από τη φαινομενολογία του μπεχβιορισμού στη διερεύνηση του περιεχομένου των σκέψεων του υποκειμένου).

Η θεωρία του μπεχβιορισμού δεν έχει σε τίποτε να φθονήσει σε έκταση διάδοσης την αναγνώριση που δέχτηκε ο φροϋδισμός.

Είναι γεγονός ότι η αυστηρότητα με την οποία θεμελιώθηκαν οι θέσεις της μπεχβιοριστικής προσέγγισης κληροδότησαν σε πολλές εφαρμογές της σημερινής Κλινικής Ψυχολογίας τη μεθοδολογική οργάνωση και την τεχνογνωσία της μέτρησης, με την ανάπτυξη πλήθους ειδικών οργάνων αξιολόγησης (ερωτηματολόγια, συσκευές) της ανθρώπινης συμπεριφοράς - αναμφίβολα, μιας από τις εκφάνσεις της ψυχολογίας του ατόμου. Και είναι επίσης γεγονός ότι η άρθρωση του επιστημονικού λόγου σήμερα οφείλει να αποτίσει τιμή στη μπεχβιοριστική επιμονή στην λεπτομέρεια του ελέγχου των πειραματικών συνθηκών. Ο μεθοδολογικός ενθουσιασμός, ωστόσο, που διείπε τη φαινομενολογική αυτή θεωρία δεν απέτρεψε τον ανθρώπινο παράγοντα να επαναδιαρθρώσει τα θεμέλια του εποικοδομήματος της ψυχολογικής σκέψης.

Με τη σταδιακή εμφάνιση της γνωστικής / γνωσιακής θεωρίας, ήρθαν ξανά στο προσκήνιο οι λοιπές εκφάνσεις της ατομικής ψυχολογίας: η σκέψη, το συναίσθημα και η βούληση. Με τη σφαιρική αναγνώριση του ρόλου της σωματικής, υλικής υπόστασης του ατόμου, και με το συνυπολογισμό αυτού, που είναι αποτέλεσμα των λειτουργιών αυτών, της συμπεριφοράς, το γνωσιακό μοντέλο εμφανίζεται να συγκερνά όλες τις αναγκαίες διαστάσεις της συμβατικής μας κατανόησης περί της ψυχολογίας του ανθρώπου, για την ώρα...

Η γνωσιακή θεωρία, που ενδιαφέρει ως προς ορισμένα βασικά στοιχεία της κλινικής ψυχολογικής της διάστασης εδώ, καταλαμβάνει το τελευταίο τμήμα του παρόντος εγχειριδίου.

Συνοπτικά...

Μια προσεκτική ανασκόπηση των κυρίαρχων μοντέλων προσέγγισης της ψυχοπαθολογίας θα απεκάλυπτε, *inter alia*, ότι η αυστηρή και άτεγκτη επιλογή ενός από αυτά είναι στην ιστορία του ανθρώπου ιδεολογικά και χωροχρονικά προσδιορίσιμη κατά μικρά εμβαδά και κατά στιγμές μάλλον, παρά κατ' έκταση και διάρκειες που να μπορούν να εντυπωσιάσουν.

Η επιλογή κατ' αποκλειστικότητα ενέχει σχεδόν εξ ορισμού της πολλαπλή επικινδυνότητα: μεροληψίας, απολυτότητας, παραγκώνισης δυνάμει χρήσιμων νεωτερισμών, παρωπιδισμού στις εφαρμογές, τροχοπέδησης της εξέλιξης.

Είναι ανάγκη να διευκρινιστεί ότι σήμερα όλο και λιγότερο τείνουν να απαντώνται επαγγελματίες της ψυχικής υγείας με αμιγείς και αμετακίνητες απόψεις επί της μιας ή της άλλης απόδοσης αιτιοπαθογένεσης.

Από την άλλη πλευρά, η εκλεκτική θέση δεν είναι χωρίς τα προβλήματά της. Με την ανάπτυξη και εξειδίκευση επί κεφαλαίων, πλέον της εκάστοτε Σχολής, και με την όλο και αυξανόμενη ανάγκη για αποδεδειγμένη εμπειρία στον εκάστοτε κλάδο ειδίκευσης (ιδιαίτερα εν όψει του ...συρμού για την κατάληψη μιας θέσης στον αστερισμό της Ψυχολογίας), ο σημερινός επαγγελματίας της υγείας προσκρούει, προκειμένου για μια ενημερότητα σε παραπάνω από έναν κλάδους - πόσο δε μάλλον Σχολές σκέψης - στην ίδια του την ημερομηνία λήξεως ως μη-συνταξιοδοτήσιμου λειτουργού (για να αποφευχθεί η επίκληση πλέον μακάβριων λοιπών ημερομηνιών λήξεως...).

Η πρώιμη ενασχόληση με όποιον κλάδο ενδιαφερόντων, όμως, ως αποδεδειγμένα αποτελεσματική σε μακροπρόθεσμους όρους φαίνεται να ισχύει ακόμη ως σχετική επίλυση αυτού του φαινομενικού διεξόδου.

Η φαινομενολογική προσέγγιση του μπηχεβιορισμού μπορεί να βρίσκει αντιμέτωπο τον αναγνώστη που πιστεύει ακράδαντα στην ανάγκη συνολικής θεώρησης του ατόμου, που εναντιώνεται στο ντετερμινισμό μιας περιβαλλοντικής αποκλειστικότητας στην αιτιολόγηση των βαθύτερων πόθων του, ή και που ενδιαφέρεται για το διερευνητικό πνεύμα που θα έπρεπε να χαρακτηρίζει τις απαντήσεις που είναι δυνατό να επιδέχεται το ερώτημα του τι προκύπτει βάσει σεναρίου (ή μη σεναρίου) "μετά".

Είναι βέβαιο, ωστόσο, πως για την ίδια τη δημιουργία τέτοιων κριτικών αντιμετωπίσεων η ιστορική ύπαρξη και μόνο του μπηχεβιορισμού δεν είναι ανεύθυνη, και συνεπώς δε μπορεί να θεωρηθεί άμοιρη μεριδίου στην προαγωγή της ψυχολογικής σκέψης προς τα εμπρός - πόσο δε μάλλον αν αναλογιστεί κανείς την ογκώδη συμβολή του στη διαχείριση της ψυχικής νόσου, και μάλιστα στην αποτελεσματικότερη διαχείριση της νοητικής καθυστέρησης, των φοβιών και μεγάλου μέρους των ψυχώσεων.

Φαίνεται αδύνατο να υπάρξει άρση δίχως προϋπάρχουσα αυτής θέση. Και φαίνεται εξίσου αδύνατο να θεμελιωθεί το νεώτερο χωρίς τη χρήση στοιχείων του παλαιότερου. Από την άποψη αυτή, η γνωσιακή / γνωστική ψυχολογία μπορεί να είναι ακόμη νωρίς να εντοπίσει τις περιοχές των επιρροών της από την ψυχοδυναμική θεώρηση, αλλ' έχει ήδη καταχωρηθεί ως το "έξυπνο παιδί" της συμπεριφορικής θεώρησης.



Ακολουθεί ένα σύντομο γλωσσάρι ψυχοδυναμικής, πριν την ενότητα που διαπραγματεύεται τους μηχανισμούς άμυνας η οποία, λόγω ακριβώς της δυσκολίας τους στην κατανόηση, καταλαμβάνει και το μεγαλύτερο μέρος του παρόντος εγχειριδίου.

Θα φανεί ότι η βιβλιογραφικές παραπομπές αφορούν στην κλασσική συγγραφική παραγωγή περί φροϋδισμού. Ας υπενθυμιστεί και το ότι η σύγχρονη σχετική συγγραφική παραγωγή τείνει να εμφανιστεί σημαντικά περιορισμένη, αν όχι πένης, ως προς την ενασχόληση με το αντικείμενο αυτό.

ΣΥΝΤΟΜΟ ΓΛΩΣΣΑΡΙ ΨΥΧΟΔΥΝΑΜΙΚΗΣ

Μερικές λέξεις- και έννοιες- κλειδιά για την ψυχοδυναμική θεώρηση είναι αξιόλογο να παρατεθούν προκειμένου για την κατανόηση σημαντικών εννοιολογικών συντεταγμένων του μοντέλου. Πέρα από τους όρους που δίνονται με συντομία στο κείμενο, αξίζει να σημειωθούν εδώ μερικά συμπληρωματικά στοιχεία για μερικούς, καθώς και να διευκρινιστούν άλλοι. Ενώ τα παρακάτω λήμματα αφορούν πρωταρχικά στην Ψυχαναλυτική Σχολή, έχουν ταυτόσημες ή ανάλογες χρήσεις στα πλαίσια και άλλων ψυχοδυναμικών θεωρήσεων⁴⁹.

ανάλυση ή ερμηνεία ονείρου (dream analysis, or interpretation): τεχνική της ανάλυσης του περιεχομένου των ονείρων βάσει των συμβολικών τους σημασιών και ως προς τα υποδηλούμενα μεταμφιεσμένα κίνητρα που αντιπροσωπεύουν. Συνήθως ο αναλύμενος διηγείται το όνειρο, το συσχετίζει με γεγονότα, συνθήκες, αντικείμενα και συναισθήματα. Εν συνεχεία μέσω του ελεύθερου συνειρμού έρχεται σταδιακά σε επαφή με, και αποκτά ενόραση ως προς, τις δυναμικές διεργασίες που το διέπουν. Άλλοτε, κρατά ημερολόγιο ονείρων, και όταν έχει καταγράψει μερικές δεκάδες από αυτά, η ανάλυση επιχειρεί να εντοπίσει κοινά στοιχεία μεταξύ τους, όμοια χαρακτηριστικά, επαναλαμβανόμενες θεματικές, κττ. Για την ανάλυση, το ονειρικό υλικό ή περιεχόμενο κατ' αρχή περιγράφεται, και πρωταρχικό μέλημα του αναλυτή είναι η εξήγηση της μορφής που το περιεχόμενο έλαβε. Σύμφωνα με τον S.Freud, το όνειρο, "η βασιλική οδός προς το ασύνειδο" (via regia), αποτελεί αναπαράσταση κρυφών επιθυμιών κι ένα είδος επίκλησής τους κατά τη διάρκεια του ύπνου για να υπάρξουν έστω και σε φανταστικό επίπεδο. Πρόκειται, βέβαια, για κατ' εξοχήν απωθημένες επιθυμίες, άρα εννοείται κι ότι παρουσιάζονται, υπό όρους **συμβολισμού**, κι έτσι σε ένα βαθμό μεταμφιεσμένες, κατόπιν της επέμβασης της ονειρικής (δι)εργασίας (**dream work**), κατά την οποία το οδυνηρό ή απαράδεκτο πραγματικό υλικό τροποποιείται έτσι, ώστε το κοιμώμενο άτομο να μην ξυπνήσει, διατηρώντας, την ικανότητα να ονειρεύεται, ακριβώς προκειμένου για την ικανοποίηση των απωθημένων επιθυμιών με φανταστικό τρόπο. Γίνεται λοιπόν λόγος για **λογοκρισία (censorship)** στο όνειρο, υπό την έννοια ενός ενδοψυχικού παράγοντα που επηρεάζει επιλεκτικά την ονειρική διεργασία αποκλείοντας ορισμένα στοιχεία, ή το σύνολο, των απωθημένων ενορμήσεων, μνημονικών ενοτήτων, ή και ιδεών, να εμφανιστούν αυτούσιες [Εννοείται ότι ο όρος:

⁴⁹Εννοείται ότι οι όροι αυτοί δεν εξαντλούν το μεγάλο λεξικό της ψυχοδυναμικής - θίγουν μόνον ένα μικρό μέρος του. χρήσιμο για την κατανόηση βασικών στοιχείων που θα επικληθούν παρακάτω. Η αναγνώστρια / ο αναγνώστης σαφώς προτρέπεται να προστρέξει σε επίσημα λεξικά και στην ογκώδη βιβλιογραφία του χώρου αυτού, προκειμένου για την περαιτέρω ενημέρωσή του.

λογοκρισία εντάσσεται στο μηχανισμό άμυνας της απώθησης, και είναι δυνατό να λαβαίνει χώρα και κατά τον εν εγρηγόρει βίο]. Σε συνδυασμό με τη λειτουργία της συγχώνευσης (condensation), που μεταμφιέζει περαιτέρω τις ονειρικές εικόνες συμπυκνώνοντας σε μια συμβολική αναπαράσταση δύο ή περισσότερα απωθημένα στοιχεία, η λογοκρισία επιτυγχάνει μείζον μέρος της φαντασιωτικής ενεργοποίησης των απαγορευμένων επιθυμιών. Γίνεται λόγος και για (συγ)καλυμμένη μνήμη (cover memory, or screen memory), που αφορά σε αποσπασματικές μνημονικές αναπαραστάσεις του παιδικού βίου του ατόμου, οι οποίες διέφυγαν του απωθητικού ελέγχου του εγώ, και λειτουργούν ως “κάλυψη” άλλων, τραυματικών εικόνων συναφών με τις υπό ανάκληση. Το όνειρο διαθέτει επίπεδα ως προς το περιεχόμενό του: διακρίνονται το φανερό ονειρικό περιεχόμενο (manifest dream content) και το λανθάνον ονειρικό περιεχόμενο (latent dream content): το πρώτο σηματοδοτεί την εικονική συναποτελούμενη από σύμβολα μορφή του ονείρου ως αποτέλεσμα λογοκρισίας, και το δεύτερο την αυτούσια αληθή υπόσταση του ονείρου, συναποτελούμενη από τα πραγματικά απωθημένα κίνητρα κι επιθυμίες⁵⁰. Ο Freud αποδέχτηκε την άποψη άλλων ερευνητών ότι το

⁵⁰ Λεξικογραφικά, το όνειρο ορίζεται ως σειριακή ψευδαισθητική εμπειρία με κάποιο βαθμό συνοχής, αλλά συχνότερα συγκεκριμένη κι αλλόκοτη, συναποτελούμενη από σκέψεις, συναισθήματα και (μυθοειδείς) εικόνες, που βιώνονται ως αληθείς. (Drever, J., 1968. Dictionary of Psychology, Penguin Books, UK) και είναι άρρηκτα συνδεδεμένη με τον ύπνο REM [η φάση του ύπνου κατά την οποία παρατηρείται, μεταξύ άλλων, και έντονη οφθαλμική δραστηριότητα - Rapid Eye Movement - από την οποία λαβαίνει και το όνομά του. Διακρίνεται από τον ύπνο NREM, που στερείται οφθαλμικής δραστηριότητας. Κατά τον ύπνο, όμως γνωρίζουμε ότι υφίσταται και έντονη μυϊκή, καρδιακή και αυχενική δραστηριότητα, καθώς και συχνές σεξουαλικές διεγέρσεις, ανεξαρτήτως του αρχικού τουλάχιστον περιεχομένου του ονείρου. Σε μια νύχτα οι φάσεις ύπνου REM και ύπνου NREM εναλλάσσονται σε συχνότητα περίπου 90'. Το 80% των ατόμων που αφυπνίσθηκαν σε φάση REM περιέγραψαν οπτικές εμπειρίες, το 07%, που αφυπνίσθηκαν σε NREM μπόρεσαν να περιγράψουν όνειρο. Ερωτώμενοι, ωστόσο, αντί του: “ονειρευόσασταν;” αν σκέπτονταν κάτι, το 87% των επί REM αφυπνισθέντων ανακάλεσαν σαφή νοητική δραστηριότητα, έναντι ενός 74% των επί NREM, που ανακαλούσαν βέβαιη νοητική δράση, χωρίς αναγκαστική συνοδεία από οπτικές παραστάσεις]. Ως ψυχική δραστηριότητα διακρίνεται για την κυριαρχία των θετικών ή και αρνητικών συναισθημάτων, την ατελή διάκριση μεταξύ περιβάλλοντος και εγώ, την ασάφεια ως προς το χωροχρόνο, τις συνειρμικές σκέψεις και τις πολυσήμαντες εικόνες. Διακριτέο (Chetwynd, T., 1988. Dictionary for dreamers, Paladin Grafion Books, London) είναι το όνειρο από την ονειροπόληση (daydreaming), είδος ευχάριστης φαντασίωσης εν εγρηγόρει, που επιτρέπει “εκπλήρωση” κατά τα άλλα ανεκπλήρωτων επιθυμιών (επιτυχίας, δόξας, πλούτου, κττ) σε φανταστικό επίπεδο, την ονειρική κατάσταση (dreamy state), ολιγόλεπτη παθολογική μεταβολή της συνείδησης συνοδευόμενη από αισθητηριακές ψευδαισθήσεις, την ονειρώξη, ακούσια έκλυση σπερματικού υγρού ιδιαίτερα νεαρών και ενηλίκων ανδρών επί ασυνείδητης σεξουαλικής δραστηριότητας κατά τη διάρκεια του ύπνου και από τη φαντασίωση. Σήμερα γνωρίζουμε ορισμένα στοιχεία για το όνειρο: *Ονειρεύονται όλοι. 3-6 ή και 9 φορές ανά νύχτα, από 5' ως 40' ανά όνειρο, αλλά λιγότεροι θυμούνται τα όνειρά τους. *Υπάρχουν ενδείξεις ότι ψάρια, χελώνες κι ερπετά στερούνται ονείρων: τα πουλιά ονειρεύονται επί .5% του ύπνου τους, τα θηλαστικά-κυνηγοί (άνθρωπος, σκύλος, γάτα,) επί 20-25% του, και τα θηλαστικά-κυνήγι (ελάφι, κατσικί, πρόβατο, λαγός, βοοειδή) επί 6-8% του ύπνου τους. *Οι εκ γενετής κωφοί και τυφλοί όντως ονειρεύονται, και ο Δεικτής Νοημοσύνης είναι άσχετος προς τα όνειρα και την ενθύμησή τους. *Τα μωρά ονειρεύονται αποδεδειγμένα από 8 μηνών, ενώ έχει



περιεχόμενο του ονείρου εξαρτάται: εν μέρει από διάφορες αισθητηριακές εντυπώσεις που ο κοιμώμενος προσλαμβάνει κατά τη διάρκεια του ύπνου, εν μέρει από τις ανησυχίες του κατά την ημέρα που πέρασε, και εν μέρει από έντονες εμπειρίες, κυρίως του πρόσφατου παρελθόντος. Ο ίδιος, ωστόσο, επεξεργάζεται αυτές τις απόψεις υποθέτοντας, πέραν της φυσιολογικής σημασίας του ύπνου, μιαν ευρύτερη, λειτουργική σημασία του.

άγχος (anxiety): χρόνιο σύμπλεγμα αρνητικών συναισθημάτων, δίχως εμφανή αιτιολογία, συνοδευόμενο από έντρομη ετοιμότητα βίωσης των συνεπειών της σχετικής εμπειρίας και του κόστους τους. Το φρουδικό μοντέλο διακρίνει τριών ειδών άγχος, το ρεαλιστικό, το ηθικό και το νευρωτικό. Στο ρεαλιστικό άγχος (realistic anxiety) προσάπτει ό,τι στη σημερινή ψυχολογική ονοματολογία θα προσέγγιζε την έννοια του φόβου, και αφορά στην αρνητική αναμονή ότι εμπειρίες της τρέχουσας πραγματικότητας θα βλάψουν το άτομο. Το ηθικό ή συνειδησιακό άγχος (moral or conscience anxiety) προκύπτει όταν το άτομο αναμένει ότι η ίδια του η

υποστηριχτεί ότι τα βρέφη μπορούν να ονειρευτούν κι εν όσω βρίσκονται ακόμη στον αμνιακό σάκκο. *Κλινήρη υποκείμενα στη διάρκεια εικοσιτετράωρων πειραματικών διαδικασιών, που "ξεκουράστηκαν", επέδειξαν φυσική εξάντληση και πνευματική αποδιοργάνωση. *Ειδικά τη απουσία ονείρων, προκύπτει πνευματική σύγχυση, ενώ αλλεπάλληλες ονειρικές διακοπές (αφύπνιση, εφιάλτες) τείνουν να αυξήσουν την εκδήλωση ψυχοπαθολογικών στοιχείων. *Το αλκοόλ και τα ναρκωτικά μειώνουν την ονειρική διάρκεια, δημιουργούν εφιάλτες και περαιτέρω ψυχοπαθολογικές διαταραχές. *Ένα 29% των ονειρευόμενων γνωρίζουν ότι τα όνειρά τους είναι έγχρωμα, ενώ οι λοιποί απλώς δεν το παρατηρούν. *Η υπονοβασία συμβαίνει τυπικά με τον ύπνο REM. ίσως τη απουσία ονείρων, η δε υπνολαλία μπορεί να ερμηνευθεί ως διευθέτηση των αγχών της ημέρας. *Η υπνοπαιδεία (ιδ. επί μακρόν) μπορεί να προκαλέσει ψυχικές διαταραχές και μετά τη δεκαετία του '50 θεωρήθηκε μάλλον ως "πλύση εγκεφάλου", καθ' έλξη προς πολιτικές, κυρίως, συνθήκες και τακτικές ανά τον κόσμο.

Για τον ίδιο το Freud συνιστά την πορεία από τα εικονικά αινίγματα μιας ανάμνησης "πίσω", προς το πρωτότυπο, το (παρορμητικό) ασύνειδο, μέσω κυρίως μηχανισμών άμυνας όπως η μετάθεση, η μετατροπή, η συγχώνευση / συμπύκνωση, και η λογοκρισία, που επιστρατεύονται με τη μεσολάβηση του ΕΓΩ και τις επιρροές που δέχεται από το ΥΠΕΡΕΓΩ. Η ερμηνεία του ονείρου, όπως και άλλων ψυχολογικών εκδηλώσεων (συμπτώματα, παραδρομές του λόγου, παραπραξίες, κττ) επιτυγχάνεται κατά τη διαδικασία του ελεύθερου συνειρμού και στοχεύει στον εντοπισμό τυχόντων προβολών των απωθημένων σεξουαλικής ιδίως φύσης ανικανοποίητων επιθυμιών. - Για τον Carl Gustav Jung όμοια, αλλά και με έναν ευρύτερο τρόπο κατανόησής του, το όνειρο είναι η οδός που από τα εικονικά αινίγματά του οδηγεί "πίσω" στη δύναμη του ονείρου αυτού καθεαυτού, δηλ. στο ατομικό και συλλογικό ασύνειδο. "πίσω", δηλαδή, στο ΑΡΧΕΤΥΠΟ anima (η φοβερή "σύζυγος", η παραμελημένη στον εν εγρηγόρσει βίο) vs animus (το ιδεώδες του "υπέροχου αρσενικού", που αντανακλά την πίστη στον εαυτό) και στο βαθμό ισορροπίας του μυστικού τους "γάμου" στον ψυχισμό του υποκειμένου. Σε πρώτη "ανάγνωση" σπάνια θα πρέπει το όνειρο να ιδωθεί ως σύμβολο, αλλά μάλλον ως σήμα υπό εξέταση σχετικά με την πραγματικότητα της ζωής του ατόμου. - Για τον Alfred Adler το όνειρο αντιπροσωπεύει την αναγωγή στα ατομικά συμπλέγματα, ιδίως αυτά της κατωτερότητας, και δε θα πρέπει να ιδωθούν σαν κάτι περισσότερο από ονειροπολήσεις εν τω καθεύδειν, αντανακλώσες αγώνες ισχύος μεταξύ συμπλεγμάτων. - Στις θεωρήσεις αυτές δε θα πρέπει να λησμονηθεί η προς ώρας αντι-επιστημονική, αλλ' ισχύουσα για τον κοινό νου παραψυχολογική θεώρηση, που παραπέμπει σε έννοιες όπως η τηλεπάθεια, η οιωνοσκοπεία, η μαγεία, η προφητεία.



συμπεριφορά έχει, ή θα παραβεί τις ίδιες του τις αξίες και ηθικές αντιλήψεις. Στο νευρωτικό άγχος (neurotic anxiety) εντοπίζεται η επικινδυνότητα της ψυχοσύγκρουσης ανάμεσα στις επιθυμίες του ΑΥΤΟ και την εξελεγκτική διεργασία του ΥΠΕΡΕΓΩ η οποία μπορεί να εγκυμονεί νευρωτική νόσο, όπως στην περίπτωση του ανεπίλυτου άγχους ευνουχισμού που βιώνει το αγόρι κατά το φαλλικό στάδιο της ψυχοσεξουαλικής ανάπτυξης. Η πιθανότητα να κατακυριευτεί το άτομο από τις ίδιες του τις ενορμήσεις, σεξουαλικές ή επιθετικές, διαρρηγνύοντας την ισορροπία ΑΥΤΟ - ΥΠΕΡΕΓΩ ακολουθείται από αποδιοργάνωση, ειδικά στην παρουσία ενός αδύναμου ΕΓΩ, και το υποκείμενο είναι δυνατό να καταρρεύσει αναπτύσσοντας νευρωτικά συμπτώματα.

εκδραμάτιση (acting out): γενικά, η μάλλον παράλογη παρορμητική εκδήλωση, η οποία συνήθως αφορά στις ανεξέλεγκτες εκρήξεις που παρατηρούνται στη συμπεριφορά "προβληματικών" παιδιών ή και νευρωτικών ενηλίκων, ή, πάλι γενικά, η αξιολογούμενη θεωρητικά ως ουδέτερη ή και θετική εξωτερική συναισθημάτων, που προηγουμένως είχαν αποκλειστεί (Reber, 1987)⁵¹. Για μερικούς ψυχοδυναμικούς συγγραφείς ο όρος φέρεται και ως συνοδός του μηχανισμού της υποκατάστασης, σηματοδοτώντας όμως την ίδια ουδέτερη ή και θετική χροιά του, υπό την έννοια ότι η ανοιχτή παρουσίαση του συναισθήματος έχει θεραπευτική αξία. Από την άλλη πλευρά, οι Χουντουμάδη και Πατερράκη (1989)⁵² σημειώνουν ότι η εκδραμάτιση είναι δυνατό να προκύψει λόγω του ότι το υποκείμενο αδυνατεί να βρει άλλον τρόπο εκτόνωσης της ψυχικής ενέργειας, και μάλιστα δίχως να είναι σε θέση να διαλογιστεί και να συζητήσει πάνω στη συμπεριφορά του. Παρενθετικά, ας σημειωθεί ότι ο όρος χρησιμοποιείται για να δηλώσει την προκλητική στάση με σεξουαλικό περιεχόμενο και στόχο.

εκφόρτιση, συναισθηματική (abreaction): ψυχαναλυτική διαδικασία απελευθέρωσης απωθημένων συναισθημάτων μέσω της αναβίωσης, σε φανταστικό επίπεδο, της εμπειρίας που τα είχε προκαλέσει

ελεύθερος συνειρμός (free association): πειραματική διαδικασία συσχέτισης στην οποία υποβάλλεται το υποκείμενο όταν του ζητείται να αναφέρει την πρώτη λέξη ή λέξεις που σκέφτεται, όποτε του δίνεται ένα συγκεκριμένο ερέθισμα, κατ' εξοχήν λέξη. Υπάρχουν δύο είδη ελεύθερου συνειρμού, ο τύπος της λίστας λέξεων (word list) και ο συνεχής (continuous) τύπος. Ο

⁵¹ Reber, A.S., 1987. Dictionary of psychology, Penguin, London

⁵² Χουντουμάδη, Α. και Πατερράκη, Λ., 1989. Σύνομο ερμηνευτικό λεξικό ψυχολογικών όρων, Δωδώνη, Αθήνα-Γιάννινα

πρώτος είναι και ο συνηθέστερος, χρησιμοποιήθηκε, δε, κι από τον Carl Gustav Jung στο σχετικό του ερωτηματολόγιο.

ενόρμηση (drive): όπως δηλώνει ο όρος, ορμή εκ των έσω, ισχυρός πόθος, επί αποστέρησης από του αντικειμένου του πόθου. Τεχνικά, η κατάσταση κινητοποίησης με προσανατολισμό την ικανοποίηση μιας ζωτικής λειτουργίας (π.χ. βρώσης) ή την εξασφάλιση της ισορροπίας (πρβλ: ομοιόστασης) ενός οργανισμού, εν όψει πειστικών ερεθισμάτων (π.χ., ισχυρός θόρυβος), που αποστερούν από τις αντίστοιχες συνθήκες ηρεμίας. Χαλαρά, στη φροϋδική νομενκλατούρα, ο όρος έχει εν πολλοίς θεωρηθεί προοδευτικά συνώνυμος με τις ενστικτικές δυνάμεις, και κάποτε η εκφορά του έχει δώσει την εντύπωση συγχώνευσης με αυτές, κυρίως διότι η βασικά υποθετική ύπαρξη ενορμήσεων προϋποθέτει και την ύπαρξη κινήτρων προκειμένου για την ικανοποίηση της. Αυστηρά, υποβάλλει ο Reber (1987)⁵³, θα πρέπει να αποφεύγεται κυρίως η σύγχισή του με την ανάγκη (need) [η οποία δεν υπονοεί αναγκαστικά την ύπαρξη κινήτρων ή, εξ αυτού, την κινητοποίηση για την επιδίωξη της ικανοποίησής της, και μάλιστα μπορεί να εκληφθεί ως η γενεσιουργός αιτία για μια ενόρμηση], καθώς επίσης και με το έναυσμα (incentive) [συνθήκη ή αντικείμενο που μπορεί ικανοποιήσει μια ανάγκη, αλλά στην πραγματικότητα θα χρησιμεύσει σαν τέτοιο μόνο σε σχέση με το βαθμό των καταστασιακών προϋποθέσεων, αν, δηλαδή, η ανάγκη θα είναι υψηλή, και η ενόρμηση ισχυρή (η τροφή, λ.χ., αποτελεί μικρό, ή μηδαμινό έναυσμα για ένα χορτάτο οργανισμό)].

ενστικτικές δυνάμεις: όρος που συχνά, αλλά λανθασμένα, συγχέεται με το ένστικτο ή ένστικτα υπό την έννοια της ζωικής παρόρμησης ("animal instinct" Ελλ.: ορμή, Λατ.: instictus), που δηλοί τη συγγενή φύση μερικών ενορμήσεων ή αναγκών των οργανισμών γενικά. Επί ψυχολογικών και συμπεριφορικών εκδηλώσεων, ο όρος: ενστικτικός είναι και ο ακριβής. Έτσι γίνεται επίσης λόγος για ενστικτική συμπεριφορά, ενστικτική παρόρμηση, ενστικτική τάση, και κάποτε, ενστικό ερέθισμα (για μερικούς συγγραφείς, τα ερεθίσματα ή οι καταστάσεις που εκλύουν ενστικτική συμπεριφορά). Για την ψυχανάλυση, που πρώτη από τις ψυχολογικές θεωρίες χρησιμοποιεί τον όρο ως πυρηνικό κέντρο αναφοράς, το ένστικτο εξακολουθεί να υπονοεί μη-εκμαθημένες, συγγενείς, κληρονομικές τάσεις, αλλά η έμφαση τίθεται στη λειτουργία αυτών των ενστίκτων ως βασικών κινητοποιητικών δυνάμεων προκειμένου για την εκδήλωση περίπλοκων ανθρώπινων συμπεριφορών (Rees, 1988)⁵⁴. Ο Freud νοεί δύο βασικά ένστικτα, το του Έρωτα (Eros) και αυτό του Θανάτου (Thanatos), με το πρώτο να σηματοδοτεί τις δυνάμεις που κατευθύνουν στη ζωή, και το δεύτερο εκείνες που οδηγούν στην

⁵³ Reber, A.S., 1987. Dictionary of psychology, Penguin, London

⁵⁴ Rees, L., 1988. A new short textbook on psychiatry, Hodder and Stoughton, London



επιθετικότητα, την καταστροφή, εν τέλει το θάνατο. Βέβαια, στα πρώτα του γραπτά διέκρινε τα ένστικτα του ΕΓΩ (ή ένστικτα συντήρησης του εαυτού) και τα σεξουαλικά ένστικτα (ή ένστικτα αναπαραγωγής). Αντιενστικτικές δυνάμεις, από αυτή την άποψη, είναι οι δυνάμεις που προερχόμενες κυρίως από το ΕΓΩ και το ΥΠΕΡΕΓΩ, τείνουν να λειτουργήσουν απαγορευτικά ή ακυρωτικά προς την ικανοποίηση των ενστικτικών δυνάμεων. Στην ψυχαναλυτική νομενκλατούρα γίνεται και η χρήση του όρου: ενστικτική συγχώνευση (*instinctual fusion*) προκειμένου για την υποδήλωση της θεωρητικής σύλληψης που θέλει τις δύο βασικές ενστικτικές δυνάμεις ζωής και θανάτου να αποτελούν συγχωνευμένες την πηγή όλων των νοητικών και ψυχολογικών διεργασιών του ατόμου (βλ. επίσης εδώ: λίμπιντο, ή λιβιδινική ορμή - *libido*, και: αντιενστικτικές δυνάμεις).

κάθεξη (cathexis): συγκέντρωση ψυχικής ενέργειας σε ένα πρόσωπο, ιδέα, ή αντικείμενο, ή σε μια περιοχή του ψυχικού οργάνου (λ.χ., εγωκάθεξη). Η επενδύμενη ψυχική ενέργεια μπορεί να έχει θετική χροιά, οπότε το αντικείμενο στο οποίο προσάπτεται γίνεται αγαπητό, αλλά στην περίπτωση αρνητικής κάθεξης είναι δυνατό να παρουσιαστούν φοβίες.

καθήλωση (fixation): η προσκόλληση σε ένα προηγούμενο στάδιο ψυχοσεξουαλικής ανάπτυξης, που κατά κανόνα προϋποθέτει την εξασφάλιση αισθήματος ασφάλειας έναντι του εκάστοτε τρέχοντος σταδίου ζωής, που ενδέχεται να παρουσιάζει δυσκολίες στο ανταπεξέρχεται. Η καθήλωση μπορεί να αφορά και σε αντικείμενα, που όμως αντιπροσωπεύουν κάποιο πρώιμο στάδιο της ανάπτυξης, και στο βαθμό αυτό διαφοροποιείται από την έννοια της κάθεξης. Εξυπακούεται δυσκολία διαμόρφωσης νέων σχέσεων επιφορτισμένων με (θετικό) συναισθηματικό τόνο, αλλά πάντως σύγχρονων προς τη δεδομένη φάση ζωής του ατόμου στον ενήλικο βίο του, και γενικά, δυσκολία προσαρμογής και ανάπτυξης ενδιαφερόντων.

λίμπιντο, λιβιδινική ορμή (libido): η ζωτική ενέργεια ή παρόρμηση, η δύναμη για ζωή, που ενέχει κατά κύριο λόγο, αλλ' όχι ολοκληρωτικά, σεξουαλικό χαρακτήρα (καθ' έλξη προς τα πρώτα γραπτά του S.Freud, που όντως αρχικά διατύπωσε τον όρο με τη "στενή" έννοια της σεξουαλικής επιθυμίας). Η σεξουαλική διάσταση του όρου διατηρείται στενά συνδεδεμένη με τη σεξουαλική ταυτότητα του ατόμου (π.χ., αμφιφυλική λίμπιντο - *bisexual libido*) καθώς και με την ανάπτυξη και την ολοκλήρωση (βλ.λ.) της ψυχοσεξουαλικής οργάνωσης κατά τα στάδια της ανάπτυξης του ατόμου (π.χ., ανάπτυξη της λίμπιντο - *libido development*, λιβιδινικό αντικείμενο - *libidinal object*, κτλ). Πάντως, ο αποκλειστικός χαρακτηρισμός της λιβιδινικής ενέργειας ως ζωτικής-σεξουαλικής (σύμφωνα με την μεταγενέστερη κι επικρατέστερη θεώρησή του ως τέτοιου) δεν είναι χωρίς προβλήματα, δεδομένου ότι από άλλα γραπτά στο χώρο της ψυχοδυναμικής η



σεξουαλική και η καταστροφική ενέργεια θεωρούνται συγχωνευμένες (ενστικτική συγχώνευση), και μεταγενέστεροι του Freud συγγραφείς έχουν πλειστάκις υπονοήσει και τις ενστικτικές ορμές του Thanatos ως συμπεριλαμβανόμενες στη λιβιδινική ορμή (βλ. και παρακάτω, στο πλαίσιο της συζήτησης επί του μηχανισμού του αυτοκαταστροφικού σχηματισμού, ιδ. δε, σχετικά προς συμπτωματολογίες όπως ο μασ/ζοχισμός).

ολοκλήρωση (integration): η εποικοδομητική αφομοίωση και οργάνωση δεδομένων και εμπειριών, τόσο σε επίπεδο σεξουαλικότητας, όσο και σε όρους κοινωνικοποίησης, υπό την έννοια, τελικά, της ωρίμανσης του υποκειμένου. Διακρίνεται σε πρωτογενή (primary), που σηματοδοτεί την αναγνώριση εκ μέρους του μικρού παιδιού του σώματός του ως ξεχωριστού και διακριτού από τα λοιπά αντικείμενα του περιβάλλοντός του, και σε δευτερογενή (secondary), που δηλοί την αναπτυξιακά επόμενη οργάνωση (της επίγνωσης) των προγεννητικών στοιχείων σε μίαν ενιαία ψυχοσεξουαλική υπόσταση.

σύμβολο (symbol): αντικείμενο ή δραστηριότητα που αντιπροσωπεύει και υποκαθιστά κάποιο άλλο αντικείμενο ή δραστηριότητα, απειλητικό για την αποκάλυψή του, αλλά επίμονο για την έκφρασή του. Συνήθως το σύμβολο έχει κάποια σύνδεση με τη σεξουαλικότητα του υποκειμένου και εμφανίζεται κατά κόρο στις ονειρικές εικόνες, συγχωνεύοντας, κάποτε, δύο ή περισσότερες απωθημένες ιδέες ή επιθυμίες, επιπλέον καμουφλαρισμένες με την παρέμβαση της λογοκρισίας (βλ.: ανάλυση ονείρου). Η συστηματική επιστράτευση συμβόλων ορίζεται ως συμβολισμός (symbolism) και γίνεται υπό το ίδιο πνεύμα έμμεσης ικανοποίησης επιθυμιών, τη αγνοία του συνειδητού. Για τον C.G.Jung το σύμβολο είναι κάτι “περισσότερο” από το σήμα (την ελάχιστη αντιπροσώπευση μιας απωθημένης ιδέας ή επιθυμίας), και κάτι “λιγότερο” από το αρχέτυπο (archetype), στο οποίο το σύμβολο παραπέμπει αναγκαστικά. Η αντιπροσώπευση των συμβόλων στη Jung-ιανή ανάλυση ονείρων συνδέεται άρρηκτα με την έννοια του αρχετύπου, που, με τη σειρά του, παραπέμπει στο κατά Jung συλλογικό ασύνειδο (collective unconscious), το οποίο αφορά στις αρχαίες, αταβιστικές, πρωτόγονες καταβολές του ατόμου.

σύμπλεγμα (complex): σύνολο ιδεών επιφορτισμένων με ισχυρό συναισθηματικό τόνο. Είναι δυνατό να υπόκειται σε απωθητικές ενέργειες του ΕΓΩ, ανήκει, δε, στο σύνολο των χαρακτηριστικών της προσωπικότητας, έχοντας σχηματιστεί κατά τη διάρκεια των πρώτων χρόνων ζωής. Δεν είναι κατ' ανάγκην αρνητικοί ή παθολογικοί σχηματισμοί, αν και μπορεί να εξελιχθούν έτσι υπό την επήρεια μεταγενέστερων από τη διαμόρφωσή τους εμπειριών. Γενικά, κάθε σύμπλεγμα ιδεών συσχετιζόμενο με ισχυρά συναισθήματα μπορεί να αποκληθεί σύμπλεγμα, στο βαθμό ιδίως που τούτες



περιλαμβάνουν μνημονικές αναπαραστάσεις αληθών ή φανταστικών εμπειριών, συνυφασμένες με τα συμπεράσματα που το υποκείμενο είχε εξάγει σχετικά, καθώς και τα συναισθήματα που προκλήθηκαν από αυτή τη διεργασία. Το άγχος του ευνουχισμού που βιώνει ένα αγόρι κατά τη διάρκεια του φαλλικού σταδίου έχει αποκληθεί και σύμπλεγμα ευνουχισμού, καθ' έλξη προς το σύμπλεγμα της Ηλέκτρας που έχει για την ίδια περίοδο ψυχοσεξουαλικής ανάπτυξης αναφερθεί για τα κορίτσια. - Στον Alfred Adler αποδίδεται η χρήση του όρου **σύμπλεγμα κατωτερότητας** (*inferiority complex*) με σκοπό την περιγραφή αισθημάτων χαμηλού αυτοπροσδιορισμού λόγω εντοπισμού μειονεξιών στον εαυτό, καθώς και τις συνοδές ενέργειες που καταβάλλει το άτομο για να αποζημιώσει εαυτόν αρμόδια - διεργασία, στην οποία κατά τον στοχαστή αυτό διαμορφώνεται ο *τρόπος ζωής* (*style of life*) του ατόμου. Στην ψυχανάλυση γίνεται λόγος και για ιδιαίτερο **σύμπλεγμα** (*particular complex*) για συμπλέγματα που δημιουργήθηκαν σε σχέση με κάποιο (τυχαίο) συμβάν στη ζωή του ατόμου, κι όχι σε άμεση συνάφεια με κάποιο ένστικτό του. - Είναι ευρύτερα αποδεκτή η άποψη ότι τα συμπλέγματα μπορεί να βοηθήσουν ή να βλάψουν τη μετέπειτα συναισθηματική προσαρμοσιμότητα του ατόμου, και ότι είναι δυνατό κατά περίπτωση να έρθουν ολικά ή μερικά στις προσυνειδητές περιοχές του ανθρώπινου ψυχισμού.

συμπύκνωση (*condensation*): μερική συγχώνευση δύο ή περισσότερων ιδεών που προκύπτουν ιδιαίτερα στα όνειρα, παρουσιάζοντας μίαν ιδιότυπη αλλοίωση εικόνων, λέξεων, εννοιών.

ψυχικό τραύμα (*trauma*): ψυχική ή διανοητική βλάβη προκεκλημένη από τη βίωση μιας ακραίας συναισθηματικής λώβησης, που προκαλεί κάποια διαταραχή της ψυχοσυναισθηματικής λειτουργίας του υποκειμένου, κατά το μάλλον ή ήττον διαρκή, κάποτε και χρόνια. Χωρίς να περιορίζεται σε οδυνηρές εμπειρίες που βιώθηκαν κατά την παιδική μόνον ηλικία, νοείται ως κατ' εξοχήν συντελεσμένο στο απώτερο παρελθόν. Έτσι, ο όρος επικοινωνείται με την πρόσθετη υπόθεση ότι η επίδραση αυτής της οδυνηρής εμπειρίας, που συνιστά τραύμα, έχει για το άτομο χρόνια αποτελέσματα κυρίως νευρωτικής φύσης και αποτελεί τροχοπέδη στην ομαλή ψυχολογική λειτουργία του.

ψυχοσύγκρουση (*conflict*): Η διαπάλη μεταξύ ενστικτικών και αντιενστικτικών δυνάμεων, που ως επί το πλείστον αν παραμείνει ανεπίλυτη, απωθείται στο ασύνειδο και προκαλεί ψυχική ένταση και άγχος.

άμυνα, μηχανισμός άμυνας (*defense mechanism*): ακούσια, ασύνειδη, αυτόματη, διαρκής λειτουργία, που λαμβάνεται ως μέτρο πρόληψης, και υιοθετείται από το ΕΓΩ, προκειμένου για την αυτοπροστασία του έναντι της



ανεξέλεγκτης τάσης του ΑΥΤΟ να επιτρέψει την εξωτερίκευση και ικανοποίηση φυσικών ή νοητικών απαράδεκτων από το ΥΠΕΡΕΓΩ επιθυμιών. Τούτο θα είχε αποτέλεσμα τη βίωση οδυνηρών καταστάσεων, όπως άγχος, σύγκρουση και ντροπή. Πλήθος μηχανισμών έχει εντοπιστεί από τους ψυχοδυναμικούς θεωρητικούς. Αυτοί επιστρατεύονται για κάλυψη ευρύτατου φάσματος προβλημάτων, κι εκδηλώνονται υπό μορφήν εξίσου ευρύτατου φάσματος φαινομένων, από στοιχεία απωθημένα και γεγονότα “ξεχασμένα”, έως (νέου) άγχους, μανιερισμών, μυόσπασμων (tics), κττ: τούτα φέρονται ως κάλυψη βαθύτερων ανεπαρκειών ή υποκειμενικών εντυπώσεων χαμηλού αυτοκαθορισμού και αυτοεκτίμησης. Ο όρος **αμυντική αντίδραση** χρησιμοποιείται συχνά για να δηλώσει τη συμπεριφορά που προκύπτει από την επιστράτευση του εκάστοτε μηχανισμού, κάποτε, όμως, και για συνειδητά υιοθετούμενα αμυντικά μέσα, που εξυπηρετούν την αποφυγή εκδήλωσης στοιχείων, που το άτομο επιθυμεί να κρύψει.

Το παρόν εγχειρίδιο δίνει έμφαση σε αυτούς ακριβώς τους μηχανισμούς άμυνας, ως ακρογωνιαίων λίθων για την εμπέδωση στη φροϋδική θεωρία. Ακολουθούν οι βασικότεροι μηχανισμοί άμυνας, έτσι όπως κυρίως η κόρη του S. Freud, Anna, ανέλυσε.



ΜΗΧΑΝΙΣΜΟΙ ΑΜΥΝΑΣ

Απώθηση

Repression

Αυτόματη, εγκαταστημένη στο ασύνειδο, διεργασία, μέσω της οποίας κάθε επώδυνη ιδέα, επιθυμία, σκέψη, παρόρμηση, ανάγκη, αίσθημα, φαντασία/ωση, μνήμη, ή ψυχοσυγκρουσιακό γεγονός αποκλείεται από το συνειδητό, προκειμένου για την απομάκρυνση του άγχους, της ανησυχίας, της ντροπής, της ταπείνωσης, των ενοχών που προκαλεί, λόγω κυρίως της ασυμβατότητάς τους με τις επιταγές του ΥΠΕΡΕΓΩ. Η απώθηση ελέγχει έτσι ορισμένα κατ' εξοχήν οδυνηρά περιεχόμενα του ασύνειδου, ώστε να παρεμποδίζονται από του να φτάσουν στο συνειδητό, και, για τούτο, ενώ "ανήκει" στο ασύνειδο, λειτουργεί, ωστόσο, ως όργανο του ΕΓΩ, ακριβώς όπως και οι υπόλοιποι μηχανισμοί άμυνας. Γενικά, η απώθηση ενεργοποιείται αυτόματα για τη διαχείριση τόσο εξωτερικά προερχόμενων οδυνηρών εμπειριών, όσο και εσωτερικών επίπονων νοητικών διεργασιών, στο βαθμό που η συνειδητή διαπραγμάτευσή τους και η ηθελημένη απομάκρυνσή τους από τη σκέψη θα προκαλούσε αφ' εαυτής εξίσου οδυνηρά συναισθήματα.

Το αγόρι με αιμομικτικές σκέψεις για τη μητέρα του (εσωτερική νοητική λειτουργία) και συνεπαγόμενους φόβους για εκδικητικό ευνουχισμό εκ μέρους του πατέρα του (δυνάμει εξωτερικά προερχόμενη απειλή), απωθεί και τις σκέψεις, και τους φόβους του, με τρόπο αυτόματο κι ασύνειδο, αφού η απόφαση να παραμερίσει τις σκέψεις αυτές θα συνεπαγόταν συνειδητή αναγνώρισή τους, και η ηθελημένη απομάκρυνσή τους δε θα έκανε άλλο από το να παρατείνει τη συνειδητή τους διαχείριση.

Πρόκειται για το σημαντικότερο μηχανισμό άμυνας, δεδομένου ότι η επιτυχής του λειτουργία αποτρέπει τη συνειδητοποίηση / βίωση δυσάρεστων καταστάσεων, επιτρέποντας έτσι στο ΕΓΩ να σταθεροποιήσει την εικόνα του εαυτού ως καλού, και να εξακολουθήσει απερίσπαστο να χειρίζεται την εξωτερική πραγματικότητα. Επιπλέον, η επιτυχημένη παρέμβαση της απώθησης καθιστά τις περισσότερες φορές (τουλάχιστον αναφορικά προς τα ψυχικά "ομαλά" άτομα) περιττή την επέμβαση άλλων μηχανισμών άμυνας (βλ. παρακάτω), που, άλλωστε, εμφανίζονται συνήθως ως επικουρικοί αυτής ακριβώς, της απώθησης. Πράγματι, η απώθηση μπορεί να είναι σχεδόν ολοκληρωμένη και άρα σχεδόν επιτυχής, ή μερική, όταν η λειτουργία της αρχίζει να χαλαρώνει, ή δεν επαρκεί για την αντιμετώπιση ενός ψυχοτραυματικού γεγονότος που είναι ιδιαίτερα ισχυρό, ή συμπίπτει με μια σειρά από άλλα προς απώθηση, μη επεξεργασμένα ανάλογα, ή υπό επεξεργασία προβληματικά στοιχεία.

Διακρίνονται τρεις βασικές διεργασίες απώθησης:

- πρωταρχική (primal) απώθηση, κατά την οποία πρωτόγονες, απαγορευμένες παρορμήσεις του ID μπλοκάρονται μακριά από το συνειδητό
- η πρωτογενής (primary) απώθηση, κατά την οποία αγχογόνα νοητικά περιεχόμενα, συνήθως προκαλούμενα από τη βίωση μιας ψυχοτραυματικής εμπειρίας, απομακρύνονται βίαια από το χώρο του συνειδητού σχεδόν αμέσως μετά τη διαδραμάτισή τους και παρεμποδίζονται από του να "επιστρέψουν" σ' αυτό, και τέλος
- η δευτερογενής (secondary) απώθηση, κατά την οποία απομακρύνονται από το συνειδητό στοιχεία που ενδέχεται να εξυπηρετήσουν την ανάκληση αυτού, που είχε πρωτογενώς απωθηθεί.

Τα απωθημένα, όμως, τούτα στοιχεία δεν αποδυναμώνονται, και δε "χάνονται" απωθούμενα: απεναντίας, διατηρούνται αναλλοίωτα στο ασύνειδο και τείνουν να κάνουν την παρουσία τους αισθητή προβάλλοντας το περιεχόμενό τους στο συνειδητό μέσω μεταμφιεσμένων, συμβολικών μορφών. Τέτοιες μορφές μπορεί να είναι τα όνειρα, οι παραπραξίες, οι παραδρομές της γλώσσας, οι σχετικά συνήθεις παροδικές επιλεκτικές αμνησίες, καθώς επίσης και οι επιμέρους κλινικές εκδηλώσεις και σύνδρομα σε διάφορες ψυχονευρώσεις. Τέτοιες εκδηλώσεις αποδεικνύουν, σύμφωνα με τη φροϋδική θεωρία, ότι η απώθηση δεν είναι ποτέ απόλυτα επιτυχής. Η δε ψυχική ενέργεια που δαπανάται ώστε να συντηρηθεί η απώθηση ως μηχανισμός και μόνο, είναι δυνατό, σε περιπτώσεις υπερβολικής φόρτισης, να την καταστήσει μη διαθέσιμη. Πολύ περισσότερο, η ψυχική ενέργεια που φέρουν τα απωθούμενα στοιχεία εγκλωβίζεται μαζί τους κατά τη λειτουργία του μηχανισμού αυτού, με πιθανό αποτέλεσμα το σταδιακό περιορισμό του ατόμου όσον αφορά στις δραστηριότητες και αυτά, τα ενδιαφέροντά του - συνέπεια, που γίνεται ιδιαίτερα αισθητή σε περιπτώσεις ψυχονευρωτικών ασθενών.

Η Άννα βιώνει ψυχοσύγκρουση αναφορικά προς ένα είδος σεξουαλικών δραστηριοτήτων. Συγκεκριμένα, αποφεύγει ό,τι αφορά στο στοματικό έρωτα. Μέχρι πρότινος είχε κατορθώσει (πρωτογενής απώθηση) να απωθήσει τέτοιες δραστηριότητες φαινομενικά με επιτυχία, κι ο σύντροφός της συναινούσε στην αποφυγή της αυτή. Προϊόντος του χρόνου, όμως, τα πράγματα επιδεινώθηκαν. Η Άννα άρχισε να δημιουργεί αντιστάσεις στο σεξ που ενέπλεκε στοματική δραστηριότητα κοντά στη γεννητική περιοχή, εν συνεχεία απέφευγε να φιλά το σύντροφό της σε σημεία του σώματος που με την ένδυση "λογικά" κατά τα λεγόμενά της θα καλύπτονταν, και κατά την πρώτη ψυχολογική συνεδρία είχε φθάσει να απέχει από κάθε περίπτωση μαζί του. Με τον καιρό, και καθυστερώντας την επίλυση του αρχικού της

προβλήματος, είχε φθάσει να απωθήσει μαζί του και μια σειρά σχετιζόμενων με την αρχικά απωθημένη σεξουαλικών δραστηριοτήτων, ορμών και αναγκών (δευτερογενής απώθηση), ώστε σταδιακά έχασε και αυτό, το ενδιαφέρον της για σεξουαλικές περιπτώσεις εν γένει. Σαν αποτέλεσμα, η Άννα δεν παρουσίαζε εικόνα ψυχικά διαταραγμένου ανθρώπου, αλλ' απλώς μιας αδιάφορης, κάποτε και ψυχρής ερωμένης, κι η μόνη ένδειξη της επέμβασης της απώθησης ήταν το περιορισμένο της ενδιαφέρον για σεξ.

Η απώθηση θα μπορούσε να παρομοιαστεί με το τείχος, που το ΕΓΩ, προκειμένου για την ομαλή του λειτουργία χειρισμού των πραγματικών στοιχείων της καθημερινής ζωής, εγείρει ανάμεσα στο συνειδητό και το ασύνειδο. Αυτό που ουσιαστικά λαβαίνει χώρα είναι μια διττή λειτουργία, που συνίσταται α) στην παρεμπόδιση νοητικών σχηματισμών που σχετίζονται με το εκάστοτε ψυχοτραυματικό γεγονός, και β) στη μετέπειτα απόσυρση της προσοχής από αυτό, με τον ακόλουθο επαναπροσαντολισμό της σε επιθυμητά στοιχεία τόσο του νοητικού οργάνου, όσο και της εξωτερικής πραγματικότητας.

Βάσει των ερμηνειών που προσφέρει το ψυχοδυναμικό μοντέλο, η απώθηση είναι δυνατό να γίνεται λιγότερο ή περισσότερο διακριτή σε όλες ανεξαιρέτα τις κλινικές ψυχοπαθολογίες, αλλά θεωρείται βέβαιο ότι έχει παίξει σημαντικό ρόλο σ' αυτές, πάντα λειτουργώντας ως άμυνα "στην πρώτη γραμμή". Υπό την έννοια αυτή, και για τα κλινικά παραδείγματα που παρατίθενται σχετικά με τους λοιπούς μηχανισμούς άμυνας που θα συζητηθούν παρακάτω, το ότι η απώθηση προηγήθηκε πρέπει να θεωρείται δεδομένο.

Τσως η πλέον ενδιαφέρουσα κλινική οντότητα, κατά την οποία ο μηχανισμός αυτός είναι δυνατό να επέμβει αμιγώς, είναι η γενικευμένη αγχώδης διαταραχή (generalised anxiety disorder). Η χρόνια αυτή μορφή ψυχικής έντασης εκδηλώνεται σε όλες σχεδόν τις εκφάνσεις της διαβίωσης του ατόμου επηρεάζοντας τις συναισθηματικές, γνωστικές, σωματικές και συμπεριφορικές του λειτουργίες, με την εμφάνιση συμπτωμάτων γενικής και μη αιτιολογήσιμης ανησυχίας, υπερκινητικότητας, αϋπνιών και υπερδραστηριότητας του αυτόνομου νευρικού συστήματος. Θεωρητικά, οι δυναμικοί παράγοντες που συμβάλλουν στη διαταραχή αυτή είναι τα κατά την παιδική ηλικία πρώιμα απωθημένα αισθήματα εξάρτησης και άγχους αποχωρισμού, καθώς και απωθημένες ανάγκες για αποδοχή και επιβεβαίωση, που δε βιώθηκαν όπως το άτομο ανέμενε. Επειδή το ΕΓΩ των ατόμων που παρουσιάζουν αυτή τη διαταραχή θεωρείται σχετικά καλά αναπτυγμένο, η πιθανότητα επέμβασης άλλων μηχανισμών άμυνας είναι μάλλον μικρή. Το ΕΓΩ τους, λοιπόν, αναλαμβάνει την απώθηση των πρώιμων εκείνων ματαιώσεων προκειμένου να διατηρήσει σταθερό τον έλεγχο των συναισθημάτων που τα συνόδευσαν αρχικά, αλλά που με την πάροδο του



χρόνου έχουν ιδωθεί ως ανεπίτρεπτα και ανάρμοστα από το ΥΠΕΡΕΓΩ. Συγκεκριμένα, αισθήματα εξάρτησης, ανεπάρκειας, ανικανότητας, και χαμηλού αυτοπροσδιορισμού, κυρίως σχετιζόμενα με τις επαφές του ατόμου με τρίτους, γίνονται το αντικείμενο της απώθησης. Ακριβώς όμως επειδή η επίδειξη των αντιθέτων τους (χωρισμός, ανεξαρτησία, αυτονομία, επάρκεια, ακόμα και ικανότητα ανάληψης ευθυνών και πρωτοβουλιών) είναι αναγκαία στην καθημερινή ζωή, το άτομο περιέρχεται σε μια κατάσταση παρατεταμένης έντασης κάθε φορά που χρειάζεται να τεθεί έμφαση ή δοκιμασία σε τέτοιες ιδιότητές του.

Καθώς το ΕΓΩ αγωνίζεται να διατηρήσει συνεχή και ενεργό το μηχανισμό της απώθησης, αντιμετωπίζει την εξίσου συνεχή και ενεργό απειλητική πιθανότητα να εξασθενήσει η άμυνα και να αποκαλυφθεί το συναισθηματικό υλικό με τις αντίστοιχες απρόσμενες και άμεσες συνέπειες που θα αποδείξουν ότι η προσπάθεια ελέγχου απέβη αναποτελεσματική. Αυτή η πιθανότητα είναι που κινητοποιεί το γενικευμένο άγχος, αφού αισθήματα απειλής και επικείμενου κινδύνου διέπουν τελικά όλες τις τρέχουσες και μελλοντικές δραστηριότητες, στις οποίες επιδίδεται και αναλογίζεται καθημερινά το άτομο, εξ ου και η εναγώνια αδικαιολόγητη αναμονή του ότι ξαφνικά κάτι τρομερό, αλλ' άγνωστο και απροσδιόριστο, θα του συμβεί.

Αξίζει να σημειωθεί ότι ο όρος: απώθηση είναι με τη μέγιστη καθαρότητα ορισμένος στο χώρο της ψυχοδυναμικής και πρέπει να διαχωρίζεται από τους φαινομενικά συνώνυμους όρους: καταστολή και αναστολή. Η καταστολή (suppression) είναι λειτουργία συνειδητής και εκούσιας απόσβεσης ορισμένων σκέψεων, παρορμήσεων, επιθυμιών και συμπεριφορών που γίνονται αισθητές ως ανεπιθύμητες, και ηθελημένα απομακρύνονται, αποδυναμώνονται, καταργούνται από το ίδιο το άτομο. Ο δε μηχανισμός της αναστολής συζητιέται αναλυτικά αμέσως παρακάτω.

Αναστολή Inhibition

Μηχανισμός ελέγχου των ενστικτικών παρορμήσεων του ΑΥΤΟ (ID) και ο περιορισμός, η παρεμπόδιση, η μείωση, η ελαχιστοποίηση, η απαγόρευση, και γενικά η αναχαίτισή τους από το συνειδητό ή την ενεργό στάση του ατόμου μετά από την άμεση παρέμβαση και του ΥΠΕΡΕΓΩ.

Στα κλασσικά εγχειρίδια κλινικής ψυχολογίας και ψυχιατρικής ο μηχανισμός της αναστολής συχνά παραλείπεται, άλλοτε συγχωνευόμενος με τις απωθητικές λειτουργίες, κι άλλοτε θεωρούμενος ως δευτερεύων. Το να συμπεριληφθεί εδώ κρίνεται σημαντικό όχι μόνο στο όνομα της πληρότητας του απολογισμού των μηχανισμών άμυνας του ΕΓΩ, αλλά και λόγω των μεθοδολογικών διαφοροποιήσεων στην αναλυτική προσέγγιση, που στην πράξη έχει αποδειχτεί θεραπευτικά αξιόλογη, όταν ο μηχανισμός τούτος λαμβάνεται υπόψη σαν τέτοιος.

Πρόκειται, ουσιαστικά, για την ακούσια και ασύνειδη ελαχιστοποίηση ή και πλήρη απώλεια κινήτρων και κινητοποίησης, εν τέλει, δε, επίδειξης ενδιαφέροντος, προκειμένου για την εκδήλωση ή τη συμμετοχή σε συγκεκριμένες δραστηριότητες, που δυνάμει θα μπορούσαν να συνεπάγονται ευχαρίστηση, ή και κέρδος. Είτε, όμως, επειδή τέτοιες δραστηριότητες αποτελούν συμβολικές αναπαραστάσεις απαγορευμένων ενορμήσεων, είτε επειδή η συμμετοχή σε αυτές συνιστά απειλή για την πιθανή ενθύμηση ή και έκλυση τέτοιων ενορμήσεων, είτε επειδή το αποτέλεσμά τους είναι δυνατό να έχει παρόμοιο αποτέλεσμα, το άτομο καταλήγει εν όψει των εν λόγω δραστηριοτήτων στο να απέχει πλήρως ή, στη χειρότερη και σπανιότερη περίπτωση, στο να υποφέρει ψυχικά κατά τη διάρκειά τους, σχεδόν ανεξαρτήτως, κάποτε, του εάν εμπλέκεται ευθέως σ' αυτές ή όχι.

Για τον κοινό νου, η διεργασία της αναστολής είναι στενά συνδεδεμένη με δισταγμούς και απαγορεύσεις που οι άνθρωποι επικοινωνούν, κυρίως σε μη λεκτικό επίπεδο, σχετικά με δραστηριότητες που σχετίζονται με τη σεξουαλική ζωή - και, γεγονός αξιοσημείωτο για την ανακριβή συνήθως αφομοιωτική ικανότητα του κοινού νου επί επιστημονικών ιδίως όρων, τούτο δεν απέχει από την πραγματικότητα. Ωστόσο, η έννοια της αναστολής εκτείνεται και σε εμπειρίες που είναι δυνατό να εκλύσουν επιθετικότητα μάλλον, παρά σεξουαλικής φύσης προκλητικότητα, όπως στο παράδειγμα του εξαίρετου σκακιστή, που

παίζοντας με ορισμένους μόνον, εύθικτους κι ευέξαπτους στην ήττα τους, αντιπάλους του, έτεινε να χάνει, αδυνατώντας να "δει" εμφανέστερες κινήσεις που θα του χάριζαν τη νίκη, παρά το γεγονός ότι σε άλλες περιπτώσεις, με άλλους αντιπάλους, δε θ' αντιμετώπιζε τέτοιο πρόβλημα. Η αναλυτική διαδικασία αποκάλυψε ότι η στάση του αυτή οφειλόταν στην αναστολή της συνηθισμένης επαγρύπνησής του ως σκακιστή, που με τη σειρά της λειτουργούσε αμυντικά έναντι των παιδιόθεν κεκτημένων επιθετικών του τάσεων να συντρίψει τους αντιπάλους του. Οι ίδιες τάσεις συσχετιζόνταν με τον εξίσου πρωτόγονο φόβο της εκδίκησης, που οι αντίπαλοί του θα μπορούσαν να ζητήσουν εναντίον του - φόβο, που συνειδητά ο ασθενής βίωνε ως μια απροσδιόριστη ανησυχία περί του ότι, νικημένοι όντες, οι συγκεκριμένοι αντίπαλοι θα ξεσπούσαν βίαια, ακριβώς όπως έκανε κι ο πατέρας του, όταν βίωνε ματαιώσεις ή ήττες στο στίβο της ζωής (White and Gilliland, 1975)⁵⁵.

Γενικά, ο μηχανισμός της αναστολής έχει, *prima facie*, ομοιότητες με τις κοινές φοβίες. Η κατ' εξοχήν ειδοποιός διαφορά του με αυτές, όμως, είναι

⁵⁵ White. R.B. and Gilliland. R.M.. 1975. Elements of psychopathology. Grune and Stratton. N.Y.

ότι κατά την αναστολή δεν υφίσταται ευκρινής εκδήλωση ταραχής περί του είδους της δραστηριότητας που επιχειρείται να αποφευχθεί, πρόκειται δε σχεδόν πάντα ακριβώς, για δραστηριότητα, κι όχι για συγκεκριμένα φοβικά αντικείμενα, όπως συμβαίνει συνήθως στις φοβίες. Επιπλέον, η αντίδραση που έπεται της αναστολής είναι, όπως προαναφέρθηκε, η σχετικά ήρεμη αποστασιοποίηση, η δήλωση απώλειας ενδιαφέροντος και η φαινομενική έλλειψη κινήτρων συμμετοχής - όλα εκδηλούμενα στα πλαίσια συγκροτημένης σκέψης και παρουσίασής της από το άτομο (χωρίς να πρόκειται για εκλογίκευση, μηχανισμό που θα συζητηθεί παρακάτω) - κι όχι η έντονη ψυχική διέγερση και σχετική αποδιοργάνωση που παρατηρείται στις φοβίες.

Τυχούσες παρερμηνείες του, επίσης, δεδομένων των φαινομενικών μόνον ομοιοτήτων του προς το μηχανισμό της απώθησης θα πρέπει επίσης να αποφεύγονται, αφού η αναστολή ενεργοποιείται σχεδόν αποκλειστικά εν όψει εξωτερικών, κοινωνικών δραστηριοτήτων, και μάλιστα εξ αιτίας του ασαφούς φόβου που δημιουργείται στο άτομο σχετικά με την υπονόμηση της λειτουργίας της πρωταρχικής ή και της πρωτογενούς απώθησης, που έχει προηγηθεί. Τέλος, όπως ειπώθηκε παραπάνω, στη λειτουργία της αναστολής το ΥΠΕΡΕΓΩ - δεδομένης της κοινωνικής διάστασής της - παίζει ενεργό ρόλο, ενώ κατά την απώθηση οι διεργασίες που λαβαίνουν χώρα περιορίζονται, θα λέγαμε, μεταξύ του ΕΓΩ και του ασύνειδου.

Μετατροπή

Conversion

Η αυτόματη, ακούσια διεργασία δια της οποίας μια μερικώς απωθημένη επιθυμία βρίσκει συμβολική σωματική έκφραση με τη μορφή της διαταραχής μιας φυσικής λειτουργίας, που όμως δεν εμπίπτει σε καμία γνωστή παθολογοανατομική κατηγορία. Έτσι, η ψυχική σύγκρουση βρίσκει μια διέξοδο έκφρασης σε περιορισμένη έκταση, ενώ ταυτόχρονα η πραγματική της αιτία παραμένει απωθημένη και άδηλη. Το ίδιο το φυσικό σύμπτωμα (η έκφραση της μετατροπής) είναι μια μορφή άμυνας, αφού κατά κάποιον τρόπο απορροφά και τείνει να ουδετεροποιήσει το άγχος ή την ενοχή που γεννάται από τη βαθύτερη, ασύνειδη απωθημένη ψυχοσύγκρουση. Επειδή το άγχος είναι ψυχική ενέργεια, χρειάζεται να εκλυθεί, και σ' αυτή την περίπτωση τούτο επιτυγχάνεται με την ανακατεύθυνσή του προς την "επιλογή" αποδυνάμωσης ενός φυσικού οργάνου του σώματος. Μέσω της πρόσδοσης σωματικής παθολογικής έκφρασης στην εσωτερική διαταραχή ολοκληρώνεται η ατελής διεργασία της απώθησης, καθώς το εναπομείναν από την απωθητική λειτουργία άγχος αποσπάται, με τη μετατροπή, ολοκληρωτικά από την αρχική ψυχοσυγκρουσιακή σκέψη, παρόρμηση, ανάγκη, συναίσθημα.

Σε ερμηνευτικό λοιπόν επίπεδο, η συγκεκριμένη σωματική "απώλεια" συμβολίζει την υποκάτω σύγκρουση. Το σύμπτωμα, μάλιστα, απορροφά το άγχος τόσο αποτελεσματικά, με το να το μετασχηματίζει σε φυσική,



πραγματική απώλεια, ώστε ο πάσχων μπορεί να παραμείνει ήρεμος, χωρίς να ανησυχεί για την ανεξήγητη φαινομενικά αναπηρία που του παρουσιάζεται - κατάσταση, που έχει διεθνώς καθιερωθεί να περιγράφεται γαλλιστί ως *la belle indifference* - η μακάρια αδιαφορία του υστερικού.

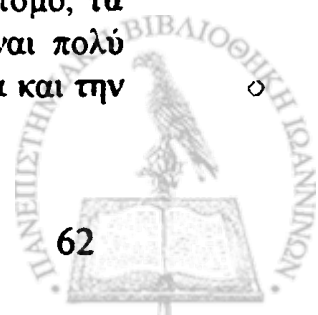
Σημειωτέον ότι ο όρος: μετατροπή χρησιμοποιείται σήμερα στην κλινική ψυχολογία και στην ψυχιατρική σε αντικατάσταση του όρου: υστερία ή υστερική μετατροπή, κυρίως προκειμένου να διασκεδαστεί ο μύθος που από τις μέρες του Ιπποκράτη ήδη ήθελε την υστερία αποκλειστικά πάθηση του γυναικείου φύλου - μύθος, που, άλλωστε, ευθύνεται για τον παραγκωνισμό της μελέτης, και ενίοτε τη λανθασμένη διάγνωση, αυτής της διαταραχής σε άνδρες.

Συμπτώματα μετατροπής μπορεί να είναι αισθητηριακές διαταραχές (αναισθησίες, υπεραισθησίες, κωφότητα, τύφλωση), κινητικές διαταραχές (ατονίες, παράλυση, ακούσιες κινήσεις όπως επιληπτικόμορφες κρίσεις και μυοσπασμοί/tics).

Η μετατροπή (με την έκφρασή της να περιορίζεται σε ένα κυρίαρχο σωματικό σύμπτωμα), οι σωματοποιητικές διαταραχές (με πλέον του ενός σωματικά μη οργανικά συμπτώματα), η ψυχαλγία (μη οργανικός πόνος επικεντρωμένος σε μια, κυρίως σπλαχνική, περιοχή του σώματος), και οι ψυχοσωματικές διαταραχές (σωματοποιήσεις ψυχικών διαταραχών που εμπίπτουν σε διατυπωμένες παθολογοανατομικές κατηγορίες), είναι διαταραχές που στη διαγνωστική τυπολογία της κλινικής ψυχολογίας και της ψυχιατρικής νοούνται ως ξεχωριστές οντότητες και διαφοροδιαγιγνώσκονται μεταξύ τους. Σύμφωνα με την ερμηνεία της ψυχοδυναμικής, όμως, θεωρούνται, γενικά, ως διαφορετικές εκφάνσεις του ίδιου μηχανισμού άμυνας, της μετατροπής. Μόνη εξαίρεση αποτελούν οι ψυχοφυσιολογικές διαταραχές, κυρίως οξείας μορφής, που δεν ερμηνεύονται ψυχοδυναμικά ως συμβολικές εκφράσεις του αγώνα μεταξύ ασύνειδων παρορμήσεων και αμυντικών μηχανισμών του ΕΓΩ, αλλ' ως αντιπροσωπευτικές του stress διαταραχές.

Δύο είναι τα πλέον ενδιαφέροντα, ίσως, χαρακτηριστικά της ψυχολογίας του ατόμου κατά τη μετατροπή: τα πρωτογενή και τα δευτερογενή ωφέλη που το άτομο απολαμβάνει κατά την εκδήλωσή της. Η ανάπτυξη της σωματικής διαταραχής αυτή καθεαυτήν αποτελεί το πρωτογενές όφελος (*primary gain*), δεδομένου ότι, όπως φάνηκε παραπάνω, αγχογόνα, οδυνηρά, επικίνδυνα, ή δύσκολα προς διαχείριση συναισθήματα αποφεύγονται σωματοποιούμενα με αποτέλεσμα μια πρώτου επιπέδου, θα λέγαμε, ανακούφιση για το άτομο.

Παρόλο που η νεοεμφανιζόμενη παθολογία είναι δυνατό να προκαλέσει γενικότερες δυσλειτουργίες, περιορισμούς, κι ακόμη και πόνο στο άτομο, τα δευτερογενή ωφέλη (*secondary gains*) από την εμφάνισή της είναι πολύ σημαντικά, και περιλαμβάνουν τη συμπάθεια, την προσοχή, κι ακόμα και την



ενθάρρυνση από τους άλλους - ασύνειδα επιδιωκόμενοι στόχοι εκ μέρους του μετατροπέα, που γι αυτό επιβεβαιώνουν και τη μετατροπή ως πρωτόγονο μηχανισμό άμυνας. Προφανώς, εξ αιτίας του νευρωτικού συμπτώματος, το υποκείμενο μπορεί επίσης να αποφύγει τη συμμετοχή του σε δυσάρεστες δραστηριότητες, καθώς και να αποποιηθεί την ευθύνη του για μια σειρά από ενέργειες, που ήδη έπραξε ή προγραμματιζόταν να πράξει, και που, σε άλλη περίπτωση, θα αναμένονταν από το περιβάλλον του να ολοκληρώσει. Έχει προταθεί ότι η εκπλήρωση των αναγκών εξάρτησης και έλξης της προσοχής των άλλων ικανοποιεί έμμεσα και ανάγκες-απόηχους λιβιδινικών σεξουαλικών ορμών, καθώς και επιθετικών, στο βαθμό που η συμπτωματολογία που προκύπτει από τη μετατροπή αποτελεί το όργανο χειραγώγησης των άλλων, άρα κατ' επέκταση, χρησιμοποιείται ως μέσο ικανοποίησης των επιθετικών ενορμήσεων του πάσχοντα (Kellerman and Bury, 1989)⁵⁶.

Έχει επίσης προταθεί (Ziegler and Imboden, 1962)⁵⁷ ότι το είδος της συμπτωματολογίας που "επιλέγεται" κατά τη μετατροπή δεν είναι άσχετο προς τον κοινωνικό προσδιορισμό της έννοιας και της σοβαρότητας της νόσου κατά την περίοδο που επίκειται η εκδήλωσή της στον πάσχοντα (λ.χ., κατά την ιστορική περίοδο που οι επιληπτικές κρίσεις θεωρούνταν θεόσταλτες και οι πάσχοντες θεοποιούνταν θεωρείται απίθανο οι μετατρεπτικές διαταραχές να λάβαιναν επιληπτικόμορφη έκφραση), καθώς και προς τις παθολογοανατομικές γνώσεις του πάσχοντα, που αρμοδίως θα υποδυθεί τη φυσική αναπηρία πειστικά και με ακρίβεια προς τη σύγχρονή του ιατρική κατάρτιση, ή με αδέξιο, παιδαριώδη, δραματικό, θεαματικό, κάποτε μελοδραματικό, και βεβαίως φανερά εξωπραγματικό τρόπο: όπως, λ.χ., στις περιπτώσεις *αναισθησίας χειροκτίων (glove anaesthesia)*.

Θα προσθέταμε ότι το είδος και η ένταση δραματοποίησης της συμπτωματολογίας που "επιλέγεται" φαίνεται ότι έχει σχέση και με τη γενικότερη καλλιέργεια του ατόμου που καταφεύγει στη μετατροπή, δίχως τούτο να εξυπακούεται αναγκαστικά παραδοσιακούς όρους εκπαίδευσης ή κοινωνικοοικονομικής κατάστασης του υποκειμένου.

Υπογραμμίζεται ότι ασύνειδα πρωτογενή και δευτερογενή ωφέλη απολαμβάνουν θεωρητικά όλοι οι νευρωσικοί ασθενείς, και η ανάλυση έχει συγκεκριμενοποιήσει σε πλήθος περιπτώσεων την ισχύ των ωφελών αυτών στις περιπτώσεις καταφυγής σε σχεδόν όλους τους μηχανισμούς άμυνας. Τέλος, τόσο ως μηχανισμός άμυνας, όσο και ως ψυχιατρική και ψυχολογική οντότητα, η μετατροπή πρέπει να διακρίνεται από το σύστοιχο μεν, αλλά εννοιολογικά και κλινικά διάφορο μηχανισμό της διάσχισης, που παρουσιάζεται αμέσως παρακάτω.

⁵⁶ Kellerman, H. and Bury, A., 1989, Psychopathology and differential diagnosis: A primer, v.II, Columbia University Press, N.Y.

⁵⁷ Ziegler, F.J. and Imboden, J.B., 1962. Contemporary conversion reactions: II. A conceptual model, Archives of General Psychiatry, 6, 279-287



Διάσχιση, ή αποσύνδεση, ή διαχωρισμός

Dissociation

Η ακούσια, ασύνειδη διεργασία, ή το αποτέλεσμά της, δια της οποίας ορισμένες συγκροτημένες ενότητες της νοητικής λειτουργικής συνέχειας, όπως σκέψεις, συναισθήματα, και στάσεις, διαχωρίζονται από άλλα, ή διαιρούνται εσωτερικά, αποκτώντας, κατά κάποιον τρόπο, ανεξάρτητη ύπαρξη. Τούτο επιτρέπει στις αρχικά απωθημένες ασύνειδες απαγορευμένες παρορμήσεις κι επιθυμίες να εκφραστούν ανοιχτά για κάποιο περιορισμένο χρονικό διάστημα, αλλά λίγο αργότερα το άτομο δηλώνει ειλικρινή άγνοια και παρουσιάζει ένα είδος ψυχογενούς αμνησίας σχετικά με τα συμβάντα που έλαβαν χώρα κατά τη διάρκεια αυτού του διαχωρισμού, μη αναλαμβάνοντας ευθύνη για τις πράξεις του.

Πρόκειται για την ολική ή μερική κατάλυση των λειτουργιών της συνείδησης, της αυτοαντίληψης, και αυτής, της αισθητηριακής και κινητικής συμπεριφοράς όπως τις γνωρίζουμε, που δεν έχει καμία σχέση με το ψεύδεσθαι: το άτομο είναι ειλικρινές όταν αποτυγχάνει να αναγνωρίσει τον εαυτό του ως αυτουργό των πράξεων και γεγονότων στα οποία πρωταγωνίστησε, είτε επειδή τούτα έχουν παντελώς λησμονηθεί, είτε επειδή κατά το χρόνο που διενεργήθηκαν το άτομο δε βίωσε συνειδητά την ελεύθερη ανεπίτρεπτη συμπεριφορά του ως δική του, ακριβώς επειδή αυτή απωθήθηκε σύντομα μετά την εκδήλωσή της. Σε μερικές μάλιστα περιπτώσεις διάσχισης, ο πάσχων έχει μια αποσπασματική ασαφή ενθύμηση των διαδραματισθέντων κατά την περίοδο του επεισοδίου, που όμως έχει δυσκολία να συνδέσει συνειδητά με τον εαυτό και τις δικές του δραστηριότητες.

Ο Laughlin (1967)⁵⁸ αναφέρει μια ενδιαφέρουσα περίπτωση ψυχογενούς φυγής (psychogenic fugue) ενός δεκαπεντάχρονου νεοϋορκέζου που, πιεσμένος από τα διαρκή κακεντρεχή πειράγματα των συμμαθητών του, την κάκιστη σχολική του επίδοση και τους ομηρικούς καυγάδες με τους γονείς του, απηυδισμένος επέστρεψε ένα απόγευμα στο σπίτι του και πέταξε με οργή κι αηδία τα βιβλία του στη βεράντα. Ένα χρόνο αργότερα, ένας νεαρός στρατιώτης εισάχθηκε σ' ένα στρατιωτικό νοσοκομείο για σοβαρές αλλ' ιατρικά αναίτιες κράμπες στο στομάχι και επιληπτικόμορφες κρίσεις μη οργανικής αιτιολογίας. Την επομένη ένωθε καλύτερα, αλλά βρισκόταν σε πλήρη άγνοια για το πού βρισκόταν, πώς έφτασε εκεί, και γιατί τον αντιμετώπιζαν σα να ήταν φαντάρος. Η μόνη του τελευταία ανάκληση ήταν η σκηνή που είχε εξοργισμένος κι αηδιασμένος πετάξει τα βιβλία του στη βεράντα του σπιτιού του. Κατόπιν της διασταύρωσης του

⁵⁸ Laughlin, H.P., 1967. *The Neuroses*. Butterworth, Washington DC



αληθούς της ταυτότητάς του από τον πατέρα του, ο τελευταίος ενήργησε ώστε ο γιος του να απολυθεί από το στρατό ως ανήλικος (Laughlin, σσ. 862-863)⁵⁹.

Μια εναλλαγή απώθησης - μετατροπής - διάσχισης - μετατροπής - απώθησης είχε λάβει χώρα: τα συναισθήματα της απόρριψης και τα βιώματα της ματαιώσης από τη ζωή του ως γιου, μαθητή και συμμαθητή, στην αποτυχημένη απόπειρα απώθησής τους κι αποκλεισμού τους από το συνειδητό, ακολουθήθηκαν από μια μετατρεπτική ψυχογενή αμνησία, και ολοκληρώθηκαν με την πλήρη διάσχιση από την απαράδεκτη προσωπικότητά του καθώς ανέλαβε νέα ταυτότητα και δραστηριότητες, τα οποία αργότερα διαδέχτηκε η μετατρεπτική συμπτωματολογία του ψυχογενούς πόνου και των επιληπτικόμορφων κρίσεων, που, με τη σειρά τους, απωθήθηκαν σε επίπεδο ψυχογενούς αμνησίας σχετικά με τα όσα είχαν μεσολαβήσει κατά την κυρίως διαταραχή της διάσχισης.

Είναι αλήθεια ότι σπάνια έχουν αντιμετωπιστεί στην πράξη περιστατικά διάσχισης δίχως συνοδά χαρακτηριστικά μετατροπής. Τη λεπτή διαφορά μεταξύ των δύο επιτυχώς καταδεικνύει η κατάταξη των κλινικών οντοτήτων του DSM-III-R, κατά την οποία τα σημεία μετατροπής διακρίνονται από την εμπλοκή επιμέρους διαταραχών της σωματικής λειτουργίας στην εικόνα του πάσχοντα, ενώ τα σημεία διάσχισης διακρίνονται από την εμπλοκή διαταραχών της δομής της προσωπικότητας του ατόμου. Την πιο δραματική ίσως έκφρασή της βρίσκει η διάσχιση στην περίπτωση της πολλαπλής προσωπικότητας.

Οι Rosenhan και Seligman (1989)⁶⁰ παραθέτουν το ιστορικό της Julie-Jenny-Jettie, που συνήθως εμφανιζόταν ως Julie και ήταν ήπιου χαρακτήρα, υγιής, γεμάτη θηλυκότητα, κοινωνική, συνεργατική, συνεννοήσιμη, και καλή μητέρα, αλλ' ως Jettie συμπεριφερόταν με ακριβώς τα αντίθετα χαρακτηριστικά, ήταν αδιάφορη μητέρα, με φιλομοφυλικές τάσεις, και μάλιστα παρουσίαζε υπέρταση. Ως Jenny, δε, ταυτότητα που συνιστούσε και την αρχική, πυρηνική προσωπικότητα, υπήρξε ένα παραμελημένο, φοβισμένο, ευάλωτο παιδί, που στην ηλικία των τριών ετών δημιούργησε την επιθετική, πεισματάρα και σκληρή Jettie, αλλά και που επί κουστωδίας ακόμη των φυσικών της γονιών είχε κακοποιηθεί σεξουαλικά από κάποιον γείτονα, στη δε ηλικία των οκτώ δόθηκε για υιοθεσία, οπότε και δημιούργησε την ευγενική, αλλά σίγουρη για τον εαυτό της, επιτηδευμένα "εγκεφαλική" και πάντα καλοντυμένη Julie, που μπορούσε με πιο διπλωματικό από τις άλλες δύο τρόπο, κι άρα αποτελεσματικότερα, να

⁵⁹ Laughlin, H.P., 1967, *The Neuroses*. Butterworth, Washington DC

⁶⁰ Rosenhan, D.L. and Seligman, M.E.P., 1989, *Abnormal Psychology*, Norton, N.Y.



αντιμετωπίσει τυχούσες απορρίψεις και ματαιώσεις, αλλά μεγαλώνοντας έγινε και καπνίστρια - πράγμα που ενοχλούσε έντονα τη Jennie, η οποία, ωστόσο, ανησυχούσε και ιδιαίτερα για τη Julie, φοβούμενη ότι σύντομα θα πάθαινε νευρική κατάπτωση. Σημειωτέον ότι μέχρι την ηλικία των τριαντατεσσάρων ετών, η Julie δεν ήταν ενήμερη για την ύπαρξη της Jennie, και μόνον η Jennie, η αρχική, μπορούσε να εκφέρει πληροφορημένη άποψη και κριτική για τις άλλες δύο, ενίοτε μάλιστα, συνειδητοποιώντας κατά την ύπνωση ότι δεν αποτελούσαν παρά τα τερατουργήματά της... (η περίπτωση καταγράφηκε από τους Davis and Osherson, 1977)⁶¹.

Πέραν των κυρίως διασχιστικών χαρακτηριστικών, στο παράδειγμα της Julie-Jennie-Jennie είναι φανερός ο ρόλος που στην πλειοψηφία των περιπτώσεων διάσχισης παίζει κι ο μηχανισμός της παλινδρόμησης (βλ. παρακάτω). Ειδικά σε περιστατικά πολλαπλής προσωπικότητας, οι εαυτοί που δημιουργούνται έχουν, όχι μόνο παιδαριώδη δομή, αλλά αναφύονται και κατά τη διάρκεια της παιδικής ηλικίας.

Πρέπει να τονιστεί ότι σε τέτοια περιστατικά ο αριθμός των προσωπικοτήτων που ενυπάρχουν στο άτομο είναι τυπικά μεγαλύτερος των δύο, και για τούτο ο όρος: πολλαπλή είναι σαφώς προτιμότερος από αυτόν της λεγόμενης: διχασμένης προσωπικότητας. Συγκεκριμένα, σε αμιγή περιστατικά διαταραχής της δομής της προσωπικότητας ως συγκροτημένου όλου, η κλινική εικόνα περιλαμβάνει μια σειρά από υπο-προσωπικότητες, θα λέγαμε, που, ανάλογα με το εύρος της νευρωτικής προβληματικής, είναι το λιγότερο τριών διαστάσεων:

- η κυρίαρχη προσωπικότητα, που βρίσκεται κατά μεγαλύτερα χρονικά διαστήματα στην επιφάνεια, αλλά που δεν είναι η αυθεντική, χαρακτηρίζεται από καλοσύνη, σεμνότητα, μετριοπάθεια, συνεργατικότητα, προσαρμοστικότητα, εκφραστικότητα, και κάποτε ακόμη και έκδηλη αδυναμία, εξάρτηση και δουλοπρέπεια - ποιότητες, που στη φανταστική παρουσία μιας απαιτητικής γονεϊκής φιγούρας (έτσι όπως πραγματικά περιγράφονται οι γονείς ή ένας γονέας των πασχόντων τη διασχιστική διαταραχή), δε θα προκαλούσαν τιμωρητική οργή,
- η παρανοϊκόμορφη προσωπικότητα, η συνηθέστερα εμφανής σε διαστήματα αποκήρυξης της κυρίαρχης, χαρακτηρίζεται από όλες τις επιθετικές, εναντιωτικές, δηκτικές ποιότητες, που θα τιμωρούνταν αμείλικτα στο παρελθόν από τον αυστηρό γονέα, και που είναι ασύμβατες προς τα δεδομένα της κυρίαρχης προσωπικότητας, γενικά δε, ενσωματώνονται σε έναν παρανοειδή σχηματισμό, όπου κυριαρχούν οι υποψίες για δήθεν απειλητικές διαθέσεις κατευθυνόμενες εναντίον του

⁶¹ Davis, P.H. and Osherson, A., 1977, The current treatment of a multiple-personality woman and her son. American Journal of Psychotherapy, 31, 504-515

πάσχοντα, που με τη σειρά τους δημιουργούν την ανάγκη επιθετικής ανταπάντησής του, και τέλος

- η εν είδει ιστριονικής δομής προσωπικότητα, που θα κάνει σπανιότερα ή ποτέ την ανοιχτή της εμφάνιση, μα ενυπάρχει δυνάμει, χαρακτηρίζεται από ανωριμότητα, εγωκεντρισμό, απαίτηση της προσοχής των άλλων και τάση χειραγώγησής τους, σχεδόν πάντα μέσα στα πλαίσια μιας συγκαλυμμένης ή και προκλητικής σεξουαλικής εκδηλωτικότητας.

Η διάσχιση είναι δυνατό σε πλέον περίπλοκα περιστατικά να συνεχίζεται, αποκαλύπτοντας πλείστες όσες πρόσθετες "υποπροσωπικότητες" η καθεμία από τις οποίες μπορεί με μεγαλειώδη συνέπεια να ενσωματώνει λεπτομερέστατα συγκροτημένες διαστάσεις επιθυμητών σχηματισμών συμπεριφοράς, που οργανώνονται πλέον σε επίπεδο επιμέρους ιδιοτήτων (π.χ., φλεγματική προσωπικότητα, συνισταμένη μιας σειράς ιδιοτήτων ενός τύπου ατόμων), σε επίπεδο ενδιαφερόντων (π.χ., καλλιτεχνική προσωπικότητα), και σε επίπεδο αμυνών (παρουσίαση δομών προσωπικότητας που συνδυάζουν έντεχνα ψυχολογικές άμυνες έτσι όπως περιγράφονται θεωρητικά στην ψυχολογία και την ψυχιατρική).

Η αξιολογία και για την κλινική της ενημερότητα φιλμογραφική παραγωγή του Woody Allen: *Zelling* αποτελεί ωραίο δείγμα τέτοιας χαμαιλεοντικής προσωπικότητας.

Συχνά οι φοιτητές και οι φοιτήτριες κλινικής ψυχολογίας και ψυχιατρικής έχουν δυσκολία να κατανοήσουν θεωρητικά και στην πράξη τη διάσχιση, ειδικά στην περίπτωση της πολλαπλής προσωπικότητας. Αν και ο όρος: διχασμένη προσωπικότητα δεν είναι δόκιμος σε περιστατικά ψυχογενούς φυγής, αμνησίας ή αποπροσωποποίησης, θα μπορούσε εδώ, καθαρά για λόγους κατανόησης, να χρησιμοποιηθεί καταχρηστικά, προκειμένου για τον αριθμό των δύο μόνον διαστάσεων που εμφανίζονται στις διαταραχές αυτές. Έτσι, θα λέγαμε σχηματικά ότι δεδομένης της εμφάνισης μόνο μιας ομάδας ασύμβατων προς τη συνήθη συμπεριφορά χαρακτηριστικών, στο μαθητή-φαντάρο του παραπάνω παραδείγματος, η διάσχιση ως άμυνα είχε αποτέλεσμα την εκδήλωση μιας εν είδει "διχασμένης προσωπικότητας". Παρά τούτα, διαγνωστικά, η διαφορά είναι ότι σε τέτοια περιστατικά η μείζων διάγνωση αφορά ούτως ή άλλως στην ψυχογενή φυγή, αμνησία, ή αποπροσωποποίηση, και η θεραπευτική προσέγγιση δε γίνεται με γνώμονα τις γνώσεις μας επί της πολλαπλής προσωπικότητας.

Μια ήπια μορφή διάσχισης αποτελεί η αγχώδους (και όχι σχιζοφρενικής) αιτιολογίας αποπροσωποποίηση (depersonalisation), κατά την οποία το άτομο ευρισκόμενο υπό την πίεση υπερβολικού stress βιώνει καταστάσεις, αντικείμενα, ή και τον εαυτό του (συχνά μπροστά σε κάτοπτρα) ως ξένα και αλλότρια.

Άλλη ήπια μορφή διάσχισης αποτελεί η προσιδιάζουσα στην αποπροσωποποίηση "διαμερισματοποίηση" (compartmentalisation) στάσεων και συμπεριφορών, κατά την οποία μια κατηγορία δραστηριοτήτων



της ζωής αποχωρίζεται από άλλες: οριακά φυσιολογική έκφραση αυτού έχει θεωρηθεί η εργασιομανία.

Επίσης, διασχιστικά στοιχεία είναι δυνατόν υπό ψυχοδυναμική ερμηνεία να εντοπιστούν στους εφιάλτες.

Οι **αμνησίες** που ακολουθούν την ύπνωση είναι μια άλλη ήπια μορφή διάσχισης, που θεωρητικά δεν επηρεάζει τη φυσιολογική λειτουργία του ατόμου ως συγκροτημένης προσωπικότητας.

Διασχιστικής αιτιολογίας φαινόμενο είναι και η **υπνοβασία**.

Ο Walton (1961)⁶² παραθέτει την περίπτωση ενός τριανταπεντάχρονου βοηθού αρχιτέκτονα, που επί εξάμηνο κατά τα επεισόδια υπνοβασίας του επιχειρούσε να επιτεθεί, κάποτε με εξαιρετικά βίαιο τρόπο, στη σύζυγό του, και παρά τις έντονες και μεγαλόφωνες προσπάθειες εκείνης να αμυνθεί, όχι μόνο δεν ξυπνούσε, αλλά την επομένη δήλωνε πλήρη άγνοια για τη νυκτερινή του δράση. Η ανάλυση αποκάλυψε ότι ο ντροπαλός αυτός άνδρας έβρισκε, εκείνη την περίοδο ειδικά, εξαιρετική ομοιότητα των χαρακτηριστικών της συζύγου του με αυτά της αυταρχικής, αυστηρής μητέρας του, έναντι της οποίας εκδήλωνε πάντα δέος και υποταγή, αλλά κατά τη διάρκεια της υπνοβατικής του "ελευθερίας" μπορούσε συμβολικά στο πρόσωπο της συζύγου του να τιμωρήσει και ίσως να σταματήσει οριστικά τη μητέρα του από του να κατευθύνει τη ζωή του.

Σοβαρότερη μορφή διάσχισης συνιστούν οι **λυκοφωτικές καταστάσεις**, που περιλαμβάνουν εκρήξεις οργής και βίας, αγχώδη οράματα και ψευδαισθήσεις κατά τον εν εγρηγόρει βίο, με ανάλογη ανικανότητα του υποκειμένου να ανακαλέσει ή να συνδέσει με τον εαυτό του τέτοιες εκδηλώσεις.

Η αίσθηση της ήρεμης κι ευχάριστης **αποστασιοποίησης** που παρατηρείται κάποτε σε ετοιμοθάνατους έχει επίσης συσχετιστεί με το μηχανισμό της διάσχισης: ο Noyes (π.χ., Noyes και Kolb, 1963)⁶³ έχει καταγράψει πληθώρα παραδειγμάτων, όπως ορειβατών, που έπεσαν από δεκάδες μέτρα, κι όμως δε σκοτώθηκαν.

Αξίζει ως μορφή διάσχισης να παρατεθεί και το "**σύνδρομο της επόμενης μέρας**" που ακολουθεί τη μέθη και τη συνακόλουθή της παροδική αμνησία των διαδραματισθέντων κατά την επήρρηση της μέθης συμπεριφορών του ατόμου.

Περιστατικά διάσχισης έχουν κατά κόρον αναφερθεί στον καλλιτεχνικό χώρο, ιδιαίτερα σε σχέση με ηθοποιούς, που ενίοτε παύουν να υποδύονται έναν

⁶² Walton, D., 1961, The application of learning theory to the treatment of a case of somnambulism. *Journal of Clinical Psychology*, 17, 96-99

⁶³ Noyes, A.P. and Kolb, L.C., 1963. *Modern clinical psychiatry*, Saunders, Philadelphia



σημαντικό ρόλο τους περιερχόμενοι στην κατάσταση του να είναι ο ρόλος τους και εκτός σκηνής:

μια περίπτωση που συγκλόνησε την κοινή γνώμη ήταν αυτή του κορυφαίου πρωταγωνιστή του Θεάτρου Νο, που κατά τη δεκαετία του '80 περιόδευσε σε όλες σχεδόν τις μεγάλες χώρες της Δύσης, συμπεριλαμβανόμενης της Ελλάδας, ανεβάζοντας Μήδεια. Ο πρωταγωνιστής σταδιακά ταυτίστηκε με το ρόλο του στο πάλκο, αυτόν, της ίδιας της Μήδειας, πράγμα που δεν έκρυψε ποτέ στις σχετικές συνεντεύξεις από καλλιτεχνικές στήλες. Αργότερα, επιστρέφοντας με το θίασο Νο στην πατρίδα του, συνελήφθη για απόπειρα παιδοκτονίας, έχοντας εφαρμόσει κατά γράμμα, και παρ' ολίγον επιτυχώς, τις μεθόδους, που η Μήδεια είχε μηχανευτεί για τα παιδιά της, έναντι των φυσικών του παιδιών.

Πρέπει να τονιστεί η ανάγκη διαφοροδιάγνωσης μεταξύ διασχιστικών επεισοδίων και σχιζοφρένειας. Ο κοινός νους λανθασμένα συγχωνεύει τις δυο οντότητες κυρίως εν ονόματι τηςσχάσης που υπονοείται για αμφότερες στην κλινική ονοματολογία. Όπως όμως φάνηκε παραπάνω, κατά τα επεισόδια διάσχισης το άτομο εξακολουθεί να έχει πλήρη επαφή με την εξωτερική πραγματικότητα. Η διαταραχή έγκειται στο ότι το άτομο αντιμετωπίζει αυτή την πραγματικότητα ως "κάποιος άλλος" από τον πραγματικό του εαυτό, κι όχι αποτυγχάνοντας να την αναγνωρίσει στο σύνολό της σαν τέτοια, όπως συμβαίνει στη σχιζοφρένεια - κοντολογίς, στη διάσχιση παρατηρείταισχάση προσωπικότητας, κι όχισχάση από την πραγματικότητα. Επιπλέον, οι μείζονες μηχανισμοί που εμπλέκονται στη διάσχιση είναι νευρωτικής, και όχι ψυχωτικής φύσης. Ενώ, δε, είναι δυνατό να υπάρχουν δασχιστικές εκδηλώσεις στο προφίλ σχιζοφρενικών ασθενών, το αντίστροφο δε συμβαίνει. Τέλος, η σχιζοφρένεια αφορά στον κατακερματισμό διανοητικών διεργασιών, με τρόπο ώστε συγκεκριμένα συναισθήματα, λ.χ., να αποκόπτονται από άλλα, ή η ικανότητα της κρίσης να αλλοιώνεται ανεπανόρθωτα.

Αντίθετα, στη διάσχιση οι νοητικές διεργασίες παραμένουν αναλλοίωτες και συνεχείς, "διαιρούνται" δε, τρόπον τινα, εσωτερικά, ώστε να είναι σύστοιχες, συνεπείς, και εναρμονιζόμενες με τις δυο ή περισσότερες εκφάνσεις προσωπικότητας που υιοθετούνται, εμφανίζονται, δηλαδή, σα δύο διαφορετικά sets νοητικών διεργασιών, με συνέχεια και διαρκή επίγνωση των ρεαλιστικών διαστάσεων του εξωτερικού κόσμου. Τούτο γίνεται πλέον φανερό στην περίπτωση της πολλαπλής προσωπικότητας, αφού εδώ η διάσχιση εγγίζει το ύπατο σημείο της ύπαρξης δύο ή περισσότερων "εαυτών" που εναλλάσσουν τους ρόλους τους αφήνοντας κάθε φορά από έναν στο προσκήνιο και παραγκωνίζοντας τους υπόλοιπους στα παρασκήνια του συνειδητού. Αυτό που πραγματικά συμβαίνει, είναι ησχάση, όχι του εαυτού αυτού καθεαυτόν, αλλά της συνείδησής του.

Ας σημειωθεί ότι η προσποίηση της διάσχισης, που ιδιαίτερα από εγκληματικές προσωπικότητες έχει κατά καιρούς επιχειρηθεί, είναι σχετικά εύκολο να διαπιστωθεί, δεδομένης της μη πειστικής τους συμπεριφοράς κατά την ύπνωση, της μη πειστικής υποβολιμότητάς τους, της ετοιμότητας να συμμορφωθούν προς έντεχνα δοσμένες πληροφορίες από τους εξεταστές τους για συγκεκριμένα χαρακτηριστικά του τύπου της προσωπικότητας που προσπαθούν να υποδυθούν, και λόγω της απουσίας συνηγορούντων για τέτοια παθολογία μαρτυριών τρίτων.

Σε τέτοια στοιχεία βασίστηκε η πολιτική αγωγή του δικαστηρίου του Los Angeles όταν εξέτασε για προσποίηση διχασμένης δήθεν προσωπικότητας την περίπτωση του στραγγαλιστή του λόφου (hillside stangler), που συγκρόνησε την κοινή γνώμη των ΗΠΑ το χαμόνα του 1977.

Μετάθεση ή μετατόπιση

Displacement

Η ασύνειδη μεταφορά της ψυχοσύγκρουσης από το αρχικό πρόσωπο, αντικείμενο ή κατάσταση, που την εκλύει, σε κάποιο άλλο πρόσωπο, αντικείμενο, κατάσταση ή ζώο, έναντι του οποίου η εκδήλωση επιθετικότητας ή και ερωτικής έκφρασης είναι περισσότερο αποδεκτή, ή λιγότερο επώδυνη, και πάντως ευκολότερη.

Κι ενώ η ψυχοσύγκρουση είναι εσωτερική, ο "δέκτης" της μετά από την επέμβαση του μηχανισμού της μετάθεσης είναι εξωτερικός, και φαινομενικά άσχετος προς το πρωταρχικά υπεύθυνο για το άγχος γεγονός ή αντικείμενο. Υπάρχει, ωστόσο, μια εσωτερική συνάφεια μεταξύ των δύο, που επιτρέπει τη σχετικά ανώδυνη εξωτερικευση της ψυχοσύγκρουσης χωρίς να προδίδεται η πραγματική της αιτία. Ο "δέκτης" της ψυχοσυγκρουσιακής ενέργειας γίνεται έτσι αντιληπτός ως η πηγή της, η δε διαχείρισή του ικανά αγχολυτική.

Μ' αυτό τον τρόπο εκτονώνοντας την ορμή του έναντι του αντικαταστάτη του πραγματικού προβλήματος, το υποκείμενο αποφεύγει το πραγματικά απειλητικό αγχογόνο αρχικό αντικείμενο, και, κατά συνέπεια, αποφεύγει την αναγνώρισή του ως τέτοιου. Από αυτή την άποψη το τελευταίο αποτελεί τη "βολική" συμβολική αναπαράσταση, τον αντιπρόσωπο, τρόπον τινα, της αρχικής απειλής.

Όσο μεγαλύτερη είναι η σχέση ή ομοιότητα μεταξύ του πραγματικού αγχογόνου στοιχείου και του συμβολικού αντικαταστάτη του, τόσο περισσότερο διευκολύνεται η επισύναψη των ιδιοτήτων του πρώτου στο δεύτερο, και συνεπώς, η επιτυχής εφαρμογή της μετάθεσης.

Οι White και Gilliland (1975)⁶⁴ παραθέτουν το ενδιαφέρον παράδειγμα μιας έξυπνης, αφοσιωμένης καθολικής, αλλά κι

⁶⁴ White, R.B. and Gilliland, R.M., 1975. Elements of Psychopathology, Grune and Stratton, N.Y.

εξαρτημένης γυναίκας, που ένιωθε παγιδευμένη σ' έναν εξαιρετικά δυστυχή γάμο με ένα σκληρό, ψυχρό και αδιάφορο άντρα, που την απατούσε. Κάποιο από τα "ένοχα" ταξίδια του συνέπεσε με τη γέννα του έκτου τους παιδιού. Κατά τη διάρκεια των ωδινών της ξέσπασε σφοδρή καταιγίδα, κι από τότε η γυναίκα αυτή ανέπτυξε μια προοδευτικά σοβαρή φοβία για την κακοκαιρία, ακόμα κι αν επρόκειτο για ελαφρές βροχοπτώσεις.

Η εσωτερική "καταιγίδα" των συναισθημάτων της εναντίον του κυνικού αυτού ανθρώπου, από τον οποίον όμως εξαρτάτο οικονομικά, κοινωνικά, αλλά και από συναισθηματικής και θρησκευτικής άποψης, είχε απωθηθεί, κι ο φόβος της εκδικητικότητας εκ μέρους του μετατεθεί σε φοβία έναντι ενός εξωτερικού παράγοντα, της κακοκαιρίας. Με τον τρόπο αυτό η ίδια απέφυγε την ανυπόφορη ψυχοσύγκρουση που θα βίωνε αν αναγνώριζε συνειδητά τα αληθή της συναισθήματα για εκείνον, με τον οποίο αισθανόταν αναγκασμένη να μοιράσει το υπόλοιπο της ζωής της.

Στο πλαίσιο της συζήτησης για το μηχανισμό της προβολής (βλ. παρακάτω) αναφέρεται η από άλλης σκοπιάς σχέση των αντιδράσεων που αυτός εμπλέκει με τον εξωτερικό versus εσωτερικό προσδιορισμό ελέγχου (external vs internal locus of control). Στο παραπάνω παράδειγμα θα μπορούσε να ειπωθεί ότι ισχύει με ένα διαφορετικό, γνωσιακό τρόπο ανάγνωσης, σχεδόν ισοδύναμα η γνωστική απόδοση στον εξωτερικό παράγοντα: κακοκαιρία των εσωτερικών συγκρούσεων της ασθενούς. Βέβαια, κατά τη μετάθεση που προκύπτει εδώ, η ψυχοσύγκρουση επιλύεται εκ πρώτης μη γνωστικά, και ασφαλώς δίχως την επιστράτευση της προβολής, αφού η τελευταία θα προϋπέθετε και την έλλογη θέση της ασθενούς που θα θεωρούσε ευθέως το σύζυγο ως, λ.χ., εχθρό, ή, σύμφωνα με μιαν ακόμη πιο εκζητημένη υπόθεση, φοβικό...

Η συχνότερη ψυχοπαθολογική έκφραση της μετάθεσης είναι πράγματι οι φοβίες, ιδιαίτερα μάλιστα στα μικρά παιδιά, όπως στην κλασική περίπτωση παιδικής φοβίας του πεντάχρονου Hans, που ο Freud κατέγραψε στα 1909 (Freud, Case histories I, "Dora" and "Little Hans", The Pelican Freud Library, 1976).

Στο ζενίθ της οιδιπόδειας σύγκρουσης που βίωνε, ο Hans έτυχε να γίνει μάρτυρας ενός περιστατικού με ένα άλογο, που, πέφτοντας στο δρόμο, έκανε τόσο πολύ θόρυβο κλωτσώντας και χλιμιντρίζοντας, ώστε ο μικρός Hans να σκεφτεί ότι το ζώο πέθαινε. Η παρόρμηση να βλάψει τον πατέρα του είχε απωθηθεί μερικώς μόνο και ακολούθως μετατέθηκε στα άλογα, για τα οποία επιθυμούσε να πέφτουν και να υποφέρουν. Τούτο, με τη σειρά του, το διαδέχτηκε ο φόβος

του ότι έναντι της ανεπίτρεπτης αυτής ευχής το άλογο - ο πατέρας του - θα λειτουργούσε τιμωρητικά επιθυμώντας σε απάντηση να βλάψει τον ίδιο το Hans, και συγκεκριμένα, ευνουχίζοντάς τον, εξ ου και η εδραίωση της φοβίας του για τα άλογα.

Οι καταναγκαστικές νευρώσεις αποτελούν παραδείγματα μετάθεσης στο βαθμό που το αγχογόνο ψυχοσυγκρουσιακό γεγονός "ξορκίζεται" με την τελετουργική ενασχόληση με κάποιο, παρεμφερές συμβολικά, αντικείμενο συγκέντρωσης του ενδιαφέροντος. Μέσω της παθητικής-εχθρικής αντιμετώπισης εκ μέρους του υποχονδριακού ασθενή, η βαθύτερη επιθετικότητά του μετατίθεται, άλλοτε στις δήθεν "άχρηστες" ιατρικές εξετάσεις που δεν επιβεβαίωσαν τη φανταστική του νόσο, άλλοτε στο δήθεν ανεπαρκή νοσοκομειακό εξοπλισμό που αδυνατεί να καλύψει ερευνητικά τις λεπτές πτυχές του ιδιαίτερου νοσολογικού του προβλήματος, κι άλλοτε στο ίδιο το ιατρικό και λοιπό νοσοκομειακό προσωπικό που αδυνατεί λόγω δήθεν κακών προσόντων να εντοπίσει τη νόσο του.

Ομοίως, την παθητική-εχθρική έκφραση της ενδόμυχης επιθετικότητας του υποχόνδριου, αλλά και του υποκειμένου με σωματοποιητικές διαταραχές, εισπράττουν οι επαγγελματίες της υγείας και οι σημαντικοί του άλλοι, όταν από τη μια πλευρά εξαρτά τον εαυτό του από την επιστημονική και συναισθηματική τους "εξουσία" αντίστοιχα (παθητικότητα), αλλ' από την άλλη επικοινωνεί σ' αυτούς το ότι είναι αδύναμοι να τον βοηθήσουν σε μια (αντικειμενικά ανύπαρκτη) νόσο, για την οποία, όμως, τον συμμαρίζονται και τους απασχολεί σοβαρά (εχθρική εκπεφρασμένη αντιθετικά με τη χειραγώγηση των άλλων, που εδώ αποτελούν το αντικείμενο της μετάθεσης).

Συνοπτικά, κοινός παρονομαστής σε περιπτώσεις μετάθεσης είναι μια εξωτερική συνθήκη ή πρόσωπο, που θα λέγαμε ότι λειτουργεί σαν αποδιοπομπαίος τράγος για το υποκείμενο. Δια της αντιμετώπισής του η αίσθηση εσωτερικής ανεπάρκειας, ανασφάλειας, και χαμηλής αυτοεκτίμησης, βασιζόμενη σε πρωταρχικά αγχογόνα λιβιδινικά στοιχεία σεξουαλικότητας ή και επιθετικότητας, είναι δυνατό να ελεγχθεί καλύτερα από το υποκείμενο. Τούτο επιτυγχάνεται πολλές φορές με την αποφυγή (λ.χ., κοινωνική φοβία), αλλ' όχι σπάνια με την ευθεία χειραγώγηση ή ενασχόληση (λ.χ., στην παρανοειδή προσωπικότητα ή την παρανοειδή σχιζοφρένεια) με το στοιχείο-αντικαταστάτη του αληθούς επώδυνου στοιχείου.

Εκλογίκευση

Rationalisation

Η ασύνειδα κινητοποιούμενη ακούσια ερμηνεία - ή το αποτέλεσμα της - που παρουσιάζει το υποκείμενο προκειμένου για τη δικαιολόγηση μιας περίπλοκης, "σκοτεινής", ή παράλογης συμπεριφοράς του εφορμούμενης από ανεπίτρεπτες λιβιδινικές επιθυμίες, με την παροχή λογικοφανών, πιστευτών



επιχειρημάτων, που όμως δεν ανταποκρίνονται στα πραγματικά του κίνητρα. Τα τελευταία, εκτός από ασύνειδες επιθυμίες, σκέψεις, παρορμήσεις, μπορεί να είναι και το αποτέλεσμα της προηγηθείσας κινητοποίησης άλλων μηχανισμών άμυνας, που προηγουμένως χρησιμοποιήθηκαν ανεπιτυχώς για τη μεταμφίεση τέτοιων ενορμήσεων.

Ο στόχος είναι διττός: η παρουσίαση πιστευτών, λογικοφανών επιχειρημάτων αποσκοπεί τόσο στην αποφυγή της συνειδητοποίησης των πραγματικών αιτίων της συμπεριφοράς του υποκειμένου, όσο και στην επιβεβαίωση της αποδοχής του από τον κοινωνικό περίγυρο, αφού οι εξηγήσεις που συνηγορούν στην "ανεξήγητη" στάση του υποκειμένου είναι κατά κανόνα βασισμένες στις επιταγές του ΥΠΕΡΕΓΩ.

Το να προσδίδονται στη συμπεριφορά κοινωνικά αποδεκτά, επιθυμητά, "πρέποντα" κίνητρα έναντι των βαθύτερων, αληθών, ψυχοσυγκρουσιακά σεσημασμένων, αλλά και γι αυτό και απειλητικών, αιτίων, είναι εν τέλει μια τάση, που προασπίζεται (συνήθως επικουρικά προς μίαν αποτυχημένη διεργασία απώθησης) της αυτοεκτίμησης του υποκειμένου.

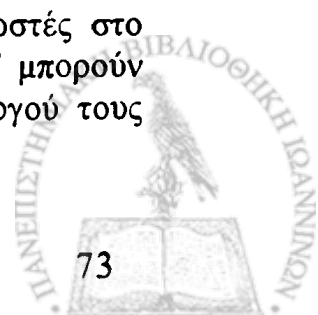
Η σχετική διεργασία έχει ως εξής:

Μια αγχογόνος ενόρμηση δεν απωθείται αποτελεσματικά	Τμήματα της μη απωθημένης ενόρμησης, εξωτερικεύονται, προς στιγμήν ανεξέλεγκτα, κινδυνεύοντας να αποκαλύψουν την ψυχοσύγκρουση	Η συμπεριφορά που προκύπτει είναι ασυνήθιστη, περίπλοκη, και κάποτε ύποπτη, τραβώντας την προσοχή των άλλων, ή κάνοντας το υποκείμενο να φοβάται κάτι τέτοιο	Η εκλογίκευση μπαίνει σε λειτουργία προκειμένου για να ερμηνευτεί λογικοφανώς η μη λογική συμπεριφορά
---	--	--	---

Εναλλακτικά:

Μια αγχογόνος ενόρμηση δεν απωθείται αποτελεσματικά	Κάποιοι πρόσθετοι μηχανισμοί άμυνας, (μετατόπιση, μετατροπή, αναστολή), εγκαλούνται για την επίλυση της ψυχοσύγκρουσης	Σαν αποτέλεσμα, η "εικόνα" του υποκειμένου έναντι του εαυτού του και του κόσμου φαίνεται ακατανόητη, παράλογη, αλλόκοτη, και πάντως όχι εύκολα ερμηνεύσιμη	Η εκλογίκευση μπαίνει σε λειτουργία για να ερμηνευτεί λογικοφανώς η μη λογική συμπεριφορά
---	--	--	---

Τακτικές παρόμοιες με το μηχανισμό αυτόν είναι ευρύτατα γνωστές στο γενικό πληθυσμό, αλλ' ως ψεύδη μάλλον, ή "φτηνές δικαιολογίες" μπορούν γενικά να χαρακτηριστούν, δεδομένης της επίγνωσης του αυτουργού τους



όταν προβαίνει σ' αυτές. Παρά το γεγονός ότι κατά την εκλογίκευση οι ερμηνείες που παρέχει το υποκείμενο ενέχουν ένα εξωπραγματικό, επιπόλαιο στοιχείο, που σχετικά εύκολα είναι αντιληπτό, αν προσεκτικά εξεταστεί το ευσταθές του, η ειδοποιός διαφορά της εκλογίκευσης με το κοινό ψέμμα έγκειται ακριβώς στη μη επίγνωση του υποκειμένου ότι τα λεγόμενά του δεν ανταποκρίνονται στην αντικειμενική πραγματικότητα. Έτσι, το υποκείμενο δεν έχει καμιά συνειδητή πρόθεση να παραπλανήσει τους ακροατές του, ή να επιχειρήσει σκόπιμα κάποια "κακή μετάφραση" των αληθών του προβλημάτων.

Πρωταρχική μέριμνα του ΕΓΩ εδώ είναι να "ξεγελάσει" τον εαυτό και τους υπαρκτούς ή υποθετικούς άλλους, για να μην αναγνωρίσει την ύπαρξη καν άλλων, βαθύτερων κινήτρων.

Αν και έχει συχνά παρατηρηθεί μια τάση υπέρμετρης ομιλητικότητας του υποκειμένου που εκλογικεύει τα κίνητρά του, τούτο δεν αποτελεί κανόνα. Η πειθώς του εαυτού για στοιχεία αδιάσειστα περί μιας παραμορφωμένης τελικά άποψης της πραγματικότητας είναι δυνατό να έχει επιτευχθεί σιωπηλά, δίχως έλλογες εξωτερικεύσεις. Επιπλέον, η εικόνα του υποκειμένου που εκλογικεύει δε θα πρέπει να συνδεθεί αποκλειστικά με τυχούσες τάσεις εξωραϊσμού της πραγματικότητας εκ μέρους του. Κατά περιπτώσεις, είναι δυνατό να συμβαίνει και ακριβώς το αντίθετο, μια τάση καταστροφολογικής, δηλαδή, ερμηνείας των πραγμάτων, μόνο και μόνο για την αποφυγή παραδοχής υπευθυνότητας του υποκειμένου για τη διαδραμάτιση ή την έκβαση ορισμένων γεγονότων, όπως στο ακόλουθο παράδειγμα.

Ένας πενήντάχρονος οικονομολόγος με αποφευκτική προσωπικότητα (avoidant personality), προσήλθε στον ψυχαναλυτή μετά την "αιφνίδια" απόλυσή του από την εταιρεία που τον απασχολούσε επί δεκαοκτώ χρόνια, καθώς και τη σχεδόν ταυτόχρονη "αναπάντεχη" εγκατάλειψή του από τη συμβία του. Αποκαλύφτηκε ότι η απόλυσή του δεν ήταν τόσο αιφνίδια όσο την παρουσίαζε ο ίδιος, αλλά το αποτέλεσμα της κακής επικοινωνίας με τον καινούριο του προϊστάμενο: ενώ ο προηγούμενος ήταν συνηθισμένος στην αντικοινωνική του συμπεριφορά, εκτιμώντας την εξαιρετη ποιότητα της εργασίας του ασθενούς, ο νέος προϊστάμενος εξέλαβε ως λανθασμένη, άπρεπη, απορριπτική, υποτιμητική και υπονομευτική τη λακωνική, κάποτε σιωπηρή αλληλεπίδρασή του με συναδέλφους και προϊστάμενους, και την εν γένει απομονωμένη στάση του υπαλλήλου του, που στην πραγματικότητα ήταν απόρροια του ενδόμυχου φόβου του τελευταίου ότι κατά την οιαδήποτε ανοιχτή κοινωνική επαφή του θα έλεγε ή θα έκανε κάτι άπρεπο, προσβλητικό για τους άλλους, ή δηλωτικό της "αληθινής" του αναξιοτήτας κι

ανικανότητας. Έτσι, απέφυγε κάθε συναλλαγή με τους άλλους που δεν ήταν απολύτως αναγκαία, ώστε ο νέος προϊστάμενος να ερμηνεύσει ως αντισυνεργατική και αντιεπαγγελματική τη στάση του. Το ότι η αλληλεπίδρασή τους έλαβε τέτοια τροπή δε συζητήθηκε ανοιχτά, πράγμα που χειροτέρεψε τις εργασιακές τους σχέσεις, κι όταν εξετάστηκαν οι νέες προαγωγές, ο ασθενής όχι μόνο δεν προάχθηκε, αλλά απολύθηκε ως αντίθετος με αυτή, την πρόοδο της εταιρείας. Ομοίως, η εγκατάλειψη από τη συμβία του δεν ήταν διόλου αναπάντεχη, αλλά το αποτέλεσμα της μακρόχρονης αποτυχίας της να τον προτρέψει να αναλαμβάνει πρωτοβουλίες, τόσο για τις κοινωνικές τους σχέσεις ως ζευγαριού, όσο και για την ίδια τη σεξουαλική τους συνεύρεση, ώστε η ίδια προοδευτικά να εκλαμβάνει τη μη ενεργό συμμετοχή του στη σχέση τους ως αδιαφορία και έλλειψη αγάπης.

Προφανώς, η ευθύνη αυτών των ερμηνειών ήταν κατά μεγάλο μέρος και δική του. Αλλ' η εκλογίκευση που ο ίδιος έκανε, δεν είχε καθόλου να κάνει με την παραδοχή των αποφευκτικών του τάσεων [αν αναγνωρίζονταν συνειδητά, θα κινδύνευαν να φέρουν στην επιφάνεια και τις ενδόμυχες (κατά βάση επιθετικές) παρορμήσεις του περί πιθανής προσβολής των άλλων σε κοινωνικό επίπεδο, και τις απωθημένες (κατά βάση ερωτικές) επιθυμίες του για αποδοχή και επιβράβευση από τρίτους, μπροστά στο φόβο της απόρριψης, ειδικά σε σεξουαλικό επίπεδο].

Η ευλογοφανής ερμηνεία που βρήκε για τον εαυτό του είχε να κάνει με πολύ διαφορετικά επιχειρήματα: θεώρησε ότι θα ήταν πλέον αδύνατο να βρει άλλη δουλειά ή άλλη συμβία, δεδομένου του προκεχωρημένου της ηλικίας του και της φυσικής, εμφανισιακής του ασχήμιας... (Kellerman και Burry, 1989)⁶⁵

Στην κλινική ψυχοπαθολογία συχνά ο μηχανισμός της εκλογίκευσης έχει συνδεθεί με τις στάσεις ατόμων με υποχονδριακή, ανεπαρκή, ναρκισσιστική και παρανοειδή προσωπικότητα, καθώς επίσης και με τις κυρίως νοσολογικές οντότητες που αντιστοιχούν ονοματολογικά σ' αυτές τις κατηγορίες.

Διανοητικοποίηση

Intellectualisation

Η ασύνειδη τάση αποκλεισμού των αναμενόμενων απειλητικών αγχογόνων συναισθηματικών συστατικών μιας εμπειρίας που συνιστά πρόβλημα, μέσω

⁶⁵ Kellerman, H. and Burry, A., 1989, *Psychopathology and differential diagnosis: A primer*, v.II, Columbia University Press, N.Y.



μιας αποστασιοποιημένης θεωρητικής ενασχόλησης μ' αυτήν. Πρόκειται ίσως για την πλέον διάφανη διεργασία άμυνας, που συχνά συγχέεται με την εκλογίκευση, παρερμηνεύεται ως απομόνωση συναισθήματος, ή παντελώς αγνοείται, παρόλο που ο ακριβής προσδιορισμός της θα μπορούσε να αποβεί ευεργετικός.

Η θεωρητικοποιημένη ενασχόληση με τα αγχογόνα προβλήματα στερείται μεν αναγνώρισης της συναισθηματικής φόρτισης που τα συνοδεύει - ή και που αναμένεται να τα συνοδεύει - αλλά το συναίσθημα δε "χάνεται": μεταμφιέζεται, παραμορφώνεται, μετατρέπεται, μεταγράφεται, αλλά πάντως εμφανίζεται, με τρόπο, ωστόσο, ασύμβατο ως προς ό,τι θα αναμενόταν να εκφραστεί στην περίπτωση του δεδομένου προβλήματος. Συγκεκριμένα, και προκειμένου για την παρουσίαση αυτής της περίπτωσης, γίνεται λόγος για απρόσφορο συναίσθημα.

Από την άλλη πλευρά, ενώ στη εκλογίκευση η τάση θεωρητικοποίησης "σταματά" σε ένα επιφανειακό, ρηχό, θα λέγαμε, επίπεδο, με την εξεύρεση κάποτε και πρόχειρων, μη αντικειμενικά ευσταθών δικαιολογιών, και στόχο τη συσκότιση του βαθύτερου ψυχοτραυματικού γεγονότος, στη διανοητικοποίηση υπάρχει σαφής επίγνωση, ή, καλύτερα, σύνδεση με το γεγονός που αποτελεί το πρόβλημα, με μόνη διαφορά ότι τούτο δε βιώνεται σαν τέτοιο, αλλά σα θέμα άξιο προς ενασχόληση, διαπραγμάτευση, θεωρητική διαλεύκανση, ακαδημαϊκή, θα λέγαμε, διερεύνηση. Διευκολύνεται έτσι η αποφυγή της αναγνώρισης του προβλήματος στο σύνολό του, και, κατ' επέκταση, η αποφυγή του υποκειμένου να αναγνωρίσει την ίδια την πραγματικότητα στο σύνολό της, άρα και να επωμιστεί μέρος των ευθυνών και του ρόλου του στα πλαίσια αυτής της πραγματικότητας - κατ' ουσίαν, ως ενεργού και άμεσα σχετιζόμενου με τα αρμόζοντα προς το πρόβλημα συναισθήματά του.

Εξακολουθεί, βέβαια, να διατηρείται η απ' ευθείας ενασχόληση με το γεγονός που συνιστά την απειλή, και μόνον ένα μέρος του, το συναισθηματικό, επιχειρείται ν' αποκλειστεί από το συνειδητό, "προδίδεται", όμως, από απρόσφορα μεν, υπαρκτά δε, συναισθηματικά στοιχεία, που μπορεί να κυμαίνονται από μίαν έντεχνη, προσποιητή, ψυχρή, απόμακρη, αποξενωμένη, αλλά και τεταμένη στάση έναντι του προβλήματος, έως μίαν ένθερμη, ζηλωτική, εμπαθή, κάποτε φανατική εντρύφηση στη διεργασία της θεωρητικής αντιμετώπισής του.

Αντίθετα, κατά την εκλογίκευση το ψυχοτραυματικό γεγονός μεταβάλλεται σε ερμηνευτική διάσταση στο σύνολό του. Αμφότερες οι άμυνες κάνουν χρήση της θεωρητικοποίησης με σκοπό και την κοινωνική αποδοχή, αλλά στην περίπτωση της εκλογίκευσης μια αμερόληπτη προσεκτική ανάλυση των εγκαλούμενων ευλογοφανών δικαιολογιών δε θα στήριζε το αληθές τους. Άλλωστε, στη διανοητικοποίηση η επαναδιατύπωση της αγχογόνου εμπειρίας γίνεται μετά από ιδιαίτερη επεξεργασία, και το πρόβλημα παρουσιάζεται ως μια αφηρημένη, θεωρητικά αναλυόμενη θεματική, που απασχολεί το

υποκείμενο τόσο σε λεκτικό, όσο και σε επίπεδο δραστηριοτήτων, με τρόπο που δηλώνει εμφανώς και συγκροτημένη, και λογική (όχι απλώς ευλογοφανή) ανάλυση εαυτού, πράξεων και κινήτρων, και, κάποτε, ιδιαίτερα πληροφορημένη και πνευματικά ανώτερη αποτελεσματικότητα ως προς τη σχετική συμπερασματολογία που συνάγεται.

Παράδειγμα σχετικό θα μπορούσε να θεωρηθεί η επιμελής ενασχόληση με τις επιπτώσεις του διαζυγίου από μια πρόσφατα διαζευγμένη επιστήμονα.

Βέβαια, η επιλογή ερευνητικών θεματικών από επιστήμονες εξαρτάται συνηθέστερα από ωφεία άλλων κινήτρων, πέραν των υποκειμενικών - λ.χ., την απότομη δημογραφική αύξηση των διαζυγίων που καταγράφηκαν από την αρμόδια στατιστική υπηρεσία, την εντυπωσιακή αύξηση της λίστας αναμονής ενός ψυχολογικού κέντρου από ασθενείς προερχόμενους από διαζευγμένες οικογένειες, τη συνεπακόλουθη επιθυμία να προαχθεί η γνώση στο υπό επεξεργασία θέμα, κττ. Στην ψυχοπαθολογική της εκδοχή, όμως, η εκλογίκευση υπερβαίνει κατά πολύ παρόμοια δεδομένα. Η υποκειμενική αξία του προβλήματος ανά χείρας έχει την πρώτιστη σημασία, και μόνο δευτερογενώς υπάρχει πιθανότητα ωφέλειας του κοινωνικού συνόλου σε επιστημονικό επίπεδο από την ενασχόληση με αυτό. Επιπλέον, η απουσία του αρμόζοντος συνοδού συναισθήματος στη διάρκεια της ενασχόλησης με το προβληματικό στοιχείο είναι χαρακτηριστικό της άμυνας και εκτείνεται πέραν μιας διαγνωστικής αξίας: εξυπηρετεί τους ασύνειδους στόχους του υποκειμένου, καθώς αυτό διατηρεί διαυγή την επαφή του με σύμβολα και συλλήψεις ιδεών, αλλά σπάει τους δεσμούς τους με τα αγχώδη συναισθήματα που προσάπτονται κανονικά σε αυτά. Μέσα σε τέτοια αυστηρά πλαίσια διανοητικής ερμηνείας οι εμπειρίες βιώνονται μόνον ως ξένες, αλλότριες ιδέες, που, τοποθετούμενες έτσι επενδεδυμένες με μια φαινομενική συναισθηματική άγνοια, παύουν να εκλαμβάνονται σαν αληθώς ανήκουσες στο υποκείμενο, αφού αυτό δεν τις "νιώθει".

Στην καταναγκαστική νεύρωση η διεργασία της διανοητικοποίησης γίνεται ιδιαίτερα εμφανής.

Η μητέρα, που κατακλύζεται από την επανειλημμένη ιδέα να σκοτώσει τα παιδιά της (μετατόπιση της πρωτογενούς επιθετικής της ενόρμησης να σκοτώσει, όταν ήταν παιδί, τα αδέρφια της), όχι μόνο δεν αναγνωρίζει την ιδέα ως δική της, αλλά στη σκέψη της αποτρόπαιας πράξης συναισθάνεται και αηδία, και αποστροφή, και τρόμο, και ενοχή, αντί για τα έντονα συναισθήματα μίσους, φονικής ορμής, κι ίσως και άγριας εξιλέωσης που θα αναμενόταν να έχει σύμφωνα προς τις ιδεοληπτικές της παρορμήσεις. Παράλληλα με την επιδείνωση της κατάστασής της, με εμμονή και ένταση ψυχική αφιερώνει πολύ χρόνο στο να φροντίζει να εξαφανίζει από τη θέα της όλα τα αντικείμενα που θα μπορούσαν να

χρησιμοποιηθούν σα φονικά όργανα, φοβούμενη την επιρρέπεια του εαυτού της να προβεί στο απονενομημένο.

Αξιζει να αναφερθεί ότι στο πλαίσιο της διανοητικοποίησης οι καταναγκαστικοί ασθενείς, περισσότερο ίσως από κάθε άλλον ψυχικά πάσχοντα, βιώνουν ακόμη και εξαιρετικά ευχάριστες εμπειρίες, κάποτε και αυτή, τη σεξουαλική ηδονή, ως ένα είδος ηθικής νίκης, συχνά ακολουθούμενης από αμφιβολίες σχετικά με το εάν κατά την πράξη επιτεύχθηκε ή όχι επαρκής ακρίβεια και πληρότητα τεχνική (Kellerman και Butty, 1989)⁶⁶ - γεγονός, που παραπέμπει και στο μηχανισμό της μόνωσης, που εξετάζεται παρακάτω.

Παρόμοια, από το άτομο με καταναγκαστική προσωπικότητα, εμφανής προσπάθεια καταβάλλεται για τη διατήρηση του ελέγχου έναντι της εξωτερίκευσης βασικά επιθετικών συναισθημάτων, με ιδιαίτερη έμφαση στην ευταξία, την οργάνωση, και την απαίτηση για συμμόρφωση των άλλων σ' αυτές τις διανοητικές κατασκευές, ενώ παράλληλα ο αυθορμητισμός μειώνεται προς χάριν ψυχρών, τυπικών, και κάποτε σφοδρά δηκτικών προσεγγίσεων των άλλων. Οι απομονωμένες επιθετικές ενορμήσεις ελέγχονται μέσω της επένδυσης της ψυχικής ενέργειας στην επιτηδευμένη, διανοητικά νομιμοποιημένη καθαριότητα, τακτικότητα, αλλά και αποξένωση και σκληρότητα έναντι τρίτων.

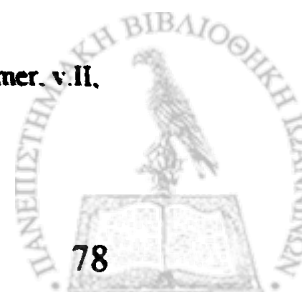
Η κατ' αρχή προβολική (βλ. παρακάτω) απόδοση των επιθετικών ενορμήσεων του υποκειμένου με παρανοειδή προσωπικότητα σε άλλους, που θεωρούνται πλέον ως θανάσιμοι εχθροί συνοδεύεται από τη διανοητικοποίηση των δήθεν κινήτρων τους και την ακόλουθη απορρόφηση του πάσχοντα σε έμμονες υποψίες, ζήλεια, και, πάνω απ' όλα, στην υπερβολική του ευθιξία, που, με τη σειρά της, συνιστά την καλύτερη αιτία για ν' αντεπιτεθεί, μέσα σε μια έντονη προσπάθεια να διασκεδάσει την πρωταρχική ψυχοπιεστική του επιθετικότητα. Ενδιαφέρουσα χρήση του μηχανισμού της διανοητικοποίησης γίνεται και από υποκείμενα με ναρκισσιστική προσωπικότητα, καθώς ο εξιδανικευμένος εαυτός επενδύεται με ιδέες μεγαλείου. Εδώ, η διανοητικοποίηση λειτουργεί στην υπηρεσία της αναπλήρωσης (βλ. παρακάτω), και μόνον σαν αποτέλεσμα της τελευταίας χρησιμοποιείται, για την υπογράμμιση μιας ψευδούς αίσθησης ευτυχίας και επιτυχίας, έναντι του κινδύνου να αποκαλυφθεί ένας ανάξιος εαυτός.

Παλινδρόμηση

Regression

Η αυτόματη κι ασύνειδη αποφυγή της τρέχουσας πραγματικότητας με την επιστροφή σε πρωϊμότερα στάδια ανάπτυξης, ιδίως της παιδικής ηλικίας. Η απειλή, που συνεπάγεται μια επικείμενη ψυχοσύγκρουση, ωθεί το άτομο στο

⁶⁶ Kellerman, H. and Butty, A., 1989. Psychopathology and differential diagnosis: A primer, v.II, Columbia University Press, N.Y



να διαφύγει και να συντονιστεί, κατά κάποιον τρόπο, σε ψυχολογικές, κάποτε και νοητικές λειτουργίες, και σε ευρύτερες μορφές ανταπόκρισης προς το περιβάλλον, που χαρακτήριζαν εκείνο, το εξελικτικά παρελθόν, στάδιο ανάπτυξης, με αποτέλεσμα το υποκείμενο να εκδηλώνει πρωτόγονη, ή τουλάχιστον παιδαριώδη συμπεριφορά. Δεδομένου ότι κατά τα παρελθόντα στάδια ανάπτυξης ο συνδυασμός της εξάρτησης από τους άλλους και της ανέμελης κι απροβλημάτιστης σχετικά συμπεριφοράς είναι συνυφασμένος με την αίσθηση της ασφάλειας, η καταφυγή σε πρώιμα τέτοια εξελικτικά στάδια εξασφαλίζει έμμεσα τη σιγουριά που απειλείται να διαταραχτεί κατά το παρόν ή το άμεσο μέλλον.

Παράδειγμα παλινδρόμησης αποτελεί η περίπτωση της σαρανταδυσάχρονης νοικοκυράς που βρισκόταν υπό την επήρεια οξέων επεισοδίων άγχους και κατάθλιψης εν όψει της χαοτικής της ζωής με τον επιθετικό σύζυγό της, την σεξουαλικά παρεκτρεπόμενη κόρη της και τον ανίκανο γιο της. Συνειδητοποιώντας την κατεστραμμένη της ζωή κατέφευγε συχνά στο αλκοόλ. Κάθε φορά, όμως, που προέκυπταν ακόμα και μικρές, ανεπαίσθητες περιβαλλοντικές πρόσθετες πιέσεις, οι οποίες μετέτρεπαν τη δυσάρεστη γενική της εικόνα της πραγματικότητας σε μείζονα κατάσταση κρίσης, έτεινε αμέσως να μιλά με παιδικό λόγο, να χρησιμοποιεί περιορισμένο παιδικό λεξιλόγιο, να επικοινωνεί τη σκέψη της με απλοϊκό, παιδιάστικο τρόπο, να χρησιμοποιεί τόνο φωνής και έκφραση προσώπου εκπληκτικά όμοια με αυτά που παρατηρούνται σε δίχρονα παιδιά, να τρώει καθισμένη στο πάτωμα της κουζίνας τα γεύματά της, και μάλιστα ως επί το πλείστον με τα χέρια της, να μεταχειρίζεται, όποτε το έκανε, τα μαχαιροπήρουνα με τρόπο που θύμιζε νηπιακή πρώτη επαφή με τέτοια σκεύη, και να λερώνει ανεξέλεγκτα με το φαγητό της το πάτωμα και τα ρούχα της. Τα επεισόδια παλινδρόμησης δε διαρκούσαν πάνω από μερικές μέρες, και συνήθως η ίδια αδυνατούσε να θυμηθεί καν ότι συνέβησαν, παρουσιάζοντας έτσι ταυτόχρονα και συμπτώματα διάσχισης (White και Gilliland, 1975)⁶⁷.

Αξίζει να σημειωθεί ότι το άτομο μπορεί, ή μπορεί να μην είχε επιδείξει το είδος της συμπεριφοράς αυτής που εκδηλώνεται κατά την παλινδρόμηση όταν αρχικά είχε διέλθει του εν λόγω αναπτυξιακού σταδίου. Ένα δωδεκάχρονο παιδί, που αίφνης παλινδρομεί πιπιλίζοντας το δάχτυλό του, μπορεί να μην είχε ποτέ ως νήπιο εκδηλώσει τέτοια συμπεριφορά - γεγονός, το οποίο επιβεβαιώνει το συμβολισμό που διέπει το μηχανισμό της παλινδρόμησης.

⁶⁷ White, R.B. and Gilliland, R.M., 1975, Elements of Psychopathology, Grune and Stratton, N.Y.

Αν και μερικοί συγγραφείς χρησιμοποιούν τους όρους αδιάκριτα, η παλινδρόμηση θα πρέπει να διαχωρίζεται από την οπισθοδρόμηση (retrogression, και, σε μερικά παλαιά εγχειρίδια αναφερόμενη ως transgression), δεδομένου ότι η τελευταία έχει καθιερωθεί να σηματοδοτεί την επιστροφή σε προηγούμενες μορφές συμπεριφοράς, οι οποίες είχαν σαφώς επιδειχτεί και στο παρελθόν.

Ο Daniels (1962)⁶⁸ αναφέρει ένα σχετικό περιστατικό ενός πενήνταδύαχρονου διευθυντή επιχείρησης, που παραπονέθηκε στο γιατρό του για σοβαρή δυσκοιλιότητα και απροσδιόριστους πόνους στην κοιλιακή χώρα. Παρά την ιατρική επιβεβαίωση ότι οι αιτιάσεις του δεν είχαν οργανική βάση και ότι, ούτως ή άλλως, η δυσκοιλιότητά του δεν ήταν σοβαρή, ο ασθενής εξακολούθησε να παραμένει κλινήρης και ν' ανταποκρίνεται στην ανησυχία των οικείων του για την κατάστασή του με υπερβολική ευερεθιστότητα. Κατά τη συνέντευξη με τον κλινικό ψυχολόγο, στον οποίον ο παθολόγος του τον παρέπεμψε, ο ασθενής αρχικά δε μπορούσε να σκεφτεί κανένα στρεσογόνο γεγονός που πρόσφατα να είχε προκύψει στη ζωή του, αλλά τελικά ανέφερε ότι προ διμηνίας περίπου είχε προσλάβει νέα γραμματέα. Αναγνώρισε ότι είχε αναπτύξει σεξουαλικό ενδιαφέρον γι αυτή την κοπέλα, το οποίο, όμως, θεωρούσε τρομακτικό κι απαράδεκτο, αφού, όπως ο ίδιος παρατήρησε: "στο κάτω-κάτω θα μπορούσε νάναι και κόρη μου...". Εν συνεχεία ανέφερε ότι στα εικοσιεννέα χρόνια γάμου του, είχε σημειωθεί, προ εικοσαετίας, ένα μόνο επεισόδιο εξωσυζυγικής του σχέσης με μια συνάδελφό του, με την οποία είχε τότε πράγματι συνάψει και σεξουαλικές επαφές. Γρήγορα όμως είχε αισθανθεί ενοχές και διέκοψε μαζί της, χωρίς ποτέ αργότερα να επιχειρήσει να αναλύσει την κατάσταση και να έρθει σε αληθή επαφή με τα συναισθήματά του για το γεγονός, προσπαθώντας απλώς να το διαγράψει από τη μνήμη του. Παρόλο που δεν είχε ανοιχτά εκδηλώσει τα συναισθήματά του για τη νυν γραμματέα του, και δεν είχε φτάσει στην ολοκλήρωση και σεξουαλικών επαφών μαζί της, οι ενοχές του είχαν "επιστρέψει" εν ονόματι εκείνης, της παλαιάς απιστίας του, κι ο ίδιος οπισθοδρομήσει, τιμωρώντας, επιπλέον, τον εαυτό του με μίαν ελαφρά συμπτωματολογία μετατροπής.

Από αυτή, βέβαια, την άποψη, σύστοιχη με την έννοια της οπισθοδρόμησης, θεωρείται και η έννοια της υποτροπής (relapse), η οποία, όμως,

⁶⁸ Daniels, R.S., 1962, Psychotherapy of depression, Postgraduate Medicine, 32, 436-441



εξυπακούεται ένα ευρύτερο σημασιολογικό πεδίο, που θα μπορούσε να αναφέρεται και στην παλινδρόμηση, αφού η καταφυγή σε ξε-περασμένα, υποτίθεται επιτυχώς, στάδια, υπονοεί επιδείνωση της κατάστασης του υποκειμένου.

Παιδικά βιώματα συναισθηματικής αποστέρησης και παραμέλησης, υπερπροστατευτικοί γονείς, ατελής ανάπτυξη της αίσθησης ταυτότητας, καταπίεση και απαγόρευση εκδήλωσης συναισθημάτων και πρωτοβουλιών, αποτελούν συνθήκες του παρελθόντος του ασθενούς που ευνοούν την καταφυγή στην παλινδρόμηση. Αυτή παρέχει μεταγενέστερα, σε κλινικό πλέον επίπεδο, πρόσθετη νομιμοποίηση της κάθε παρορμητικής κι ανεξέλεγκτης συμπεριφοράς, και της κάθε αποποίησης ευθυνών και υπευθυνοτήτων, που, στην περίπτωση της ψυχοπαθητικής προσωπικότητας, φθάνουν να παίρνουν τη μορφή αλόγιστης χρήσης ναρκωτικών ουσιών, διακεκριμένων κλοπών, εκρήξεων θυμού επιθετικότητας, προκλητικότητας.

Ο φόβος της ανορεκτικής ασθενούς μήπως παχύνει, και η εμμονή της να αποβάλλει και την παραμικρή ποσότητα τροφής - που, σε προχωρημένα στάδια της διαταραχής μόνον στανικώς της δίνεται - ερμηνεύεται ως παλινδρόμηση, στο βαθμό που συμβολικά η αύξηση βάρους συνδέεται με την ενηλικίωση, άρα και τη σταδιακή αύξηση της ανάγκης για ανάληψη προοδευτικά σοβαρότερων υπευθυνοτήτων, που όμως δε θα ήταν σύστοιχες προς τις γονεϊκές επιταγές υποταγής κι εξάρτησης (τις οποίες το περιβάλλον των ανορεκτικών ασθενών συνήθως επιβάλλει) και πάντως φοβίζονται για την πολυπλοκότητά τους.

Με παρόμοιο τρόπο ερμηνεύονται ψυχαναλυτικά και ορισμένες περιπτώσεις βουλημίας.

Παλινδρόμηση είναι δυνατό να παρατηρηθεί σε όλες σχεδόν τις μορφές ψυχοπαθολογίας. Τόσο ως προς τις νευρώσεις και τις ψυχώσεις, όσο και ως προς τη χαρακτηριστική των οριακών διαταραχών, θεωρείται ότι σε κάποια περιοχή της ψυχικής λειτουργίας των πασχόντων, κάποτε η καταφυγή στην παλινδρόμηση θα προκύψει, ιδιαίτερος εκδηλούμενη σε σχέση με θέματα ευθέως συνδεδεμένα με την κυρίαρχη συμπτωματολογία τους, και παρά την ενδεχομένως ώριμη κατά τα άλλα καθημερινή τους δραστηριότητα.

Έχει επίσης διατυπωθεί η άποψη ότι υπάρχει αυξημένη πιθανότητα εκδήλωσης σημείων παλινδρόμησης σε φυσικά πάσχοντες, και μάλιστα κατ' αναλογία προς τη σοβαρότητα της πάθησής τους.

Σε πολύ σπάνιες περιπτώσεις, και συνηγορούντων σοβαρά αγχογόνων εξωτερικών συνθηκών (π.χ., σε στρατόπεδα συγκέντρωσης και μετά από βασανιστήρια), η παλινδρόμηση είναι δυνατό να είναι βουλητικά ελεγχόμενη.

Είναι ανάγκη να υπογραμμιστεί εδώ και η λεπτή διαφορά μεταξύ παλινδρόμησης και καθήλωσης (fixation). Καθήλωση είναι η υπερβολική,



εκζητημένη συναισθηματική προσήλωση σε κάποιο πρόσωπο, κατάσταση ή αντικείμενο, που είχε συνδεθεί και άρμοζε να ενδιαφέρει σε ένα προηγούμενο στάδιο ανάπτυξης. Στην έννοια της καθήλωσης, ωστόσο, υπονοείται ότι η συμπεριφορά που εκδηλώνεται σχετικά με το πρόσωπο (πατέρα, μητέρα), την κατάσταση (στάδιο ανάπτυξης) ή το αντικείμενο (ένα παιχνίδι αντιπροσωπευτικό ενός δεδομένου σταδίου ανάπτυξης, ή μιας ευτυχισμένης ανέμελης περιόδου), στην πραγματικότητα δεν είχε ποτέ ξεπεραστεί από το υποκείμενο.

Το μεγαλειώδες αντιναζιστικό φιλμ *The tambour* (το ταμπούρλο) διαπραγματεύεται ως κεντρικό του θέμα τον ψυχογενή νανισμό του μικρού πρωταγωνιστή, που συμβολικά παραμένοντας (καθήλωση) νάνος, εκδήλωνε την άρνησή του να ενηλικιωθεί σε έναν κυνικό, πολεμοχαρή, ανώριμο τελικά, κοινωνικό περίγυρο.

Ακύρωση, αναίρεση, ή ανατροπή

Undoing

Η ασύνειδη, συμβολική, "μαγική" πράξη ή σκέψη απόσβεσης και κατά το δυνατόν αντιστροφής μιας προηγηθείσας πράξης ή σκέψης - ή του αποτελέσματός της - που είχε κινητοποιηθεί από ανεπίτρεπτες ασύνειδες παρορμήσεις. Η απόπειρα να ακυρωθεί, να "ξε-γίνει", η πρώτη εκείνη πράξη ή σκέψη επιτυγχάνεται με το να "ξαναπαιχτεί" σε νοητικό επίπεδο, ή να επαναβιωθεί με τελετουργική επανάληψη των επιμέρους γεγονότων που τη συνιστούσαν, αλλά αυτή τη φορά με την ενεργό (φανταστική ή έμπρακτη διορθωτική) παρέμβαση του υποκειμένου, ώστε να της δοθεί ένα πιο αποδεκτό "τέλος". Με τον τρόπο αυτό, το υποκείμενο τείνει να "εξορκίσει" αναδρομικά την αρχική πράξη ή σκέψη, η οποία είχε τελεστεί κάτω από συνθήκες που είχαν επιτρέψει την έκφραση ανεπιθύμητων παρορμήσεων. Εναλλακτικά, στόχος του υποκειμένου είναι να παρεμποδίσει τα αποτελέσματα της αρχικής αυτής πράξης ή σκέψης από του να προκύψουν ξανά στο μέλλον.

Αξίζει να προσεχτεί ότι σε πολλές περιπτώσεις η εν λόγω πράξη ή σκέψη ενδέχεται να μην είχε ποτέ εκδηλωθεί, παρά μόνο συμβολικά, ή μερικά/υπαινικτικά, και να μην είναι δυνατό να ανακληθεί, παρά μόνο αν το υποκείμενο βρεθεί σε κατάσταση ύπνωσης. Παρά την επέμβαση και της απώθησης, όμως, η απροσδιόριστη απειλή ότι η επιστροφή της ανεπιθύμητης ιδέας ή ενέργειας θα είχε καταστροφικά αποτελέσματα (την αποκάλυψη των ασύνειδων επιθετικών ή ερωτικών ενορμήσεων, που κατοπτρίζονται σ' αυτήν), ωθούν το υποκείμενο στην απόπειρα ακύρωσής της.

Μια τριαντατετράχρονη μητέρα τεσσάρων παιδιών, με πάθος για τα αστυνομικά μυθιστορήματα, αφιέρωνε ολόκληρα απογεύματα της ζωής της σε πλήρη αναγνωστική απομόνωση. Κατά καιρούς, παρά ταύτα, την κατέκλυζαν ενοχές σχετικά με



την πλημμελή, κατά τη γνώμη της, φροντίδα των παιδιών της, λόγω της υπερβολικής της απορρόφησης στα αναγνώσματά της. Στις περιπτώσεις αυτές, παρατηρούσε στον εαυτό της μια επεισοδιακή αδυναμία να τελειώσει το ένα ή δύο τελευταία κεφάλαια των αγαπημένων της μυστηρίων, μένοντας με την αίσθηση του ανικανοποίητου στην πιο κρίσιμη στιγμή της αποκάλυψης του δράστη. Η ασύνειδη ανταγωνιστικότητά της έναντι των παιδιών της, που ένιωθε να τη δεσμεύουν σ' ένα γάμο μ' έναν άνδρα, τον οποίο προοδευτικά είχε φτάσει να αποστρέφεται, κατά καιρούς έτεινε να διορθωθεί με την αυτοτιμωρία της να αποστερείται την πιο σημαντική κλιμάκωση της αγωνίας και την απόλαυση της λύσης των μυστηρίων που της άρεσαν, στα πλαίσια ακριβώς μιας διεργασίας ακύρωσης (White και Gilliland, 1975)⁶⁹.

Αν η διανοητικοποίηση ενεργοποιείται στις ιδεοληπτικές εκφράσεις της καταναγκαστικής νεύρωσης, τότε η ακύρωση έχει την πιο θεαματική ίσως εφαρμογή της στις παρορμητικές πράξεις αυτής της διαταραχής. Η τελετουργική επανάληψη όλων των προληπτικών μέτρων εξαφάνισης αντικειμένων, τα οποία θα μπορούσαν να αποβούν φονικά για τα παιδιά της στο παράδειγμα της μητέρας που αναφέρθηκε στη συζήτηση για τη διανοητικοποίηση, δεν είναι άλλο από μια συμβολική έκφραση ακύρωσης, υπό την έννοια της απόπειρας παρεμπόδισης της φονικής της σκέψης να πραγματοποιηθεί.

Γενικά, η λειτουργία της ακύρωσης αφορά καθαρά σε δυό πιθανές διακριτές χρονικές στιγμές ή περιόδους της ζωής του ατόμου: είτε στο παρελθόν, είτε στο μέλλον. Το παρόν δεν είναι άλλο από μια πλατφόρμα δράσης, προκειμένου αντίστοιχα: είτε για την αναδρομική αναίρεση των γεγονότων, είτε για την προληπτική αποτροπή των επίφοβων μελλοντικών φευκτών. Ιδιαίτερα στις καταναγκαστικές νευρώσεις, ο συνδυασμός των παραπάνω είναι συχνός.

Στις διαταραχές βρώσης (κυρίως ανορεξία και βουλημία) η λειτουργία της ακύρωσης είναι επίσης εμφανής. Η παρατεταμένη, εναγώνια ενασχόληση με τις διαστάσεις του σώματος λειτουργεί διορθωτικά προς τις διαστάσεις, σε μεταφορικό επίπεδο, ενός κατά βάση υποανάπτυκτου ΕΓΩ. Η βουλημική ασθενής προσπαθεί να ξε-κάνει επί μακρόν αυτό που κάνει στις στιγμές της γαστριμαργικής αδυναμίας της, καθώς η ακύρωση εκφράζεται με τις μακρόχρονες επιδόσεις σε γυμναστικές ασκήσεις ύστερα από τις επεισοδιακές καταναλώσεις υπερβολικών ποσοτήτων φαγητού. Η ανορεκτική ασθενής, από την άλλη πλευρά, τείνει να ακυρώσει προληπτικά την πιθανότητα αύξησης των διαστάσεών της, λειτουργώντας διορθωτικά έναντι της επίφοβης

⁶⁹ White, R.B. and Gilliland, R.M., 1975, Elements of Psychopathology, Grune and Stratton, N.Y.

αύξησης των υπευθυνοτήτων της, αρνούμενη την πρόσληψη τροφής. Αμφότερες προβαίνουν σε διορθωτικές απόπειρες έναντι τόσο των προηγούμενων απαράδεκτων διαιτητικών συνηθειών τους, όσο και των μελλοντικών ολέθριων αποτελεσμάτων αυτών, την αύξηση, δηλαδή, του βάρους και των διαστάσεών τους (βλ. και τη σχετική συζήτηση στον αντιδραστικό σχηματισμό, παρακάτω).

Χρειάζεται προσοχή στη χρήση της σχετικής νομενκλατούρας αναφορικά προς το μηχανισμό άμυνας που συζητιέται εδώ. Παρά το γεγονός ότι μερικές ελληνικές μεταφράσεις χρησιμοποιούν αδιάκριτα τους όρους: ματαίωση, ακύρωση, αναίρεση, και ανατροπή, ο πρώτος θα πρέπει να αποφεύγεται επιμελώς, ιδιαίτερα επειδή στην ψυχολογική ορολογία η ίδια ακριβώς λέξη: ματαίωση αφορά και παραπέμπει σε μια έννοια που ανήκει ακριβώς στο ίδιο εννοιολογικό σύστημα, αυτό, της φροϋδικής θεώρησης. Συγκεκριμένα, ως ματαίωση μεταφράζεται κοινώς και ο όρος: *frustration*, που σημαίνει ακριβώς το συναίσθημα της ενόχλησης, του θυμού, του αισθήματος κενού και, γενικά, της απογοήτευσης και σύγχυσης που βιώνει το υποκείμενο όταν οι προσπάθειες κι ελπίδες του να εκπληρώσει ένα σκοπό εμποδίζονται ή εξουδετερώνονται.

Αντιδραστικός σχηματισμός ή μηχανισμός

Reaction formation

Η αμυντική διεργασία κατά την οποία απαράδεκτες παρορμήσεις ελέγχονται με την ασύνειδη δόμηση στάσεων και συμπεριφορών ευθέως αντιτιθέμενων στις ενδόμυχες ορμές. Ο όρος μεταφράζεται στα ελληνικά και ως **σχηματισμός αντίθετης αντίδρασης**, ή ως **αντισταθμιστική συμπτωματολογία**.

Η υιοθέτηση της αντιδιαμετρικής ως προς τα αληθινά αισθήματα συμπεριφοράς μοιάζει πολύ με το μηχανισμό της ακύρωσης. Πράγματι, οι δυο αυτοί μηχανισμοί συχνά παρατηρούνται στη στάση του ίδιου υποκειμένου, και κάποτε αλληλοδιαπλέκονται δυσδιάκριτα. Και στις δυο περιπτώσεις επιτρέπεται στο άτομο να εκφράσει τελικά τις απαράδεκτες παρορμήσεις του, με το να τείνει να τις μετατρέπει στο αντίθετό τους. Η διαφορά εδώ έγκειται μάλλον στην επίτευξη του βαθμού της απολυτότητας κατά τη μετατροπή αυτή, υπό την έννοιαν ότι κατά την ακύρωση η ψυχική ενέργεια δεν επενδύεται στην εξεύρεση του ακριβούς αντίποδα, αλλά αρκεί η εξεύρεση μιας, σχεδόν οποιασδήποτε, διορθωτικής έκφρασης, προκειμένου για την αποκήρυξη της ανεπιθύμητης ενόρμησης. Κατά τον αντιδραστικό σχηματισμό, όμως, η ψυχική ενέργεια κατευθύνεται με πιο άμεσο τρόπο στη δημιουργία και εξωτερίκευση μιας επακριβώς αντίθετης, ανάποδης, εκ διαμέτρου αναστροφής ως προς την ενδόμυχη ανάγκη, συμπεριφοράς.

Αν η μητέρα, που μέσω της ακύρωσης αποστερούσε εαυτόν από την απόλαυση των τελευταίων κρίσιμων κεφαλαίων των αγαπημένων της μυθιστορημάτων μυστηρίου, κατέφευγε στον

αντιδραστικό σχηματισμό, θα έφτανε να δηλώνει ανοιχτά αποστροφή και αηδία για τέτοια μυθιστορήματα...

Επιπλέον, θα μπορούσε να ειπωθεί ότι η ακύρωση διατηρείται, εν πολλοίς, σε ένα συμβολικό επίπεδο, και τις περισσότερες φορές η στάση, η συμπεριφορά, και οιπίστεις που προκύπτουν δεν εξωτερικεύονται από το άτομο με τρόπους πομπώδεις, όπως συμβαίνει με τον αντιδραστικό σχηματισμό. Αναφορικά, δε, προς τις διορθωτικές ενέργειες που επιλέγονται, ακριβώς επειδή δε χρειάζεται να είναι αναγκαστικά ο αντικειμενικός αντίποδας των απωθούμενων παρορμήσεων, το άτομο διατηρεί μια σχετική ευελιξία επιλογής, ανάμεσα σε πολλές δυνάμει διορθωτικές εκδοχές - πράγμα που καθιστά τον αντιδραστικό σχηματισμό συγκριτικά πιο ανώριμη διεργασία από αυτή της ακύρωσης. Τόσο ο αντιδραστικός σχηματισμός, όμως, όσο και η ακύρωση, αντιπροσωπεύουν, ίσως περισσότερο από κάθε άλλο μηχανισμό άμυνας, ένα είδος διάβασης που συνδέει πιο ευδιάκριτα τις απαιτήσεις του ID και του ΥΠΕΡΕΓΩ, καθώς αμφότεροι εξασφαλίζουν, και την παραμονή της απωθούμενης παρόρμησης στην αφάνεια, αλλά, και τη συμβολική οδό εκτόνωσης ενός τουλάχιστον, αντιθετικού, αλλ' αντιπροσωπευτικού μέρους της. Και πάλι, με μεγαλύτερη ένταση σχετικά προς την ακύρωση, ο αντιδραστικός σχηματισμός ενέχει εύγλωττα στοιχεία της απωθούμενης παρόρμησης:

ο εμπαθής ειρημιστής, που ασύνειδα με τη διακήρυξη των αντιπολεμικών του ιδεών συγκαλύπτει την ενδόμυχη επιθετικότητά του και, κατ' επέκταση, την έλξη που αισθάνεται για τον κυνισμό, την καταστροφή και τη θηριωδία του πολέμου, αποτελεί καλό παράδειγμα (Sarason, 1976)⁷⁰. Αν τέτοια είναι τα βαθύτερα κίνητρά του βάσει αντιδραστικού σχηματισμού, ο ειρημιστής αυτός αναμένεται να διακρίνεται από μian αυστηρή, άκαμπτη, και βασικά επιθετική συμπεριφορά κατά την εκστρατεία διάδοσης των απόψεών του, μian αυταρχική πολεμική τακτική πειθούς των ακροατών του, και, εν τέλει, μια φτωχά επενδεδυμένη σαδιστική ποιότητα του απευθύνεσθαι - στοιχεία, που ενισχύουν την άποψη περί του πρωτόγονου χαρακτήρα αυτού του μηχανισμού.

Έτσι, η συμπεριφορά ατόμων, που εμπαθώς καταφέρονται εναντίον, κατά τεκμήριο άσχετων προς τους ίδιους, ιδεών, συνηθειών, συμπεριφορών, ή προτιμήσεων άλλων ανθρώπων, με κυρίαρχο παραδειγματικό στοιχείο εδώ την ομοφυλοφιλία, ψυχοδυναμικά ερμηνεύεται ως ενδόμυχος φόβος αρέσκειας του κατηγορού προς τις στηλιτευόμενες εκ μέρους του τάσεις, στάσεις, και προτάσεις ζωής.

⁷⁰ Sarason, I.G. (ed.). 1976, Abnormal psychology: The problem of maladaptive behavior, Prentice Hall, N.J.



Στους *μανιοκαταθλιπτικούς* ασθενείς ο ρόλος του αντιδραστικού σχηματισμού είναι επίσης εμφανής: ο πάσχων συμπεριφέρεται σα να ήταν πλήρης ευφορίας, ενεργητικότητας, ιλαρότητας και πάθους - μ' όλα αυτά μπορεί να αισθανθεί κανείς ότι στα θεμέλια αυτών των επιφάσεων κρύβεται θλίψη, φόβος, κι αυτοκαταστροφή, έναντι των οποίων σχηματίζεται μια έντονη, αλλά μάταιη αντίδραση, αφού σύντομα αυτή θα εξασθενήσει, επιτρέποντας στα συγκαλυπτόμενα αρνητικά στοιχεία να κάνουν αυτούσια την εμφάνισή τους κατά τη φάση της κατάθλιψης.

Στην κλινική εικόνα των ανορεκτικών και βουλημικών ασθενών είναι επίσης δυνατό να εντοπιστεί αντισταθμιστική συμπτωματολογία, όπως όταν, ιδιαίτερα μερικές βουλημικές ασθενείς, διαδηλώνουν έντονη απέχθεια στην τροφή (εκλογικεύοντας, παράλληλα, την αύξηση του βάρους τους, με το να την αποδίδουν σε κάποιαν άγνωστη, ενδοκρινολογική συνήθως, διαταραχή).

Η αναγκαστική έμεση, στην οποία μια βουλημική ασθενής υποβάλλει εαυτόν άμεσα μετά την απόλαυση ενός καταβροχθισμένου (binge) γεύματος, έχει από μερικούς αναλυτές ιδωθεί ως ακύρωση μάλλον, παρά ως αντιδραστικός σχηματισμός. Η χρονική αμεσότητα, όμως, της αντίδρασης αυτής, σε συνδυασμό με την ακριβώς αντίστροφη της βρώσης ενέργεια της έμεσης, δηλώνουν μάλλον την ανάγκη ένταξης αυτής της συμπεριφοράς στα πλαίσια της παρούσας συζήτησης. Όταν, αντίστοιχα, σε άμεση "απάντηση" προς την όρεξή της, η ανορεκτική ασθενής προσλαμβάνει καθαρτικά παρασκευάσματα, η στάση της φαίνεται να έχει μεγαλύτερη συνάφεια με τον αντιδραστικό σχηματισμό, παρά με την ακύρωση (που θα προϋπέθετε πιο αφηρημένες, συμβολικές, και μάλλον έμμεσες διορθωτικές ενέργειες).

Ομοίως, στις ιδεοληπτικές-καταναγκαστικές νευρώσεις, και, ακόμη καθαρότερα, στις παρόμοια δομημένες ψυχαναγκαστικές προσωπικότητες⁷¹ η διορθωτική δράση της αναιρέσης συχνά αποτυγχάνει, και η αμυντική διεργασία ολοκληρώνεται με εντελώς αντιθετικές πράξεις. Τούτο στηρίζεται στον εξής συλλογισμό: αν πράγματι η διαμόρφωση αυτής της χαρακτηρισολογικής δομής έχει τις βάσεις της στην παιδική ηλικία, και μάλιστα στην τάση του παιδιού να αντιστρέφει ό,τι εμφανίζεται ελκυστικό, αλλά είναι κι απαγορευμένο (λ.χ., η σεξουαλική έλξη, η επιθετικότητα, η βρωμιά, η αταξία, κ.τ.τ.), τότε μπορεί να θεωρηθεί ότι και κατά τον ενήλικο βίο, άτομα, που δεν επέλυσαν αποτελεσματικά τις σχετικές γονεϊκές απαγορεύσεις, τείνουν να διαιωνίσουν την επιζήτηση των αντιθέτων έναντι της κάθε δύναμει θετικής ανταπόκρισής τους σε παρόμοιες ενορμήσεις (Kellerman και Burpy, 1989)⁷². Η ερμηνεία αυτή φαίνεται ευσταθής αν αναλογιστεί κανείς ότι ο

⁷¹...που όμως δεν έχει αποδειχτεί κλινικά ότι σχετίζονται με τις πρώτες ως προς την αιτιοπαθογένεσή τους

⁷² Kellerman, H. and Burpy, A., 1989, *Psychopathology and differential diagnosis: A primer*, v.II, Columbia University Press, N.Y

αγώνας κάποτε ολόκληρης της ζωής των ψυχαναγκαστικών προσωπικοτήτων περιστρέφεται γύρω ακριβώς από την επιδίωξη, όχι όμως και άψογη επίτευξη, της τελειότητας, ιδιαίτερα στον επαγγελματικό τομέα (ακυρωτικά, αντιθετικά, ή μέσω διανοητικοποίησης, έναντι σεξουαλικών αλλά κι επιθετικών ενορμήσεων), γύρω από την καθαριότητα και γύρω από την ευταξία και την οργάνωση (αμιγώς, θα λέγαμε, αντιδραστικά). Αντισταθμιστικά στοιχεία εντοπίζονται και στις διαταραχές μετατροπής, φοβιών, καθώς και μέσα στο πλήθος των αμυνών της παρανοειδούς προσωπικότητας.

Άρνηση Denial

Η αυτόματη, ακούσια αποκήρυξη ή ο πλήρης αποκλεισμός από τη συνείδηση αγχογόνων εμπειριών, οι οποίες ως γεγονότα θα προκαλούσαν σκέψεις, συναισθήματα, επιθυμίες, ή ανάγκες που το υποκείμενο θα αδυνατούσε να διαχειριστεί. Συλλήβδην, η άρνηση της πραγματικότητας, ή στοιχείων αυτής. Αν η απώθηση τείνει να εξαφανίσει εσωτερικά γεγονότα, η άρνηση κάνει το ίδιο με οδυνηρά εξωτερικά γεγονότα.

Ο μηχανισμός της άρνησης είναι δυνατό να ενεργοποιηθεί μετά από μια βραχύχρονη συνειδητοποίηση της πραγματικότητας:

Το μωρό της κήκε στη φωτιά, καθώς η ίδια μετά βίας γλίτωσε, μετά τον ανεπιτυχή της αγώνα μέσα στις φλόγες να το σώσει. Με σοβαρά εγκαύματα, στη θέα πια του σπιτιού της να γίνεται παρανάλωμα του πυρός, προς στιγμήν συνειδητοποίησε ότι η απόπειρές της να σώσει το μωρό της είχαν αποβεί μάταιες. Όταν όμως το ασθενοφόρο την αποβίβασε στο τοπικό νοσοκομείο, η ίδια επέμενε αμετακίνητα στο ότι το μωρό της είχε διασωθεί από έναν γείτονα και μεταφερθεί σε κάποιο άλλο νοσοκομείο (White και Gilliland, 1975)⁷³.

Είναι, όμως, δυνατό, ο ίδιος μηχανισμός να μπει σε λειτουργία κατά τη διάρκεια της βίωσης της οδυνηρής πραγματικότητας: η ψευδαίσθηση αθανασίας, που μπορεί να ειπωθεί ότι χαρακτηρίζει ιδιαίτερα τους έφηβους, είναι πιθανό να ξεπεράσει τα όρια μιας σχετικής "φυσιολογικότητας" και να εκθέσει σε τραγικές επικινδυνότητες και αυτή, τη ζωή τους. Από αυτή την άποψη, η εκούσια και δη επιδεικτική έκθεση σε μοιραίους κινδύνους, όπως η λήψη ναρκωτικών, η οδήγηση μετά από μέθη, και η ατυχώς επίκαιρη σεξουαλική συνεύρεση με τυχαίους ευκαιριακούς παρτεναίρ δίχως τουλάχιστο τη χρήση προφυλακτικών, υπό την ουτοπική και ειρωνική λογική του ανεύθυνου ωχαδερφιστικού "αυτο-ποτε-δε-θα-μπορούσε-να-συμβει-σε-

⁷³ White, R.B. and Gilliland, R.M., 1975, Elements of Psychopathology, Grune and Stratton, N.Y.



μενα" -ισμού, αποτελούν συμπεριφορές που με άνεση θα κατατάσσονταν στις ψυχοπαθολογικές οντότητες.

Στην περίπτωση που η άρνηση ενός συγκεκριμένου ψυχοτραυματικού γεγονότος έχει επί πολύ διαρκέσει, απόπειρες τρίτων να σχολιάσουν και γνωστοποιήσουν στο υποκείμενο την αλήθεια πέφτουν στο κενό, καθώς η αντίδραση δεν είναι παρά μια στιγμιαία ανέκφραστη αλλά και έκπληκτη παύση, που δεν ακολουθείται από την αναμενόμενη συνειδητοποίηση του πραγματικού.

Μια ηλικιωμένη χήρα εισάχθηκε στο νοσοκομείο ως επείγον περιστατικό που απαιτούσε μια μικρή χειρουργική επέμβαση. Κατά τη διάρκεια της βραχείας παραμονής της εκεί, ανησυχούσε έντονα για το σύζυγό της, που δεν ήταν ικανός να προσέχει τον εαυτό του και θα ένωθε άχρηστος, μόνος κι αβοήθητος δίχως την ίδια στο σπίτι. Ήταν πολύ ταραγμένη, και μιλούσε διαρκώς για το ότι, ειδικά μετά τη συνταξιοδότησή του, ο σύζυγός της αδυνατούσε να ανταπεξέλθει ακόμη και σε καθημερινά μικροπράγματα που είχαν να κάνουν με τη συντήρηση του σπιτιού, τη χρήση των συσκευών, τον ανεφοδιασμό σε τρόφιμα και γενικά την ευαγή επιβίωσή του, κι η ίδια ανυπομονούσε να γυρίσει σπίτι να τον φροντίσει. Ο χειρουργός της, γνωρίζοντας πως ο σύζυγός της είχε προ πολλού αποβιώσει, ζήτησε τη βοήθεια του ψυχιάτρου του νοσοκομείου. Όταν ο τελευταίος της ανέφερε αυτή την πληροφορία, εκείνη ανταποκρίθηκε προς στιγμήν με ένα ανέκφραστο, απλανές βλέμμα, και άμεσα συνέχισε να μιλάει για το ίδιο θέμα, σα να μην της είχε ποτέ γνωστοποιηθεί το γεγονός, και, βέβαια, σα να ήταν ακόμη ζωντανός ο σύζυγός της.

Σε ακόλουθη επίσκεψή του κατ' οίκον, όταν η ασθενής είχε πια επιστρέψει από το νοσοκομείο, ο ψυχίατρός της διαπίστωσε ότι αυτή η γυναίκα, που άριστα αυτοεξυπηρετείτο και πολύ αποτελεσματικά διαχειριζόταν τις υποθέσεις της, είχε οργανώσει τη ζωή της και το νοικοκυριό της (φθάνοντας να σερβίρει πάντα δυο πιάτα στο τραπέζι), γύρω από την υποθετική παρουσία του συζύγου της, του οποίου το θάνατο ήταν απολύτως ανίκανη να αναγνωρίσει (Idem, 1975).

Γενικά, οι συνθήκες που ευνοούν την ενεργοποίηση της άρνησης είναι η απειλή της αίσθησης ασφάλειας και της αίσθησης του αγαπάσθαι. Γίνεται δε φανερό από το παραπάνω παράδειγμα ότι η άρνηση ενός ισχυρά οδυνηρού γεγονότος είναι δυνατό να έλκει πρόσθετες επιμέρους αρνήσεις που σχετίζονται με αυτό.

Παρόλο που ιστορικά υπήρξαν περίοδοι κατά τις οποίες η άρνηση θεωρήθηκε σπάνια ενεργοποιούμενος μηχανισμός άμυνας, καθώς και σχεδόν



αποκλειστικά παρατηρούμενος σε γυναίκες, οι Tagiuri, Bruner και Blake (1958)⁷⁴ νωρίς επισήμαναν πως το γεγονός ότι ειδικά οι άνδρες βρίσκουν κατά κανόνα μεγάλη δυσκολία να αντιληφθούν με ακρίβεια τα αρνητικά συναισθήματα, που κατευθύνονται προς τους ίδιους, τείνει να επιβεβαιώσει την ιδιαίτερα εκτεταμένη διάδοση του μηχανισμού αυτού στο γενικό πληθυσμό.

Είναι ευνόητο ότι στοιχεία άρνησης μπορούν να εντοπιστούν σε περιπτώσεις ατόμων που καταφεύγουν στους μηχανισμούς της εκλογίκευσης, του αντιδραστικού σχηματισμού, και αυτής, της απώθησης, η δε τραγικότερη παρουσία της μπορεί να ιδωθεί σε περιπτώσεις διάσχισης.

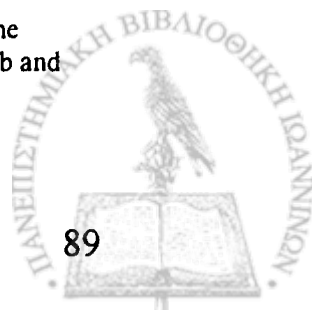
Πρόκειται για πρωτόγονο μηχανισμό άμυνας, που είναι ιδιαίτερα διαδεδομένος στις αντιδράσεις των μικρών παιδιών. Όταν ενήλικες καταφεύγουν σ' αυτήν, καταδεικνύουν σοβαρή διαταραχή της ικανότητάς τους να αξιολογήσουν σωστά και ελέγξουν αντικειμενικά την πραγματικότητα (reality testing). Εμφανίζονται, έτσι, λιγότερο ή περισσότερο αδύναμοι να συντονίσουν τις λειτουργίες του ΕΓΩ, ώστε να καταφέρουν τη διάκριση μεταξύ υποκειμενικής και αντικειμενικής αλήθειας. Σαν αποτέλεσμα αντιμετωπίζουν δυσκολία προσαρμογής και επίγνωσης των ορίων και περιορισμών τους στη σχέση τους με το περιβάλλον. Τούτο θα μπορούσε να σηματοδοτεί και σύμπτωμα ψυχωτικής συμπεριφοράς.

Τη απουσία ψυχωτικών στοιχείων, η άρνηση περιορίζεται στη σφαίρα της αποκήρυξης του οδυνηρού βιώματος και σε ό,τι άμεσα ή έμμεσα αφορά σ' αυτό, αφήνοντας ανέπαφη τη λοιπή δραστηριότητα του ατόμου, κι ανεπηρέαστη την αποτελεσματικότητά του, αλλά εμφανώς επηρεάζοντας τη μνημονική του ικανότητα.

Εκτός από τα μικρά παιδιά, τους απερίσκεπτους εφήβους, τους εγκαυματικούς ασθενείς και τους ασθενείς με χρόνιο πένθος θανάτου προσφιλούς τους προσώπου, άρνηση μπορεί να διακρίνει τη συμπεριφορά ατόμων που κινδυνεύουν να βιώσουν ψυχικό πένθος εν όψει τερματικών, μοιραίων νόσων (βαρειών καρδιοπαθειών, σκλήρυνσης κατά πλάκας, καρκίνου, AIDS), εν όψει παραμορφωτικών καταστάσεων (παραμορφωτικής αρθρίτιδας, ακρωτηριασμού, τραυμάτων από δυστυχήματα ή επιθέσεις), εν όψει της γέννησης ψυχωτικών ή νοητικά καθυστερημένων παιδιών και εν όψει της συνειδητής αναγνώρισης εθισμού σε ναρκωτικές ουσίες. Προφανώς, σε όλες αυτές τις περιπτώσεις, η άρνηση είναι δυνατό να παρατηρηθεί όχι μόνο στα προσβαλλόμενα πρόσωπα, αλλά και στους σημαντικούς τους άλλους, ιδίως σε γονείς, αδελφούς και συζύγους.

Αν και μη επικαλούμενοι τη φροϋδική της ταυτότητα, πολλοί θεωρητικοί άλλων Σχολών της ψυχολογίας, και σχεδόν όλοι οι ψυχοθεραπευτές δέχονται, και χρησιμοποιούν την άρνηση υπό την έννοια που παρουσιάζεται εδώ

⁷⁴ Tagiuri, R., Bruner, J.S. and Blake, R.R., 1958, On the relation between feelings and the perception of feelings among members of small groups. In: E.E. Maccoby, T.M. Newcomb and E.L. Hartley (eds.), Readings in social psychology, Holt, Rinehart and Winston, N.Y.



προκειμένου για την αντιμετώπιση ψυχοπαθολογικών προβλημάτων παρόμοιων με τα προαναφερθέντα.

Μερικοί συγγραφείς εξετάζουν την άρνηση σε άμεσο, κάποτε αδιάκριτο, συνδυασμό με την (απο)μόνωση του συναισθήματος, επειδή σε σοβαρότερες μορφές της αυτή η άμυνα συνοδεύεται πράγματι και από την άρνηση και των συναισθημάτων που προσάπτονται στο τυχόν οδυνηρό γεγονός που αποκλείεται από τη συνείδηση. Εδώ, για μια μεθοδική προσέγγιση προς την πλήρη κατανόηση και των δύο, η μόνωση του συναισθήματος εξετάζεται ξεχωριστά παρακάτω.

Μόνωση

Isolation

Ο ασύνειδος, ακούσιος, αυτόματος αποκλεισμός του συναισθήματος, που συνδέθηκε πριν την απώθησή της, αλλά παύει, ενώ θα αναμενόταν, να συνοδεύει μια οδυνηρή εμπειρία, η οποία, όμως, διατηρείται στη μνήμη ανέπαφη, ως γεγονός, και μπορεί να μνημονεύεται ως πληροφορία.

Ολοκληρωμένος ο όρος φέρεται ως απομόνωση του συναισθήματος (*isolation of affect*), αλλά έχει γενικευθεί η χρήση της απλουστευμένης του μορφής. Ελληνιστί είναι καλό να αποφεύγεται η εμπρόθετη εκφορά του, προς αποφυγή παρανοήσεων και σύγχισής του με την κοινωνική απομόνωση, με την κοινή μοναξιά, καθώς και με την ψυχική απομόνωση, που ο Jung όρισε ως την ψυχολογική αποξένωση του ατόμου από τρίτους, εν ονόματι ιδίως ψυχικών εντάσεων, προερχόμενων από το συλλογικό ασύνειδο, τις οποίες το άτομο αισθάνεται πως θα πρέπει να κρατήσει μυστικές από τους άλλους.

Η μόνωση επιτρέπει σε ένα μέρος της οδυνηρής εμπειρίας, το βιωματικό, να διατηρηθεί στο συνειδητό, αφήνοντας στην απώθηση τη διαχείριση του επίμαχου συναισθηματικού μέρους της ίδιας εμπειρίας. Με τον τρόπο αυτό, και με εξαιρετική εγγύτητα στα χαρακτηριστικά της διανοητικοποίησης, η μόνωση αφήνει τον έλεγχο της πραγματικότητας επαρκώς ανέπαφο, και μάλιστα στο βαθμό του να μπορεί το υποκείμενο να διηγηθεί με την παραμικρή λεπτομέρεια την οδυνηρή εμπειρία, που όμως δε θεωρεί πλέον καθόλου οδυνηρή, αφού έτσι αποψιλωμένη από το συναίσθημα φαντάζει ξένη, αλλότρια, και κάποτε συνοδευόμενη από την εντύπωση ότι έχει συμβεί σε κάποιον άλλον. Η διαφορά με τη διανοητικοποίηση έγκειται στο ότι εδώ απουσιάζει παντελώς το συναίσθημα.

Μια τριανταπεντάχρονη γοητευτική και ευφυής γυναίκα παραπέμφθηκε στη συγγραφέα από το αστυνομικό τμήμα της περιοχής του Bolton, Manchester, κατόπιν της προσαγωγής της για μήνυση κατ' αγνώστων από τους αστυνομικούς που τη βρήκαν ανάμεσα στους σκουπιδοτενεκέδες μιας κακόφημης γειτονιάς μακριά από το σπίτι της. Τα ρούχα της ήταν σχισμένα, το σώμα της γεμάτο μώλωπες, εκδορές και μερικές ελαφρές αιμορραγούσες πληγές, και η ιατρική εξέταση

επιβεβαίωσε αμέσως ότι είχε υπάρξει θύμα βιασμού. Κατά τη συνέντευξη η ασθενής ήταν σε θέση να διηγηθεί μέχρι την τελευταία λεπτομέρεια τις κινήσεις του βιαστή της. Περιέγραψε γλαφυρά την αρχή του ρομαντικού απογευματινού της περιπάτου στο πάρκο, την προθυμία της να δώσει κατευθύνσεις στον οδηγό που της ζήτησε βοήθεια να προσανατολιστεί, την ακριβή τους στιχομυθία, την αιφνίδια έξοδό του από το βολάν, την πρώτη γρατζουνιά από το ρολόι του όταν την ακινητοποίησε αρπάζοντάς την από το λαιμό, την ξέφρενη οδήγησή του, το σκοτεινό δρόμο με τα σκουπίδια "όπως φαινόταν από το χαμηλότερο οπτικό σημείο όπου ένας άνθρωπος θα μπορούσε να σταθεί στο πίσω παράθυρο ενός δίπορτου αυτοκινήτου και να εξακολουθεί να βλέπει το δρόμο", τον τρόπο που ο δράστης της έσχιζε με "κοφτές, μελετημένες κινήσεις, σα να ήταν ειδικός" τα ρούχα και τα εσώρουχα, τη διαδικασία της διείσδυσης, τον τρόπο που δημιουργήθηκαν τα υπόλοιπα τραύματα και σημάδια, το απότομο τράβηγμα των μαλλιών της, το πέταγμα της στην άσφαλτο, και τον ήχο από τις ρόδες και τη μηχανή του αυτοκινήτου που απομακρυνόταν. Αυτό που ατυχώς δεν είχε κατορθώσει να προσέξει, ήταν η μάρκα κι ο αριθμός του αυτοκινήτου. Κατά τη διήγηση, πλήρη παρομοιώσεων και ωραίων εικόνων, δεν έγινε εκ μέρους της ούτε η παραμικρή χρήση λέξεων, που θα μπορούσαν να παραπέμπουν σε έννοιες τύπου (ψυχικού) πόνου, ταπείνωσης, αηδίας, αποτροπιασμού, απελπισίας, κ.τ.ο.

Άλλες τραυματικές εμπειρίες που σηματοδοτούν βιαιότητα, ταπείνωση, βασανιστήρια, εξαναγκασμό, και γενικά, *απώλεια του ελέγχου*, της αυτοεκτίμησης, της αίσθησης ασφάλειας, του αυθορμητισμού και της εκφραστικότητας, είναι επίσης δυνατό να αντιμετωπιστούν με μόνωση. Αναλόγως προς την κυρίαρχη πάθηση στην κλινική ψυχοπαθολογία η μόνωση λειτουργεί προστατευτικά για την *αποφευκτική προσωπικότητα* (επί της ενδόμυχης ισχυρής ανάγκης για αποδοχή, ενθάρρυνση, αγάπη και ζεστή ανθρώπινη επαφή), εξελεγκτικά της εσωτερικής αγωνίας για έλεγχο των καταστάσεων της ζωής στις ανορεκτικές ασθενείς, διορθωτικά για τη σχιζοειδή προσωπικότητα (επί της κατακράτησης των τρυφερών συναισθημάτων που απαγορεύτηκαν στο γονεϊκό περιβάλλον και σταδιακά αντικαταστάθηκαν από τη λογική, "ψύχραιμη", ψυχρή, κυνική κάποτε, αντιμετώπιση, ακόμη και της ευχαρίστησης και της σεξουαλικής ηδονής, προς χάριν μιας δήθεν αυτοδιάθεσης και αυτονομίας), και, με τρόπο παράδοξο, εναλλακτικά της παραβατικής παρορμητικότητας για την οριακή, *ψυχοπαθητική προσωπικότητα*.

Η κλινική οντότητα, όμως, με την οποία η μόνωση έχει συνδεθεί στενότερα, είναι η ιδεοληπτική-καταναγκαστική νεύρωση. Οι προς απώθηση ενορμήσεις για επαναστατική επιθετικότητα, και ελεύθερη, ενίοτε αμοραλιστική, έκφραση της σεξουαλικότητας, βρίσκουν κάποτε τη διάβαση προς το συνειδητό σε μορφή ιδεών (Kelleman και Burry, 1989)⁷⁵, η εισβολή των οποίων γίνεται, όμως, ακριβώς λόγω της επέμβασης της μόνωσης, δίχως να επιτραπεί η διέλευση και η βίωση των αντίστοιχών τους συναισθημάτων. Έτσι, με μια προσεκτικότερη ανάλυση των αμυντικών μηχανισμών που διέπουν τη συμπεριφορά της,

η μητέρα με την ιδεοληψία της παιδοκτονίας (που αναφέρθηκε σαν παράδειγμα διανοητικοποίησης), κατά τα πρώιμα στάδια της εμφάνισης των παιδοκτονικών ιδεών της καταφεύγει στη μόνωση, επιτρέποντας στην ιδεοληψία να λάβει χώρα, αλλά στραγγαλίζει τα αισθήματα ικανοποίησης και κάθαρσης που θα αντιστοιχούσαν σ' αυτήν. Μόνο αργότερα, με την προοδευτική αύξηση της συχνότητας των ιδεοληπτικών της διαταραχών, και μετά τη σχετική αποτυχία της μόνωσης, επιστρατεύει το μηχανισμό της διανοητικοποίησης, και κατόπιν, εν όψει της απειλής να διαφύγουν του ελέγχου της και να πραγματοποιηθούν οι ανεπιθύμητες σκέψεις, τους μηχανισμούς της αντιδραστικής συμπεριφοράς και της ακύρωσης.

Ειδικά στην κλινική εικόνα αυτής της νεύρωσης, αλλά και σε άλλες περιπτώσεις κλινικών διαταραχών, η μόνωση έχει διττή σημασία: πρώτο, ο διαχωρισμός σκέψης και συναισθήματος κάνει τις έμμονες ιδέες να φαντάζονται ασφαλέστερες, καθώς αναλαμβάνουν μεγάλη απόσταση από τη δύναμη, πιθανή, ή πρακτική, πραγματική υλοποίησή τους, και δεύτερο, ο αποχωρισμός σκέψης και πράξης κάνει τις επίμονες ιδέες συνταρακτικά πιο αγχώδεις κι άβολες, αφού η απώλεια του συναισθήματος παρεμποδίζει σοβαρά την κατανόηση και του νοήματος και της πρόθεσης της παρόρμησης (Idem, 1989) - πράγμα, που ενισχύει την τάση η τελευταία να ιδωθεί ως ξένη κι αλλότρια, άρα ως ανεξέλεγκτη, και πάντως μη προερχόμενη από το υποκείμενο, και συνεπώς να λειτουργήσει μετατρέποντας το ρόλο του από πιθανού φανταστικά θύτη, σε βέβαιου ρεαλιστικά σωτήρα.

Οι κατηγορίες ασθενών που αναφέρθηκαν παραπάνω ως επιρρεπείς στην εκδήλωση της άρνησης είναι σχεδόν εξίσου επιρρεπείς στην εκδήλωση μόνωσης. Ωστόσο, χρειάζεται να επισημανθεί και το ότι η μόνωση μπορεί να αποβεί εποικοδομητική σε "ομαλούς" ανθρώπους.

⁷⁵ Kelleman, H. and Burry, A., 1989. Psychopathology and differential diagnosis: A primer, v.II. Columbia University Press, N.Y

Οι Rosenhan και Seligman (1989)⁷⁶ επισημαίνουν χαρακτηριστικά: ο γονέας που επιπλήττει αυστηρά το παιδί του για μια σοβαρή αταξία δεν είναι δυνατό να αφήσει τα τρυφερά του αισθήματα να εκδηλωθούν την ώρα της τιμωρίας, ή να συντριβεί συναισθηματικά συμεριζόμενος την - αναγκαία παιδαγωγικά - ψυχική δοκιμασία στην οποία υποβάλλεται το αγαπημένο του παιδί. Ούτε ο χειρουργός μπορεί να επιτρέψει στον εαυτό του υπερβολική ευαισθησία έναντι του γεγονότος ότι αυτό που κόβει είναι ανθρώπινη σάρκα.

Προβολή Projection

Η αυτόματη ασύνειδη απόδοση ανεπίτρεπτων επιθυμιών, ορμών, σκέψεων, προθέσεων, πράξεων, αναγκών, ή παρορμήσεων σε εξωτερικούς, υποτιθέμενα υπεύθυνους, αυτουργούς. Αυτοί είναι συνηθέστερα πρόσωπο ή πρόσωπα, που κάποτε σχετίζονται άμεσα με τις επιθετικές ή ερωτικές λιβιδινικές ορμές προς απώθηση, αλλά μπορεί να είναι και αντικείμενα, ή άλλοι παράγοντες όπως η φύση, ο Θεός, η μοίρα, η τύχη. Όταν η τάση απόδοσης αυτή παρατηρείται στα μικρά παιδιά είναι κατά κανόνα μη παθολογική, και μπορεί να ιδωθεί ως μεταβατικό, εξελικτικό φαινόμενο, που κάποτε και άμεσα συμβάλλει στην κοινωνικοποίηση. Όταν όμως παρατηρείται σε μεγάλο βαθμό και επίμονα σε ενήλικες, ενδέχεται να παραπέμπει σε σοβαρή ψυχοπαθολογική συμπεριφορά, που παραπέμπει σε δυσλειτουργία της ικανότητας ελέγχου της πραγματικότητας (reality testing), και μπορεί να σηματοδοτεί ψυχωτική διαταραχή.

Όπως και η άρνηση, η προβολή συνιστά πρωτόγονη αμυντική λειτουργία, και φαίνεται ευσταθής ο ισχυρισμός ότι χρησιμοποιείται σε, παρόμοιες προς της άρνησης, μεγάλες συχνότητες στο γενικό πληθυσμό, αν και για τη στήριξη αυτού δεν έχουν δειχτεί επαρκή εμπειρικά στοιχεία στον ψυχοδυναμικό χώρο. Τυπικά, η προβολή σχεδόν προϋποθέτει ότι θα συνοδεύεται από το μηχανισμό της άρνησης των αγχογόνων στοιχείων που δεν απωθήθηκαν με επιτυχία, καθώς φαίνεται λογικό η αποτυχημένη απόπειρα απώθησης - άρνησης να συμπληρώνεται σε μερικές περιπτώσεις από μια έκδηλη τάση αποφυγής μιας συνειδητής αναγνώρισης απαγορευμένων παρορμήσεων μέσω αποποίησης ευθυνών τη υπαιτιότητα τρίτων.

Η μικρή Λίντα, τριών ετών και δύο μηνών, κατέφυγε στην άρνηση όταν, τη στιγμή που τη συνέλαβε η μητέρα της επ' αυτοφώρω να έχει θρυμματίσει το κρυστάλλινο μωλ του καθιστικού, φώναξε: "δεν ήμουνα εγώ, μαμά!", αλλά ολοκλήρωσε την απολογία της στην... κατήγορό της,

⁷⁶ Rosenhan, D.L. and Seligman, M.E.P., 1989. Abnormal Psychology, Norton, N.Y.

χρησιμοποιώντας προβολική άμυνα, καθώς εντόπιζε τον υπεύθυνο δράστη λέγοντας με αυστηρό ενθουσιασμό για την ανακάλυψή της: "ήταν το αρκουδάκι μου, που ποτέ δεν προσέχει! - τώρα να δεις τι τιμωρία θα του βάλω!"

Ενδιαφέρον εδώ παρουσιάζει η επικοινωνιακή, θα λέγαμε, διάσταση της άμυνας, αφού η προβολή εξωτερικεύει, αποδίδοντας σχεδόν αυτούσια την ανεπίτρεπτη ορμή ή συμπεριφορά, σε εξωτερικούς παράγοντες, με την καταβολή σχετικά μικρού κόπου να την μεταμφιέσει σε πιο επιτηδευμένες, επεξεργασμένες μορφές.

Ο λόγος εδώ γίνεται συγκεκριμένα για την αποκηρυκτική προβολή (*disowning projection*), αυτή, δηλαδή, κατά την οποία το άτομο αποκηρύσσει τις αγχογόνες ορμές του μη αναγνωρίζοντάς τες ως δικές του. Αν και οι φροϋδιστές δεν έχουν καταβάλλει ιδιαίτερες προσπάθειες για να προσθέσουν τον επιθετικό προσδιορισμό στον όρο, με τη δημιουργία νέων θεωριών στην ψυχολογία η διευκρίνηση αυτή είναι, όπως θα φανεί αμέσως, αναγκαία.

Η τριανταεξάχρονη μητέρα τριών παιδιών ερμήνευσε την αντιπάθεια των γειτόνων της στη βάση του ότι οι άλλες μαμάδες στη συνοικία, που παραμελούσαν εγκληματικά τα παιδιά τους, τη ζήλευαν σφοδρά επειδή ήταν τόσο καλή, τρυφερή, κι υπεύθυνη μητέρα. Ήταν, μάλιστα, ειδικά οι γειτόνισσες, κατά τη γνώμη της τόσο κακεντρεχείς, που με τις ακατάπαυστες διαβολές τους κατάφεραν να πείσουν και τον ίδιο το σύζυγό της, που συχνά έλειπε για δουλειές, για το αληθές των συκοφαντιών τους. Τα γεγονότα, όμως, ήταν πολύ διαφορετικά: η ασθενής αναγκάστηκε να ζητήσει ψυχιατρική παρακολούθηση, κατόπιν της απειλής του συζύγου της να την καταγγείλει στην Πρόνοια για πλημμελέστατη εποπτεία και φροντίδα των παιδιών τους. Παρά ταύτα, εκείνη, αρνιόταν κατηγορηματικά τις κατηγορίες, αποδίδοντας σε άλλους την εγκληματική ανικανότητα μητρότητας, για την οποία ήταν η ίδια ένοχη (White και Gilliland, 1975)⁷⁷.

Από κλασικής ψυχαναλυτικής άποψης, τόσο διαγνωστικά, όσο και θεραπευτικά, ο εντοπισμός της (αποκηρυκτικής) προβολής μπορεί να είναι μέγιστης σπουδαιότητας. Στη μητέρα αυτή θα εντοπιστεί η χρήση της προβολής ως κυρίαρχου μηχανισμού άμυνας, θα διαπιστωθεί η επικουρική χρήση της εκλογίκευσης, και θα δοθεί η βοήθεια να κατανοήσει το στρουθοκαμηλισμό της, ερευνώντας και επιλύοντας σταδιακά τα βαθύτερα στοιχεία προς απώθηση που αντιποιοούνται της μητρότητας για την ίδια.

⁷⁷ White, R.B. and Gilliland, R.M., 1975. *Elements of Psychopathology*, Grune and Stratton, N.Y.

Επειδή η χρήση της προβολής έχει δείχτει από άλλους ερευνητές να είναι πράγματι διαδεδομένη (Sears, 1936)⁷⁸, και επειδή το μονοπάτι της ενόρασης το ακολουθούν σχεδόν ανεξαρτήτως θεωρητικών ιδιαιτεροτήτων και διαφορών οι περισσότεροι θεραπευτές, άλλες Σχολές έχουν επίσης ενσωματώσει στη θεωρητική τους τυπολογία τα βασικά χαρακτηριστικά της (αποκηρυκτικής) προβολής, με τη χρήση, βέβαια, διαφορετικής νομενκλατούρας: τηρουμένων των αναλογιών, για το μοντέλο κοινωνικής μάθησης (π.χ., Rotter, 1966)⁷⁹ ο αντίστοιχος όρος είναι ο *εξωτερικός προσδιορισμός ελέγχου* (όπως ίσως θα μπορούσε να μεταφραστεί ο όρος: external locus of control), ενώ για τη γνωστική ψυχολογία η αντίστοιχη λειτουργία είναι αυτή της απόδοσης (attribution).

Από την άλλη πλευρά, είναι αξιοπρόσεκτη η χρήση αυτούσιου του όρου: προβολή σε βασικά ψυχοδυναμικές θεωρίες. Εννοούν μ' αυτόν την αθέλητη απόδοση σε τρίτους αυστηρά υποκειμενικών πίστεων, ελπίδων, πόθων, αξιών, ιδανικών, και, γενικά, την απόδοση σε τρίτους του αποτελέσματος που προκύπτει από αυτές, και παρόμοιές τους, αποκλειστικά νοητικές διεργασίες του ατόμου. Βάσει της ερμηνείας αυτής, η προβολή δε συνιστά κατ' ανάγκη νευρωτική διαταραχή, αλλά θα μπορούσε να αποτελεί την εποικοδομητική μετάβαση από μια σκόπιμη αρχική αποστασιοποιημένη εξέταση μιας θεωρητικής κατασκευής, στην επεξεργασία, ενσωμάτωση στις θεωρίες του ατόμου, και τελική υιοθέτησή της. Εδώ δε διευκρινίζεται με καθαρότητα εάν είναι ή όχι πιθανό το άτομο κατά την αρχική φάση να αποποιείται κιόλας τα υπό σκέψη νοητικά σχήματα, και ως εκ τούτου θα μπορούσε η έτσι διατυπωμένη προβολή να εκληφθεί ως δυνάμει κατά το ήμισυ αποκηρυκτική. Η κλαϊνική προσέγγιση, ωστόσο, ορίζει με καθαρότητα την προβολή αυτού του είδους ως κατά κύριο λόγο φυσιολογικό χαρακτηριστικό της εξελικτικής διαδικασίας ανάπτυξης κι ωρίμανσης του ατόμου, υπονοώντας έτσι, ότι το άλλο ήμισυ της παραπάνω εκδοχής είναι η αφομοιωτική προβολή (assimilative projection).

Ακόμη, στο χώρο των θεωριών της μάθησης, η αφομοιωτική προβολή θα μπορούσε να θεωρηθεί ακρογωνιαίος λίθος για την όλη δομή και κατανόηση της γλώσσας.

Οι Rosenhan και Seligman (1989)⁸⁰ δίνουν σχηματικά την πρόταση: "Αγαπώ τη Μαίρη" για παράδειγμα. Ο καθένας, εξηγούν, που θα διαβάσει αυτή την πρόταση, δε θα έχει δυσκολία να την κατανοήσει, δεδομένου ότι προβάλλει (αφομοιωτικά) τη δική του έννοια της αγάπης στα λόγια, και, κατ' επέκταση, στον τρόπο σκέψης, του γράφοντα.

⁷⁸ Sears, R.R., 1936, Experimental studies of projection-I: Attribution of traits, Journal of Social Psychology, 7, 151-163

⁷⁹ Rotter, J.B., 1966, Generalized expectancies for internal versus external control of reinforcement, Psychological Monographs, 80, 1.

⁸⁰ Rosenhan, D.L. and Seligman, M.E.P., 1989, Abnormal Psychology, Norton, N.Y.



Στον κοινό νου η έννοια της προβολής έχει εγγραφεί ως η απόδοση των λαθών και αποτυχιών του υποκειμένου σε τρίτους, αλλά μια τέτοια θεώρηση συνιστά αυθαίρετη υπεραπλούστευση της πολυσχιδούς λειτουργίας της (αποκηρυκτικής) προβολής, και για τούτο και αντενδείκνυται.

Οι ψυχαναλυτικοί εξηγούν ότι η προβολή κατέχει διπλό ρόλο στην ψυχολογία του ατόμου. Κατά πρώτο, μειώνει το άγχος, επιτρέποντας την απόδοσή του σε κάποιον άλλον, αντί του εαυτού. Κατά δεύτερο, επιτρέπει στο άτομο να κάνει κάτι ενεργό για την επίλυση του άγχους αυτού.

Ο μεγαλωμένος με αυστηρά προτεσταντικές αρχές Άντονυ παραπέμφθηκε στη συγγραφέα προκειμένου "να βρει ξανά τη δύναμη και τη θέλησή του να συγχωρήσει το συγκατοικό του", που τόσο μίσος και αποστροφή έτρεφε για τον ίδιο. Η συμβίωση με τον Έρικ είχε γίνει "σκέτη κόλαση", καθώς αφιέρωνε υπερβολικό χρόνο στη μελέτη, τη διασκέδαση, και τον έρωτα, θέλοντας στην πραγματικότητα να αγνοήσει, αλλά και να εκμηδενίσει, με επιδεικτικό μάλιστα τρόπο, τον Άντονυ, που τόσα προβλήματα αντιμετώπιζε τελευταίως με τα μαθήματα και τη μοναξιά του. Ανέκαθεν ο Έρικ θα γυρνούσε σπίτι και θα ανακοίνωνε την υψηλή του βαθμολογία, θα συνέχιζε να διατηρεί την ευτυχημένη σχέση του μ' εκείνη την πανέμορφη συμφοιτήτριά τους, και θα άνοιγε πολλές συζητήσεις στον Άντονυ προσπαθώντας να τον βοηθήσει στις μεθόδους μελέτης και ερωτικών κατακτήσεων. Μόλις πρόσφατα, όμως, άρχισε ο Άντονυ "να καταλαβαίνει τα βαθύτερα αίτια της στάσης του συγκατοίκου του". Τελευταίως το πράγμα είχε γίνει ανυπόφορο. Όλες τους - κι ήταν πολλές - οι δήθεν συνεργατικές συζητήσεις, δεν ήταν άλλο από πρόσθετες προσπάθειες του Έρικ να τον κάνει να νιώθει άχρηστος, ανίκανος, αποτυχημένος. "Ε, από τη στιγμή που συνέλαβα τις σατανικές του προθέσεις, άρχισα κι εγώ τα αντίποινα!", παρατήρησε ο Άντονυ φανερά εκνευρισμένος, και συνέχισε: "Από ένα σημείο και μετά, κάθε φορά που μου απηύθυνε το λόγο ήμουν κι εγώ εχθρικός κι απότομος. Ήθελα να τον αποκαλύψω δημόσια, φανερώνοντας σε όλους την πραγματική του εχθρότητα εναντίον μου. Έτσι θα καταλάβαιναν όλοι ποιος ήταν πραγματικά ο δημοφιλής Έρικ..."

Η παρατεταμένη στρεσογόνοια αυτή συνθήκη έκανε τον Άντονυ να ζητήσει βοήθεια, αφού, σα να μην έφτανε η εχθρότητα του συγκατοίκου του, τώρα βίωνε και ενοχές έναντι της δικής του αναληθσίας να συγχωρήσει τον "εχθρό", βάσει της αλτρουιστικά προδιαγεγραμμένης θρησκευτικής του αγωγής...

Αν και ο Άντονι δεν αντιμετώπιστηκε ψυχαναλυτικά, στις ακόλουθες συνεδρίες αποκαλύφθηκε ότι για τον ίδιο η επιτυχία ήταν λέξη-κλειδί, η προσωποποίησή της στο περιβάλλον του ήταν πράγματι ο Έρικ, η δε ενσάρκωση του αντιθέτου της ο ίδιος του ο εαυτός. Την προβολή της επιθετικότητάς του στον επιτυχημένο "άσπονδο φίλο του" ακολούθησε η σταδιακά ενδυναμούμενη πεποίθηση του χαμηλά αυτοπροσδιορισμένου Άντονι ότι ο επιτυχημένος αυτός άνθρωπος τρέφει αισθήματα μίσους και αποστροφής εναντίον του. Μέσω της προβολής νομιμοποίησε τις ενδόμυχες ζηλόφθονες και κατ' επέκταση επιθετικές του σκέψεις εναντίον του Έρικ, και μπόρεσε να εκδηλώσει ανοιχτά πλέον, αυτό που αρχικά θα ήταν ανεπίτρεπτο να εκδηλωθεί: επιθετικότητα υπό μορφήν αντιποιώνων, δικαιολογημένων πια, αφού υπήρχε (η προβολικά επιστρατευμένη) αφορμή.

Σχηματικά, θα έλεγε κανείς ότι στην προβολή το άτομο αντικαθιστά το: εγώ με το: εσύ.

Στην κλινική εικόνα των παρανοϊκών και των παρανοϊκών σχιζοφρενών η προβολή αποκτά ίσως την πιο θεαματική της έκφραση:

το παρανοειδές διωκτικό παραλήρημα, για παράδειγμα, που παρατηρείται και στις δυο αυτές σοβαρές διαταραχές, ο πάσχων προβάλλει την ισχυρή του επιθετικότητα στους άλλους, που αίφνης εκλαμβάνονται από τον ίδιο ως διώκτες και μελλοντικοί θύτες του

στις παραληρηματικές ιδέες αναφοράς, αντί να αναγνωρίσει την επιθετικότητά του ως κατασκεύασμα της δικής του φαντασίας, σκέψης, συμπερασματολογίας, ωθείται να την προσάψει στους άλλους προσδίδοντάς τους μαγικές, λ.χ., ιδιότητες, που τους καθιστούν ικανούς να παρακολουθούν και να ελέγχουν το νου του εξ αποστάσεως

στις οπτικές ή ακουστικές ψευδαισθήσεις, πάλι, βλέπει, ή ακούει, αντίστοιχα, το Θεό, ή το διάβολο, να του υπαγορεύει την όποια βιαιότητα που ο ίδιος ο πάσχων παρορμητικά αισθάνεται σαν ανάγκη.

Αλλά η κατοπτρική επέμβαση της προβολής έχει ίσως την πιο δραματική της έκφραση στην περίπτωση της οριακής, ψυχοπαθητικής προσωπικότητας, που, στον αγώνα να ισχυροποιήσει μια σαθρή, ρηξικέλευθη, αμφίβολα υπαρκτή καν, ταυτότητα, ταλαντεύεται ανάμεσα σε έναν κοινωνικό εαυτό που επιζητεί απελπισμένα ανθρώπινες επαφές, και σε έναν αυτοκαταστροφικό εαυτό, που συλλαμβάνει κάποτε αμυδρά τη ρηχότητά του και την ανεπάρκειά του. Στις σύστοιχες κυκλοθυμικές μεταπτώσεις του, αρμοδίως προβάλλει συμπάθεια, αγάπη, ενδιαφέρον, τρυφερότητα και αναμονές ανταπόκρισης



στους άλλους, αλλά σύντομα τους προσδίδει επιθετικότητα, μίσος, αδιαφορία, ψυχρότητα και αχαριστία - όλα, με το χαρακτηριστικότερο τρόπο για τη διαταραχή αυτή, εκφερόμενα λεκτικά μόνο, αφηγηματικά κάποτε, δίχως την αναμενόμενη συναισθηματική ένταση που οι ποιότητες αυτές εξυπακούονται (μόνωση), ακριβώς όπως η αντανάκλαση του ειδώλου στον καθρέφτη στερείται κάθε βάθους και συναισθηματικής σημασιодότησης.

Υποκατάσταση

Substitution

Ο μηχανισμός, κατά τον οποίο πράξεις, ιδέες, αντικείμενα και στόχοι που εμφανίζονται εφικτοί για το υποκείμενο και αποδεκτοί από το ΥΠΕΡΕΓΩ, υποκαθιστούν αγχογόνες επιθυμίες, πράξεις, ιδέες, και στόχους, που είναι αντικειμενικά ανέφικτοι ή ανεπίτρεπτοι.

Η υποκατάσταση λαβαίνει χώρα είτε εκ των προτέρων, είτε και κατά τη διάρκεια της επιδίωξης του στόχου, αν στο μεταξύ η πορεία προς αυτόν παρεμποδίζεται, ή αυτός εξαφανίζεται. Ως μηχανισμός αφορά κυρίως στη συναισθηματική επένδυση στον, ή στους στόχους αυτούς, στους οποίους προσδίδονται οι συναισθηματικές απολαβές που θα εξασφαλιζόνταν για το υποκείμενο αν επιτυγχάνονταν οι αρχικά επιθυμητοί στόχοι. Από την άποψη αυτή, η υποκατάσταση είναι συγκρίσιμη μεν, διαφορετική δε, της μετάθεσης ή μετατόπισης, αφού εδώ ο "δέκτης" του συναισθήματος δεν αποτελεί τον αποδιοπομπαίο τράγο για την εκτόνωση μιας ψυχοσύγκρουσης, όπως στη μετάθεση, αλλ' απεναντίας, χρησιμεύει στην υποδοχή του εν γένει θετικά φορτισμένου συναισθήματος από έναν νέο, παρεμφερή αγωγό βίωσής του. Επιπλέον, στη μετάθεση δεν τίθεται θέμα στοχοθεσίας, αφού η εκτόνωση της ψυχικής ενέργειας είναι αυτοσκοπός. Το στοιχείο αυτό είναι και χαρακτηριστικό της διαφοράς της υποκατάστασης με τη διάσχιση ή μετατροπή, κατά την οποία κύρια σημασία έχει η εκδήλωση του άγχους αυτού καθεαυτού, κι όχι η επέκταση σε περαιτέρω σημαντικές επιτεύξεις δια της επένδυσης της ψυχικής ενέργειας, όπως συμβαίνει στην υποκατάσταση.

Ο επαναπροσανατολισμός σε πραγματοποιήσιμους στόχους απαλλάσσει το υποκείμενο από το άγχος που οι απωθούμενοι πραγματικοί στόχοι εγκυμονούν, είτε αν οι τελευταίοι, αυτοί καθεαυτούς, αναγνωρίζονταν ως υπαρκτοί, είτε αν η αδυνατότητα της επιδίωξης και υλοποίησής τους αναγνωριζόταν συνειδητά. Κατά συνέπειαν, η συνοδός ψυχική ενέργεια λειτουργεί ως κίνητρο για την επιδίωξη και κατάκτηση του υποκατάστατου στόχου.

Η ανύπαντρη δασκάλα ικανοποιεί το αίσθημα της μητρότητάς της μέσω της φροντίδας και της μέριμνας για τους μαθητές της (Μπιλανάκης, 1993)⁸¹.

⁸¹ προσωπικά σημειώματα από παραδόσεις Κλινικής Ψυχολογίας - I

Η γυναίκα, που ερωτεύεται σφοδρά έναν ήδη νυμφευμένο άνδρα, τελικά παντρεύεται τον αδελφό του.

Η σύζυγος, που έχασε πρόωρα το σύντροφό της, αφιερώνει τη ζωή της στην επιστημονική έρευνα, την οποία ο ίδιος είχε αρχίσει.

Η έννοια της υποκατάστασης είναι δύσκολο να διαχωριστεί από αυτή του αντιδραστικού σχηματισμού. Στην πραγματικότητα, μάλιστα, η υποκατάσταση δεν είναι άλλο από έναν ευρύτερα εκπεφρασμένον αντιδραστικό σχηματισμό - κι αντίστροφα, ο αντιδραστικός σχηματισμός αποτελεί την ειδικότερη περίπτωση μιας γενικευμένης υποκατάστασης. Τούτο είναι εύκολο να κατανοηθεί αν αναλογιστεί κανείς ότι στην ψυχοδυναμική νομενκλατούρα ο μηχανισμός ολοκληρωμένα αναφέρεται ως υποκατάσταση συναισθημάτων (*feeling substitution*). Το πιο ενδιαφέρον σημείο εδώ είναι ακριβώς η μεταγραφή, κάποτε και η παράφραση, του συναισθήματος μάλλον, παρά η πραγματική, πρακτική εκδήλωσή του, που θα ενέπιπτε στην περίπτωση μιας μετατροπής, ή ακόμη κι ενός αντιδραστικού σχηματισμού.

Στη βάση αυτή, η υποκατάσταση των συναισθημάτων είναι δύσκολο να επιτευχθεί, αφού τα συναισθήματα είναι τόσο εφήμερα και ευμετάβλητα, ενώ η υποκατάσταση των συμπεριφορών που τα αντιπροσωπεύουν είναι πιο διακριτή, διατηρεί τα στεγανά της τυποποίησης, άρα, αν χρειαστεί, και της επαναληψιμότητας (όπως, λ.χ., στην περίπτωση των ιδεοληπτικών-καταναγκαστικών νευρώσεων), και συνεπώς εμφανίζεται πιο εφικτή.

Ο Abraham (1955)⁸² καταγράφει το ιστορικό του N., που μόνο σχετικά προς την υποκατάσταση δίνεται επιγραμματικά εδώ. Έχοντας επί πολύ μέσω παλινδρόμησης παραμείνει σε ναρκισσιστική κάθεξη της λίμπιντο, μη έχοντας επιλύσει το Οιδιπόδειο σύμπλεγμά του, δεδομένης της άστοργης μητέρας του, του μη σημαντικού για τον ίδιο πατέρα του, και των μη ιδωμένων ως αντιπάλων, αλλ' ως συμμάχων του πατέρα αδελφών του, ο N. κάποτε γνώρισε μια χήρα μητέρα αρκετών ήδη εφήβων γιων, πολλά χρόνια μεγαλύτερή του, που τον περιέβαλε με αγάπη και στοργή "προτιμώντας τον" από τους γιους της. Μετά το γάμο τους, και καθώς η ναρκισσιστική-ψυχοπαθητική συμπεριφορά του N. τον έφερνε συχνά αντιμέτωπο με το νόμο, προσήλθε για θεραπεία, κατά τη διάρκεια της οποίας δέχτηκε, μεταξύ άλλων, το σχόλιο του θεραπευτή του ότι όχι μόνο βίωσε με τη γυναίκα αυτή την εξαιρετικά ευνοϊκή μετάβαση από την έως τότε δυσάρεστη

⁸² Abraham, K. (ed.). 1911. 1949. 1955, Notes on the psycho-analytical investigation and treatment of manic-depressive insanity and allied conditions, In: Selected papers on psycho-analysis, The Hogarth Press. London



ζωή του σε μια αξιοζήλευτη κοινωνική και οικονομική θέση που εξασφάλιζε υλική ικανοποίηση, αλλά βίωνε επιτέλους και την επί πολύ ανικανοποίητη και σφοδρά επιθυμητή εκπλήρωση των παιδικών του πόθων σχετικά με την επίλυση του Οιδιποδείου συμπλέγματος. Όταν, συνοψίζοντας, ο αναλυτής του είπε το φανερό, ότι η γυναίκα του υποκαθιστούσε τη μητέρα του, ο Ν. απάντησε, πλήρης αγάπης κι ευγνωμοσύνης για τη σύντροφό του: "Έχετε πολύ δίκιο. Πολύ γρήγορα μετά τη γνωριμία μας, άρχισα να φωνάζω τη γυναίκα μου "Μαμά" κι ακόμη και σήμερα δε μπορώ να την αποκαλέσω τίποτ' άλλο..."

Η ψυχανάλυση διακρίνει την άμυνα της υποκατάστασης και σε ορισμένες λέξεις, που εμφανίζονται σε μεγάλη συχνότητα στο λεξιλόγιο ειδικά ενός νευρωτικού, αλλά, πολύ ευκρινέστερα, στο λεξιλόγιο ενός ψυχωτικού ατόμου. Πολλές φορές οι ιδεοληπτικοί ασθενείς τείνουν να επαναλαμβάνουν στερεότυπες λέξεις, φράσεις, ή ακολουθίες φράσεων, που σε ένα πρώτο ερμηνευτικό επίπεδο εκλαμβάνονται ως απόπειρα ουδετεροποίησης των ανεπίτρεπτων ενορμήσεων, αλλά και σε ένα δεύτερο, πιο επεξεργασμένο επίπεδο, μπορούν να ιδωθούν ως υποκατάστατα αυτών των ενορμήσεων, δεδομένης της εννοιολογικής (συμβολικά ή κυριολεκτικά) σχέσης τους με τα προς απώθηση στοιχεία.

Έτσι, στον παραληρηματικό λόγο ενός κατατονικού σχιζοφρενικού⁸³, η στερεότυπη επανάληψη της φράσης: "death is near, time is up, death is near, time is up..." ("ο θάνατος έφτασε, ο χρόνος τελειώνει, ο θάνατος έφτασε, ο χρόνος τελειώνει") φέρεται να λειτουργεί σαν υποκατάστατο των επιθετικών ενορμήσεών του τόσο σε λεκτικό, όσο και σε νοηματικό επίπεδο, ενώ ακόμη και η ρυθμικότητα στη δομή της επαναλαμβανόμενης φράσης είναι δυνατό να ιδωθεί ως υποκατάστατο του αντίποδά τους, των σεξουαλικών του ενορμήσεων.

Παρόμοια ερμηνευτική υπόσταση τείνει να δοθεί ψυχαναλυτικά ακόμη και στις καταληψίες των σχιζοφρενικών, ιδιαίτερα δε στην *εμβροντησία* (*stupor*), κατά την οποία η στάση που επιλέγεται από τον πάσχοντα είναι δυνατό να επέχει θέση υποκατάστατου παρόμοιων λιβιδινικών ορμών (*Idem*).

Η υποκατάσταση κατέχει σημαντική θέση στις παραφιλίες. Τα ερωτικά αντικείμενα που εξασφαλίζουν την ηδονή στους φετιχιστές, τα ανήλικα άτομα που αποτελούν το στόχο των παιδεραστών, τα ανύποπτα άτομα που αποτελούν θέαμα για τους ηδονοβλεψίες και τους επιδειξίες, μπορούν να θεωρηθούν υποκατάστατα των βαθύτερων ενορμήσεων των παραφιλικών.

⁸³ Abraham, K., 1955, *Clinical papers and essays on psycho-analysis*. The Hogarth Press, London.

Πρέπει να διευκρινιστεί ότι μια πολύ ειδική ερμηνευτική διάσταση αναλαμβάνει ο όρος: υποκατάσταση, όταν αναφέρεται σε μεμονωμένα συμπτώματα ή συμπτωματολογικές συγκροτήσεις. Με την έννοια αυτή έχει καθιερωθεί να φέρεται ως η υπόθεση της υποκατάστασης του συμπτώματος (symptom substitution hypothesis) και σχετίζεται με την κατ' εξοχήν ψυχαναλυτική επιχειρηματολογία (υπόθεση), που στρέφεται ενάντια στις μεθόδους ιδίως της μπηχεβιοριστικής Σχολής.

Συγκεκριμένα, πρόκειται για την υπόθεση ότι στην περίπτωση που ψυχοπαθολογικές οντότητες προσεγγιστούν θεραπευτικά με τρόπο επιφανειακό, δίχως την εξεύρεση και θεραπευτική διαχείριση της αιτίας που τις προκαλεί, η φαινομενική τους εξαφάνιση δεν εγγυάται τη συνολική μακροπρόθεσμη υγεία του ασθενή. Αυτός αργότερα είναι πιθανότατο να εμφανιστεί με ένα νέο σύμπτωμα ή συμπτωματολογική συγκρότηση, που υποτίθεται ότι θα αντανακλά την ίδια ανεπίλυτη αιτία, η οποία είχε προκαλέσει το προηγούμενο πρόβλημα, και θα λειτουργεί ως υποκατάστατό τους. Η παρατήρηση αυτή έχει σχετιστεί ιδίως με τους μπηχεβιοριστικά κουραρισμένους φοβικούς, που, παρά την αποθεράπευσή τους, και την "εξαφάνιση" των συμπτωμάτων τους, παρουσίασαν αργότερα υποτροπή, αιτιώμενοι νέες φοβικές συμπτωματολογίες.

Αυτοκαταστροφικός σχηματισμός, ή στροφή εναντίον του εαυτού

Turning against the self

Η αυτόματη, ασύνειδη διεργασία, κατά την οποία κυρίως αισθήματα επιθετικότητας εναντίον τρίτων στρέφονται τελικά εναντίον του ίδιου του εαυτού. Το υποκείμενο είναι δυνατό να υποφέρει συμβολικά ή πρακτικά, να βάλ्लεται συναισθηματικά, ή ακούσια να προκαλεί ακόμη και φυσική, κάποτε και μοιραία, βλάβη στον εαυτό.

Σπάνια ο μηχανισμός αυτός περιλαμβάνεται στις απαριθμήσεις των μηχανισμών άμυνας του ΕΓΩ, εν μέρει επειδή συγχωνεύεται με το μηχανισμό της απώθησης, κι εν μέρει επειδή άλλοι μηχανισμοί, ιδίως η μετατροπή και η διάσχιση, εννοούνται - κακώς - ως αυτοκαταστροφικοί, κατά μια στενή ή ευρύτερη έννοια. Μερικές παραπραξίες, για παράδειγμα, δε μπορούν αυτόματα να υπαχθούν αποκλειστικά στην απωθητική λειτουργία.

Η τριαντάχρονη Κάρολ προσήλθε για συμβουλευτική θεραπεία, όπως η ίδια εξήγησε: "...μόνο και μόνο επειδή ενδιαφερόταν ακαδημαϊκά για την προσέγγιση αυτή, κι ίσως επειδή η τρέχουσα φάση της ζωής της να αποδείκνυε ότι μερικά πράγματα δε μπορούν επιτέλους να έχουν ψυχολογική ερμηνεία!". Δε θεωρούσε ότι "πάσχει" από τίποτα που να την καθιστούσε "ασθενή". Το μόνο που την απασχολούσε τελευταίως, κι αυτό δεν ήταν και σοβαρό, ήταν η κατά τι αυξημένη αμέλειά της. Συγκεκριμένα, έχανε την αίσθηση του χρόνου δουλεύοντας στο γραφείο, χωρίς ποτέ η ίδια να υπήρξε



εργασιομανής, χωρίς να αισθάνεται πιεσμένη από προθεσμίες για τη διεκπεραίωση επαγγελματικών υποθέσεων, και χωρίς ποτέ άλλοτε στο παρελθόν να είχε "χάσει δευτερόλεπτο της ώρας", με μια παροιμιώδη, για όσους την ήξεραν, ικανότητα να μαντεύει την ακριβή ώρα της ημέρας χωρίς να κοιτάζει το ρολόι της. Η σχέση της με το Μπιλ ήταν καλύτερη από ποτέ, τον λάτρευε, την αγαπούσε, είχαν πολλά κοινά ενδιαφέροντα, αγόρασαν το σπίτι μαζί και πλήρωναν από κοινού το δάνειο χωρίς το παραμικρό πρόβλημα, διατηρούσαν κοινωνικές επαφές με πολλούς φίλους, κάποιες διαφωνίες με τους γονείς της είχαν προ πολλού επιλυθεί, όλα "δούλευαν ρολόι". Ανάμεσα στις μικροαμέλειές της ανέφερε και τα σχετικά συχνά περιστατικά απώλειας των κλειδιών του σπιτιού, και τα εξίσου συχνά περιστατικά κατά τα οποία η ίδια κλειδωνόταν έξω, έχοντας ξεχάσει τα κλειδιά του σπιτιού στη δουλειά. Ασφαλώς, ουδέποτε "ο Μπιλ της" δε χρειάστηκε να πληρώσει τις αλληπάλληλες αλλαγές κλειδαριάς, και οι επανειλημμένες δυσάρεστες εμπειρίες των αργοποριών της, των διπλών νυχτερινών της δρομολογίων για το γραφείο και τα έξοδα του κλειδαρά αφορούσαν μόνο στην ίδια, αφού και δική της ευθύνη ήταν, και δεν την ενοχλούσαν και καθόλου - απεναντίας, μάλιστα, τα θεωρούσε όλ' αυτά σαν ένα ευτράπελο διάλειμμα στην ανέκαθεν υπεύθυνη στάση της στη ζωή, και σαν ενδιαφέρουσες εκδρομούλες (σπίτι-)γραφείο-σπίτι-γραφείο-σπίτι, απόσταση, που άλλοτε δε θα υπήρχε περίπτωση να διανύσει αυτές τις κάποτε μεταμεσονύκτιες, "ειλικρινά εκπαιδευτικές" ώρες. "Τι θα μπορούσε, λοιπόν, να βρει η ψυχολογία σας για να ερμηνεύσει μια τέτοια σειρά συμπτώσεων, που, το σημαντικότερο, δε μ' απασχολεί ποσώς;" διατύπωσε τη ρητορική της ερώτηση η Κάρολ. "Άλλωστε", πρόσθεσε, "ο Μπιλ μου δεν έχει διαμαρτυρηθεί ούτε μια φορά, κι αντιμετωπίζει με το υπέροχο χιούμορ του την "άλλη όψη" της συγκροτημένης του αγαπημένης, βρίσκοντας διασκεδαστικά τα καμώματά μου".

Με παρόμοιο χιούμορ, βέβαια, είχε ο Μπιλ της πρόσφατα αντιμετωπίσει και την ιδέα της να επισημοποιήσουν το δεσμό τους με γάμο. Παρόλο που κατά τη συνέντευξη η Κάρολ αποπειράθηκε να αναφερθεί φευγαλέα σ' αυτό, δεν κατάφερε να μην παραθέσει, παρεμπιπτόντως, μian αξιοπρόσεκτα παρατεταμένη, "μιας-ανάσας" πρόταση, πλήρη κοσμητικών επιθέτων, εικόνων, χαρακτηρισμών και λογικών και κατανοητών αντικειμενικών εμποδίων και των δυο τους για έναν τέτοιο γάμο, φροντίζοντας να προσθέσει την αυστηρή

αυτοκριτική της για το πόσο άγουρη, άκαιρη και εξωπραγματική ήταν η πρότασή της, και φθάνοντας, κατά το ύπατο σημείο της εκλογίκευσης, να πει πως όχι μόνο ο γάμος δεν την απασχολούσε πια, αλλά ότι ανύπαντρη ^{θα} ήταν και πολύ καλύτερα, δίχως δεσμεύσεις, γενικά.

Ευφυής, και ιδιαίτερα ευαισθητοποιημένη σε θέματα ψυχολογίας, η Κάρολ δε χρειάστηκε δεύτερη συνεδρία προκειμένου να κατανοήσει τις κρυφές πτυχές της συμπεριφοράς της. Συνέλαβε γρήγορα το πόσο αυτοκαταστροφικά λειτουργούσε σε συμβολικό επίπεδο, "ξεχνώντας" την ώρα - θέλοντας να ξεχάσει το συμβάν κατά το οποίο εξέφερε την άποψη περί γάμου - "χάνοντας" τα κλειδιά της "συμπτωματικά" - ήτοι επαναφέροντας βιωματικά την επίπονη απώλεια μιας ευκαιρίας νομιμοποίησης της συμβίωσής της - και "κλείνοντας τον εαυτό της έξω" από ένα σπίτι που συμβολικά αντιπροσώπευε αυτήν ακριβώς, την έγγαμη συνύπαρξη με το Μπιλ της, τον οποίον, όμως ούτε στιγμή δεν έπαψε να αγαπά, κι άρα δε θα μπορούσε ούτε κατά διάνοια να βλάψει. Υπέβαλλε, συνεπώς, τον εαυτό της, τόσο στην ταλαιπωρία, όσο και στα έξοδα μεταφορών, κλειδαριών, και αντικλειδιών, σε μιαν εναγώνια αυτοτιμωρία για όσα ενδόμυχα καταλόγιζε στο Μπιλ. Λίγες μέρες αργότερα, η Κάρολ τηλεφώνησε για ν' ανακοινώσει με ικανοποίηση ότι είχε εξηγήσει στο Μπιλ όσα είχαν αποκαλυφθεί στη θεραπευτική συνάντηση, και ότι προς έκπληξή της, ο ίδιος έδειξε μεγάλη κατανόηση στο επιθετικά εκπεφρασμένο ultimatum της για επισημοποίηση του δεσμού τους, στην οποία και τελικά συναίνεσε.

Πρέπει εδώ να προσεχτεί ιδιαίτερα ο χαρακτήρας της αμυντικής διεργασίας της αυτοκαταστροφής. Σε ένα ευρύ ερμηνευτικό πλαίσιο οι λοιπές άμυνες, καθώς και αυτές, οι ψυχικές, σωματοποιητικές, και ψυχοσωματικές διαταραχές στο σύνολό τους, θα μπορούσαν πράγματι να σχετιστούν με τον αυτοκαταστροφικό σχηματισμό. Μια τέτοια ερμηνεία, ωστόσο, θα ήταν εσφαλμένη, αφού για το μηχανισμό αυτό πρωταρχική σημασία έχει η αντιστροφή της πορείας, που θα έπαιρναν τα αρνητικά συναισθήματα, ανάγκες, ενορμήσεις, πράξεις και σκέψεις, αν εξωτερικεύονταν. Η αντιστροφή αυτή τείνει να λάβει χώρα κατά κύριο λόγο προτού τα συναισθήματα να εξωτερικευτούν, τουλάχιστον όσον αφορά σε τρίτους. Η έκλυση της ψυχικής έντασης επιτυγχάνεται με την κατακράτηση των επιθετικών συναισθημάτων και των δυνάμει ή πρακτικά παρόντων αποτελεσμάτων τους, στη σφαίρα της υποκειμενικής πραγματικότητας και της εξατομίκευσης του ψυχικού ή και σωματικού πόνου. Η ενοχή, η αυτοτιμωρία, η αμφιθυμική τάση προστατευτικότητας για το ή τα πρόσωπα



στα οποία η ενδόμυχη επιθετικότητα αφορά, αλλά και μια ναρκισσιστική διάσταση προσωπικότητας, μπορούν συνδυασμένα να εντοπιστούν στο άτομο που καταφεύγει στην άμυνα αυτή. Για τις υπόλοιπες άμυνες, πρωταρχικό μέλημα του ΕΓΩ είναι η εξεύρεση μιας πορείας εκτόνωσης των ψυχικών εντάσεων, χωρίς όμως να εμπλέκεται η πιθανότητα βλάβης του εαυτού, κι απεναντίας, σκοπός είναι η διάσωσή του.

Ο αυτοκαταστροφικός σχηματισμός αποτελεί συμπληρωματικό, κάποτε ακραίο στοιχείο έκφρασης ενός αντιδραστικού σχηματισμού, σε παραδείγματα, λ.χ., υπέρμετρης αυτοθυσίας προς χάριν ενδόμυχα μισητών ατόμων, ή ατόμων έναντι των οποίων το υποκείμενο βιώνει έντονη ανταγωνιστικότητα:

π.χ., η περίπτωση μιας νευρωτικής μητέρας που θυσιάζει τις πιο ζωτικές της απολαύσεις ή και λειτουργίες (βρώσης, ύπνου) προς χάριν της έφηβης κόρης της, την οποία όμως ενδόμυχα αποστρέφεται λόγω των ηλικιακών της προνομίων, που η ίδια ως έφηβη δεν απήλαυσε).

Σε σχετικά αμιγείς του εκφράσεις, όπως στην περίπτωση των μασ/ζοχιστών, ο αυτοκαταστροφικός σχηματισμός θα λέγαμε ότι στερείται με πιο διακεκριμένο τρόπο του στοιχείου της επικοινωνίας των επιθετικών του ενορμήσεων. Και πάλι, όταν οι μασ/ζοχιστικές ενορμήσεις καταλήγουν να είναι ανεξέλεγκτες, η άμυνα αυτή εγγίζει ένα είδος κοινωνικοποίησής της, στο βαθμό που ο πάσχων αποζητά από τρίτους, συμβολικά ή πραγματικά δέκτες της επιθετικότητάς του, να του εμβάλλουν τον πόνο.

Η πλέον ακραία κλινική εικόνα μερικών αυτοχειρών αντανακλά έντονα την παρουσία αυτοκαταστροφικού σχηματισμού, ειδικά σε περιπτώσεις, κατά τις οποίες, στη συνέντευξη που ακολουθεί μian αποτυχημένη απόπειρα, το άτομο μεταξύ άλλων θέτει σαν κίνητρο προτεραιότητάς του για την πράξη του την ψυχική λώβηση κάποιου οικείου του προσώπου. Οι White και Gilliland (1975)⁸⁴ θυμίζουν τη χαρακτηριστική άποψη μερικών μελετητών, ότι κάθε αυτοκτονία αποτελεί την ακραία έκφραση της πρόθεσης ενός ασύνειδα ηθελημένου φόνου.

Ο Μανιώτης (Κέδρος, 1993), στη "Φοβερά Προστασία" του, παρουσιάζει το συγκλονιστικό λογοτεχνικό προφίλ ενός καταπιεσμένου από τη μητέρα του νέου, που αμέσως μετά την εκπλήρωση όλων των μητρικών επιταγών-επιβολών περί κύρους, φήμης, αρρενωπότητας και καλού γάμου στην κοινωνία, εκδηλώνει αμφοτέρως, τις καταπιεσμένες φιλομοφυλικές του τάσεις, και την αυτοκαταστροφική του άμυνα, "φροντίζοντας" να προσβληθεί από AIDS και καλώντας τη μητέρα του να της ανακοινώσει, τόσο το γεγονός

⁸⁴ White, R.B. and Gilliland, R.M., 1975. Elements of Psychopathology, Grune and Stratton, N.Y.

της πάθησής του, όσο και τα εκδικητικά, τιμωρητικά προς τη μητέρα του κίνητρα, που τον ώθησαν να επιδιώξει να προσβληθεί από τη μοιραία νόσο.

Σε γενικές γραμμές, η άμυνα του αυτοκαταστροφικού σχηματισμού, ιδίως κοινοποιούμενη, εξυπηρετεί πρωτογενή και δευτερογενή ωφέλη παρόμοια με εκείνα που συζητήθηκαν παραπάνω σε σχέση με την (υστερική) μετατρεπτική άμυνα/νεύρωση. Ο ψυχικός ή και σωματικός πόνος του υποκειμένου πρωτογενώς εξυπηρετεί στην έκλυση της επιθετικής ψυχικής ενέργειας και στην εξισορρόπηση των αμφιθυμικών διαθέσεων έναντι του προσώπου που την προκαλεί. Δευτερογενώς λειτουργεί ευνοϊκά για την έλξη της προσοχής, του ενδιαφέροντος και της συμπάθειας, κατά προτίμηση του ίδιου αυτού προσώπου, το οποίο τελικά θα εισπράξει έμμεσα την αρχικά απαγορευμένη επιθετικότητα του υποκειμένου, αφού θα συγκλονιστεί με τον πόνο του, και, κάποτε ευθέως, θα πληροφορηθεί το ρόλο που έπαιξε προκειμένου για την πρόκληση του πόνου στον πάσχοντα αυτόν.

Ανάμεσα στους μηχανισμούς άμυνας έχουν, από ορισμένους μελετητές και θεωρητικούς της ψυχοδυναμικής καταχωρηθεί και άλλες λειτουργίες, όπως η δραματοποίηση, ο συμβολισμός, η φαντασίωση, η ενσωμάτωση, ο αλτρουισμός, το χιούμορ, η ενδοβολή.

Αναφορικά προς τον τελευταίο, η ασύνειδη συμβολική εσωτερίκευση ιδιοτήτων ή μερών προσώπων ή αντικειμένων αγαπητών ή μη, με συνεπακόλουθη εσωτερικοποίηση της συναισθηματικής επένδυσης σε αυτά, μπορεί όντως να ιδωθεί ως αυτόνομος μηχανισμός, ιδιαίτερα σε περιπτώσεις όπως των φετιχιστών. Στην κλασσική ψυχαναλυτική θεωρία η λειτουργία της ενδοβολής έχει σημασιοδοτήσει κυρίως την εσωτερίκευση των γονεϊκών μορφών μητέρας και πατέρα, και, ακόμη πιο ειδικά, την εσωτερίκευση των αξιών των γονέων, που είναι αντιπροσωπευτικές της σταδιακής διαμόρφωσης του ΥΠΕΡΕΓΩ στο παιδί.

Ο Strange (1965)⁸⁵ παραθέτει το περιστατικό της “Δεσποινίδας P.M.”, που σε μια έφοδο της αστυνομίας σε μερικά νυχτερινά κέντρα συνελήφθη μαζί με άλλες ιερόδουλες. Ο αστυνομικός υπηρεσίας που έκανε τη σωματική έρευνα στα κορίτσια έμεινε εμβρόντητος όταν κατάλαβε ότι η “Δεσποινίς P.M.” ήταν άνδρας. Ούτε οι άλλες ιερόδουλες δεν το είχαν αντιληφθεί αυτό. Ο P.M. ήταν ένας εικοσάχρονος τρανσβεστί με μακριά ξανθά μαλλιά, κραγιόν και μακιγιάζ, που κατά τη σύλληψη φορούσε ενισχυμένα εσώρουχα, ένα εφαρμοστό σατινένιο φόρεμα, νάιλον καλσόν και ψηλοτάκουνα παπούτσια.

⁸⁵ Strange, J.R., 1965, *Abnormal Psychology*, McGraw-Hill Book Company, N.Y.

Εξομολογήθηκε στον αστυνομικό ψυχολόγο ότι από παιδί απολάμβανε να φορά κρυφά τα γυναικεία εσώρουχα και ρούχα. Ήταν ο νόθος γιος μιας γκαρσόνας που οι σχέσεις της με τους άντρες ήταν ασταθείς και γι' αυτό επάλληλες, διάρκειας από λίγων ημερών έως, στην καλύτερη περίπτωση, μερικών εβδομάδων. Ο P.M. εξαφανιζόταν από το σπίτι όταν η μητέρα του έφερνε τον εκάστοτε νέο της εραστή. Πέραν της ταύτισης, είχε ενδοβάλει τη μητέρα του, σε βαθμό που, όχι μόνο να φορά τα ρούχα της, αλλά και να ενδώσει εν ονόματί της σε κάποιον από τους εραστές της, ο οποίος, όταν ο P.M. ήταν έντεκα ετών, τον μύησε στις φιλομοφυλικές πρακτικές. Έκτοτε εξασκήθηκε τόσο καλά στην αλλαγή εμφάνισης, ώστε να καταφέρνει να "αγοράζεται" από πλήθος μεθυσμένων, που, σημειωτέον, ποτέ δεν αντιλήφθηκαν ότι η "Δεσποινίς P.M." ήταν άνδρας.

Ο συμβολισμός είναι δυνατό να ιδωθεί ως άμυνα υπό το πρίσμα περιπτώσεων ατόμων που τον χρησιμοποιούν ασύνειδα προκειμένου για την τροποποίηση ή μεταμφίεση απωθημένων επιθυμιών ώστε να βιωθούν ανώδυνα σε συνειδητό πλέον επίπεδο. Εδώ, όμως, υπάρχει μια ρευστότητα, αφού ο Jung γρήγορα φαίνεται ότι συγχώνευσε την έννοια του συμβολισμού με αυτή της μετουσίωσης (βλ. παρακάτω), θεωρώντας το συμβολισμό θεμέλιο όλων των τεχνών, των μύθων και των θρησκειών. Γενικά, οι λειτουργίες αυτές είναι δυνατό να ενταχθούν στα πλαίσια των μηχανισμών άμυνας ως μέσα μάλλον προς την ολοκλήρωσή τους, παρά ως αυτοτελείς ενότητες, ειδικά αν αναλογιστεί κανείς το γεγονός ότι έχουν για την κλασσική ψυχοδυναμική επιπρόσθετες σημασίες, πέραν της αμυντικής τους χρησιμότητας.

Η φαντασίωση για παράδειγμα, που συχνά (ακόμη και εσκεμμένα σε ακραίες περιπτώσεις βασανισθέντων) λειτουργεί επικουρικά σε μηχανισμούς όπως η παλινδρόμηση προκειμένου για την κατ' εξοχήν ασύνειδη αποφυγή ή άρνηση οδυνηρών βιωμάτων, φαίνεται να μπορεί να θεωρηθεί αμυντική και σε περιπτώσεις σοβαρά παραληρηματικών ασθενών, η ζωή των οποίων τείνει να κυριαρχηθεί από φαντασιώσεις που αποκηρύσσουν τη ρεαλιστική πραγματικότητα. Αλλά κατά την κλασσική ψυχοδυναμική, η ίδια λειτουργία συντελεί στην ψυχολογική ισορροπία του ατόμου δίχως να προαπαιτούνται απωθημένα, και συχνότατα αποβαίνει δημιουργική - ξανά, έτσι θα μπορούσε να αποτελεί μέσο πρόσβασης στη μετουσίωση, ή μέσο ολοκλήρωσής της.

Τρεις ακόμη μηχανισμοί άμυνας θα εξεταστούν με συντομία παρακάτω, καθώς είναι βασικοί στην εξέλιξη κυρίως των "ομαλών" προσωπικοτήτων, και μόνον υπό ακραίες προϋποθέσεις έχουν εντοπιστεί ως και



ψυχοπαθολογικά φαινόμενα: ο μηχανισμός της μετουσίωσης, ο μηχανισμός της αναπλήρωσης, και ο μηχανισμός της ταύτισης.

Μετουσίωση

Sublimation

Η αμυντική διεργασία, κατά την οποία η ψυχική ενέργεια από απαράδεκτες για το ΥΠΕΡΕΓΩ και τους άλλους πρωτόγονες λιβιδινικές παρορμήσεις εκλεπτύνεται και ανακατευθύνεται εξωτερικευόμενη υπό μορφή νέων, πολύπλοκων, μη ενστικτικών, παραδεκτών, επεξεργασμένων τάσεων, στάσεων, και συμπεριφορών, που δεν είναι μόνον ευχάριστες στο υποκείμενο, αλλά τείνουν να είναι και χρήσιμες για το κοινωνικό σύνολο.

Τα βασικά λιβιδινικά στοιχεία, σεξουαλικές και επιθετικές ενορμήσεις, που τείνουν να εκφραστούν με πρωτόγονους τρόπους, ελέγχονται έτσι από το ΕΓΩ, αναδομημένα και ανακατευθυνόμενα, υπό μορφήν εκλεπτυσμένων νοητικών και συναισθηματικών σχηματισμών αγάπης, εργατικότητας, αλτρουισμού, χιούμορ, κττ. “Το εάν ή όχι η μετουσίωση μπορεί να ιδωθεί καν ως μηχανισμός άμυνας”, γράφουν χαρακτηριστικά οι White και Gilliland⁸⁶, “είναι ένα αναπάντητο θέμα, αφού μπορεί απλώς να αντιπροσωπεύει την άμεση κι ελεύθερη συγκρούσεων έκφραση μιας ελεγχόμενης ενόρμησης, παρά μιαν άμυνα εναντίον της έκλυσης της ενόρμησης αυτής”.

Εννοείται ότι η μετουσίωση προσιδιάζει στους μηχανισμούς της υποκατάστασης και του αντιδραστικού σχηματισμού, στο βαθμό που με την επιστράτευσή τους οι νέες συμπεριφορές υπό υιοθέτηση θα ανταποκρίνονται στις επιταγές του ΥΠΕΡΕΓΩ και στις αρέσκειες και δεοντολογικές συντεταγμένες του κοινωνικού περιγύρου. Η λεπτή διαφορά, όμως, του μηχανισμού τούτου από αυτόν της υποκατάστασης έγκειται στο ότι: στην υποκατάσταση το υποκείμενο επενδύει την ψυχική ενέργεια αποβλέποντας κυρίως στον τελικό στόχο, που α ριγοί έχει επιλεγεί ως επιθυμητός, εναλλακτικά προς τον απαράδεκτο. Στη δε μετουσίωση η διοχέτευση των λιβιδινικών ορμών επιτυγχάνεται δια μέσω της εξεύρεσης και της ίδιας της πορείας αναδόμησης, ανακατεύθυνσης και έκφρασης.

Ο ίδιος μηχανισμός εμπλέκει με μιαν έννοια και μια πειραματική, ^{9α} έλεγε κανείς εκπαιδευτική, διάσταση, αφού το ΕΓΩ ελέγχει ταυτόχρονα και μια πορεία εκμάθησης, μια νέα τακτική προσαρμογής σε νέες μορφές εξωτερικεύσεως που θα λάβουν οι πρωταρχικές ενορμήσεις. Κι ενώ ο αντιδραστικός σχηματισμός αποτελεί βασικά πρωτόγονη αντίδραση στο

⁸⁶ White, R.B. and Gilliland, R.M., 1975, Elements of Psychopathology, Grune and Stratton, N.Y.

άγχος, η μετουσίωση συνιστά ιδιαίτερα περίτεχνη, αν και σοφιστική, διεργασία.

Επιπλέον, κατά τη μετουσίωση παρατηρείται ένας εντονότερος απ' ό τι σε άλλες άμυνες επικοινωνιακός χαρακτήρας, αφού οι προσπάθειες του υποκειμένου που την επιστρατεύει κατευθύνονται με μεγαλύτερη σαφήνεια προς την εξυπηρέτηση και του γενικού, ή, τουλάχιστον, ενός γενικότερου, καλού, που είναι δυνατό να προκύψει από τα αποτελέσματα της επενδύμενης ενέργειας.

Με τη λογική αυτή η κλασική ψυχαναλυτική σκέψη έχει ερμηνεύσει πλήθος καλλιτεχνικών εκδηλώσεων ως αντανακλώντων την άμυνα της μετουσίωσης. Η δημιουργία και παρουσίαση υψηλών συλλήψεων και έργων τέχνης εκλαμβάνεται ως αναδιοχέτευση βασικών λιβιδινικών ενστίκτων. Αξίζει, από αυτή την άποψη, να εμπλουτιστεί η γνώση του αναγνώστη με τη σχετική φροϋδική άποψη για το έργο και την προσωπικότητα του Leonardo da Vinci:

“Δεδομένης της πρώιμης σεξουαλικής περιέργειάς του, το μεγαλύτερο μέρος των (σχετικών) αναγκών του μπορούσε να μετουσιωθεί σε μια γενικότερη ανάγκη να μάθει (...). Την εξέλιξη, που τον μετέτρεψε σε καλλιτέχνη κατά την εφηβεία, τη διαδέχτηκε η διεργασία που τον οδήγησε να γίνει ερευνητής (...), αρχικά στην υπηρεσία της τέχνης του, αλλ' αργότερα ανεξάρτητα απ' αυτήν, και μακριά της.” (Freud, 1910, σσ.132,133)⁸⁷.

Πέρα από την εποικοδομητική της χρησιμότητα, έτσι όπως μπορεί να ιδωθεί στην πορεία της εξέλιξης - ιδίως στην εφηβική και μετεφηβική έντονη δημιουργική δραστηριότητα κι “αρτίστικη” έξαρση - η κλινική ψυχολογική έκφραση της μετουσίωσης αφορά σε μια σειρά από κλινικά σύνδρομα, περιλαμβάνοντας τις καταθλιπτικές διαταραχές, τα επεισόδια κυρίως της μανίας στη διπολική διαταραχή, εκφάνσεις της συμπεριφοράς της παρορμητικής προσωπικότητας, καθώς επίσης και εκδηλώσεις της ναρκισσιστικής προσωπικότητας.

Και πάλι, η χρήση της μετουσίωσης είναι συχνά στις περιπτώσεις αυτές δύναμει συμβολικά σταθεροποιητική, παρά αμιγώς παθολογική. Για παράδειγμα, και κατά πολύ μεγάλη ομοιότητα ως προς “ομαλές” περιπτώσεις εφήβων, οι συναισθηματικές διαταραχές του καταθλιπτικού, που εμπλέκουν αυτοαναίρεση, αμφιβολίες για τον εαυτό, αίσθημα αναξιοτήτας και χαμηλό αυτοπροσδιορισμό, μετά από τη συνήθη αποζημιωτική, αλλ' ελλιπή επέμβαση της αναπλήρωσης (βλ. παρακάτω), τείνουν να ακολουθούνται από απόπειρες εστιασμού της προσοχής στην ιδανικοποίηση των αυτοκαταστροφικών τάσεων, που μόλις σημειώθηκαν, μέσω θετικών

⁸⁷ Freud, S.. 1910. Five lectures on psycho-analysis. Leonardo da Vinci and other works. Standard Edition, σσ.132,133

ενδοβολών και εσωτερικεύσεων. Αυτές, με τη σειρά τους, ωθούν στην επιδίωξη του γενικότερου καλού των, και προς τους, συνανθρώπους.

Σε καταστάσεις μανίας, από την άλλη πλευρά, η μετουσίωση συχνά συνοδεύει το μηχανισμό της αναπλήρωσης - πάντα εναντίον της κατάθλιψης που ενεδρεύει - κι έτσι μπορεί να εξηγηθεί η αναδόμηση της σεξουαλικής ενέργειας σε έντονη επιστημονική, ή έστω εργασιακή παραγωγικότητα, έντονη δημιουργική, καλλιτεχνική, ή έστω "καλλιτεχνικόμορφη" δραστηριότητα εκ μέρους του πάσχοντα, καθώς και να ερμηνευτεί η έντονη, έντεχνη, πολύπλοκη ομιλητικότητα.

Η μετουσίωση έχει πολλάκις θεωρηθεί ως ενέχουσα στοιχεία υπεραναπλήρωσης (βλ. παρακάτω).

Αναπλήρωση, ή αντιστάθμιση Compensation

Ο μηχανισμός, κατά τον οποίο το άτομο παρουσιάζει την ασύνειδη τάση να αναπτύξει σε μεγάλο βαθμό κάποια φυσική, διανοητική, ή συναισθηματική του λειτουργία ή δεξιότητα προκειμένου να την αντιπαραθέσει σε μια πραγματική του αδυναμία ή ελάττωμα, ή σε μιαν ανεπάρκειά του που υποκειμενικά θεωρεί σαν τέτοια.

Οι White και Gilliland⁸⁸ επισημαίνουν ότι όταν η αναπλήρωση κατευθύνεται αποζημιωτικά προς την κάλυψη μιας ψυχολογικής ανεπάρκειας, η τελευταία είναι συνήθως αποτέλεσμα απώθησης, αναστολής ή μετατόπισης, και

δίνουν το χαρακτηριστικό παράδειγμα της απωθημένης σύγκρουσης επί σεξουαλικών ενορμήσεων, που, ακολουθούμενη από ανικανότητα πλήρους σεξουαλικής ικανοποίησης, είναι δυνατό να αντισταθμιστεί με νυμφομανιακά ή "DonJuan - ικά" συμπτώματα.

Παραθέτουν μάλιστα την περίπτωση ενός νέου άνδρα, που, συναισθανόμενος μιαν ασαφή ανεπάρκεια ανδροπρέπειας στον εαυτό του, λόγω ελλιπούς απώθησης ασύνειδων φιλομοφυλικών ενορμήσεων, ανέπτυξε έντονο ενδιαφέρον στη φυσική αγωγή κι ιδιαίτερα σε βίαια sports, στα οποία και διέπρεψε.

Υπεραναπλήρωση (overcompensation) σημειώνεται όταν πέραν μιας επιτυχημένης εξισορρόπησης της εντύπωσης περί προσωπικής ανεπάρκειας, ή της εντύπωσης περί, ή πραγματικής (λ.χ., φυσικής, σωματικής) μειονεξίας, που θα προκαλούσε ενδεχομένως και τραυματικές εμπειρίες, το άτομο προχωρεί στην καλλιέργεια της υποκαθιστώσας την απωθημένη δραστηριότητας, έως του σημείου να τη μετατρέψει σε εξέχον κοινωνικό του προσόν. Ίσως έτσι να μπορούν να ερμηνευτούν δημοφιλείς περιπτώσεις

⁸⁸ White, R.B. and Gilliland, R.M., 1975, Elements of Psychopathology, Grune and Stratton, N.Y.

πασχόντων κάποια νόσο, ή προσφιλών τους προσώπων, που θέτουν στόχο τους για το υπόλοιπο του βίου τους να εργαστούν αφιλοκερδώς ή και να χρηματοδοτήσουν αδρά την επιστημονική έρευνα για την εξεύρεση μεθόδων μιας θεραπείας, έχοντας επίγνωση ότι τούτο δε θα εξυπακούεται κατ' ανάγκη και τη θεραπεία για την ιδιαίτερη περίπτωση που τους ενδιαφέρει άμεσα. Υπάρχει βέβαια πάντα ο κίνδυνος απορροφώμενο σε μια τέτοια δραστηριότητα το υποκείμενο να αποξενωθεί από στοχοθεσίες που είναι αμεσότερης προτεραιότητας, ή και πιο ουσιαστικές για τη ζωή του.

Σύμφωνα με τον ίδιο το S. Freud, η αγάπη αποτελεί εξέχουσα μορφή υπεραναπλήρωσης, διότι επιτρέπει, *inter alia*, στους ανθρώπους να απολαύσουν τη σεξουαλική ικανοποίηση με έναν κοινωνικά αποδεκτό τρόπο, και σε ένα κοινωνικά παραδεκτό πλαίσιο αναφοράς. Την ίδια στιγμή, ωστόσο, το αγαπών εκθέτει δυνάμει το άτομο στον κίνδυνο της απόρριψης ή στον κίνδυνο της εγκατάλειψης - κάποτε ανεπανόρθωτα, όπως, λ.χ., στην περίπτωση θανάτου του προσφιλούς προσώπου.

Ανάλογοι κίνδυνοι μπορούν να ιδωθούν στην ανάλυση της εργατικότητας, του αλτρουισμού, της αυτοθυσίας, του χιούμορ, κτό. Υπό την έννοια αυτή, η ικανοποίηση μέσω τέτοιων μορφών εξωτερίκευσης της ψυχικής ενέργειας συνδέεται σχεδόν άρρηκτα με την αντίθετη εκδοχή τους, και, επομένως, με τα άγχη που τούτη θα συνεπαγόταν (ας παραβληθεί εδώ η λειτουργία και λειτουργικότητα των λοιπών μηχανισμών άμυνας, αλλ' ιδίως της διανοητικοποίησης, που εγκυμονεί ανάλογες επικινδυνότητες).

Σαν αποτέλεσμα, τόσο η μετουσίωση, όσο και ο μηχανισμός της αναπλήρωσης - πόσο δε μάλλον, της υπεραναπλήρωσης - είναι, όσο δημιουργικοί, τόσο σχεδόν και εύθραυστοι μηχανισμοί άμυνας.

Λιγότερο εύθραυστος, με το σκεπτικό αυτό, είναι ο μηχανισμός της ταύτισης, που εξετάζεται κλείνοντας και την ενότητα των μηχανισμών άμυνας στην παρούσα ανασκόπηση.

Ταύτιση, ή συνταύτιση

Identification

Η ασύνειδη διεργασία κατά την οποία αυτόματα, κυριολεκτικά ή συμβολικά, εσωτερικεύονται στάσεις, ποιότητες, χαρακτηριστικά, ή μέρη τους, σημαντικών συναισθηματικά ατόμων, προκειμένου για την αποφυγή ή τη μείωση ψυχοσυγκρούσεων συνδεδεμένων με τα τελευταία, είτε υπό όρους αγάπης και προσκόλλησης, είτε υπό όρους επιθετικότητας του υποκειμένου προς αυτά.

Μέσω της συνταύτισης το παιδί τείνει να υιοθετήσει τα χαρακτηριστικά ή τις συμπεριφορές του γονέα ιδίως του ιδίου φύλου, ο έφηβος των ινδαλμάτων του, τα σκεπτόμενα άτομα των προτύπων τους, κοκ., κι από την άποψη αυτή είναι φανερό η εποικοδομητική, ως ένα βαθμό, σημασία του μηχανισμού. Στην ψυχοπαθολογική σφαίρα το πλέον χαρακτηριστικό παράδειγμα είναι



εκείνο της κατά Anna Freud ταύτισης με τον επιτιθέμενο (*identification with the aggressor*), που έλαβε παροιμιώδεις διαστάσεις μετά τη δημοσίευση της σχετικής μελέτης του Bruno Bettelheim (1943)⁸⁹

σε ναζιστικά στρατόπεδα συγκέντρωσης, όπου, αμυνόμενοι έναντι της αβοηθησίας και της απελπισίας, Εβραίοι παρουσίαζαν ταυτόσημες συμπεριφορές, ακόμη και ένδυσης, με τους Ναζί φρουρούς τους.

Καίρια έννοια που συνδέεται με το μηχανισμό της ταύτισης είναι αυτή της μεταβίβασης (*transference*). Στην ψυχαναλυτική πλέον νομενκλατούρα ο όρος αφορά σε μια εν είδει ταύτισης ψυχική διεργασία κατά την οποία ο αναλυόμενος μεταβιβάζει στο πρόσωπο της θεραπεύτριας / του θεραπευτή του αισθήματα και συμπεριφορές που αρχικά είχε συνδέσει με σημαντικά πρόσωπα της ζωής του, αποδίδοντας, κατά κάποιον τρόπο, σε αυτήν/όν τις ιδιότητες που εκείνα τα πρόσωπα είχαν, στο πλαίσιο μιας θεραπευτικής διαδικασίας “θεατρικού” διαλόγου με τα πρόσωπα αυτά σε φανταστικό επίπεδο. Πρόκειται για εξέχουσας σημασίας διεργασία, που επιτυγχάνει την εκφόρτιση τόσο αρνητικών, όσο και θετικών συναισθημάτων που στην πραγματικότητα είχαν ελλιπώς εκφραστεί προς τα σημαντικά αυτά πρόσωπα (ιδίως γονεϊκές φιγούρες, αλλά και αδελφών, συζύγων, κττ) εκ μέρους του αναλυόμενου, ή είχαν μείνει εντελώς ανέκφραστα, και άρα απωθημένα στο χώρο του ασύνειδου. Στην περίπτωση ανεξέλεγκτης, εκ μέρους πλέον του αναλύοντος προσώπου, και παρατεταμένης διάρκειας του κατ’ αρχή θετικού αυτού φαινομένου, ο αναλυόμενος είναι δυνατό να αναπτύξει μεταβιβαστική νεύρωση δημιουργώντας αισθήματα σοβαρής παθολογικής εξάρτησης από την αναλύτρια / αναλυτή του.

Όπως προαναφέρθηκε, οι ίδιες τάσεις, υγιούς μεταβίβασης αλλά και παθολογικής μεταβίβασης, είναι δυνατό να σημειωθούν και προς άτομα του άμεσου περιβάλλοντος του υποκειμένου. Από τη σκοπιά αυτή είναι ίσως ερμηνεύσιμες εκδηλώσεις που φαινομενικά στερούνται κινήτρων, όπως η αιφνίδια αρέσκεια ή απαρέσκεια που εκφράζεται κάποτε έναντι προσώπων που το υποκείμενο μόλις γνώρισε ή είδε, συμπεριλαμβανόμενων, ενδεχομένως, και περιπτώσεων “κεραυνοβόλου έρωτα”, αλλά και εκδηλώσεις όπως η κατά τα τελευταία χρόνια πολυσυζητημένη παθολογική συμπεριφορά της *παρενόχλησης (harassment)*, που μπορεί να λάβει διάφορες μορφές πειστικής επιβολής στους άλλους, έως και σεξουαλικής φύσης (*sexual harassment*), αλλά και απειλητικές διαστάσεις ακόμη και για τη σωματική ακεραιότητα και για την ίδια τη ζωή των άλλων.

Από την άλλη πλευρά, η μεταβίβαση συναισθημάτων και στάσεων στον αναλυόμενο εκ μέρους του αναλύοντος προσώπου, και γενικά, η ενεργός συναισθηματική εμπλοκή του αναλυτή ή της αναλύτριας στη θεραπευτική

⁸⁹ Bettelheim, B., 1943, Individual and mass behavior in extreme situations, *Journal of Abnormal and Social Psychology*, 38, 417-452

σχέση ορίζεται ως αντιμεταβίβαση (countertransference) και θεωρείται ανασταλτικός, αν όχι και καταστρεπτικός, παράγοντας στη θεραπευτική πορεία, ιδιαίτερα αν η αντιμεταβίβαση είναι ασύνειδη, παρά την αντίληψη μερικών θεραπευτών ότι είναι αναπόφευκτη.

Τη γοητεία που άσκησε και ασκεί η ψυχαναλυτική διαδικασία δεν την έχουν στερηθεί άτομα λόγω της έλλειψης στοιχείων “αποδεικτικών” για τη θήτευσή τους σε κάποιο θεσμικά εννοημένο εκπαιδευτικό περιβάλλον. Η επιλογή των αμυνών, μ’ άλλα λόγια, δεν εξαρτάται από τη συγκέντρωση τυπικών εκπαιδευτικών προσόντων. Τείνει να εξαρτάται όμως από ό,τι, για να επιτευχθεί η αντίστιξη με την κατά τον κοινό νου “μόρφωση”, θα οριζόταν ως ευρύτερη καλλιέργεια του ατόμου. Επίσης, είναι από την επιλογή αυτή που τείνει, τελικά, να εξαρτηθεί η ίδια η ικανότητα του ατόμου να ανταπεξέλθει στις δυσκολίες της ζωής. Και, μεταγράφοντας σε φροϋδικούς όρους αυτή την ικανότητα: από την επιλογή των αμυνών διαφαίνεται αυτή, η ωριμότητα του ατόμου. Ακολουθεί μια κατά προσέγγιση κατάταξη σημαντικών αμυνών σύμφωνα με το βαθμό ατομικής ωριμότητας που δηλώνουν, αλλά και εξυπακούονται. Σημειώνεται ότι θεωρητικά, το άτομο κάνει χρήση αμυνών που ανήκουν σε ένα ή δύο επάλληλα επίπεδα, και θεωρείται απίθανο να χρησιμοποιεί όλες τις άμυνες.



ΕΠΙΠΕΔΟ VI	
	ΑΛΤΡΟΥΙΣΜΟΣ
	ΧΙΟΥΜΟΡ
	ΜΕΤΟΥΣΙΩΣΗ
	ΑΝΑΠΛΗΡΩΣΗ
ΕΠΙΠΕΔΟ III	
	ΤΑΥΤΙΣΗ
	ΕΝΔΟΒΟΛΗ
	ΔΙΑΝΟΗΤΙΚΟΠΟΙΗΣΗ
	ΜΕΤΑΘΕΣΗ
	ΕΚΛΟΓΙΚΕΥΣΗ
	ΑΝΑΣΤΟΛΗ
ΕΠΙΠΕΔΟ II	
	ΑΡΝΗΣΗ
	ΕΚΔΡΑΜΑΤΙΣΗ
	ΑΚΥΡΩΣΗ
	ΜΟΝΩΣΗ
	ΑΥΤΟΚΑΤΑΣΤΡΟΦΗ
	ΠΡΟΒΟΛΗ
ΕΠΙΠΕΔΟ ΩΡΙΜΟΤΗΤΑΣ - I	
	ΔΙΑΣΧΙΣΗ
	ΜΕΤΑΤΡΟΠΗ
	ΑΝΤΙΔΡΑΣΤΙΚΟΣ ΣΧΗΜΑΤΙΣΜΟΣ
	ΠΑΛΙΝΔΡΟΜΗΣΗ
	ΟΙ ΚΑΘΑΥΤΟ ΝΕΥΡΩΤΙΚΕΣ ΣΥΜΠΤΩΜΑΤΟΛΟΓΙΕΣ



Ακολουθούν βασικά στοιχεία για τη γνωστική προσέγγιση στην Κλινική Ψυχολογία.

ΓΝΩΣΤΙΚΗ / ΓΝΩΣΙΑΚΗ ΠΡΟΣΕΓΓΙΣΗ

Η γνωσιακή ή γνωστική προσέγγιση υπάγεται, μαζί με τη συμπεριφορική, στο ευρύτερο περιβαλλοντολογικό μοντέλο. Η γνωσιακή προσέγγιση προάγει την ιδέα ότι η νοητική κατάσταση του ατόμου και η προσωπικότητά του εξαρτώνται μεν από τη μάθηση που το περιβάλλον προδιαγράφει, αλλά ο ρόλος της νοητικής επεξεργασίας του εκάστοτε στοιχείου της πραγματικότητας εκ μέρους του υποκειμένου είναι καθοριστικός για την επακόλουθη επίδραση του ατόμου στις συνθήκες της ζωής. Σε περίπτωση εκδήλωσης ψυχικής νόσου, η αλλαγή των αρνητικών στοιχείων μάθησης και νοητικής επεξεργασίας των σχετικών δεδομένων, το ποιόν, το ποσόν και ο τρόπος διαχείρισης της οποίας προέκυψε κανονικά κατά το παρελθόν, εξασφαλίζει και τη θεραπεία.

Η γνωστική ή γνωσιακή θεωρία είναι Σχολή σκέψης και σύστημα ψυχοθεραπείας που αναπτύχθηκε με τις αποφασιστικής σημαντικότητας εισηγήσεις μεγάλων στοχαστών στο χώρο της ψυχολογίας.

Ήδη, από τη δεκαετία του '60, τα ερευνητικά πορίσματα **Arnold Lazarus** (π.χ., Lazarus, 1971)⁹⁰ επιβεβαίωσαν την ανάγκη συνυπολογισμού μιας σειράς από πρόσθετους στους έως τότε προσεγμένους από τους επιστήμονες του χώρου της ψυχολογίας παράγοντες, προκειμένου για την αποτελεσματική αντιμετώπιση της ψυχικής διαταραχής. Η σημασία των παραγόντων αυτών δείχθηκε με την παράθεση για πρώτη φορά ολοκληρωμένων στοιχείων από συνεντεύξεις, αξιολογήσεις με πολλαπλά ερωτηματολόγια, *in vivo* και *in vitro* παρατήρηση μεγάλων δειγμάτων πληθυσμού και πολύπλευρη ποσοτική και ποιοτική ανάλυση, και ορίστηκαν ως οι τρεις μείζονες διαστάσεις της ψυχικής υγείας ή νόσου: Συγκεκριμένα, πρόκειται για

- (i) τη διάσταση του χρόνου,
- (ii) τη διάσταση της προσωπικής πραγματικότητας του υποκειμένου, και
- (iii) τη διάσταση του οικολογικού του προσδιορισμού.

Η παράλειψη να προσμετρηθούν οι διαστάσεις αυτές στη διαχείριση των ψυχοπαθολογικών εκδηλώσεων θα στερούσε κάθε θεραπευτική παρέμβαση από την αναγκαία συγκροτημένη επιστημονική εμπειριστάτωση.⁹¹ Οι διαστάσεις μάλιστα αυτές, καθορίζονται, με τη σειρά τους, από στοιχεία

⁹⁰ Lazarus, A.A., 1971. Behavior therapy and beyond. McGraw-Hill, N.Y.

⁹¹ Ο Επίκτητος, στο *Εγχειρίδιόν* του, καθοδηγητικό σύγγραμμα στην τέχνη του ζην, εκφράζει ήδη στα 60 μ.Χ. την πεμπτουσία της γνωσιακής θεωρίας: "οι άνθρωποι δε συνταράσσονται από πράγματα, αλλ' από την άποψη που διαμορφώνουν γι' αυτά". Ο εντοπισμός του χωρίου είναι πράγματι συγκλονιστικός, ιδιαίτερα με την περαιτέρω μελέτη των στωικών, που όντως εισάγουν με καθαρότητα την αξία της υποκειμενικότητας, τη σημασία της ενόρασης, αλλά και την ιδέα της ευεργετικής επίδρασης της αυτο-ακρόασης (σήμερα οριζόμενης ως συμπεριφορικής αυτο-ακρόασης και ως γνωσιακής αυτο-ακρόασης, καθώς επίσης και την επισήμανση των παραμορφωτικών γνωσιών της προσωποποίησης και της λανθασμένης απόδοσης που εδώ περιγράφονται στο υλικό που ακολουθεί σε επόμενες σελίδες.

κρίσιμα για την ψυχική υγεία, που περιλαμβάνουν τη γνωστική αντίληψη (cognitive appraisal) του υποκειμένου, τα χαρακτηριστικά της προσωπικότητάς του, τις δυνατότητές του να αντεπεξέρχεται (coping abilities) στις δυσκολίες της ζωής, τις ανά μονάδα χρόνου υπάρχουσες στο περιβάλλον του ατόμου πηγές άντλησης ικανοτήτων του ανταπεξέρχεται (coping resources), καθώς και τις διατιθέμενες από το ρεπερτόριό του στρατηγικές σε άμεση χρήση (coping strategies) ανά κάθε δεδομένη περίπτωση αντιμετώπισης στρεσογόνων συνθηκών. Τα στοιχεία αυτά βρίσκονται σε μια διαρκή δυναμική διάρθρωση και αλληλοδιαπλέκονται σε διαφορετικό βαθμό σύμφυσης σχεδόν κάθε στιγμή της ζωής του υποκειμένου.

Ο κυρίαρχος *διαμεσολαβητής* μεταξύ του ατόμου και του περιβάλλοντός του, καθώς στους κόλπους του δεύτερου είναι που λαβαίνουν χώρα όλες οι εμπειρίες του πρώτου, είναι ακριβώς η διάνοια, η νόηση του ατόμου (cognition). Στη δύναμη της νόησης, ή υποκειμενικής αντίληψης [(subjective) cognition] υπόκειται η ερμηνεία που δίνεται κάθε φορά στις εμπειρίες, και έτσι “οι στρεσογόνες συνθήκες δε βρίσκονται απλώς εκεί έξω, στο περιβάλλον” (“stress is not simply out there, in the environment”), αλλά και μόνο το να αποκληθούν τέτοιες - πόσο μάλλον το να αντιμετωπιστούν σαν τέτοιες - έγκειται στην ερμηνευτική εσωτερική διεργασία στην οποία θα τις υποβάλλει το ίδιο το άτομο (Lazarus, 1966),⁹² έγκειται στην υποκειμενική αντίληψη του υποκειμένου που θα τις ορίσει σα στρεσογόνες, και θα δράσει αρμοδίως⁹³.

Μάλιστα, ο διαμεσολαβητικός ρόλος της υποκειμενικής αντίληψης είναι τόσο σημαντικός για την ποιότητα και το πλήθος των εκφάνσεων της σχέσης ατόμου-περιβάλλοντος, ώστε ακόμα και μικρές διαφοροποιήσεις μπορούν να εμφανιστούν ενισχυμένες κατά δυσανάλογο προς μίαν υποτιθέμενη “αντικειμενικότητα” τρόπο, και να αναλάβουν εξαιρετικά εμφατικοποιημένες διαστάσεις αναφορικά προς τη *συναισθηματική διεγερσιμότητα* που θα ακολουθήσει, προς το είδος του ανταπεξέρχεται που θα υιοθετηθεί, αλλά και προς την *έκβαση* του όλου συμβάντος: από τυχούσες γενικευμένες περιβαλλοντικές καταστροφές, μέχρι καθημερινά, ίσως “ασήμαντα” γεγονότα, ό,τι συμβαίνει μπορεί, ή δε μπορεί να γίνει αντιληπτό ως στρεσογόνο, στο μέτρο που η κρίση του υποκειμένου που το βιώνει καταδεικνύει τη *σημαντικότητα* ή τη *μη σημαντικότητά* του (Lazarus και Folkman, 1984).⁹⁴ Δεν υπογραμμίζεται στο σημείο αυτό μόνον η σημασία

⁹² Lazarus, A.A., 1966. Psychological stress and the coping process, McGraw-Hill, N.Y.

⁹³ Στην καθομιλούμενη αγγλική, αξίζει να ειπωθεί, υπάρχει μια ενδιαφέρουσα έκφραση που αφορά στη δύναμη της υποκειμενικής ερμηνείας των πραγμάτων, αλλά και στην τάση για καταστροφική σκέψη: “it’s not the devil that frightens me, it’s its idea!”, σ.μ.: “Δεν είναι ο σατανάς που με φοβίζει, μα η ιδέα του!”.

⁹⁴ Lazarus, A.A. and Folkman, S., 1984, Stress appraisal and coping, Springer, N.Y.



της κρίσης του υποκειμένου: υπογραμμίζεται, ίσως με μεγαλύτερη ένταση, η διάσταση της μοναδικότητας της υποκειμενικής αυτής κρίσης.

Τελικά, ο Lazarus (1976)⁹⁵ οργανώνει το σύστημα των παραμέτρων που διέπουν την ψυχική διαταραχή σε επτά επίπεδα χρήζοντα ιεραρχημένης θεραπευτικής παρέμβασης: Συμπεριφορά (Behavior), Συναίσθημα (Affect), Αίσθημα [αισθητηριακή αντίληψη (Sensation)], Φαντασία (Imagery), Νόηση (Cognition), Διαπροσωπικές σχέσεις (Interpersonal relations), και Φαρμακευτικές ουσίες (Drugs).

Προερχόμενος από ένα παραδοσιακό μηχηβιοριστικό περιβάλλον, ο Lazarus είναι από τους πρώτους που, μολονότι διατηρεί στην πρακτική του βασικές μηχηβιοριστικές τεχνικές, ουσιαστικά θεσπίζει και τον κλάδο εκείνο της σύγχρονης θεραπευτικής, που συνηθίσαμε να ορίζουμε ως γνωστική - μηχηβιοριστική θεωρία / θεραπεία (cognitive behavioral theory/therapy), καθώς ο ίδιος επαναδιαρθρώνει μερικές από τις άδηλες, αλλά εκπορεύουσες τον μηχηβιορισμό αξιωματικές απόψεις, όπως αυτή περί ύπαρξης μιας αντικειμενικής πραγματικότητας, και αυτή περί της επιστημονικής ασημαντότητας των ανθρώπινων συναισθημάτων και σκέψεων, εισάγοντας την άποψη ότι ο χαρακτηρισμός της οιασδήποτε συνθήκης ως στρεσογόνου ή μη εξαρτάται εν αρχή αποκλειστικά από την ιδιαίτερη σημασία που θα της προσδώσει το άτομο που τη βιώνει (χαρακτηριστικά: "stress is in the eye of the beholder").

Την ίδια περίπου εποχή, στο πλαίσιο της Λογικής - Συγκινησιακής θεωρίας του, ο Albert Ellis (π.χ., Ellis, 1962)⁹⁶ υπογραμμίζει την άποψη ότι η αιτιοπαθογένεση της ψυχικής διαταραχής θα πρέπει να αναζητηθεί στις αρνητικές παράλογες πίστεις που διέπουν τη σκέψη του πάσχοντος υποκειμένου. Ονομάζει το σύνολο των αρνητικών αυτών ανυπόστατων πίστεων: "τυραννία των πρέπει" ("tyranny of should's") και εφαρμόζει τεχνικές ενεργού θεραπευτικής πρόκλησης (challenge) των πίστεων αυτών προκειμένου να τις θέσει σε αμφισβήτηση, σε υπονόμευση, και εν τέλει σε εξαφάνιση. Εντοπίζει δυσλειτουργικές, παράλογες, αλλά και παγιωμένες τέτοιες πίστεις στη σκέψη των ασθενών του, οι οποίες καθορίζουν τη στάση ζωής και τις συνακόλουθες προβληματικές συμπτωματολογίες που αυτοί παρουσιάζουν, και τις καταγράφει σε σειρά επιστημονικών αναφορών. Τέτοιες πίστεις μπορούν να εντοπιστούν και να εκφραστούν ως προτάσεις, που, εν συνεχεία, κατά τη θεραπευτική διαδικασία, θα γίνουν αντικείμενο επίθεσης εκ μέρους του θεραπευτή και αλλαγής εκ μέρους του ασθενή. Προτάσεις του είδους περιλαμβάνουν πίστεις όπως:

"Πρέπει όλοι να με εκτιμούν"

"Για να είμαι ευτυχής πρέπει όλοι να με αγαπούν"

"Η δυστυχία μου οφείλεται σε ανεξέλεγκτους εξωτερικούς παράγοντες"

⁹⁵ Lazarus, A. A., 1976. Multimodal behavior therapy. Springer, N.Y.

⁹⁶ Ellis, A., 1962. Reason and emotion in psychotherapy, Lyle Stuart-Citadel, N.Y.

*“Το δυστυχές παρελθόν μου καθόρισε μοιραία το παρόν και το μέλλον μου”
“Υπάρχει πάντοτε μία σωστή ακριβής και τέλεια λύση για όλα τα προβλήματα,
και είναι καταστροφικό αν ποτέ δε βρεθεί”
“Για να αξίζω κάτι πρέπει πάντα να πετυχαίνω”.*

Εισάγοντας την άποψη ότι η συμπεριφορά τείνει να καθοριστεί από τη ροή των σκέψεων του υποκειμένου, και, κυρίως, ότι όχι μόνον η συμπεριφορά ως αποτέλεσμα σειράς παραγόντων στη ζωή του πάσχοντα είναι δυσπροσαρμοστική, αλλά και οι σκέψεις του, και καθώς αυτές χαρακτηρίζονται πλέον με καθαρότητα ως δυσπροσαρμοστικές, και μάλιστα παράλογες, ο Ellis τραβά εκ νέου τη διαχωριστική γραμμή από το παραδοσιακό μπηχεβιοριστικό μοντέλο, και μάλιστα με έναν τρόπο, που εγγράφει σταδιακά την αυτόνομη προσέγγισή του, της λογικής αντιμετώπισης της συναισθηματικής διαταραχής, στο ευρύτερο γνωσιακό πλαίσιο θεώρησης της ψυχικής νόσου. Προτείνει, δε, το μοντέλο **A-B-C** [τηρουμένων των αναλογιών θα μεταφραζόταν: “**Ε-Π-Σ**”], για την κατανόηση της ακολουθίας δυσπροσαρμοστικών σκέψεων ασθενών:

- (i) **Ενεργοποίηση (Activation)** ενός γεγονότος ή μιας εμπειρίας,
- (ii) **Πίστεις (Beliefs)** ανυπόστατες, παράλογες, που δημιουργούνται από την εμπειρία του, και αφορούν στο γεγονός αυτό, και
- (iii) **Συνέπειες (Consequences)**, υποτιθέμενες, εξίσου ανυπόστατες, τελικά παράλογες, που το υποκείμενο πιστεύει ότι θα επακολουθήσουν.⁹⁷

Το μοντέλο αυτό, εφαρμοζόμενο σε μεγάλο φάσμα συμπτωματολογιών έχει δείχτει να παρουσιάζει πού ικανοποιητικά αποτελέσματα.

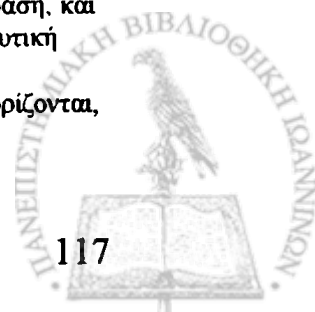
Οι σχεδόν ταυτόχρονες νευροφυσιολογικές μελέτες του **A.Luria** (π.χ., Luria 1961⁹⁸, Zivin, 1979⁹⁹) για την αυτοακρόαση ως παράγοντα ψυχικής υγείας ή νόσου¹⁰⁰ ώθησαν τον **D.Meichnbaum** (π.χ., Meichnbaum, 1977)¹⁰¹ να

⁹⁷ “Activating event or experience, irrational Beliefs about it, assumptions about irrational Consequence”

⁹⁸ Luria, A., 1961, The role of speech in the regulation of normal and abnormal behaviors, Liveright, N.Y.

⁹⁹ Zivin, G. (ed.), 1979, The development of self-regulation through private speech, John Wiley and Sons, N.Y.

¹⁰⁰ Ο όρος αυτοακρόαση δεν αποτελεί νεολογισμό. Η χρήση του χρονολογείται από τις αρχές της δεκαετίας του '60, οπότε και εξ αιτίας των σχετικών προσπαθειών του Luria μεταφράστηκε στην αγγλική η έρευνα Vygotsky για τα ευεργετικά αποτελέσματα αυτού, που θα μπορούσε στα ελληνικά να αποδοθεί και ως δημιουργικός, ή και σημαντικός (σημαίνων) μονόλογος, ή ακόμα και εσωτερικός διάλογος. Παρά τη γενική καχυποψία που αρχικά δημιούργησε στον επιστημονικό κόσμο μια θεωρία σοβιετικής προέλευσης, ο όρος και η σημασία του έγιναν συνολικά αποδεκτά, ειδικά μετά την υιοθέτησή τους από τον ίδιο τον Jean Piaget για την αξία τους στην αναπτυξιακή ψυχολογία. Η αυτοακρόαση είναι ταυτόσημη με την έννοια της αυτορύθμισης και σηματοδοτεί τη διεργασία μέσω της οποίας ένα συστατικό του γλωσσικού κώδικα κινητοποιεί, ελέγχει, οργανώνει, δομεί, ή και σχεδιάζει τη συμπεριφορά του ατόμου. Σε περιπτώσεις σοβαρής νυχοπαθολογίας είναι πράγματι δυνατό να παρατηρηθεί αυτοακρόαση, και σε περιστατικά, λ.χ., με παραμορφωτικές γνώσεις η αυτοακρόαση μπορεί να είναι ενισχυτική προς αυτές. Η αναδόμησή της γνωσιακά είναι συνεπώς σημαντική για τη θεραπευτική διαδικασία. Οι μπηχεβιοριστικές τεχνικές που αφορούν στη χρήση αυτοακρόασης περιορίζονται,



αναπτύξει μια από τις πρώτες μεθόδους αυτοβοήθειας (**self-instructional training**) για ασθενείς με ψυχικά προβλήματα, δίνοντας τέσσερα στάδια ολοκληρωμένης θεραπευτικής προσέγγισης:

- (i) ενημερωτική προετοιμασία του υποκειμένου για τη σημασία της διαχείρισης του άγχους και τον ευεργετικό ρόλο της αυτοακρόασης,
- (ii) *in vitro*, σε φανταστικό επίπεδο και με αυτοακρόαση, αντιμετώπιση αγχογόνων συνθηκών,
- (iii) φανταστική επίλυση των προβλημάτων που προκύπτουν από τις συνθήκες αυτές με αυτοακρόαση, και
- (iv) ενίσχυση του ασθενή για κάθε επιτυχία του κατά τη διάρκεια της συνεδρίας.

Με τη συμβολή του Aaron Beck που φέρεται και ως πατέρας της γνωστικής / γνωσιακής θεωρίας, και των συνεργατών του¹⁰², ολοκληρώνονται, σχεδόν, οι βασικές προτάσεις του γνωσιακού μοντέλου:

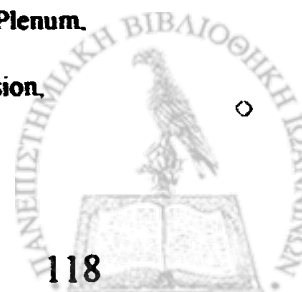
- (i) καθορισμός αντικειμενικών στοιχείων που μπορούν να συλλεχθούν από τον ίδιο τον πάσχοντα όσον αφορά στην υποστήριξη ή την επιβεβαίωση του ανυπόστατου των αρνητικών του αισθημάτων,
- (ii) προσδιορισμός εναλλακτικών λύσεων στην εκάστοτε δεδομένη συνθήκη, και
- (iii) εξοικείωση με τις αρνητικές εκδοχές, τις τυχούσες αρνητικές συνέπειες, που η συνθήκη θα μπορούσε να προκαλέσει.

Οι εκτενείς μελέτες του Beck στην κατάθλιψη τον έκαναν αρχικά γνωστό για την κλίμακα αξιολόγησης της διαταραχής αυτής, με τη χρήση ενοτήτων προτάσεων που δηλώνουν κλιμάκωση μιας σειράς από δυνάμει καταθλιπτικές ή αγχογόνες συνθήκες που το υποκείμενο μπορεί να αντιμετωπίζει. Επεκτείνοντας τις παρατηρήσεις του σε μεγαλύτερα δείγματα πληθυσμού επιβεβαίωσε απόψεις όπως οι προαναφερθείσες σχετικά με τη δύναμη της διανοητικής επεξεργασίας των εμπειριών προκειμένου για τη δημιουργία ή όχι ψυχικών διαταραχών εν γένει, και έδειξε ότι το να "βλέπει" και να σκέφτεται κανείς τα πράγματα με τρόπο αρνητικό, έχει σαν αναγκαίο επακόλουθο το να τα ζει και έτσι, άρα και το να αναπτύσσει αισθήματα, συναισθήματα και συμπεριφορές που είναι πλέον όχι μόνο αρνητικά, αλλά και δυνάμει νοσηρά. Η αλλαγή, λοιπόν, του τρόπου, με τον οποίο το

θα έλεγε κανείς σε δοκιμές επί των επιθυμητών συμπεριφορών πριν την υιοθέτησή τους από το υποκείμενο, σε όρους μιμητισμού, προσδοκιών, ή φόβων, ιδιαίτερα σε επικοινωνιακό επίπεδο, όταν το άτομο προετοιμάζεται για μια συνδιαλλαγή με τρίτους. Για τη γνωσιακή θεωρία η μέθοδος αυτή έχει πολυδιάστατη εφαρμοσιμότητα και αξία αφού συμπλέκεται με τις γνωσιακές μεθόδους διδασκαλίας αυτοπεποίθησης, έκλυσης της στρεσογόνου διεγερσιμότητας, αυτοκαθοδήγησης, και εν γένει, συνολικής αυτορύθμισης του υποκειμένου.

¹⁰¹ Meichenbaum, D., 1977, *Cognitive - behavior modification: an integrative approach*, Plenum, N.Y.

¹⁰² Beck, A.T., Rush, A.J., Shaw, B.F. and Emery, G., 1979, *Cognitive therapy of depression*, Guilford Press, N.Y.



υποκείμενο συλλαμβάνει τα της εξωτερικής πραγματικότητας, είναι και ο πυρήνας της αποτελεσματικής θεραπευτικής παρέμβασης στα νοσηρά αποτελέσματα της αρνητικής, καταστροφικής κάποτε, σκέψης.

Ο ίδιος, στο εκτενές συγγραφικό του έργο αναλύει με σπουδή σχεδόν όλες τις εκφάνσεις της γνωσιακής προσέγγισης που υιοθετούνται με επιτυχία από τους εφαρμόζοντες αυτήν. Για παράδειγμα, μιλώντας για τη θεραπευτική σχέση μεταξύ θεράποντος προσώπου και ασθενούς, σημειώνει ότι θα πρέπει να οριστεί ως “μια σχέση συνεργατικού εμπειρισμού”, κατά την οποία θεραπευτής και ασθενής λειτουργούν σαν επιστήμονες ερευνητές, που διατυπώνουν υποθέσεις, τις θέτουν υπό πειραματικό έλεγχο αντιμετωπίζοντας κριτικά την αξιοπιστία τους, και ερευνούν για εναλλακτικές τακτικές όταν οι υποθέσεις αυτές αποδειχτούν ανυπόστατες. Κεντρικό στοιχείο στη διάρθρωση των μερών της γνωσιακής θεραπείας για τον A. Beck είναι η κατανόηση των αυτόματων σκέψεων. Η λεπτομερής και ακριβής καταγραφή των δυσλειτουργικών αυτόματων σκέψεων (automatic thoughts) στο πλαίσιο της θεραπευτικής πράξης αποτελεί την προϋπόθεση για, αν όχι και τη θεραπεία του ατόμου αυτή καθαυτήν. Διευκρίνισε μάλιστα με τον πιο καθαρό ίσως τρόπο ότι η πορεία της θεραπείας, τα κατά στάδια επιτεύγματα που θα καταγραφούν στο ιστορικό της αγωγής, οι δραστηριότητες που θα επεκτείνουν την εφαρμογή των κλιμακούμενων πορισμάτων της θεραπείας, και, πάνω απ’ όλα, η έκβαση της θεραπείας, είναι στοιχεία που αφορούν σχεδόν κατ’ αποκλειστικότητα τον ίδιο τον ασθενή, την ειλικρινή συναίνεσή του για, και την υιοθέτηση των θεραπευτικών τακτικών που προτείνονται (Beck, 1976).¹⁰³

Στον ίδιον οφείλεται και η μέγιστης σημασίας διαπίστωση περί της κύριας “γνωσιακής τριάδας” (cognitive triad) που διέπει τη σκέψη ιδίως των καταθλιπτικών ασθενών: (i) αρνητικές σκέψεις για τον εαυτό, (ii) αρνητικές σκέψεις για την τρέχουσα εμπειρία και (iii) αρνητικές σκέψεις για τον κόσμο και το μέλλον. Επεκτείνοντας, μάλιστα, τα συμπεράσματά του και για άλλες διαταραχές (idem, 1976), καταλήγει χαρακτηριστικά στο ότι (i) η θλίψη έπεται πάντα μιας αρνητικής σκέψης περί απώλειας (π.χ.: “χάθηκε κάτι αξίας”), (ii) το άγχος έπεται πάντα μιας αρνητικής σκέψης περί [μάλλον απροσδιόριστης] απειλής (π.χ.: “κάτι απειλεί να με βλάψει”), ενώ (iii) ο θυμός έπεται πάντα μιας αρνητικής σκέψης περί [προσδιορισμένης ιδίως σε άλλους] απειλής καταπάτησης (π.χ.: “καταπατιέται ο προσωπικός μου χώρος”).

Η γνωσιακή θεωρία διαρθρώνεται με γνώμονα τη διαχείριση και θεραπεία των διανοητικών και συναισθηματικών προβλημάτων ασθενών.

¹⁰³ Beck, A.T., 1976. Cognitive therapy and the emotional disorders, International Universities Press, N.Y.

Η υιοθέτηση μιας σειράς μηχηβιοριστικών στοιχείων και τεχνικών σχεδόν προϋποτίθεται όταν γίνεται λόγος για γνωσιακή θεραπεία, και στις περισσότερες εφαρμογές της προσέγγισης γίνεται λόγος για **γνωστική-μηχηβιοριστική θεραπεία (cognitive-behavioural therapy)**.

Επεκτείνοντας, όμως, κατά πολύ τη μηχηβιοριστική θεώρηση, η γνωστική Σχολή αναγνωρίζει τα προϊόντα της σκέψης του ατόμου, τα γνωστικά γεγονότα, τις γνωστικές διαδικασίες και τα γνωστικά φαινόμενα όχι πλέον απλώς ως επιφαινόμενα, που μπορούν με την αποβολή μιας ανεπιθύμητης συμπεριφοράς να αποβληθούν καθ' έλξη, αλλά ως κρίσιμης σημασίας δομές, που είναι δυνατό να επηρεάσουν αυτή, τη συμπεριφορά, και να διαμορφώνουν δυνάμει την όλη προσωπικότητα του ατόμου. Αν, επί διαταραγμένων συμπεριφορών, πρεσβεύει το γνωστικό μοντέλο, επιτευχθεί η αλλαγή των πυρηνικών νοητικών στοιχείων που την ορίζουν, τότε είναι δυνατό να αλλάξει η συμπεριφορά αυτή. Η έμφαση, επομένως, της γνωστικής θεώρησης, τίθεται στην **αλλαγή των τρόπων με τους οποίους το άτομο διαπραγματεύεται γνωσιακά, συναισθηματικά, σωματικά, αλλά και συμπεριφορικά, τα μηνύματα από το εξωτερικό περιβάλλον και από τον εσωτερικό του κόσμο - οπτική, που παραμελήθηκε από την αμιγή παραδοσιακή μηχηβιοριστική προσέγγιση.**

Υπό το πρίσμα αυτό, οι συμπεριφορικές τακτικές προκειμένου για τη διαχείριση, λ.χ., διαταραχών της προσωπικότητας, διατηρούνται και εφαρμόζονται επιλεκτικά. Έτσι, τεχνικές όπως η τήρηση ημερολογίου δραστηριοτήτων, η υποκειμενική αξιολόγηση του βαθμού ελέγχου και ευχαρίστησης που αντλήθηκε από τις εκάστοτε θεραπευτικές ασκήσεις, η κλιμάκωση των ασκήσεων κατά βαθμό δυσκολίας τους, η εξάσκηση σε μεθόδους εξύψωσης του αυτοπροσδιορισμού, οι ασκήσεις χαλάρωσης, η συμπεριφορική απόσπαση της προσοχής από αρνητικές σκέψεις, η συμπεριφορική αυτοακρόαση και δοκιμή ρόλων, και η *in vivo* έκθεση σε αγχογόνες συνθήκες, αποτελούν το *sine qua non* της γνωσιακής προσέγγισης, αλλά θεωρούνται και ανεπαρκείς για την ευόδωση θεραπευτικών παρεμβάσεων στις εν λόγω διαταραχές¹⁰⁴.

Οι γνωστικές τεχνικές που τείνουν να εφαρμοστούν σαν ολοκλήρωση των μηχηβιοριστικών για θεραπεία των παραπάνω διαταραχών περιλαμβάνουν¹⁰⁵: την κατανόηση του ιδιοσυγκρασιακού νοήματος που αναλαμβάνει για το υποκείμενο μια σειρά κεντρικών θέσεων, σκέψεων και συναισθημάτων του, ώστε να επικοινωνούνται με την επίγνωσή του ως προς την ιδιαιτερότητα των διαμηνυόμενων στοιχείων τους

¹⁰⁴ Covi, L., Roth, D.M., Pattison, J.H. and Lipman, R.S., 1988, Group cognitive behavioral therapy of depression: Two parallel treatment manuals for a controlled study, In: C.Perris, I.M. Blackburn and H.Perris (eds.), *Cognitive Psychotherapy*, Springer-Verlag, N.Y.

¹⁰⁵ Freeman, A., 1988, Cognitive therapy of personality disorders: General treatment considerations, In: C.Perris, I.M. Blackburn and H.Perris (eds.), *Cognitive Psychotherapy*, Springer-Verlag, N.Y.



την προσεκτική εξέταση αντικειμενικών στοιχείων της πραγματικότητας που αποτελούν την πηγή και την αιτία διατήρησης των νοημάτων που διέπουν τη σκέψη, το συναίσθημα και τη συμπεριφορά του υποκειμένου

την εξέταση πλεονεκτημάτων/μειονεκτημάτων στη διατήρηση πίστewων καθοριστικών για τη διαίωνιση μιας δυσπροσαρμοστικής συμπεριφοράς και της σύστοιχης διανοητικής και συναισθηματικής σύγχισης που προκαλεί

τη διεργασία “επαναπόδοσης” των δυσπροσαρμοστικών συμπεριφορών στον εαυτό αντί σε εξωτερικές συνθήκες, με την αναδόμηση στοιχείων της σκέψης που ενισχύουν την ανάληψη υπευθυνότητας για τις εξελίξεις στη ζωή του υποκειμένου

τη διερεύνηση ύπαρξης, κι εξέταση, επιλογών κι εναλλακτικών επιλογών με σκοπό να προστεθούν στο ρεπερτόριο των τακτικών και των λύσεων που έχει κατά νου το υποκείμενο έναντι των προβλημάτων του

την αξιολόγηση προσωπικών εμπειριών σε συγκριτικές κλίμακες εγκαθιστώντας μια προοπτική ζωής με σταθερά προσωπικά σημεία αναφοράς και στόχο τον αποκλεισμό της καταστροφολογίας περί αναμονών, και

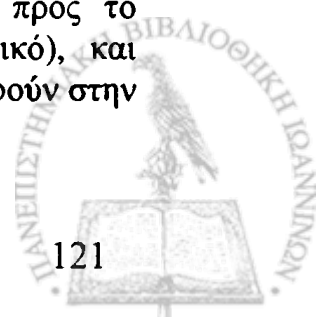
τη χρησιμοποίηση φαντασιωτικής αντικατάστασης/αναδόμησης εικόνων μελλοντικών ιδίως, που συντηρούν τα υψηλά επίπεδα stress και άγχους και υπονομεύουν τη δυνατότητα χαλάρωσης καθώς και τη διάρρηξη των φαύλων γνωσιακών κύκλων που ευθύνονται για την ψυχική διαταραχή

Σε γενικές γραμμές, η γνωσιακή θεωρία προτείνει ότι η συναισθηματική διαταραχή εκδηλώνεται όταν προκύπτουν αλλοιώσεις στη γνωσιακή κατανόηση ή και ερμηνεία εκ μέρους του ατόμου βιωμάτων, εμπειριών, αναμνήσεων, συναισθηματικών καταστάσεων, σχέσεων με τους άλλους, αναμονών, προσδοκιών, και, γενικά, στοιχείων της πραγματικότητας που αφορούν στο παρελθόν, στο παρόν, και στο μέλλον, τόσο για τον εαυτό, όσο και για τους άλλους.

Οι αλλοιώσεις τούτες παίρνουν τυπικά τη μορφή αρνητικών ερμηνειών και προβλέψεων, που, σταδιακά τείνουν να σταθεροποιηθούν στη γνωστική σφαίρα του ατόμου και συχνά συγχέονται με αυτό που ο κοινός νους περιγράφει ως “χαρακτήρα”, που μάλιστα “δεν αλλάζει”.

Ίσως ο πρώτος μύθος, με τον οποίο η γνωσιακή προσέγγιση έχει να κάνει κατά τη θεραπευτική διαχείριση των προβλημάτων ενός ατόμου, είναι αυτός ακριβώς, της δήθεν μη-τροποποιήσιμης σειράς σκέψεων και συνεπαγόμενων συμπεριφορών που κατατρύχουν το άτομο - εν τέλει, ανεξαρτήτως της ψυχικής και διανοητικής του κατάστασης.

Η προβληματική της διαπραγμάτευσης τέτοιων τάσεων αρνητικής ερμηνείας των πραγμάτων έγκειται στο ότι οι σκέψεις που τις προκαλούν είναι αυτόματες, υπό την έννοιαν ότι προκύπτουν τόσο άμεσα ως προς το εκάστοτε συμβάν (σωματικό, συναισθηματικό, βιωματικό, νοητικό), και εγκαλούν μια τέτοια μακρά σειρά πρόσθετων σκέψεων, που συνηγορούν στην



αρνητική εντύπωση του ατόμου για τον εαυτό και τους άλλους, ώστε ο εντοπισμός τους να αποτελεί το δυσκολότερο ίσως, αλλά και πρωταρχικό στόχο, τόσο για το θεραπευτή, όσο και για τον πάσχοντα¹⁰⁶.

Η θεραπευτική προσέγγιση, λουπόν, όπως φάνηκε και από τα παραπάνω σχόλια, συνίσταται ακριβώς στο να βοηθηθεί ο πάσχων να αναδομήσει τον τρόπο σκέψης του ακριβώς μέσα από την επισήμανση λέξεων-κλειδιών, προτάσεων, και του μη λεκτικού του απευθύνεσθαι, που μπορεί να διαπιστωθούν σταθερά και επαναλαμβανόμενα στο λόγο του, άρα και πιθανώς υποδηλώνουν σχήματα σκεπτικά, άξια προς διερεύνηση.

Προσοχή χρειάζεται να δοθεί στο παρελθόν του ατόμου, στη ρεαλιστική διάσταση των αρνητικών σκέψεών του - εν τέλει, των φόβων του - στον εντοπισμό της συναισθηματικής επένδυσης σε νοήματα, αντικείμενα και πρόσωπα εκ μέρους του, στις αρνητικές σκέψεις και προβλέψεις του, καθώς επίσης και στο σχεδιασμό, στον οποίον είναι δυνατό να επιδοθεί, προκειμένου για τη διασκέδαση των αρνητικών γνωσιών του, και τη συνακόλουθη αναδόμηση ορισμένων από αυτές, αλλά και την εδραίωση νέων, ρεαλιστικών γνωσιών.

Με τον όρο γνωσίες νοούνται τα θεμελιώδη δομικά στοιχεία της νοητικής διεργασίας του ατόμου. Σύμφωνα με τη γνωστική θεώρηση οι γνωσίες περιλαμβάνουν τρεις επιμέρους νοητικές ενότητες: τα γνωσιακά γεγονότα, τις γνωσιακές διαδικασίες, και τα σχήματα, ή γνωσιακές δομές.

Τα γνωσιακά γεγονότα περιλαμβάνουν τις σκέψεις, τις μνήμες, τη δημιουργική φαντασία, τις ονειροπολήσεις, τις φαντασιώσεις, τα όνειρα, τις αναμονές, τις ευχές του ατόμου, και, γενικά, τις βραχυπρόθεσμες νοητικές ακολουθίες που είναι, αν όχι και ευθέως συνειδητές, διαθέσιμες, όμως στην

¹⁰⁶ Θα ήταν δυνατό να εκφραστεί η εντύπωση ότι πολλά από τα στοιχεία που απασχολούν τη γνωστική ψυχολογία μπορούν να παραλληλιστούν με κάποιους φροϋδικούς προβληματισμούς. Χωρίς να υπονοείται καμία άμεση επιρροή του φροϋδικού μοντέλου επί του παραδοσιακού γνωστικού [ας μη λησμονηθεί ότι ένας κλάδος του ορίζεται ήδη γνωσιακή αναλυτική κατεύθυνση - (cognitive analytic therapy) με άμεσες εκπεφρασμένες επιρροές από το φροϋδικό μοντέλο], είναι, αν μη τι άλλο, λογικοφανές να προσεχτεί, για παράδειγμα, το ενδιαφέρον που τα δύο μοντέλα δείχνουν στη ροή των σκέψεων του υποκειμένου. Η νομενκλατούρα διαφοροποιείται σημαντικά, και η διαφορά έμφασης στη σύλληψη των δομών παραμένει αδιαφιλονίκητη, ωστόσο δε μπορεί εύκολα να απισταθεί κανείς στον πειρασμό να θυμηθεί "ελεύθερο συνειρμό" όταν γίνεται λόγος για "αυτόματες σκέψεις"... Ένα άλλο παράδειγμα που τείνει να στηρίζει περαιτέρω την ιδέα μιας δυνάμει συγκριτικής θεώρησης των δύο μοντέλων είναι αυτό της τελευταία μόνον απετυσσομένης μεθόδου φαντασιστικής αναδόμησης (imagery rescripting) που επιχειρεί το γνωσιακό μοντέλο, και του, τουλάχιστον φαινομενολογικά, παραλληλισμού του ίσως και με αυτή, τη διαδικασία ερμηνείας ονείρων, που επιστρατεύει το φροϋδικό μοντέλο. Με την επίγνωση του προς ώρας ρηζικέλευθου του ισχυρισμού τούτου, και με την επιφύλαξη αυτής ακριβώς, της φαινομενολογικής διάστασης της θεώρησης, η ιδέα κατατίθεται με την υπόθεση ότι στο μέλλον θα μπορούσε να αποκτήσει μεγαλύτερων διαστάσεων σημασία/ες...



ανά πάσα στιγμή επίγνωση του υποκειμένου. Τρεις μείζονες νοητικές ακολουθίες υπάγονται στην κατηγορία αυτή:

- **Προσδοκίες (expectations)**, συλλήψεις που σαφώς εκφράζουν αναμονή μελλοντικών εξελίξεων, είτε (i) αναφορικά προς το αποτέλεσμα των πράξεων του υποκειμένου (outcome expectation) π.χ.: “αν καταφέρω να μπω στον ανελκυστήρα θα μειωθεί η κλειστοφοβία μου”, είτε (ii) αναφορικά προς την αποτελεσματικότητα των μελλουσών ενεργειών του (efficacy expectation)¹⁰⁷ π.χ.: “πιστεύω (;) ότι μπορώ να μπω στον ανελκυστήρα για να μειώσω το βαθμό κλειστοφοβίας μου” (Bandura και Walters, 1963)
- **(προ)Εκτιμήσεις (appraisals)**, σκεπτικά αναπτύγματα που αφορούν ιδιαίτερα σε προβλέψεις μελλοντικών γεγονότων και δίνουν έμφαση στην αυτο-αξιολόγηση, και που, στην ψυχοπαθολογική τους διάσταση έχουν αρνητικό, έως και καταστροφικό χαρακτήρα, συχνά επιστρατεύοντας και άστοχες συγκρίσεις του εαυτού με τρίτα πρόσωπα π.χ.: “ποτέ δε θα μοιάσω στο γνωστό μου αυτόν, με την καλοτακτοποιημένη ζωούλα και το σταθερό εισόδημα”, ή “αυτή η προσπάθειά μου θα αποτύχει παταγωδώς”, κττ και
- **Αποδόσεις (attributions)**, διανοήματα, που επιχειρούν να εντοπίσουν το γιατί ένα “καταστροφικό” γεγονός συνέβη στο υποκείμενο (πρβλ. και τη γνωσιακή πλάνη προσωποποίησης, παρακάτω), και μπορεί να είναι:
 - (i) εξωτερικές versus εσωτερικές (external vs internal)¹⁰⁸, π.χ.: “απέτυχα στις εξετάσεις διότι ήταν δύσκολα τα θέματα” versus “απέτυχα διότι είμαι βλαξ”

¹⁰⁷ Τα εκτενή πειράματα και τη διαμόρφωση της θεωρίας κοινωνικής μάθησης, ή κοινωνικογνωσιακής θεωρίας (social learning theory), που άνοιξε και τις πύλες του τεχνικού εμπλουτισμού, τόσο στο μητρεβιορισμό, όσο και στη γνωσιακή θεωρία, οφείλουμε στον **Albert Bandura** και στον **Robert Walters** (π.χ., Bandura, A. and Walters, R.H., 1963, *Social learning and personality development*, Holt, Rinehart and Winston, N.Y.), που ιδιαίτερα με τις διευκρινίσεις τους περί παρατηρητικής μάθησης (observational learning) και γνωστικών αναμονών αποτελέσματος και αποτελεσματικότητας (των ιδίων και τα παραβαλλόμενα παραδείγματα) οργανώθηκε και συστηματοποιήθηκε η τεχνική της μίμησης του προτύπου (modeling), που βρήκε εφαρμογές μεγάλου εύρους σε ολόκληρο το φάσμα της ψυχοπαθολογίας.

¹⁰⁸ Την αρχιτεκτονική των αποδόσεων οφείλει η Κλινική Ψυχολογία από τη μια πλευρά στον **Rotter** (π.χ., Rotter J.B., 1966. *Generalized expectancies for internal versus external control of reinforcement*. *Psychological Monographs*, 80, 1). για τον οποίο έγινε ενδεικτικά λόγος και παραπάνω. στο πλαίσιο του μηχανισμού άμυνας της προβολής με τη μνεία της θεωρητικής του συμβολής αναφορικά προς την εσωτερική vs εξωτερική απόδοση της ευθύνης (internal vs external locus of control), κι από την άλλη πλευρά στον **Martin Seligman** και τους συνεργάτες του (π.χ., Abramson, L.Y., Seligman, M.E.P. and Teasdale, J., 1978. *Learned helplessness in humans: Critique and reformulation*. *Journal of Abnormal Psychology*, 87, 32-48), που εισήγαγαν την έννοια της μαθημένης αβοηθησίας (learned helplessness), η οποία βρήκε ευρύτατη επαλήθευση, ιδιαίτερα στο χώρο της κλινικής ψυχολογίας της υγείας, και πιο συγκεκριμένα αναφορικά προς την ψυχολογική κατάσταση ανίατων ασθενών. αλλά προσέφερε και χρήσιμο ερμηνευτικό πλαίσιο για συμπεριφορές όπως αυτές των κακοποιημένων συζύγων που δεν αποχωρίζονται τον κακοποιό σύντροφό τους, των παθολογικά αγχωδών ατόμων ύστερα από επανειλημμένη και ανεξέλεγκτη έκθεση σε πολλαπλούς στρεσογόνους παράγοντες, κ.α.

(ii) σταθερές versus ασταθείς (stable vs unstable) π.χ.: “απέτυχα διότι είμαι ανίκανος στο μάθημα αυτό” versus “απέτυχα διότι χθες ξενύχτησα διαβάζοντας κι εξαντλήθηκα”, ή / και

(iii) γενικές / γενικευμένες versus ειδικές / συγκεκριμενοποιημένες (global vs specific), π.χ.: “απέτυχα διότι πάντα αποτυγχάνω στις εξετάσεις αυτού του μαθήματος” “...διότι είμαι άχρηστος”, “...διότι είμαι αδύναμος”, “...διότι η ζωή μου είναι χαοτική”, versus “απέτυχα διότι ο αριθμός της κόλλας μου στις εξετάσεις αυτές ήταν το γρουσουζικό 13”.

Οι αποδόσεις αλληλοδιαπλέκονται και είναι δυνατό να εμφανίζονται σε δύο η περισσότερους συνδυασμούς των μεν ή των δε όρων από τις παραπάνω αντιδιαστολές.

Έτσι, το να μην έχει προσληφθεί κάποιος με διαταραχές των γνωσιών του σε μια θέση και να αιτιολογεί την αποτυχία του με βάση την ιδέα ότι “έχασε τη θέση λόγω της αθεράπευτης τεμπελιάς του, που τον έκανε να αμελήσει να προετοιμαστεί για τις ερωτήσεις που θα του έθεταν στη συνέντευξη”, εκφράζει μίαν εσωτερική (στην “τεμπελιά του”) σταθερή (στην “αθεράπευτη”, συνεκδοχικά χρόνια, μόνιμη) σφαιρική (η “αθεράπευτη τεμπελιά του” ως χαρακτηριστικό της όλης του προσωπικότητας) απόδοση.

Αν, πάλι, κόλαζε τη “ρινική καταρροή του, που τον έκανε να δείχνει γελοίος στους συνεντευξιάζοντες” θα εξέφραζε μίαν εσωτερική (στην αυτοεκτίμησή του), ασταθή (όταν έχει συνάγχη, όταν είναι κρυωμένος, στο κρύωμα) σφαιρική (στην εικόνα του ως γελοίου κάθε φορά που είναι κρυωμένος), απόδοση.

Ομοίως, αν “όλοι στις εξετάσεις αυτού του μαθήματος συναντούν ανυπέρβλητες δυσκολίες, και πολύ περισσότερο κατά τις σημερινές εξετάσεις, που η τέταρτη σελίδα των θεμάτων ήταν για όλους κακό αντίγραφο”, ο μαθητής που δεν έγραψε καλά θα έκανε μίαν εξωτερική (στο δύσκολο μάθημα), ασταθή (δε δίνονται κάθε φορά θέματα κακοφωτοτυπημένα) ειδική (όλων η τέταρτη σελίδα ήταν ειδικά σήμερα δυσανάγνωστη) απόδοση.

Δε χωράει αμφιβολία ότι τέτοια παραδείγματα θα μπορούσε να ιδωθούν ως λογικές αιτιολογήσεις μιας αποτυχίας. Η ένταση, η συχνότητα, και ο βαθμός υποκειμενικής δυσφορίας του υποκειμένου από την ίδια την επανειλημμένη επίδειξη τέτοιων στοιχείων σκέψης και τέτοιων ανεπιθύμητων αποτελεσμάτων δράσης είναι που συνιστούν αιτία παρέμβασης του γνωστικού ψυχολόγου.

Σημειώνεται ότι στο επίπεδο των γνωσιακών γεγονότων είναι που εντοπίζονται και οι κατά A.Beck αυτόματες, δομημένες, ταχύτατες στη



δυνατότητα εναλλαγής τους και καταστροφολογικής αλληλουχίας τους, σκέψεις.

Οι γνωσιακές στρατηγικές ή διαδικασίες (*cognitive strategies*) περιλαμβάνουν επίσης βραχυπρόθεσμες νοητικές ακολουθίες, καλύτερα όμως δομημένες από τα σχετικά εφήμερα γνωσιακά γεγονότα, όπως η προσοχή, η απόσπαση της προσοχής, η πρωτογενής αξιολόγηση (η δευτερογενής τείνει να υπαχθεί στις κυρίως γνωσιακές δομές, τα σχήματα, που αναφέρονται παρακάτω), η κωδικοποίηση, η συγκράτηση και η ανάκληση τόσο των περιβαλλοντικών, όσο και των εσωτερικών (σωματικών, συναισθηματικών, σκέψης) πληροφοριών. Σε περίπτωση φυσικής σωματικής νόσου, ή και ψυχοπαθολογίας, οι νοσηρές γνωσιακές στρατηγικές, το περιεχόμενο των σχετιζόμενων με αυτές πληροφοριών και η επεξεργασία των πληροφοριών από τον έξω κόσμο ή την ενδογενή συμπτωματολογία, ευθύνονται για την προδιάθεση για, και για την ίδια την υποτροπή αναφορικά με την αρχική πάθηση. Πολύ δε μάλλον, η γνωσιακή αναδόμηση στο επίπεδο των γνωσιακών στρατηγικών έχει αποδειχτεί επαρκώς ως παρέμβαση που επάξια μπορεί να ανταγωνιστεί τη φαρμακευτική αγωγή σε ορισμένες ψυχοπαθολογικές εκδηλώσεις (π.χ., Simons et al, 1986).¹⁰⁹

Στο επίπεδο των γνωσιακών διαδικασιών είναι που εντοπίζονται τα *γνωσιακά λάθη*, ή *γνωστικές πλάνες*, ή *παραμορφωτικές γνωσίες* (*cognitive errors, or cognitive distortions*), υπεύθυνα για την αλλοίωση των προσλαμβανόμενων πληροφοριών από τον εαυτό και το περιβάλλον, και άρα συνδεδεμένα στενά με ψυχοπαθολογικές εκδηλώσεις. Δεδομένων των πλείστων όσων ενδείξεων περί γνωσιακών λαθών εκ μέρους “φυσιολογικών” ατόμων, είναι ο βαθμός και η συχνότητα, καθώς επίσης και η ένταση κατά την οποία οι ψυχικά πάσχοντες διαφοροποιούνται από τους μη-διαγνωσμένους ως πάσχοντες. Συγκεκριμένα, τα πιο συνηθισμένα γνωσιακά λάθη είναι τα ακόλουθα:

- *Επιλεκτική αφαίρεση (selective abstraction)*, η τάση να αποσπάται μια λεπτομέρεια από μια γενικότερη κατάσταση, χρησιμοποιούμενη για να κατασκευαστεί μια ιδιόμορφη κατανόησή της, παραβλέποντας άλλες, ενδεχομένως σημαντικές παραμέτρους που μπορεί να την επηρεάζουν: π.χ.: “αν χάλασε το φωτοτυπικό μηχάνημα την ώρα που εσύ το χρησιμοποιούσες, τότε το φταίξιμο είναι αποκλειστικά δικό σου” [ενώ υπάρχουν χίλιοι-και-ένας ακόμη λόγοι στους οποίους να μπορεί να αποδοθεί η βλάβη (παλαιότητα του μηχανήματος, κακή χρήση από τον προηγούμενο χρήστη του, κττ)], ή, λ.χ., από την αναφορά για δυσμενή μετάθεση, που του κοινοποιείται, ο υπάλληλος να προσέξει μόνον ορισμένα αρνητικά σημεία. Πρόκειται για μια γνωσία, της οποίας η

¹⁰⁹ Simons, A.D., Murphy, G.E., Levine, J.L. and Wetzel, R.D., 1986. Cognitive therapy and pharmacotherapy of depression: sustained improvement over one year, *Archives of General Psychiatry*, 43, 43-48.

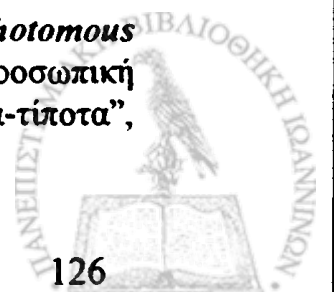


εκτενής και παρατεταμένη επιστράτευση εγκυμονεί τον κίνδυνο καταθλιπτικών μορφών εκδηλώσεων του υποκειμένου.

- **Αυθαίρετο συμπέρασμα (arbitrary inference)**, η τάση για εξαγωγή συμπερασμάτων, που, όχι μόνο είναι δυνατό να μην ανταποκρίνονται στη ρεαλιστική πραγματικότητα, αλλά η τελευταία να προσφέρει και άφθονα στοιχεία που να στηρίζουν τον αντίθετο προς τον εκφερόμενο συλλογισμό: π.χ.: “όλοι οι άνδρες είναι αναξιόπιστοι” - υπάρχουν ενδείξεις ότι μερικοί άνδρες μπορεί να είναι αναξιόπιστοι, αλλ’ αφ’ ενός το ίδιο ενδέχεται να ισχύει και για μερικές γυναίκες, αφ’ ετέρου το υποκείμενο δεν είναι δυνατό να γνωρίζει όλους τους άνδρες για να μπορεί να μιλήσει με βεβαιότητα περί της αξιοπιστίας έστω της πλειοψηφίας αυτών. Σε περιπτώσεις βαριάς παθολογίας, όπως σχιζοφρενικών ασθενών, η ίδια γνωσία θα αντιστοιχίζοταν με την *επίσπευση νοηματικής απόδοσης (precipitated meaning attribution)*, που αφορά στην τάση αυθαίρετης “συμπλήρωσης” πληροφοριών που δε δόθηκαν ποτέ σε ένα ευρύτερο νόημα που επικοινωνήθηκε.

Έχει διαπιστωθεί ότι το αυθαίρετο συμπέρασμα γενικά τείνει να συνδέεται με αγχώδεις εκδηλώσεις, και ότι σε καταθλιπτικά άτομα είναι η συχνότερη γνωσιακή πλάνη.

- **Υπεργενίκευση (overgeneralisation)**, η εξαγωγή γενικών και δήθεν αξιωματικά έγκυρων συμπερασμάτων από μεμονωμένα γεγονότα, η πίστη ότι ένας συσχετισμός που προέκυψε προς στιγμήν έχει σφαιρική ισχύ, η επέκταση συμπερασμάτων σε καταστάσεις άσχετες προς την πηγή εξαγωγής τους, ή / και η θεώρηση ενός αρνητικού (κυρίως) γεγονότος ως εναρκτήριου λακτίσματος για έναν ατελείωτο φαύλο κύκλο προσωπικής θυματοποίησης και κακοδαιμονίας: οι δεισδαιμονικές δοξασίες είναι δυνατό να ιδωθούν υπό το πρίσμα της υπεργενίκευσης, αλλά καιπίστεις ματαιωτικές του τύπου: “αφού ερωτεύτηκα ήδη μια φορά, δε θα ξαναερωτευτώ ποτέ”, ή: “αφού δεν ερωτεύτηκα ως τώρα, δε θα ερωτευτώ ποτέ”, ή: αφού δε με προσέλαβαν εκεί, δε θα με προσλάβουν πουθενά - συλλογιστική δίχως λογική ακολουθία και συνέπεια, που συνδέεται με την καταστροφολογία και δυνάμει με καταθλιπτικές μορφές συμπεριφορές.
- **Υπερβολή versus ελαχιστοποίηση (magnification versus minimisation)**, η ανάρμοστη προς τις ρεαλιστικές διαστάσεις της πραγματικότητας υπερεκτίμηση ή υποτίμηση της σπουδαιότητας ή έκτασης ενός προφανώς ασήμαντου ή κεφαλαιώδους αντίστοιχα γεγονότος ή κατάστασης: π.χ.: “πέρασε από δίπλα μου και δε μου μίλησε, διότι όπως αναμενόταν, κάποια στιγμή θα με παραγκώνιζε, τέτοια ανάξια λόγου που είμαι” - θα μπορούσε απλώς να μην την είχε δει ανάμεσα στο πλήθος, να ήταν βιαστική/ός, να είχε απορροφηθεί στις σκέψεις της/του, κττ...
- **Διχοτομική ή πολωμένη σκέψη, ή υπεραπλούστευση (dichotomous thinking or oversimplification)**, η επεξεργασία εμπειριών με προσωπική σημασία υπό το σκεπτικό “είτε-είτε”, “άσπρο-μαύρο”, “όλα-τίποτα”,



“καλό-κακό”, “σωστό-λάθος”, με συνακόλουθη αδυναμία εντοπισμού ενδιάμεσων εκδοχών της ρεαλιστικής πραγματικότητας: π.χ.: “ήταν λάθος μου να την ερωτευθώ” - το να ερωτεύεται κανείς δεν είναι ούτε “σωστό”, ούτε “λάθος”, ο έρωτας είναι ένα συναίσθημα που προκύπτει, ούτως ειπείν, μερικές φορές...

Προσωποποίηση (personalisation), η υπερεκτίμηση της έκτασης στην οποία ένα συγκεκριμένο γεγονός σχετίζεται με τον εαυτό, κι η σχετική τάση να ερμηνευτούν σκέψεις, συμπεριφορές και λεγόμενα τρίτων ως ευθέως αναφερόμενα στο υποκείμενο: π.χ.: “πέρασε από δίπλα μου και δε μου μίλησε διότι κάτι κακό θα της είπαν για μένα”, “έτσι χάλια όπως είμαι ντυμένος όλοι με κοιτάζουν χλευαστικά”, κττ. Η γνωσία της *εγωκεντρικής υπερπεριεκτικότητας (egocentric overinclusiveness)*, που μπορεί να αντιστοιχιστεί με την προσωποποίηση δεν είναι άλλο από τις ιδέες αναφοράς ενός παρανοϊκού, λ.χ., ασθενή, που πιστεύει ότι όλοι γύρω του επικεντρώνουν την προσοχή και τα σχόλιά τους στον ίδιο.

- **Συναισθηματική συμπερασματολογία, ή αυταναφορά (emotional reasoning, or self reference)**, η τάση εξαγωγής συμπερασμάτων για την εξωτερική πραγματικότητα ή και τους άλλους με βάση την υποκειμενική συναισθηματική εμπειρία και τους κώδικες αντίληψης, επεξεργασίας και ανάλυσης των μηνυμάτων - συλλήβδην, κρίνοντας εξ ιδίων τ' αλλότρια συναισθήματα, προθέσεις και συμβάντα: π.χ.: “το ότι νιώθω παραμελημένος σημαίνει ότι με παραμελούν”, “εφόσον τρόμαξα, κάτι τρομακτικό θα συμβαίνει”, κττ. Ο φόβος και, κάποτε, η φοβία ξεκινούν με αιτία μνήμες μάλλον, παρά αληθινά γεγονότα. Η πολύ σχετική γνωσία *σύγχισης νοημάτων και αιτίων (meaning-and-cause confusion)*, αφορά στην αιφνίδια λόγω συναισθηματικών πιέσεων ανάγκη να απαντηθούν ερωτήματα περί αιτιολόγησης ιδίως εξωγενών συμβάντων, κατά τη στρεσογόνο διάρκεια της οποίας είναι δυνατό να αντιστραφούν παραμορφωτικά οι όροι αιτίου και αποτελέσματος:

π.χ., το αγόρι του οποίου η πρόταση για το ξεκίνημα μιας ερωτικής σχέσης απορρίφθηκε από την επιθυμητή του κοπέλα, εξάγει το συμπέρασμα ότι τούτο συνέβη επειδή ο ίδιος είναι άσχημος και αποκρουστικός, κι όχι επειδή ενδεχομένως η κοπέλα να ήταν ήδη δεσμευμένη, ή ανέτοιμη να συνάψει ερωτικές σχέσεις.

Η γνωσία αυτή μπορεί να εμφανιστεί και σε σοβαρά κλινικά περιστατικά, αλλά δεν είναι σπάνια και σε μη κλινικά διαγνωσμένα άτομα.

- **Παρεμβολική σκέψη (mind reading)**, η εντύπωση ότι οι (αρνητικές ιδίως) απόψεις των άλλων για το άτομο, του είναι α priori γνωστές, σαν να είχε “μαγικές” ικανότητες και να διάβαζε τη σκέψη τους: π.χ.: “δεν ανέφεραν τίποτε για το συμβάν, σίγουρα θα με θεωρούν απόλυτα υπεύθυνο”, “με κοίταξε με βλέμμα γεμάτο νόημα, βέβαιο ότι κατάλαβε πόσο ανάξιος είμαι της αγάπης της...” κττ.

Μολονότι γνωστικές πλάνες όπως οι παραπάνω είναι δυνατό να συνυπάρχουν, να συμπλέκονται, κάποτε δυσδιάκριτα, και ο εντοπισμός της καθεμιάς να γίνεται με δυσκολία στο γνωσιακό προφίλ του υποκειμένου, τα λοιπά χαρακτηριστικά των γνωσιών του είναι δυνατό να διευκολύνουν τη συγκεκριμενοποίηση της εκάστοτε πλάνης, ώστε να σχεδιαστεί ανάλογα και η προτεραιοποίηση της πρόκλησης και αναδόμησής της. Τέλος,

Οι γνωσιακές δομές, ή νοηματικές δομές ή σχήματα (*cognitive structures, or meaning structures, or schemata or schemas*) είναι μακροπρόθεσμα ισχύουσες ακολουθίες σκέψης, που, σε αντιδιαστολή προς τα γνωσιακά γεγονότα και τις γνωσιακές διαδικασίες, δεν είναι κατ' ανάγκην ευθέως διαθέσιμες στη συνείδηση, αφορούν, δε, σε σχετικά σταθερές πλευρές της γνωσιακής οργάνωσης - σε ό,τι θα μπορούσε να περιγραφεί ως γενικότερες πίστεις, στάσεις ζωής και αξίες, που έχουν ενταχθεί στον τρόπο του σκέπτεσθαι του ατόμου, και δυνάμει παγιωθεί, ώστε να εγκαλούνται επαγωγικά και σχεδόν ανεξέλεγκτα, δηλαδή *αυτόματα*, όταν η κατάσταση το απαιτεί.

Τα σχήματα έχουν επίσης περιγραφεί ως οργανωμένες αναπαραστάσεις της πρότερης εμπειρίας, ως συστήματα ταξινόμησης εξωτερικών και εσωτερικών ερεθισμάτων, και ως ολοκληρωμένα συστήματα διευθέτησης της σκέψης, με τρεις θεμελιώδεις λειτουργίες:

- (i) την επέκταση (*extension*), κατά την οποία χαρακτηρίζουν και ταξινομούν αντικείμενα και γεγονότα, και γενικά, τον περιβάλλοντα κόσμο,
- (ii) την πρόθεση (*intension*), κατά την οποία δημιουργούν νοηματικές αναπαραστάσεις του κόσμου και δημιουργούν πίστεις γι αυτόν, και
- (iii) την αξία/εκτίμηση (*value*), κατά την οποία ερμηνεύουν, εκτιμούν και σημασιοδοτούν αντικείμενα, γεγονότα, και τελικά τον κόσμο, προσδίδοντας στις ερμηνείες αυτές συναισθηματική βαρύτητα.

Τα σχήματα αναπτύσσονται και εξελίσσονται ως αποτέλεσμα γενετικών προδιαθέσεων και μαθησιακών διεργασιών, και μπορεί να ειπωθεί ότι ορίζουν, ή συνιστούν, ή και συναποτελούν τον σημαντικό για το υποκείμενο κόσμο του - την έποψη του κόσμου που είναι σημαίνουσα για το συγκεκριμένο αυτό υποκείμενο (π.χ., Lundh, 1987).¹¹⁰ Πρόκειται για τις βασικές μονάδες της γνωσιακής διάταξης, που αποτελούν και τον απώτερο στόχο προς αναδιάρθρωση για τον γνωσιακό ψυχολόγο.

Από τη σύσταση των σχημάτων εξαρτάται αυτή, η γνωσιακή, και συνεπώς ψυχική υγεία του ατόμου. Θεωρείται ότι η θεμελίωσή τους αρχίζει και συχνά ολοκληρώνεται κατά την παιδική ηλικία, και από τούτο η δυσκολία

¹¹⁰ Lundh, L.G., 1987. Placebo, belief and health: A cognitive-emotional model, *Scandinavian Journal of Psychology*, 28, 128-143

αναδόμησής τους στην περίπτωση προβληματικών τους συνεπειών είναι ευνόητη.

Παρά το γεγονός ότι στη γνωσιακή ψυχολογία δε γίνεται λόγος όπως στην ψυχοδυναμική προσέγγιση για την περιοχή του ασύνειδου, τα σχήματα γίνονται αντιληπτά από τους θεωρητικούς της Σχολής αυτής ως όχι κατ' ανάγκην ευρισκόμενα στην επίγνωση του ατόμου. Γίνεται λόγος για την ύπαρξη των σχημάτων σε κατ' εξοχήν μη επιστητό επίπεδο, και η αναδόμησή τους δε θεωρείται πιθανή δίχως ειλικρινή ενσυνειδησία, λεπτομερή και βαθιά ανάλυση και παρακολούθησή τους, ή και δίχως τη θεραπευτική παρέμβαση του γνωσιακού ψυχολόγου.

Τρεις διεργασίες περιγράφονται ως προς τη λειτουργία των σχημάτων, η σταθερότητα των οποίων δεν είναι αναγκαστική, αφού είναι δυνατό να επιστρατεύονται ανάλογα με την εκάστοτε συνθήκη, και σε αντιστοιχία προς το σχήμα που αυτή εγκαλεί.

- *Η διεργασία διατήρησης του σχήματος (schema maintenance)*, κατά την οποία τυπικά το σχήμα επιστρατεύεται προκειμένου για τη σταθερή ερμηνεία δεδομένων συνθηκών, και με τον τρόπο αυτό επαναλαμβάνεται και διαιωνίζεται. Στις περιπτώσεις προβληματικών σχημάτων, κατά την δραστηριοποίηση των οποίων επεμβαίνουν ένα ή περισσότερα γνωσιακά λάθη, η αρνητική ερμηνεία των μηνυμάτων από τον εξωτερικό και τον εσωτερικό “κόσμο” του υποκειμένου τυποποιείται, ώστε το σχήμα να εμφαιτικοποιεί, ή και να διογκώνει τα στοιχεία της πραγματικότητας που το επιβεβαιώνουν. Οι Bricker και Young (1993)¹¹¹ επισημαίνουν ότι η διεργασία διατήρησης του σχήματος λειτουργεί τόσο γνωσιακά, όσο και συμπεριφορικά- πράγμα, που συμβαίνει άλλωστε και στις λοιπές γνωσιακές εκφάνσεις.

Έτσι, κατά το παράδειγμα που παραθέτουν, ένας νεαρός με σχήμα κοινωνικού ανεπιθύμητου θα εκδηλώνει σκέψεις και συμπεριφορές σύστοιχες προς το σχήμα αυτό: σε μια κοινωνική συγκέντρωση θα έχει σκέψεις τύπου “σε κανέναν δεν αρέσω”, “δε θα καταφέρω να γνωρίσω κανέναν εδώ μέσα” ενώ συμπεριφορικά θα είναι περισσότερο αποσυρμένος και φειδωλός στην εκφραστικότητα και ομιλητικότητα.

- *Η διεργασία αποφυγής του σχήματος (schema avoidance)*, κατά την οποία το υποκείμενο αποφεύγει να κινητοποιήσει ένα δεδομένο σχήμα, λαβαίνει χώρα προκειμένου για την αποφυγή, τελικά, των αρνητικών συναισθημάτων που θα έπονταν του σχήματος αυτού. Γνωστικά, η αποφυγή έγκειται στην άρνηση να σκεφτεί το υποκείμενο σχετικά με δυσάρεστα γεγονότα. Συναισθηματικά, στην τάση να αποκλειστούν

¹¹¹ Bricker, D.C. and Young, J.E., 1993, A client's guide to schema-focused cognitive therapy, ATID Publications, N.Y.



οδυνηρά συναισθήματα. Συμπεριφορικά, στην αποφυγή καταστάσεων, ακόμα και εξαιρετικά ικανοποιητικών και υποσχόμενων ανταμοιβή, οι οποίες, ωστόσο, θα προκαλούσαν το σχήμα, που, με τη σειρά του, θα έφερνε στην επιφάνεια νέα οδυνηρά συναισθήματα. Τέλος,

- **Η αποζημιωτική διεργασία (schema compensation)**, κατά την οποία το υποκείμενο συμπεριφέρεται με τρόπο που μοιάζει νάναι ο αντιδιαμετρικός του σχήματος που θα αναμενόταν βάσει των βιωμάτων και των γνωσιών του να εγκληθεί, και πάλι λαβαίνει χώρα προκειμένου για την αποφυγή των δυσάρεστων συναισθημάτων που τούτο θα προκαλούσε. Η ποιοτική διαφορά μεταξύ διεργασίας αποφυγής και διεργασίας αποζημίωσης έγκειται στο ότι η δεύτερη είναι ισχυρότερη, ακριβώς αντίθετη, και αρκετά πιο εμφατικοποιημένη σε σχέση με την πρώτη, καθώς επίσης και πιο πιθανό να ακολουθείται από την επίκληση άλλων σχημάτων που θα λειτουργήσουν επικουρικά και αποζημιωτικά προς την απουσία του μη ενεργοποιούμενου σχήματος.

Τα σχήματα λειτουργούν για όλους τους ανθρώπους. Η παγκοσμιότητα της εφαρμογής τους είναι ευνόητη, αφού το άτομο γενικά συμπεριφέρεται βάσει των βιωμάτων του, των πίστεων και αντιλήψεων που διαμόρφωσε και εν πολλοίς παγίωσε από νωρίς, και η κατάστρωση των μελλοντικών του σχεδίων έχει σχέση με τα στοιχεία του παρελθόντος και του παρόντος στα πλαίσια ακριβώς αυτών των συστατικών της νόησης.

Χωρίς να αποκλείεται η ύπαρξη δυσλειτουργικών σχημάτων, υπονομευτικών για τη συνολική υγεία του μέσου ατόμου του γενικού πληθυσμού, σε γενικές γραμμές τα σχήματα που θεωρούνται δυσλειτουργικά έχουν εντοπιστεί και μελετηθεί σε κατ' εξοχήν κλινικούς ασθενείς. Είναι όμως φανερό, ακόμη και στον αδαή παρατηρητή, ότι ο μέσος άνθρωπος διάγει τη ζωή του με λιγότερες ή περισσότερες ανασφάλειες, δυσλειτουργικές ιδέες, υπονομευτικές όχι μόνο για τον ίδιο του τον εαυτό, αλλά και για τουλάχιστο τους μη σημαντικούς, κάποτε δε και για τους σημαντικούς του άλλους.

Από την άποψη αυτή, ο κατάλογος που ακολουθεί δεν είναι πλήρης. Αποτελεί την ταξινόμηση των συνηθέστερων δυσλειτουργικών σχημάτων που παρατηρούνται σε άτομα, τα οποία χρήζουν κλινικής παρακολούθησης και βοήθειας. Την ταξινόμηση οφείλουμε στους Bricker και Young (1993)¹¹², του Cognitive Therapy Center of New York, και αφορά κυρίως σε γνωσιακά σχήματα που έχουν ως επί το πλείστον παγιωθεί από τα πρώτα χρόνια της ανάπτυξης στα άτομα που μελετήθηκαν. Παρουσιάζονται συλλήβδην οι πέντε μείζονες ενότητες σχημάτων που τείνουν να υιοθετηθούν από άτομα προερχόμενα από συγκεκριμένα δυσλειτουργικά οικογενειακά περιβάλλοντα,

¹¹² Bricker, D.C. and Young, J.E., 1993. A client's guide to schema-focused cognitive therapy. ATID Publications, N.Y.

τα οποία και περιγράφονται συνοπτικά. Διακρίνονται ακόμη ιδιαίτεροι τύποι σχημάτων που φαίνεται να υπάγονται στις μείζονες αυτές ενότητες, και σκιαγραφούνται τα βασικά τους στοιχεία. Εννοείται ότι τέτοιοι τύποι σχημάτων είναι δυνατό να συνυπάρχουν κάποτε δυσδιάκριτα διαπλεκόμενοι στην ίδια προσωπικότητα, αλλά η σχηματική τους διάκριση βοηθά στην κατανόηση τόσο της λειτουργικότητάς τους, όσο και της θεραπευτικής προσέγγισης που ενδείκνυται για την επίλυσή τους.

ΣΧΗΜΑΤΑ ΠΟΥ ΔΗΛΩΝΟΥΝ ΕΠΙΡΡΕΠΕΙΑ ΣΤΗ ΔΥΣΠΡΟΣΑΡΜΟΣΤΙΚΟΤΗΤΑ ΚΑΙ ΤΕΙΝΟΥΝ ΝΑ ΕΧΟΥΝ ΠΑΓΙΩΘΕΙ ΑΠΟ ΤΑ ΠΡΩΤΑ ΧΡΟΝΙΑ ΤΗΣ ΑΝΑΠΤΥΞΗΣ

Διακοπή - Διαχωρισμός, Καχυποψία και Φόβος Απόρριψης

Το σχήμα χαρακτηρίζεται από την αναμονή ότι οι ανάγκες του ατόμου για ασφάλεια, σιγουριά, συμπάθεια, αποδοχή κι εκτίμηση δε θα καλυφθούν με τον επιθυμητό, ή κάποιο προβλέψιμο τρόπο.

Το τυπικό οικογενειακό περιβάλλον του ατόμου που διακρίνεται για το δυσλειτουργικό αυτό σκεπτικό έχει υπάρξει και είναι κατά κανόνα απαθές, απρόβλεπτο, απορριπτικό, τιμωρητικό, φειδωλό συναισθημάτων, ή και κακοποιό.

- **Εγκατάλειψη - Αστάθεια:** Οι σημαντικοί ή δυνάμει σημαντικοί άλλοι εκλαμβάνονται ως ασταθείς ή αναξιόπιστοι προκειμένου για τη στήριξη ή και τη σύνδεση εν γένει με το υποκείμενο. Οι άλλοι θεωρείται ότι είναι, ή θα είναι στο μέλλον, ανίκανοι να συνεχίσουν να παρέχουν συναισθηματική στήριξη, βάσεις για σύνδεση, ενδυνάμωση, ή πρακτική στήριξη και προστασία επειδή γίνονται αντιληπτοί ως έχοντες αυτά τα χαρακτηριστικά, ή θα πεθάνουν, ή και θα εγκαταλείψουν το υποκείμενο για να προσφέρουν την αγάπη τους σε κάποιον άλλον, καλύτερον από το ίδιο το άτομο.

Προφανώς, ενώ το σχήμα αφορά στο ρόλο των άλλων στη ζωή του υποκειμένου, οι κυρίαρχες σημασίες της εγκατάλειψης και της αστάθειας χαρακτηρίζουν, τελικά, τη σκέψη του ιδίου.

- **Απιστία - Κακοποίηση:** Αναμονή ότι οι άλλοι θα βλάψουν, θα πλήξουν, θα λωβήσουν συναισθηματικά, θα εκμεταλλευτούν το άτομο. Το κακό που θα του προκαλέσουν είναι σκόπιμο και προμελετημένο, ή αποτέλεσμα άδικης και ακραίας αμέλειας προς το πρόσωπό του. Σχήμα που συνήθως συνοδεύεται από υπεργενίκευση, ότι πάντα, όλοι θα τον εξαπατούν, θα τον κακομεταχειρίζονται, θα τον πλήττουν.



- **Συναισθηματική Αποστέρηση:** Αναμονή ότι η επιθυμία του ατόμου για στήριξη δε θα πραγματοποιηθεί από τους άλλους, με αποτέλεσμα την αποστέρησή του είτε από συναισθηματική “τροφή”, (προσοχή, αφοσίωση, ανθρώπινη ζεστασιά), είτε από άποψης συναισθηματικής συμμετοχής (κατανόηση, συμπάθεια, συντροφικότητα), είτε από άποψης συναισθηματικής προστασίας (καθοδήγηση, νουθεσία, κττ).

Όταν ο Θέμης ερωτήθηκε τι είναι αυτό που τον κάνει να πιστεύει ότι οι συναισθηματικές του ανάγκες δε θα καλυφθούν ποτέ, δίνει σχεδόν αμέσως στοιχεία για παλιότερες σχέσεις του με κορίτσια που ποτέ δεν του έδωσαν την απαιτούμενη σημασία και στοργή. Αφ’ ης στιγμής, ωστόσο, ξεκίνησε με το θεραπευτή του μια αναλυτικότερη αναφορά στα χαρακτηριστικά των κοριτσιών αυτών, διαπίστωσε τελικά και μόνος του ότι ως επακόλουθο της διεργασίας διατήρησης του σχήματος συναισθηματικής αποστέρησης που διέπει τη σκέψη του είχε επιλέξει για συντρόφους του κορίτσια που φύσει και θέσει δεν ήταν ικανά να του προσφέρουν τη συναισθηματική ζεστασιά που επιζητούσε.

- **Ντροπή - Ασχήμια:** Αίσθηση ότι το άτομο είναι κακό, ανεπιθύμητο, κατώτερο, ανάξιο, αντιπαθές, υποδεέστερο, αν “ανακαλυφθεί” από τους άλλους. Εμφανίζεται, κατά συνέπεια, συχνά υπερευαίσθητο στην κριτική, την απόρριψη, και τις μομφές. Βρίσκεται σε διαρκή αγώνα υπέρμετρης αυτοεπίγνωσης, συγκρίσεων του εαυτού με τους άλλους, και άρα και διαρκή ανασφάλεια και ντροπή για τα προσωπικά του λάθη, που εντοπίζει συνήθως στη σφαίρα των εσωτερικών χαρακτηριστικών του (θεωρεί εαυτόν εγωιστή, αυτοκατηγορείται για τις σεξουαλικές του ανάγκες και τους συχνούς του θυμούς), ή και στη σφαίρα των εξωτερικών χαρακτηριστικών του (θεωρεί εαυτόν άσχημο, αντικοινωνικό, κακού γούστου, κττ).
- **Κοινωνική Απομόνωση - Αποξένωση:** Επίμονο αίσθημα μόνωσης από τον υπόλοιπο κόσμο, αίσθηση διαφορετικότητας, μοναξιά.

Η Ρούλα διαπιστώνει με συντριβή τη διαφορετικότητά της και την επακόλουθη ανάγκη της να απέχει από τις κοινωνικές συγκεντρώσεις γνωστών - φίλους έχει χρόνια να αποκτήσει - γνωρίζοντας καλά ότι αργά ή γρήγορα θα αποδειχτεί η αναξιότητά της και θα πάψουν τότε έτσι κι αλλιώς να επιθυμούν τη συντροφιά της. Όταν καταστασιακά αναγκάζεται να συγχρωτιστεί με άλλα άτομα, βάσει της διεργασίας διατήρησης του κυρίαρχου σχήματος απομόνωσης που τη διακρίνει παραμένει ουσιαστικά απόμακρη, και δε συμμετέχει “νιώθοντας αυτή την απέραντη μοναξιά μέσα στο ψυχρό πλήθος των αληθινά αγνώστων”. Λειτουργώντας αποζημιωτικά, κάποτε - κάποτε γίνεται έξω φρενών με κάποια

μέλη της ομάδας, ενώ υποκείμενη στη διεργασία αποφυγής του ίδιου μείζονος σχήματος συχνά επιλέγει την εξαρχής άρνηση να συμμετάσχει σε δραστηριότητες της ομάδας των γνωστών. Ύστερα από τη διεξοδική επεξεργασία και αναδόμηση των πιο βασικών της γνωσιακών λαθών: υπεργενίκευσης (για όλους τους “ξένους” προς αυτήν γνωστούς) και επιλεκτικής αφαίρεσης (από την επανειλημμένη εμπειρία της με μια παρέα κοριτσιών τότε, στην εφηβεία της, που μόλις “πρόωρα” ζευγάρωσαν με αγόρια την παραγκώνισαν δια παντός “τόμαθε καλά το μάθημα της απόρριψης”), η θεραπεύτριά της προχώρησε στην παρότρυνση να αναδομήσουν το αμέσως επόμενο σε σημαντικότητα σχήμα ντροπής κι ασχήμιας που χαρακτήριζε τη σκέψη της Ρούλας.

Ελαττωματική αυτονομία και ελλιπής εκτέλεση

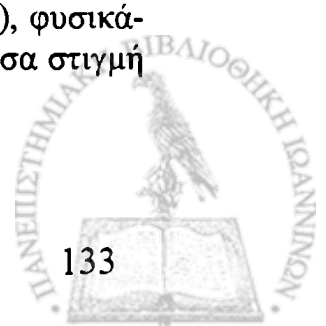
Αναμονές από τον εαυτό και το περιβάλλον για κακώς εννοούμενη εμπλοκή και παρεμπόδιση του υποκειμένου να λειτουργήσει με αυτονομία, να εκτελέσει επιτυχή έργα, τελικά να επιβιώσει.

Οικογένεια: γονέων αμφισβητιών των δυνατοτήτων του παιδιού, υπερπροστατευτική, υπονομευτική της εμπιστοσύνης που θα έπρεπε να ενισχύεται στο παιδί για τον εαυτό του και την αξία του.

- **Εξάρτηση-Ανικανότητα:** Πίστη στο ότι κάποιος είναι ανίκανος να χειριστεί τις υπευθυνότητες της καθημερινότητας με τρόπο αποτελεσματικό δίχως τη βοήθεια τρίτων.

Ο Μιχάλης, ένας μεσήλικας εργαζόμενος σε εταιρία φωτοτυπιών, αιτιάται ανικανότητα να ολοκληρώσει αβοήθητος τα καθημερινά του επαγγελματικά καθήκοντα. Διαρκώς διακόπτει συναδέλφους προκειμένου να τον βοηθήσουν σε υπερβολικό βαθμό, για να φέρει σε πέρας έργο ρουτίνας. Η διεργασία διατήρησης του σχήματος τον εμποδίζει από του να αναπτύξει περαιτέρω δεξιότητες στη δουλειά, ώστε να μπορεί να λειτουργήσει αυτόνομα. Συνειδητοποιώντας, ενίοτε, την εξάρτηση που δημιουργεί από τις γνώσεις των άλλων και, τελικά, από τους ίδιους, επαναστατεί με τον εαυτό του αρνούμενος να ζητήσει κι άλλες συμβουλές - πράγμα, όμως, που τον φέρνει στη δύσκολη θέση να έχει κωλυσιεργήσει επί μεγάλα χρονικά διαστήματα την ολοκλήρωση ορισμένων υποχρεώσεών του.

- **Επιρρέπεια στη θυματοποίηση από τυχαία περιστατικά:** Υπερβολικός φόβος του υποκειμένου ότι τυχαία καταστροφικά γεγονότα ιατρικά-νοσολογικά (λ.χ., AIDS), συναισθηματικά-νοητικά (θα τρελλαθεί), φυσικά-καιρικά-φοβικά (σεισμοί, ανελκυστήρες) θα του συμβούν ανά πάσα στιγμή δίχως δυνατότητα να τα αποτρέψει ή να τα ελέγξει.



- **Συγχώνευση-Υπανάπτυκτος εαυτός:** Υπερβολική συναισθηματική εμπλοκή και εγγύτητα στο βαθμό που το υποκείμενο να αισθάνεται συγχωνευμένο με έναν ή περισσότερους σημαντικούς άλλους (ιδίως γονείς) σε βάρος της ατομικότητας και της κοινωνικότητάς του, συνοδευόμενα από την αίσθηση ότι το ίδιο το υποκείμενο δε θα μπορούσε να ζήσει δίχως τα εν λόγω πρόσωπα.
- **Αποτυχία:** Αίσθηση ότι ήδη έχει ή θα αποτύχει άφευκτα, ή ότι είναι θεμελιωδώς ανεπιτυχές άτομο σε σχέση προς τους άλλους, τα επιτεύγματά τους, την εξυπνάδα τους, το ταλέντο, τις γνώσεις, τον κοινωνικό τους προσδιορισμό.

Ελαττωματικά όρια

Προβληματική οριοθέτηση εαυτού, των εσωτερικών ορίων, της ευθύνης έναντι των άλλων, άρα και δυσκολία σεβασμού των άλλων, δέσμευσης, και αναγνώρισης των στόχων τους, των επιδιώξεών τους, κττ.

Οικογένεια: με χαλαρές αξίες και όρους αγωγής, υπερβολικά επιεικής, μη-κατευθυντική, μη-διδασκτική, απείθαρχη, ανεύθυνη, δίχως στόχους και σχεδιασμό για το μέλλον, σχεδόν χαοτική.

- **Δικαιωματικό-Κυριαρχικό Σχήμα:** Επιμονή ότι θα έπρεπε να μπορεί να κάνει ή να έχει ό,τι θέλει, άσχετα από ό,τι οι άλλοι θεωρούν λογικό ή εφικτό, και άσχετα προς τα δικά τους δικαιώματα, που συχνά θα καταπατήσει δίχως ενοχή. Εναλλακτικά, τάση να επιβεβαιώνει διαρκώς τη δύναμη, την ισχύ του, και να πιέζει προς την κατεύθυνση που ο ίδιος θεωρεί δέουσα.
- **Ανεπαρκής αυτοέλεγχος:** Σοβαρή δυσκολία και άρνηση να αυτοπειθαρχηθεί, καθώς και ελάχιστη ή απύουσα αντοχή ακόμα και στις μικρές “λογικές” ματαιώσεις που θα έπρεπε να αναμένονται από τους ανθρώπους, άρα και αδυναμία αποδοχής τυχόντων εμποδίων στην πορεία προς την επίτευξη των επιθυμητών στόχων. Εναλλακτικά, δυσκολία στον περιορισμό μιας άκρατης εκφραστικότητας και παρορμήσεων, που συχνά μπορεί να προσβάλλουν τους άλλους.

Πρόκειται, ίσως, για την πιο δύσκολη στο χειρισμό κατηγορία σχημάτων που δηλώνουν δυσπροσαρμοστικότητα, αφού εδώ τείνουν να εντοπιστούν σχήματα σκέψης των κοινωνιοπαθών προσωπικοτήτων, των μεταιχμιακών προσωπικοτήτων, των παραφιλικών ατόμων.

Κατεύθυνση εκ των έξω και από τους άλλους

Υπερβολική σημασία, εστίαση, και προσαρμογή στις επιθυμίες, τα αισθήματα, τις αντιδράσεις των άλλων. Στο όνομα της κερδοφόρας επιχείρησης της αγάπης και της αποδοχής εκ μέρους τους, μπροστά στο φόβο της παύσης της σχέσης μαζί τους ή και της έντονης έκρηξης μιας εκδικητικότητας εκ μέρους τους, συχνά το άτομο καταπιέζει εαυτόν χωρίς να

έχει πλέον επίγνωση της εσωτερίκευσης του θυμού του έναντι ακριβώς των προσώπων που προσπαθεί εναγωνίως να κρατήσει κοντά του. Αποποιείται ακόμη και τα ίδια τα ταλέντα και τις κλίσεις του στο όνομα των πραγματικών ή υποθετικών επιθυμιών των άλλων.

Οικογένεια: αγωγή με ανταλλάγματα και παροχή της αγάπης, της προσοχής και της έγκρισης υπό όρους: προκειμένου να “εισπραχθούν” συναισθήματα και επαινέσεις, απαιτείτο η άρνηση εκ μέρους του παιδιού άλλων, ενοχλητικών για τις γονεϊκές φιγούρες, χαρακτηριστικών του.

- **Υποδούλωση, Υποτακτικότητα, Δουλικότητα:** Το άτομο παραδίδεται άνευ όρων, καθώς αισθάνεται υποχρεωμένο, παγιδευμένο, να υποβάλει τον έλεγχό του, τα συναισθήματά του και τις αποφάσεις του στη μεγαλοθυμία και την κυριαρχία τρίτων, προκειμένου να αποφύγει το θυμό τους, την εγκατάλειψή τους, την εκδίκησή τους. Θεωρεί τις επιθυμίες του, τις απόψεις του και τα ίδια του τα αισθήματα ασήμαντα για τους άλλους, άρα και γενικώς ανάξια λόγου.

Η Ρατ αναγνωρίζει ότι τείνει να ερμηνεύσει τη συμπεριφορά των γύρω της ως εξαιρετικά αυταρχική και καταπιεστική για την ίδια, ακόμη κι όταν εκείνοι διακρίνονται απλώς από υγιή αυτοπεποίθηση. Σκέπτεται σκέψεις του τύπου: “Δεν έχω το θάρρος της γνώμης μου”, “Δε θα μπορέσω ποτέ να “σταθώ” σε μια παρέα δίχως να μου καταστρατηγήσουν όλα μου τα δικαιώματα”, και “Ακόμη κι αν τα κατάφερα, δε θα τους άρεσα ποτέ!”. Μερικές φορές παίρνει τη μεγάλη απόφαση ότι ποτέ οι άλλοι δεν πρόκειται να την ξαναξεπεράσουν ή να της επιβάλουν τη γνώμη τους, ή να αφεθεί στις επιθυμίες τους, και, προς στιγμήν γίνεται έως και αυταρχική κι απότομη μαζί τους (διεργασία αποζημίωσης), αλλά σύντομα υπαναχωρεί, καταπιέζει με κόπο το θυμό της και σχεδόν άμεσα εμφανίζει και τον χρόνιό της πόνο στο στομάχι. Κάποτε -κάποτε, όταν οι άλλοι τείνουν πράγματι να έχουν υπερβολικές αναμονές από κείνη, ελαχιστοποιεί τη σημαντικότητα των συναισθημάτων και των αναγκών της και σκέφτεται ότι αυτά “δεν έχουν και τόση σημασία μπροστά στις ανάγκες των άλλων. Μερικές όμως φορές είναι που απαυδεί πραγματικά, και αποφεύγει εντελώς το συγχρωτισμό μαζί τους (διεργασία αποφυγής).

- **Αυτοθυσία:** Υπερβολική έμφαση στην ηθελημένη κάλυψη αναγκών των τρίτων σε καθημερινή βάση, σε βάρος της προσωπικής ικανοποίησης, κι ακόμη και των επιδιώξεων, προκειμένου: (i) να μην πονέσουν οι άλλοι, (ii) να αποφευχθούν ενοχές περί εγωιστικής συμπεριφοράς του εαυτού, (iii) να διατηρηθούν οι σχέσεις με τους άλλους. Συχνά συνοδεύεται από υπερβολική ευαισθησία για τον πόνο και τα προβλήματα των άλλων, και,

σε σοβαρότερες μορφές, συναίσθηση μη-αυτοεκπλήρωσης και μίσος για όσους βοηθά.

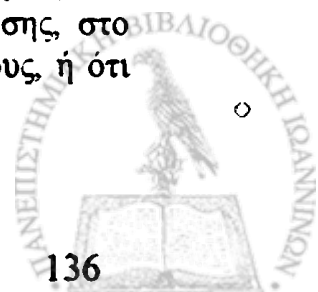
- **Υπέρμετρη επιθυμία και έρευνα για έγκριση:** Υπερβολική έμφαση στο να κερδίσει αναγνώριση, προσοχή, ή έγκριση και να προσαρμοστεί σε ένα δεδομένο εκ των έξω και από τους άλλους πλαισίου αναφοράς, σε βάρος της ανάπτυξης μιας ασφαλούς και αληθούς εντύπωσης για τον πραγματικό εαυτό. Η αυτοεκτίμηση εξαρτάται από τις αντιδράσεις των άλλων, και σε βάρος των τυχόντων εσωτερικευμένων αξιών, κλίσεων, τάσεων και ταλέντων. Ενίοτε το σχήμα τούτο προϋποθέτει υπερβολική έμφαση στην εμφάνιση, την ένδυση, και γενικά την κοινωνική αποδοχή μέσω της απόκτησης χρήματος, δημοτικότητας, ανταγωνιστικών αξιών. Συχνά το άτομο φθονεί τους επιτυχημένους, αλλά και αποτυγχάνει να πάρει αυθεντικές ως προς τον εαυτό του αποφάσεις, εμφανίζοντας μια επιτηδευμένη, τεχνητή εικόνα.

Υπερεπαγρύπνηση και Αναχαίτιση

Υπερβολικός αυτοέλεγχος σε βάρος του αυθορμητισμού, των προσωπικών τάσεων και επιλογών, προκειμένου για: (i) την αποφυγή λαθών και (ii) την κάλυψη αυστηρών εσωτερικευμένων κανόνων και αναμονών για δράση και ηθική συμπεριφορά. Συχνά το κόστος είναι η μείωση της ικανοποίησης - πόσο δε μάλλον, της ευτυχίας - της εκφραστικότητας, της χαλάρωσης, των αυθεντικών σχέσεων, κι αυτής, της υγείας.

Οικογένεια: πεσιμιστικοί, συχνά τιμωρητική, με εμφατικοποίηση του καθήκοντος, της τέλειας επίδοσης, της αποφυγής των “ακριβών” λαθών, κττ. Έχει εμπνεύσει στο παιδί την ανησυχία και το φόβο ότι αιφνιδίως τα πάντα θα καταρρεύσουν και ως εκ τούτου θα πρέπει κανείς να βρίσκεται σε διαρκή προσοχή, επαγρύπνηση κι ετοιμότητα να αντιμετωπίσει το χειρότερο.

- **Επιρρέπεια στη θυματοποίηση από ελεγχόμενα γεγονότα - Αρνητισμός:** Αναμονή υπερβολική ότι οι επαγγελματικές υποθέσεις, οι διαπροσωπικές σχέσεις, και γενικά συνθήκες και σχέσεις που θεωρούνται εξελίξιμες, ελέγξιμες, ή και ελεγχόμενες, θα αποβούν αιφνιδίως φρούδες, ή θα καταστραφούν. Εναλλακτικά, η έντονη και διαρκής, κάποτε ισχύουσα εφ' όρου ζωής, εστίαση στις πραγματικές ή υποθετικές αρνητικές εκφάνσεις της διαβίωσης, με υπέρμετρη προσοχή στον πόνο, το θάνατο, την απώλεια, την απογοήτευση, τη σύγκρουση, την ενοχή, το ανεκπλήρωτο των επιθυμιών, την προδοσία, τα λάθη. Έκδηλος φόβος για επικείμενη δήθεν οικονομική καταστροφή, συναισθηματική απώλεια, ταπείνωση, παγίδες, που καταλήγουν σε χρόνια ανησυχία, πεσιμισμό, σχετικά παράπονα κι ανάλογη αναποφασιστικότητα.
- **Υπερβολικός (αυτο-)Έλεγχος:** Εξυπακούεται υπερβολική ανάσχεση του αυθορμητισμού, της επιθυμίας για επικοινωνία, και της χαλάρωσης, στο φόβο ότι θα γίνουν λάθη, καταστροφές, απόρριψη από τους άλλους, ή ότι



θα απωλεσθεί ο έλεγχος του εαυτού ή της κατάστασης. Συνήθως το σχήμα γίνεται έκδηλο από:

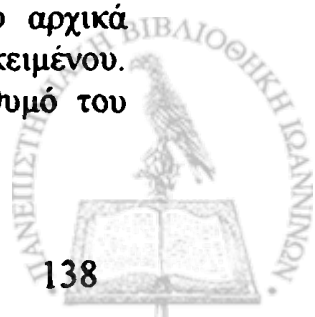
- (i) την έκφραση των αρνητικών συναισθημάτων, κυρίως μέσα από την οδυνηρή ανάσχεση τόσο του θυμού και της επιθετικότητας, όσο και των θετικών συναισθημάτων έναντι τρίτων, στο σημείο του να καταπιέζονται η χαρά, η αφοσίωση, ο ενθουσιασμός και η σεξουαλική ανταπόκριση,
 - (ii) την καταναγκαστική, κάποτε παθολογική ευταξία και οργανωτικότητα με υπερβολική αφοσίωση στη ρουτίνα και διάφορες τελετουργίες, και
 - (iii) τη δυσκολία έκφρασης των φόβων και της επιρρέπειας στη θυματοποίηση καθώς και της εξωτερίκευσης των αληθών σκέψεων. Συχνά η επιθυμία για έλεγχο επεκτείνεται και στους άλλους, με την εκδήλωση ανάλογων απαιτήσεων και “αυτονόητων” αναμονών του υποκειμένου από εκείνους για συμμόρφωση.
- **Ανάληπτα μέτρα και κριτήρια:** Ακράδαντη πίστη ότι οφείλει κανείς να αγωνίζεται ακατάπαυστα προκειμένου για τη διατήρηση σταθερών κι αναλλοίωτων “μέτρων και σταθμών”, κανόνων, κανονιστικών κριτηρίων, ώστε η συμπεριφορά του να είναι στο έσχατο εναρμονισμένη με τα δέοντα. Συνεπάγεται πίεση προς τον εαυτό προκειμένου να ανταποκριθεί σε αδυσώπητα μέτρα και ρυθμούς που επιβεβαιώνουν τη σταθερότητα της πορείας, σοβαρή έλλειψη ευχαρίστησης, αυθεντικού αυτοπροσδιορισμού, συναίσθησης της πραγματικής αξίας του εαυτού και των επιτευγμάτων - όλα, στο βωμό του φόβου για την κριτική. Συχνά συνοδεύεται από:
 - (iv) μιαν ιδιόμορφη τελειομανία κατά την οποία το υποκείμενο δίνει ιδιαίτερη προσοχή στις λεπτομέρειες και όχι στην ποιότητα του έργου του εαυτού ή και των άλλων επί του συνόλου
 - (v) από αυστηρούς, κάποτε μη ρεαλιστικούς καν, κανόνες και αξίες, ηθικές επιταγές και γενικότερες απόψεις για την κουλτούρα, τη θρησκεία, κττ, καθώς επίσης και
 - (vi) από υπερβολική προκατάληψη και οργανωμένη ανάληπτη δεοντολογία περί χρόνου και αποτελεσματικότητας.
 - **Τιμωρητικότητα:** Έντονη τάση του υποκειμένου να είναι εχθρικό, μη ανεκτικό, δηκτικό έναντι των άλλων, τιμωρητικό, να αντιμετωπίζει με σκαιό τρόπο ακόμη και τα πλέον σοβαρά προβλήματα των άλλων, το έργο τους και τη ζωή τους, ανυπόμονο με τον εαυτό και τους άλλους, ιδίως τη βάση της ανάγκης όλοι να ανταποκρίνονται στις προσωπικές του αξίες και αναμονές. Ανακαλύπτει ασυγχώρητα λάθη, ανεπίτρεπτες καθυστερήσεις, απαράδεκτη μετριότητα, εξοργιστική ελαστικότητα καταστάσεων και κριτηρίων των τρίτων, διότι διστάζει ή αδυνατεί να επιτρέψει σε άτομα και καταστάσεις να εξελιχθούν φυσικά, ατελώς, χαλαρά, εν τέλει ανθρώπινα, και διστάζει ή και αδυνατεί να λάβει υπ’ όψη του οποιεσδήποτε εναλλακτικές οπτικές στη διαχείριση των συνθηκών της ζωής.

Ο Αδόλφος προέρχεται από μίαν οικογένεια δεισιδαιμονική. Ο πατέρας του υπήρξε εξαιρετικά αυταρχικός και τιμωρητικός προς τον ίδιο και κακοποιούσε σωματικά τη σύζυγό του, μια υποχωρητική σύζυγο, αλλά και τελειομανή μητέρα για το μονάκριβο γιο της. Στην υπηρεσία του όλοι οι συνάδελφοι έχουν μόνον αρνητικές μνήμες από τις κατά καιρούς στενότερες συνεργασίες τους με τον Αδόλφο. Του καταλογίζουν εκδικητικότητα, μνησικακία και υπερβολικά πιεστική συμπεριφορά έναντι ειδικά των υφισταμένων του, στους οποίους ουδέποτε συγχώρησε το παραμικρό λάθος - όταν ήταν στη δικαιοδοσία του, είχε συμβεί να ενεργήσει σκόπιμα για την απόλυση “τέτοιων άχρηστων”, όπως συχνά τους αποκαλούσε (διεργασία διατήρησης του σχήματος). Η σύζυγός του δεν είχε να θυμηθεί τίποτε καλύτερο από τις μνήμες που η μητέρα του είχε για τον πατέρα του: “μπορεί να μη με χτυπά” έλεγε, “όπως χτυπούσε ο πεθερός μου την πεθερά μου, αλλά οι τυραννικές του σιωπές και οι κακεντρεχείς επιτιμήσεις του για ό,τι κι αν κάνω ή έχω κάνει στη ζωή μας αρκούν για να νιώθω το ίδιο μ’ εκείνη...” Κατά γενική ομολογία των ανθρώπων του άμεσου περιγυρού του, οι στιγμές - διότι περί στιγμών πρόκειται - κατά τις οποίες παρουσιάζεται αιφνιδίως τρυφερός και στοργικός μοιάζουν ανεξήγητα ειλικρινείς (διεργασία αποζημιωτική), αλλά σύντομα επανέρχεται στη μοχθηρία του...

Είναι ανάγκη, ιδιαίτερα σε σχέση προς τα συναισθήματα που εμπλέκονται κατά τη διατήρηση, αποφυγή, ή αποζημιωτική λειτουργία για τα δυσλειτουργικά ειδικά σχήματα, να κατανοηθεί η τάση σπειροειδούς επαναληπτότητας, η τάση, θα λέγαμε, “ανακύκλωσης” που παρατηρείται στη διαδραμάτισή τους: κατά την επιστράτευση του σχήματος, τα συναισθήματα που έρχονται στο προσκήνιο τείνουν θα λέγαμε, να διαγράφουν “κύκλους”, με κοινά χαρακτηριστικά, με επαναλαμβανόμενα συναισθηματικά στοιχεία, που όμως διατηρούν την αυτονομία τους και είναι δυνατό να εντοπιστούν ως ισχύοντα και σε άλλες σφαίρες της καθημερινής ζωής του υποκειμένου.

Σύμφωνα με τις γνωστικές “απάτες” που τα παραπάνω σχήματα προκαλούν, το συναίσθημα που τις συνοδεύει έλκει τη βίωση άλλων συναισθημάτων, εσωτερικά συναφών με την εμφάνιση του ή των πρωταρχικά εκλυόμενων, που, εγκαλούν με τη σειρά τους νέα συναισθήματα, οδηγώντας το άτομο στη διαδοχική βίωση του ή των αρχικά προκεκλημένων συναισθημάτων.

Στο σχήμα της Αποτυχίας, για παράδειγμα, το συναίσθημα που αρχικά βιώνεται είναι η θλίψη και ενδεχομένως η απογοήτευση του υποκειμένου. Τούτα, ωστόσο, είναι δυνατό γρήγορα να προκαλέσουν και το θυμό του



έναντι των άφευκτων φαινομενικά συνθηκών που εξυπακούονται την αποτυχία του. Ο θυμός μπορεί να προκαλέσει επιθετικότητα, που στην περίπτωση αυτή είναι πιθανότερο να εσωτερικευθεί δεδομένων των χαρακτηριστικών του ατόμου που εκδηλώνει το φόβο της αποτυχίας. Αλυσιδωτά, η επιθετικότητα βιώνεται ως φθόνος έναντι των επιτυχημένων, και η κατάληξη στη μισαλλοδοξία δεν είναι διόλου απίθανη. Σχετικά ευκολότερα από ό,τι θα συνέβαινε με τα ενδιάμεσα συναισθήματα, η μισαλλοδοξία τείνει και να εκδηλωθεί πιο άμεσα, καθώς το άτομο δείχνει να συγκρίνει διαρκώς εαυτόν με τους άλλους. Συνειδητοποιώντας, σχεδόν άφευκτα μέσα στον κύκλο των συγκρίσεων, την υπεροχή τους, το άτομο, παρά τις τυχούσες επιστρατεύσεις επικουρικών σχημάτων (στα πλαίσια της αποζημιωτικής λειτουργίας), που το ωθούν σε μian επιφανειακή εξιδανίκευση των επιτυχημένων τρίτων, δεν αποφεύγει τη διαρκή υπενθύμιση στον εαυτό του της δικής του ανεπάρκειας και ανικανότητας, που, ακολούθως, προκαλεί μιας νέας διάστασης θλίψη και απογοήτευση...

Τέτοιες σπειροειδείς επαναλήψεις μπορούν να αποβούν καταστροφικές, καθώς έτσι αυτόματα και εν πολλοίς ανεξέλεγκτα “επιστρέφοντας στον εαυτό τους” τα αρνητικά σχήματα έχουν ισχυροποιηθεί επικίνδυνα από το μεγάλο ενισχυτικό ταξίδι τους μέσω μεταβάσεων, μετατροπών και μετονομασιών τους, ενώ ταυτόχρονα έχουν εξαντλήσει το άτομο, που σχεδόν υπνωτισμένο παραδίδεται στους φαύλους κύκλους των σχημάτων του, αδύναμο πλέον να τα αναγνωρίσει ως κατασκευάσματα του ίδιου του νου. Σχηματικά, η μη οργανικά προσδιορίσιμη κατάθλιψη, επί παραδείγματι, δεν είναι, από αυτή την άποψη, παρά μια αλυσίδα εσωτερικών κύκλων σχημάτων και συναισθημάτων αυτοεπαναφοράς, που καταλήγουν στην αβοήθητη παράδοση του πάσχοντα όχι τόσο πλέον στη συναισθηματική συσκότιση, όσο στην ισχύ της άγνοιας περί του σημείου εκκίνησης των φαύλων τούτων κύκλων.

Κατά τη γνωσιακή προσέγγιση εντοπίζονται τα δυσλειτουργικά σχήματα και, επειδή είναι δυνατό να διατυπωθούν σε μορφή ολοκληρωμένων προτάσεων, είναι εξίσου δυνατό να αντιμετωπιστούν ως τέτοιες, με την αντιπαράθεση άλλων προτάσεων, που το υποκείμενο αρχίζει να διαπραγματεύεται γνωσιακά και να εφαρμόζει συμπεριφορικά, ταυτόχρονα με την καταγραφή και παρακολούθηση των συναισθημάτων του. Η διαδικασία της αλλαγής των παγιωμένων δυσλειτουργικών σχημάτων δεν είναι χρονοβόρα. Πέραν μάλιστα των τυπικών μεθόδων βραχείας ψυχοθεραπείας, στο πλαίσιο της γνωσιακής προσέγγισης έχουν αναπτυχθεί ειδικές θεραπευτικές μέθοδοι, σε σχέση με ιδιαίτερες νοσολογικές οντότητες, που αντιμετωπίζονται σε μικρό χρόνο και με μικρό αριθμό αναγκαίων θεραπευτικών συνεδριών (κάποτε τριών, ή ακόμα και δύο) με αποδεδειγμένη υψηλή αποτελεσματικότητα, τόσο βραχυπρόθεσμα, όσο και μακροπρόθεσμα.

Οι μέθοδοι αυτές είναι δυνατό να απευθυνθούν τόσο σε μεμονωμένα άτομα, όσο και σε ομάδες ατόμων, συνήθως έχουν διδακτικό - σεμιναριακό



χαρακτήρα και στοχεύουν στη μετάδοση ολοκληρωμένων στρατηγικών αυτοβοήθειας, προκειμένου για την επίλυση και παρόμοιων προβλημάτων του ατόμου στο μέλλον. Το σκεπτικό τούτο προϋποθέτει την εκούσια και συστηματική εφαρμογή από το άτομο των όσων μεταδίδονται, και η επιτυχία του εξαρτάται από τη σοβαρότητα της συμπτωματολογίας που εμφανίζεται, και από το βαθμό επίγνωσης του νοσηρού εκ μέρους του. Πρόσθετες παράμετροι συνηγορούν στην ανάγκη ανάπτυξης και εξέλιξης τέτοιων τακτικών, και περιλαμβάνουν την προοδευτικά αυξανόμενη λίστα αναμονής των υπηρεσιών που παρέχουν ψυχολογική υποστήριξη, το περιορισμένο βαλάντιο των πασχόντων, τον περιορισμένο οικονομικό προϋπολογισμό για τις υπηρεσίες, αλλά και την έλλειψη ή και παραγνώριση του ψυχολόγου από ορισμένες υπηρεσίες ή και ολόκληρες περιοχές (γεγονός, που ισχύει σε μεγάλη έκταση ιδιαίτερα για την ελληνική πραγματικότητα).

Ο εντοπισμός των δυσλειτουργικών σχημάτων είναι κεφαλαιώδους σημασίας για τη διάρρηξη των φαύλων γνωσιακών κύκλων στους οποίους έχει εγκλωβιστεί. Η διαχείριση των σχημάτων εμφανίζει αποτελεσματικότητα όχι μόνον επειδή ο εντοπισμός και η διαδικασία της αλλαγής είναι, σχετικά προς ό,τι λαβαίνει χώρα κατά την ψυχοδυναμική προσέγγιση, θα λέγαμε, “ανώδυνη”, αλλά και επειδή η συστηματοποιημένη προβολή στο μέλλον των διεργασιών που εσωτερικεύονται σταδιακά από το υποκείμενο αποτελεί μια προέκταση που αποβαίνει ευεργετική για την εμπέδωση των μεταδιδόμενων στοιχείων της εν είδει αυτοανάλυσης που προτείνεται.

Παρατίθενται ενδεικτικά μερικές προτάσεις αντιπροσωπευτικές για τη δυσλειτουργικότητα των σχημάτων. Η αντιπαράθεση σε αυτές λογικών αντιπροτάσεων που προκαλούν, είναι δυνατό να μετριάσουν, και τείνουν να αναδομήσουν τη σκέψη δίνοντας ένα μέτρο του τύπου της παρέμβασης που η γνωσιακή προσέγγιση επιχειρεί. Στην αριστερή στήλη των πινάκων που ακολουθούν σημειώνονται σχήματα, που συχνά έχει φανεί να αποτελούν παγιωμένες στρεσογόνες αρχές νοητικών ακολουθιών. Στους πρώτους πίνακες η δεύτερη στήλη παρουσιάζει λογικές αντιπροτάσεις στα αρνητικά σχήματα. Στους υπόλοιπους πίνακες¹¹³ η δεύτερη αυτή στήλη τους μένει κενή, για προαιρετική συμπλήρωση από την αναγνώστριά ή τον αναγνώστη.

¹¹³ βλέπε, π.χ., Allan, S., Gilbert, P. and Goss, K., 1994, An exploration of shame measures: II: Psychopathology, Personality and Individual Differences, 17, 719-722

ΣΤΡΕΣΣΟΓΟΝΑ ΣΧΗΜΑΤΑ	ΘΕΤΙΚΟΣ ΓΝΩΣΙΑΚΟΣ ΑΝΤΙΛΟΓΟΣ
1. Πρέπει να με αγαπά και τουλάχιστο να με εκτιμά κάθε πρόσωπο που είναι σημαντικό για μένα.	1. Θέλω να είμαι αγαπητή/ός κι αποδεκτή/ός από μερικούς ανθρώπους στη ζωή μου. Ίσως να αισθάνομαι απογοήτευση και μοναξιά αν αυτό δε συμβαίνει, αλλά θα αντιμετωπίσω τα συναισθήματά μου. Μπορώ να κάνω σταθερά βήματα και να καλυτερεύσω τις σχέσεις μου.
2. Για να αξίζω πρέπει να είμαι πολύ ικανός, να μην κάνω λάθη, και να πετυχαίνω σε όλους τους τομείς.	2. Θέλω να κάνω ό,τι έχω να κάνω καλά, όπως οι περισσότεροι άνθρωποι. Όπως ο καθένας, βέβαια, μπορώ να κάνω λάθη και να αποτυγχάνω. Θα αισθάνομαι άσχημα γι αυτό, αλλά θα το αντιμετωπίσω. Μπορώ να κάνω σταθερά βήματα για να διορθώσω τον εαυτό μου, ώστε να είναι καλύτερος.
3. Είναι τρομερό, ίσως και το τέλος του κόσμου, αν τα πράγματα δεν εξελιχθούν όπως θα ήθελα.	3. Είναι απογοητευτικό όταν τα πράγματα δε συμβαίνουν όπως τα θέλεις, αλλά μπορώ να το αντιμετωπίσω. Θα προσπαθήσω να κάνω τα πράγματα να γίνονται όπως εγώ τα θέλω. Αν όμως αυτό δε συμβεί, δεν ωφελεί να μεγαλοποιήσω την απογοήτευσή μου.
4. Αν κάτι είναι επικίνδυνο, δυσάρεστο ή απειλητικό, στεναχωριέμαι πάρα πολύ.	4. Με το να στεναχωριέμαι για κάτι που μπορεί να πάει στραβά δε μπορώ να το αποφύγω. Θα κάνω προσπάθειες για να πάνε καλά τα πράγματα, αλλά δε θα σκέφτομαι τώρα τα άσχημα για το μέλλον.
5. Είναι προτιμότερο να αποφύγεις να κάνεις κάτι, που φαίνεται δύσκολο ή δυσάρεστο, παρά να το αντιμετωπίσεις.	5. Το να αντιμετωπίζω τις δυσκολίες με κάνει να νιώθω άσχημα για λίγο, αλλά μπορώ να το συνηθίσω. Το να αποφεύγω τα προβλήματα δεν τα κάνει περισσότερο εύκολα. Τούτο απλώς με κάνει να στεναχωριέμαι για περισσότερο χρόνο γι αυτά.
6. Έχω ανάγκη από κάποιον δυνατότερον από μένα, στον οποίο να στηρίζομαι.	6. Είναι καλό να έχω υποστήριξη από τους άλλους όταν το χρειάζομαι, και άσχημο να μην έχω τέτοιους ανθρώπους. Αλλά υπάρχει κι ένα πρόσωπο, το οποίο μπορώ πάντα να εμπιστεύομαι: ο εαυτός μου.

7. Μερικοί άνθρωποι είναι κακοί και εχθρικοί και γι αυτό θα πρέπει να κατηγορούνται και να τιμωρούνται.	7. Είναι λυπηρό οι άνθρωποι να κάνουν άσχημα πράγματα, και μερικοί το κάνουν συχνά. Όταν όμως εγώ γίνομαι έξαλλος γι αυτό, τα πράγματα δεν αλλάζουν.
8. Η ευτυχία των ανθρώπων, όπως και η δική μου, εξαρτώνται από παράγοντες που δε μπορώ να ελέγξω.	8. Τα προβλήματά μου ίσως επηρεάζονται από καταστάσεις που βρίσκονται έξω από το δικό μου έλεγχο, ωστόσο οι σκέψεις και οι πράξεις μου επηρεάζουν επίσης τα προβλήματά μου. Αυτές μπορώ να τις ελέγξω εγώ.
9. Πρέπει να με απασχολούν πολύ τα προβλήματα και οι δυσκολίες των άλλων.	9. Είναι λυπηρό να βλέπω τους άλλους να έχουν προβλήματα, αλλά δε θα τους βοηθήσω με το να γίνω εγώ δυστυχισμένη/ος. Χρειάζεται να αντιμετωπίσω τα αισθήματά μου, και κάποια στιγμή θα μπορέσω να τους βοηθήσω.
10. Τα προβλήματά μου ξεκινάνε από το παρελθόν και γι αυτό έχω προβλήματα και σήμερα.	10. Τα προβλήματά μου ξεκίνησαν από το παρελθόν, αλλά οι σημερινές καταστάσεις τα κάνουν να διατηρούνται, και στις καταστάσεις αυτές συμπεριλαμβάνονται οι σκέψεις και οι πράξεις μου. Αυτές μπορώ να τις ελέγξω.

(Mondgomery & Ellis, 1982)

ΣΤΡΕΣΣΟΓΟΝΑ ΣΧΗΜΑΤΑ	ΘΕΤΙΚΟΣ ΓΝΩΣΙΑΚΟΣ ΑΝΤΙΛΟΓΟΣ
1. Οι άλλοι σκοπεύουν να με βλάψουν, και θα με βλάψουν, ή θα μου προκαλέσουν τραύμα, ή θα με κάνουν να αισθανθώ χαμένη/ος.	1. Υπάρχουν μερικοί άνθρωποι που όντως είναι επικίνδυνοι, και μερικοί άλλοι που ίσως θα ήθελαν να με βλάψουν προσωπικά, αλλά σίγουρα δεν έχουν όλοι σκοπό της ζωής τους τη βλάβη, και δε θέλουν όλοι να βλάψουν εμένα.
2. Οι άλλοι δε θα με βλάψουν εμένα με τίποτα και ποτέ	2. Υπάρχουν ορισμένοι άνθρωποι που είναι επικίνδυνοι, αν και δεν έχουν όλοι την πρόθεση να με βλάψουν.
3. Όλα τα στραβά και τ' ανάποδα μου συμβαίνουν	3. Είναι αναμενόμενο να μου συμβαίνουν και μερικές αναποδιές, αλλά δεν είναι λογικό ή αλήθεια ότι μόνο άσχημα ζω
4. Εμένα ποτέ δε θα μου συμβεί αυτό	4. Είναι πολύ απίθανο να (μου) (ξανα-) συμβεί κάτι τέτοιο, παρά ταύτα, υπάρχει και μια πιθανότητα για το αντίθετο



5. Δε θα μπορέσω (ποτέ) να προστατεύσω τον εαυτό μου σε περίπτωση κινδύνου	5. Μπορεί μερικοί κίνδυνοι να είναι ξαφνικοί κι ανεξέλεγκτοι, αλλά όσο μπορώ παίρνω τις προφυλάξεις μου
6. Μπορώ μια χαρά να προστατεύω τον εαυτό μου απ' οποιονδήποτε κίνδυνο	6. Μπορεί να μην είμαι πάντα σε θέση να αυτοπροστατευτώ, μα θα προετοιμαστώ για να μειώσω πιθανές βλάβες από τους περισσότερους προβλέψιμους κινδύνους
7. Ύστερ' απ' αυτό το χωρισμό, εγώ θα υποφέρω για πάντα	7. Ακόμη κι αν αυτή η σχέση δεν πήγε καλά, αυτό δε σημαίνει ότι δε θα βρω ικανοποιητικές σχέσεις στο μέλλον.
8. Νιώθω χάλια και δε μπορώ να κάνω τίποτα γι αυτό	8. Μπορώ να κάνω πράγματα που θα με ανακουφίσουν και θα βρω τρόπους να χειριστώ όλ' αυτά τ' αρνητικά αισθήματα
9. Αυτό το μαρτύριο δε θα τελειώσει ποτέ	9. Παρά που τα αισθήματά μου είναι τώρα ισχυρά και δυσάρεστα, ξέρω πως είναι και προσωρινά, και θα περάσουν αργότερα
10. Μα και σε ποιον να το πω	10. Μπορεί να χρειαστώ βοήθεια, ακόμη και επαγγελματική, για να γιατρέψω πληγές, αλλ' αυτό είναι φυσιολογικό, και δε θα διστάσω να το κάνω
11. Έχω γίνει ένα ψυχικό ράκος	11. Τα μαθήματα που πήρα από αυτή την εμπειρία και οι ικανότητες που ανέπτυξα θα με βοηθήσουν να αντεπεξέρχομαι σε τέτοιες εντάσεις καλύτερα στο μέλλον
12. Τώρα, πάει, θα "το ...ρίξω" στο φαί και το πιτό, για να τον/την/το ξεχάσω - έτσι κάνω εγώ σε κάθε "πένθος"	12. Μπορεί μερικές εκτονώσεις να δείχνουν ανακουφιστικές, αλλά χρειάζομαι να δω προσεκτικά αν πράγματι θα λύσουν το πρόβλημά μου. Υπάρχουν κι άλλα πράγματα να κάνω εκτός απ' το "να το βάλω στα πόδια" με κάτι τέτοια
13. Δε νιώθω τίποτα και για κανέναν / καμία πια, κανέναν δεν εμπιστεύομαι, δε θα ξαναμπλεχτώ έτσι	13. Θα χρειαστώ να "πάρω τα ρίσκα μου" με νέους ανθρώπους για νέες σχέσεις, αλλά με αργούς ρυθμούς, κι ένα βήμα τη φορά. Έτσι θάχω περισσότερες ευκαιρίες να δω αν αυτά τα νέα άτομα στη ζωή μου αξίζουν την εμπιστοσύνη μου
14. Δεν αντέχω να "χάνω" ανθρώπους	14. Μπορεί μερικές σχέσεις να σταματήσουν, αλλά θάμαι με ανθρώπους που τελικά δε συναντηθήκαμε "κάπου στη μέση του δρόμου" μα σίγουρα δε θάμαι μόνο εγώ που θα φταίω ή που δεν προσπάθησα
15. Αφού με απέρριψε, δεν έχω μάτια να δω τον κόσμο	15. Επειδή κάποιος είπε κάτι κακό για μένα, δε σημαίνει ότι είναι αλήθεια. Μα θα δω και μήπως έχει κάτι ωφέλιμο το σχόλιο

16. Η τρυφερότητα ρέει στο αίμα μου, δε μπορώ αλλιώς	16. Μπορώ ακόμη να συνυπάρχω σε καλούς όρους με ανθρώπους, αυτό όμως δε σημαίνει ότι θα είμαι σε θέση ή θα θέλω να είμαι με όλους τρυφερά, και το ίδιο ισχύει και για κείνους
17. Φοβάμαι τη μοναξιά	17. Μπορεί μερικές ώρες να τις περνάω με άλλους, αλλά η αλήθεια είναι ότι πολλές ώρες είμαι μόνος/η και θα μάθω να γλεντώ τη μοναξιά εποικοδομητικά
18. Κανείς δεν αξίζει να τραυματίζεται ψυχικά, κι αυτό περιλαμβάνει κι εμένα	18. Μερικές φορές άσχημα πράγματα συμβαίνουν και σε καλούς ανθρώπους, κι αυτό σημαίνει ότι δε θα εκπλαγώ αν κάτι τέτοιο μου ξανασυμβεί
19. Αυτή την πληγή την κουβαλάω επειδή την άξιζα	19. Αν μου συμβεί κάτι κακό, αυτό δε θα γίνει αναγκαστικά επειδή το προκάλεσα ή το άξιζα. Θα φροντίσω να ελέγχω τη συμπεριφορά μου, και να εξηγούμαι από την αρχή καλύτερα με τους άλλους
20. Το παρελθόν μου είναι γεμάτο λάθη που μετάνιωσα	20. Επειδή έκανα λάθη παλιά δε σημαίνει ότι είμαι ανάξιος/α λόγου. Μπορώ και θα βελτιωθώ, ώστε να είναι πιο μεστές οι πράξεις μου κι οι συνέπειές τους αύριο
21. Όλοι είναι για πέταμα	21. Μολονότι υπάρχουν άνθρωποι που δεν εκτιμώ, κι άλλοι που δε θάθελα να ξερω, σίγουρα δε γίνεται να καταλήγω σε τέτοιο συμπέρασμα προτού να τους γνωρίσω λίγο καλύτερα. Όταν θα έχει γίνει αυτό, θα ξανασκεφτώ για να δω αν μου κάνουν

ΣΤΡΕΣΣΟΓΟΝΑ ΣΧΗΜΑΤΑ	ΘΕΤΙΚΟΣ ΓΝΩΣΙΑΚΟΣ ΑΝΤΙΛΟΓΟΣ
ΑΠΟΔΟΧΗ	(προαιρετική συμπλήρωση)
1. Μου χρειάζεται η αγάπη και η στοργή από κάποιον	1.
2. Θέλω να με καταλάβει κάποιος	2.
3. Δε γίνεται να μένω μόνη/ος μου, χωρίς τη συντροφιά κάποιου	3.
4. Αν δε μ' αγαπούν, είμαι ένα τίποτα	4.
5. Δεν αντέχω να μου θυμώνουν οι άλλοι	5.



6. Το να σε απορρίπτουν είναι το χειρότερο πράγμα στον κόσμο	6.
7. Οι άλλοι πρέπει να μένουν ικανοποιημένοι από μένα	7.
8. Δεν αντέχω νάμαι σε απομόνωση απ' τους άλλους	8.
9. Κάθε κριτική σημαίνει συνολική μου απόρριψη	9.
10. Δεν αντέχω νάμαι μόνη/ος	10.
ΕΠΑΡΚΕΙΑ	
1. Είμαι ό,τι καταφέρνω	1.
2. Πρέπει να είμαι κάποιος	2.
3. Η επιτυχία είναι το παν	3.
4. Στη ζωή υπάρχουν νικητές και ηττημένοι	4.
5. Αν δεν πρωτοστατώ, είμαι ένα τίποτα	5.
6. Αν χαλαρώσω κι αφεθώ για μια στιγμή, θ' αποτύχω για πάντα	6.
7. Πρέπει νάμαι ο/η πρώτος/η σε ό,τι κι αν κάνω	7.
8. Των άλλων οι επιτυχίες κλέβουν κάτι απ' τη δική μου	8.
9. Ένα λάθος, και χάθηκα!	9.
10. Η αποτυχία είναι το τέλος του κόσμου	10.
ΕΛΕΓΧΟΣ	
1. Θέλω νάμαι κύριος του εαυτού μου	1.
2. Είμαι ο μόνος που μπορώ να λύσω τα προβλήματά μου	2.
3. Δεν ανέχομαι να μου λένε οι άλλοι τι να κάνω	3.
4. Δε μπορώ να ζητάω βοήθεια	4.

5. Πάντα οι άλλοι κοιτάνε πως να με καταδυναστεύσουν	5.
6. Πρέπει νάμαι τέλεια/ος για νάχω πλήρη έλεγχο	6.
7. Η έχω τον έλεγχο, ή δεν τον έχω	7.
8. Δεν αντέχω νάμαι εκτός ελέγχου	8.
9. Νόμοι και κανόνες για μένα είναι φυλακή	9.
10. Αν αφήσω ναρθεί κανείς πολύ κοντά μου, σίγουρα θα θέλει να με ελέγχει	10.

**ΕΡΩΤΗΣΕΙΣ ΠΟΥ “ΠΡΟΚΑΛΟΥΝ”
ΤΑ ΔΥΣΛΕΙΤΟΥΡΓΙΚΑ ΣΧΗΜΑΤΑ
ΚΑΙ ΘΕΤΟΥΝ ΤΑ ΘΕΜΕΛΙΑ ΑΝΑΔΟΜΗΣΗΣ ΤΟΥΣ**

1. Ποια είναι τα στοιχεία που υποστηρίζουν αυτή την ιδέα;
2. Ποια είναι τα στοιχεία που αντικρούουν αυτή την ιδέα;
3. Ποια θα ήταν μια εναλλακτική οπτική;
4. Τι θα λέγατε σε κάποιον άλλον αν είχε αυτή την ιδέα;
5. Τι θα σκεφτόταν γενικά κάποιος άλλος για το θέμα αυτό;
6. Μήπως σκέφτεστε “άσπρο - μαύρο”;
7. Μήπως χρησιμοποιείτε λέξεις ακραίες, όπως: πάντα, ποτέ, πάντοτε, πρέπει;
8. Μπορείτε να σκεφτείτε καμιά εξαίρεση στην ιδέα αυτή;
9. Πως σας κάνει να νιώθετε αυτού του είδους η σκέψη;
10. Θα μπορούσε να νιώσετε καλύτερα αν το σκεφτόσασταν διαφορετικά;
11. Μήπως συγκεντρώνετε σε μικρές λεπτομέρειες;
12. Αγνοείτε τις φορές που αυτή η πίστη σας δεν ισχύει;
13. Μήπως μεγαλοποιείτε το νόημα των στοιχείων που έχετε για το θέμα αυτό;
14. Θα μπορούσε να υπάρχουν κι άλλες εξηγήσεις για τα στοιχεία αυτά;
15. Πως θα ήταν η ζωή αν δεν είχατε αυτή την ιδέα;



Τελικά...

Είναι αξιοσημείωτος ο ορισμός που δίνουν παλιοί ψυχίατροι για την καλή ψυχική υγεία: καλή ψυχική υγεία, υπογραμμίζουν, είναι η άντληση των βιωμάτων του παρελθόντος με τρόπο θετικό, ώστε να εφαρμοστούν εποικοδομητικά τα διδάγματά του στο παρόν, προκειμένου για τον ευαγή σχεδιασμό του μέλλοντος...

Ο ορισμός της υγείας, εν γένει, έτσι όπως έχει διατυπωθεί και από την Παγκόσμια Οργάνωση Υγείας (World Health Organisation, 1995, "brochures and posters"), δε μπορεί να περιορίζεται στενά στην έλλειψη φανερών δυσλειτουργικοτήτων και στην απλή απουσία νόσων.

Προϋποτίθενται σειρά άλλων στοιχείων που κείνται πέραν των minimums όπως ορίζονται από τον σχετικά περιορισμένο αριθμό κλινικών περιπτώσεων που "προσφέρονται" σχεδόν αναπόφευκτα για μελέτη. Η διδαχή από τα βιώματα του παρελθόντος εφαρμοζόμενη στο παρόν προκειμένου για τον ευαγή σχεδιασμό του μέλλοντος με οπτιμιστικό τρόπο αποτελεί τυπική, κλασσική θα λέγαμε, σύμπτυξη μιας διάστασης κριτηρίων περί συναισθηματικής, ψυχολογικής υγείας, που σε μεγάλο βαθμό προδιαγράφει και τη φυσική, σωματική υγεία αν προσεχτεί και υλοποιηθεί ο οπτιμισμός και σε επίπεδο καθημερινών δραστηριοτήτων φυσικής σωματικής άσκησης, καλής διατροφής, εποικοδομητικής χρήσης του tempo libero, και διανοητικής εγρήγορσης που καθοδηγεί σε ανάλογες πολυσχιδείς εποικοδομητικές αναζητήσεις.

Εξακολουθούμε, μ' όλα ταύτα, να τείνουμε να εξάγουμε σχεδόν αποκλειστικά τα συμπεράσματά μας περί υγείας από τα δεδομένα της ασθένειας ή της α-σθένειας, έτσι όπως αυτές μας παρουσιάζονται ιδίως στην κλινική πράξη.

Για να "κλείσει" εδώ η σχετική παρένθεση, που άνοιξε με την αναφορά στα κριτήρια της φυσιολογικότητας versus μη-φυσιολογικότητας στις αρχές αυτού του εγχειριδίου, πρέπει να σημειωθεί η σειρά των πρόσθετων προς αυτά που αναφέρθηκαν, απαραίτητων για τη διαμόρφωση μιας συνολικής, σφαιρικής εικόνας της φυσιολογικότητας ειδοποιών κριτηρίων, αφού άπτονται και της χρήσης μιας γνωσιακής θεωρητικής κατεύθυνσης αν είναι για την κατανόησή τους.

Και πάλι, προϋπόθεση στη μελέτη και των κριτηρίων αυτών θα πρέπει να προταθεί ο (θλιβρός; - πάντως πεπερασμένος) τρόπος θέασης είτε της φυσιολογικότητας, είτε της μη φυσιολογικότητας, μέσα από ένα δυνάμει παραμορφωτικό πρίσμα - αυτό, που τουλάχιστον η ψυχιατρική και η κλινική ψυχολογία τοποθετούν σχεδόν αναγκαστικά στη συζήτηση περί ομαλότητας,

καθώς τόσο η ύπαρξή τους ως επιστημών, όσο και η μάζα της ερευνητικής και συγγραφικής παραγωγής τους αφορούν αποκλειστικά σε άτομα που “στερούνται ομαλότητας”, και, ως εκ τούτου, διατρέχουμε τον κίνδυνο μόνον εξ αντανάκλασεως να είναι πρακτικά εφικτό οι επιστήμες αυτές να διαπραγματευτούν την έννοια της “ομαλότητας”.

Το κριτήριο της αυτοαποδοχής, ωστόσο, αποτελεί καλό γνώμονα θετικής έκφρασης για ό,τι μπορεί να διαφαίνεται ως αμιγής ορισμός του “ομαλού”, αν μη τι άλλο, έναντι της υποκειμενικής δυσφορίας που προτάσσεται σε κλινικά πλαίσια, και, βέβαια, εννοούμενο σε όρους επίγνωσης, και εξοικείωσης με τον εαυτό μάλλον, παρά σε όρους ναρκισσιστικού εγωκεντρισμού.

Το κριτήριο της αυτοεξέλιξης και αυτοανάπτυξης εξυπακούεται την ενεργό διάθεση και υλοποίηση ειλικρινών προσπαθειών αυτοβελτίωσης, δεδομένης μιας καθαρότητας στη δυνατότητα της σχετικής στοχοθεσίας και θεμελίωσης κινήτρων.

Αυτή η δυνατότητα, όμως, αποτελεί κριτήριο υγείας ανεξάρτητο, ως ικανότητα αντίληψης των προσωπικών προοπτικών και ως μελέτη των σκοπών και στόχων που χρειάζεται να θέσει κανείς προ των πυλών της καθημερινής του οριοθέτησης.

Σύστοιχο είναι το κριτήριο της ρεαλιστικής αντίληψης και ελέγχου της πραγματικότητας, που προδιαγράφει τη διατήρηση μιας λεπτής ισορροπίας μεταξύ κυνισμού, από τη μια πλευρά, και υπερεκτίμησης του προσωπικού βεληνεκούς από την άλλη, καθώς επίσης και μεταξύ ρηχότητας από τη μια, και δημιουργικής φαντασίας από την άλλη.

Αλλά και το κριτήριο της αποτελεσματικότητας στα έργα και τους στόχους αποτελεί σημαντική παράμετρο της ομαλότητας, προϋποθέτοντας, ξανά, τη διατήρηση μιας ισόρροπης, όχι όμως και απόλυτα ετεροπροσδιορισμένης περιγραφής του *τι ακριβώς συνιστά την επιτυχία*, αλλά μάλλον *αυτοπροσδιορισμένης* και συνεπούς προς τον εαυτό.

Το δε κριτήριο της αυτονομίας, σχεδόν εξ ορισμού, προϊδεάζει προς την κατεύθυνση, όχι της ουτοπικής έπαρσης που φλερτάρει την άρση της ανάγκης των άλλων, μα προς την οδό μιας ευρύτερης εξοικείωσης με αυτή, τη μοναξιά, και προς τη σιγουριά εκείνη στον εαυτό που θα τροφοδοτήσει την αξία και τη βαρύτητα των οποιωνδήποτε ζυγισμένων ενεργειών.

Η δυνατότητα προβολής του εαυτού και των στοχοθεσιών του στο μέλλον ως δυναμικό κριτήριο επιβεβαίωσης της υγείας με την ισόρροπη και γαλήνια αναγωγή των προσδοκιών στο χώρο μιας ενεργού σιγουριάς και ασφάλειας είναι άρρηκτα δεμένη με το κριτήριο της πνευματικότητας, και αυτής, της θρησκευτικότητας, αν πρόκειται για τη σφαιρική διαπραγμάτευση και εκείνων των μετά τα φυσικά ανομολόγητων και για τα εγχειρίδια κλινικής ψυχολογίας φόβων και ανασφαλειών του “μετά”.

Το κριτήριο της θεμελίωσης επικοινωνιακών γεφυριών προς τη δημιουργία και διατήρηση σημαντικών διαπροσωπικών σχέσεων τείνει να επισφραγίσει το μικρό αυτό απολογισμό της φυσιολογικότητας, δεδομένης της ύπαρξής μας όχι στο κενό, ούτε στην απολυτότητα, μα στο κέντρο μιας συμπαντικής, οικολογικής ισορροπίας την οποία, για την ώρα, τείνουμε να αλληλοπροσδιορίζουμε με το διπλανό μας.

Ενδεχομένως, τόσο η άρση, του τι προσδιορίζεται ως μη φυσιολογικότητα, όσο και η θέση, του προσδιοριστέου ως το αντίθετό της, να συνιστούν από κοινού μια διαφανέστερη προσέγγιση της ιδεατής και ιδεώδους ύπαρξής μας. Βέβαιο δείχνει να είναι το ότι μια, μεμονωμένη επίκληση, ενός, μεμονωμένου κριτηρίου, διατρέχει τον κίνδυνο να χαρακτηρίσει ανεξίτηλα μόνο μια διάσταση μη φυσιολογικότητας: αυτήν, του απλοϊκά ή κακεντρεχώς επικαλούμενου το απόλυτο της επίκλησής του.



ΒΙΒΛΙΟΓΡΑΦΙΚΑ...

- Abraham, K. (ed.), 1911, 1949, 1955, Notes on the psycho-analytical investigation and treatment of manic-depressive insanity and allied conditions, In: Selected papers on psycho-analysis, The Hogarth Press, London
- Abraham, K., 1955, Clinical papers and essays on psycho-analysis, The Hogarth Press, London.
- Abramson, L.Y., Seligman, M.E.P. and Teasdale, J., 1978, Learned helplessness in humans: Critique and reformulation, *Journal of Abnormal Psychology*, 87, 32-48
- Adler, A., 1961, Thinking machines, Day Co., N.Y.
- Allan, S., Gilbert, P. and Goss, K., 1994, An exploration of shame measures: II: Psychopathology, *Personality and Individual Differences*, 17, 719-722
- Bandura, A. and Walters, R.H., 1963, Social learning and personality development, Holt, Rinehart and Winston, N.Y.
- Beck, A.T., 1976, Cognitive therapy and the emotional disorders, International Universities Press, N.Y.
- Beck, A.T., Rush, A.J., Shaw, B.F. and Emery, G., 1979, Cognitive therapy of depression, Guilford Press, N.Y.
- Berne, E., 1967, Games people play, Penguin, London
- Berne, E., 1972, What do you say after you say hello?, Grove, N.Y.
- Bettelheim, B., 1943, Individual and mass behavior in extreme situations, *Journal of Abnormal and Social Psychology*, 38, 417-452
- Bricker, D.C. and Young, J.E., 1993, A client's guide to schema-focused cognitive therapy, ATID Publications, N.Y.
- Bricker, D.C. and Young, J.E., 1993, A client's guide to schema-focused cognitive therapy, ATID Publications, N.Y.
- Chetwynd, T., 1988, Dictionary for dreamers, Paladin Grafton Books, London
- Covi, L., Roth, D.M., Pattison, J.H. and Lipman, R.S., 1988, Group cognitive behavioral therapy of depression: Two parallel treatment manuals for a controlled study, In: C.Perris, I.M. Blackburn and H.Perris (eds.), *Cognitive Psychotherapy*, Springer-Verlag, N.Y.
- Daniels, R.S., 1962, Psychotherapy of depression, *Postgraduate Medicine*, 32, 436-441
- Davis, P.H. and Osherson, A., 1977, The current treatment of a multiple-personality woman and her son, *American Journal of Psychotherapy*, 31, 504-515
- Douglas, M., (ed.), 1970, Witchcraft: Confessions and accusations, Tavistock, London.
- Drever, J., 1968, Dictionary of Psychology, Penguin Books, UK
- Ellis, A., 1962, Reason and emotion in psychotherapy, Lyle Stuart-Citadel, N.Y.
- Eysenck, H.J. (ed.), 1961, The effects of psychotherapy, In: *Handbook of abnormal psychology: An experimental approach*, Basic Books, N.Y.
- Frankl, V.E., 1975, Paradoxical intention and dereflection, *Psychotherapy: Theory, Research and Practice*, 12, 226-237.
- Freeman, A., 1988, Cognitive therapy of personality disorders: General treatment considerations, In: C.Perris, I.M. Blackburn and H.Perris (eds.), *Cognitive Psychotherapy*, Springer-Verlag, N.Y.
- Freud, S., 1910, Five lectures on psycho-analysis, Leonardo da Vinci and other works, Standard Edition, σσ. 132, 133

- Freud, S., 1910, Five lectures on Psycho-Analysis, Standard Ed., II, 3, στο: Two short accounts of Psycho-Analysis, Penguin Books, Harmondsworth, 1962.
- Fromm, E., 1955, The sane society, Holt, Rinehart and Winston Inc., N.Y.
- Fromm, E., 1957, The forgotten language, Grove Press Inc., N.Y.
- Horney, K., 1937, The neurotic personality of our time, W.W.Norton and Co., N.Y.
- Jung, C.G., 1921, Psychological types, Princeton University Press, N.J.
- Kellerman, H. and Burry, A., 1989, Psychopathology and differential diagnosis: A primer, v.II, Columbia University Press, N.Y
- Kris, E., 1950, Preconscious mental processes, Psychoanalytic Quarterly, 19, 540-560.
- Laughlin, H.P., 1967, The Neuroses, Butterworth, Washington DC
- Lazarus, A.A. and Folkman, S., 1984, Sstress appraisal and coping, Springer, N.Y.
- Lazarus, A.A., 1966, Psychological stress and the coping process, McGraw-Hill, N.Y.
- Lazarus, A.A., 1971, Behavior therapy and beyond, McGraw-Hill, N.Y.
- Lazarus, A.A., 1976, Multimodal behavior therapy, Springer, N.Y.
- Lundh, L.G., 1987, Placebo, belief and health: A cognitive-emotional model, Scandinavian Journal of Psychology, 28, 128-143
- Luria, A., 1961, The role of speech in the regulation of normal and abnormal behaviors, Liveright, N.Y.
- Mahler, M., 1979, The selected papers of Margaret Mahler (v.1,2,3), Jason Aronson, N.Y. [Infantile psychosis; The psychological birth of the human infant; On human symbiosis and the vicissitudes of individuation]
- Mahoney, M.J. (ed.), 1980, Psychotherapy and the structure of personal revolutions, In: Psychotherapy process, Plenum, N.Y.
- Maslow, A., 1962, Toward a psychology of being, Van Nostrand, N.Y.
- May, R., 1958, Existence: A new dimension in psychiatry and psychology, Basic Books Inc., N.Y.
- May, R., 1959, The existential approach, In: S.Arieti (ed.), American Handbook of Psychiatry, v.II, Basic Books Inc., N.Y.
- Meichenbaum, D., 1977, Cognitive - behavior modification: an integrative approach, Plenum, N.Y.
- Moreno, J.L., 1946, Psychodrama: Volume I, N.Y., Beacon House.
- Mowrer, O.H., 1968, What is abnormal behavior? In: L.A. Pennington and I.A. Berg (eds.), An introduction to clinical psychology, Ronald, N.Y.
- Nemiah, J.C., 1961, Foundations of psychopathology, Oxford University Press, N.Y
- Noyes, A.P. and Kolb, L.C., 1963, Modern clinical psychiatry, Saunders, Philadelphia
- Perls, F.S., 1970, Gestalt therapy now, Science and Behavior Books, Palo Alto, CA.
- Reber, A.S., 1987, Dictionary of psychology, Penguin, London
- Rees, L., 1988, A new short textbook on psychiatry, Hodder and Stoughton, London
- Rogers, C., 1977, Carl Rogers on personal power, Delacorte, N.Y.
- Rosenhan, D.L. and Seligman, M.E.P., 1989, Abnormal Psychology, Norton, N.Y.
- Rotter, J.B., 1966, Generalized expectancies for internal versus external control of reinforcement, Psychological Monographs, 80, 1.
- Sarason, I.G. (ed.), 1976, Abnormal psychology: The problem of maladaptive behavior. Prentice Hall, N.J.
- Schwartz, R.M., 1982, Cognitive behavior modification: a conceptual review, Clinical Psychology Review, 2, 267-293
- Sears, R.R., 1936, Experimental studies of projection-I: Attribution of traits, Journal of Social Psychology, 7, 151-163

- Sheldon, W. H., 1944, Constitutional factors in personality, In: J. McV. Hunt (ed.), Personality and the behavior disorders, The Ronald Press Co., N.Y.
- Simons, A.D., Murphy, G.E., Levine, J.L. and Wetzell, R.D., 1986, Cognitive therapy and pharmacotherapy of depression: sustained improvement over one year, Archives of General Psychiatry, 43, 43-48.
- Strange, J.R., 1965, Abnormal Psychology, McGraw-Hill Book Company, N.Y.
- Sullivan, H.S., 1953, The interpersonal theory of psychiatry, W.W. Norton and Co., N.Y.
- Summers, M., 1971, Witchcraft and black magic, Grand River Books, N.Y.
- Tagiuri, R., Bruner, J.S. and Blake, R.R., 1958, On the relation between feelings and the perception of feelings among members of small groups, In: E.E. Maccoby, T.M. Newcomb and E.L. Hartley (eds.), Readings in social psychology, Holt, Rinehart and Winston, N.Y.
- Thorpe, L.P. and Katz, B., 1948, The psychology of abnormal behavior: a dynamic approach, Ronald, N.Y.
- Ullman, L.P. and Krasner, L., 1969, A psychological approach to abnormal behavior, Prentice-Hall International, London.
- Walton, D., 1961, The application of learning theory to the treatment of a case of somnambulism, Journal of Clinical Psychology, 17, 96-99
- White, R.B. and Gilliland, R.M., 1975, Elements of psychopathology, Grune and Stratton, N.Y.
- Χουντουμάδη, Α. και Πατεράκη, Α., 1989, Σύντομο ερμηνευτικό λεξικό ψυχολογικών όρων, Δωδώνη, Αθήνα-Γιάννινα
- Ziegler, F.J. and Imboden, J.B., 1962, Contemporary conversion reactions: II. A conceptual model, Archives of General Psychiatry, 6, 279-287
- Zivin, G. (ed.), 1979, The development of self-regulation through private speech, John Wiley and Sons, N.Y.



Τυπώθηκε στο Πανεπιστημιακό Τυπογραφείο
με δαπάνη του Πανεπιστημίου Ιωαννίνων.

ΠΑΝΕΠΙΣΤΗΜΙΑΚΟ
Τυπογραφείο

Διανέμεται Δωρεάν στους φοιτητές.

