

## 17<sup>η</sup> Ανοικτή εκδήλωση

20 ΝΟΕΜΒΡΙΟΥ 2004

### «ΣΥΓΧΡΟΝΗ ΚΟΙΝΩΝΙΑ ΚΑΙ ΨΥΧΙΚΗ ΥΓΕΙΑ»

Σπ. Παϊζης Πρόεδρος του Τεκτονικού Ιδρύματος:

Αξιότιμες Κυρίες και κύριοι

Σας ευχαριστώ θερμώς για την προσέλευσή σας κατά τη σημερινή 17η ανοικτή εκδήλωση.

Είναι γνωστό ότι προ δεκαετίας έχει καθιερωθεί ο συγκεκριμένος κύκλος εκδηλώσεων με θέματα, τα οποία αναφέρονται στην σύγχρονη επιστήμη, τη φιλοσοφία και την ιστορία. Η αποψινή εκδήλωση έχει ως αντικείμενο ένα ενδιαφέρον θέμα για την εποχή μας, ένα θέμα το οποίο εξαιρετοι επιστήμονες προσφέρουν τις υπηρεσίες τους στο χώρο της υγείας καλούνται να διαπραγματευτούν.

Σήμερα είναι κοινή διαπίστωση ότι όλες οι ηλικίες αντιμετωπίζουν ψυχολογικές δυσχέρειες, οφειλόμενες όχι μόνο σε παθολογικά αίτια αλλά και στις διαμορφωθείσες πλέον κοινωνικές συνθήκες, συνθήκες μιας ζωής γεμάτης από άγχος, από συναισθηματικά προβλήματα και διαταραχές και αντίστοιχα παρατηρούμε μια μείωση των αμυντικών μας δυνατοτήτων.

Οι ειδικοί επιστήμονες υποστηρίζουν ότι υπάρχουν λύσεις, τρόποι αντιμετώπισης μέσα σε ένα χώρο εχθρικό και ανταγωνιστικό, ο οποίος διακατέχεται από την απομόνωση και την αποξένωση. Η ζωή μας, λένε, πρέπει να αποκτήσει νόημα υπάρξεως και θα το επιτύχει αυτό, εάν επιδιώξει μια συνεχή βελτίωση και προσωπική εξέλιξη. Μια προσπάθεια, η οποία στον τεκτονισμό έχει αποβεί ο κυριαρχικός σκοπός και στόχος, της βελτιώσεως δηλαδή των ατόμων και με τη βελτίωση αυτών, η βελτίωση της ολότητας της κοινωνίας.



Από τη θέση αυτή επιθυμώ να εκφράσω θερμές ευχαριστίες προς τους εκλεκτούς επιστήμονες, οι οποίοι τόσο πρόθυμα ανταποκρίθηκαν στην πρόσκληση του Τεκτονικού Ιδρύματος να καλύψουν τις ανάγκες της αποψινής εκδήλωσης.

Ευχαριστίες προς την κ. Τζένη Σουμάκη παιδοψυχίατρο, ψυχοθεραπεύτρια, της Πανεπιστημιακής Κλινικής του νοσοκομείου Παίδων Αγία Σοφία, τον κ. Κλήμη Ναυρίδη ψυχολόγο καθηγητή του Πανεπιστημίου Αθηνών, τον κ. Θεοδόση Χριστοδουλάκη ψυχίατρο ψυχαναλυτή Διευθυντή Ψυχιατρικής Κλινικής και Πρόεδρο της Ελληνικής Ομάδας Ψυχαναλυτικών Σπουδών, τον κ. Παντελή Βοσματζίδα ψυχίατρο ειδικό στην αναλυτική ψυχοθεραπεία Διευθυντή της ψυχιατρικής κλινικής του ΝΙΜΙΤΣ και τέλος στον κ. Κωστή Μπάλλα, ψυχίατρο επίκουρο καθηγητή της Ιατρικής Σχολής του Πανεπιστημίου Αθηνών, ο οποίος είναι και ο συντονιστής της αποψινής ανοικτής εκδηλώσεως και τον καλώ να λάβει την έδρα του ομιλητού.

Κ. Μπάλλας: "Κύριε Πρόεδρε, ιδιαίτερα σας ευχαριστώ για την τιμή που μου κάνετε να συντονίσω την αποψινή συζήτηση αλλά και τη χαρά που συγχρόνως μου δίνετε να καλωσορίσω έναν εκλεκτό συνάδελφο στο χώρο της υγείας τον κ. Ναυρίδη και να συναντήσω ύστερα από μακρύ χρονικό διάστημα και άλλους εκλεκτούς συναδέλφους.

Ο ορισμός της υγείας από την Π.Ο.Υ είναι: "η υγεία δεν είναι απλώς η απουσία νόσου αλλά η κατάσταση της πλήρους σωματικής ψυχικής και κοινωνικής ευεξίας του ανθρώπου". Αυτό δείχνει ότι οι τρεις αυτές καταστάσεις αλληλοεπηρεάζονται, αλληλοσυμπληρώνονται και κάθε διαταραχή σε κάποιον από τους τομείς αυτούς έχει επιπτώσεις και στους άλλους δύο. Κατά συνέπεια με κοινωνικά προβλήματα δεν μπορεί να είναι κανείς υγιής σε κανένα από τους άλλους τομείς, με ψυχικά προβλήματα δεν μπορεί να είναι ούτε σωματικά ούτε κοινωνικά υγιής και το ίδιο αφορά και τα ψυχολογικά προβλήματα.

Ο πόνος και η δυστυχία δεν μπορεί να προσδιοριστεί με αριθμούς. Σε όλο όμως τον κόσμο υπάρχουν 120.000.000 άνθρωποι, που πάσχουν από ψυχικές διαταραχές, από τους οποίους 70-71.000.000 πάσχουν από κατάθλιψη, 70.000.000 έχουν προβλήματα από την κατάχρηση του αλκοόλ, 37-40.000.000 εμφανίζουν τα προβλήματα της γεροντικής ηλικίας (άνοια) και



24.000.000 έχουν σχιζοφρένεια. Το πρόβλημα αυτό για πολλά χρόνια είχε παραμεληθεί. Οι οικονομικές όμως επιπτώσεις της καταστάσεως αυτής, σύμφωνα με τη μελέτη της Παγκόσμιας Τράπεζας, που τιτλοφορείται "Επενδύοντας στην υγεία" αποδεικνύονται περίτρανα. Το κόστος της ψυχικής υγείας στις ΗΠΑ ανέρχεται σε 150.000.000.000 δολάρια. Οι έμμεσες, όμως, επιπτώσεις είναι πολλαπλάσιες με την απώλεια εργατοωρών και την πτώση της παραγωγής. Η κατάθλιψη π.χ. έχει κόστος στις ΗΠΑ 30.000.000.000 δολάρια.

Το κοινωνικό κόστος είναι μεγαλύτερο, με τη δυστυχία που προκαλείται, την εξώθηση των ανθρώπων αυτών έξω από το κοινωνικό γίνεσθαι, τα προβλήματα των οικογενειών τους, την αλλοτρίωση, την εγκληματικότητα, στην οποία φτάνουν - παρ' ότι δεν έχουν πάντα μεγαλύτερο ποσοστό από το μέσο όρο - το στιγματισμό και την περιθωριοποίηση.

Τα προβλήματα αυτά αυξάνονται από το συνεχές stress, που αποδίδεται στην απότομη αστικοποίηση, στον περιορισμό του ζωτικού χώρου, την μόνωση, στις καταστροφές, τη βία, τους ψυχικούς τραυματισμούς παντός είδους. Στις αναπτυσσόμενες χώρες η ξαφνική αλλαγή των οικονομικών δομών φέρνει μια αύξηση της ανεργίας, που δημιουργεί προβλήματα.

Κάποτε ρωτήθηκε ο Τσώρτσιλ "πόσο χρόνο χρειάζεσαι για να ετοιμάσεις μια ομιλία" και αυτός απάντησε "εάν πρόκειται να μιλήσω χωρίς περιορισμό χρόνου δεν χρειάζεται καμία προετοιμασία. Εάν όμως πρέπει να μιλήσω για 5 λεπτά, χρειάζομαι πολύ μεγάλη προσπάθεια.

Η κ. Τζένη Σουμάκη θα μας μιλήσει για την ψυχοσυναισθηματική ανάπτυξη του παιδιού και του εφήβου.

# Ψυχοσυναισθηματική ανάπτυξη παιδιού και εφήβου

Ευγενία Σουμάκη

Παιδοψυχίατρος Παν/κής Παιδοψυχιατρικής Κλινικής  
Νοσ/μείου. Παίδων "Αγία Σοφία". Πρόεδρος Παιδοψυχιατρικής Εταιρείας

Το κλειδί για τη μελλοντική ψυχική υγεία και γνωστική ανάπτυξη του παιδιού είναι η συναισθηματική συναλλαγή του βρέφους ή του μικρού παιδιού με τους γονείς του, με την προϋπόθεση ότι η ανταπόκρισή τους στις ανάγκες του είναι καλά συντονισμένη και γεμάτη ευαισθησία.

Παράγοντες που επηρεάζουν την ποιότητα της γονεϊκής φροντίδας είναι:

- η ψυχική υγεία των γονιών
- η ποιότητα της επικοινωνίας
- οι σχέσεις
- οι ψυχοκοινωνικές πιέσεις (stress, γεγονότα ζωής)
- οι τραυματικές εμπειρίες

Σημασία έχουν επίσης:

- τα ιδιοσυγκρασιακά χαρακτηριστικά του παιδιού
- οι συνθήκες του περιβάλλοντος

Επισημάνσεις έχουν γίνει και για το ρόλο των προστατευτικών παραγόντων στην εμφάνιση ή όχι της ψυχικής διαταραχής και της ανάπτυξης του ατόμου γενικά.

Παράγοντες που έχουν εντοπισθεί είναι:

- η ιδιοσυγκρασία του παιδιού
- η ικανότητά του να αντιμετωπίζει το stress.
- η αυτοεκτίμηση
- η υψηλή νοημοσύνη
- η ποιότητα των υποστηρικτικών συστημάτων.

Η κλινική παρατήρηση και έρευνα έχει δείξει πως οι επιδράσεις του περιβάλλοντος μπορεί να διευκολύνουν ή να αναστείλουν την ανάπτυξη του βρέφους.



Ωστόσο, ούτε οι βιολογικές επιδράσεις (κληρονομικότητα) ούτε οι επιδράσεις του περιβάλλοντος (γνωστικό, συναισθηματικό, κοινωνικό) μπορούν από μόνες τους να καθορίσουν τη συμπεριφορά (προσωπικότητα).

Σήμερα το δίλημμα **κληρονομικότητα - περιβάλλον** δεν υφίσταται, αφού και οι δύο αυτοί παράγοντες συνεισφέρουν το ίδιο στις ατομικές διαφορές, στα χαρακτηριστικά της προσωπικότητας και στη νοημοσύνη. Την τελευταία διετία μάλιστα έχει γίνει πια αρκετά σαφής η διαδικασία της κληρονομικής μετάδοσης των χαρακτήρων από το γενετικό υλικό (DNA, RNA, πρωτεΐνες). Οι έρευνες έχουν στραφεί στην επιγένεση (Danchin, 1978) δηλαδή στην αλληλεπίδραση και αλληλοδιαμόρφωση του γενετικού υλικού και των συνθηκών του περιβάλλοντος και κυρίως στη σχέση που υπάρχει ανάμεσα στους μηχανισμούς της κληρονομικότητας και τη γένεση ενός οργανισμού καθορισμένου από την πολυπλοκότητά του και τη βιολογική του ανεξαρτησία.

Γενικά υποστηρίζεται ότι η ομαλή ανάπτυξη του παιδιού είναι το αποτέλεσμα της **αλληλεπίδρασης βιολογικών, ψυχολογικών, οικογενειακών και κοινωνικών παραγόντων**. Επιβάλλεται επομένως να αναγνωρίσουμε τη σημασία των ατομικών διαφορών στην εξέλιξη των παιδιών αλλά και τον ιδιαίτερο ρόλο της οικογένειας και της κοινότητας.

Θα ξεκινήσω λοιπόν απ' την αρχή: **Από το βρέφος**. Ή όπως ο Freud το αποκαλεί: "η Αυτού Μεγαλειότης ο Αυτοκράτωρ". Το βρέφος διαμορφώνεται:

- 1) από τη συνειδητή επιθυμία των γονιών του.
- 2) από την επιθυμία για μια προοπτική διαμέσου των γονέων
- 3) από τις ασυνείδητες αναπαραστάσεις των γονιών του που τους οδηγούν σε ανάλογες προβολές (π.χ να γίνει ό,τι δεν έγινα εγώ ...).

Το παιδί λοιπόν προέρχεται από το οικογενειακό βιογραφικό παρελθόν του κάθε ατόμου. "Διαγενεαλογικό ένταλμα" το ονομάζει ο Lebonici. Το παιδί δηλαδή με τη γέννησή του, κληρονομεί ασυνείδητες προβολές, αναπαραστάσεις που μεταδίδονται από τους γονείς στις πρώιμες σχέσεις με το μωρό τους και που προέρχονται από τις αλληλεπιδράσεις που ο ίδιος ο γονέας ανέπτυξε με τους δικούς του γονείς.

Έτσι κάθε παιδί οφείλει να κατασκευάσει το **δένδρο της ζωής του**:



1) είτε για να σχεδιάσει τη θέση που του δίνουν οι γονείς του και να τους επιτρέψει ή να τους αναγκάσει να ξαναζήσουν τις δικές τους παιδικές συγκρούσεις.

2) είτε για να συλλάβει την προέλευση των φαντασμάτων που στοιχειώνουν το δωμάτιό του και τα οποία σχετίζονται με τα οικογενειακά μυστικά,

3) είτε για να λαμπρύνει έναν θεμελιώδη μύθο της οικογένειας μέσα σε μια ειδική πολιτισμική κατάσταση.

Κατ' αυτήν την έννοια η γέννηση ενός παιδιού αποτελεί τη δημιουργία μιας εξ ολοκλήρου νέας ύπαρξης κατασκευασμένης τόσο από τη βιολογική, όσο και από την ψυχική μετάδοση του ασυνείδητου των γονιών του. Η μητέρα τώρα κρατεί στην αγκαλιά της εκτός από το πραγματικό και άλλα δύο παιδιά: το ιδεατό παιδί, αποτέλεσμα της ονειροπόλησης και των συνειδητών ονείρων της κατά τη διάρκεια της εγκυμοσύνης και το φανταστικό παιδί, αντικείμενο της επιθυμίας της για μητρότητα.

Η συναισθηματική εξέλιξη κατά τη διάρκεια του πρώτου χρόνου ζωής συνδέεται άμεσα με τη σχέση που υπάρχει ανάμεσα στη μητέρα και το παιδί.

### **Εν αρχή ην η αλληλεπίδρασις**

Με τη λέξη αλληλεπίδραση, νοείται μια σειρά συναλλαγών ποιοτικής διάστασης μεταξύ μητέρας και βρέφους. Η γνωστή φράση του D. Winnikot "ένα μικρό δεν υπάρχει μόνο του" συμπληρώθηκε από το Soule (1986): "και μια μητέρα δεν υπάρχει μόνη της".

Στο διπολικό αυτό σύστημα, που χαρακτηρίζεται από το διάλογο και την αμοιβαία ικανοποίηση, η αλληλεπίδραση δεν ασκείται μόνο από τη μητέρα προς το παιδί αλλά και από το παιδί προς εκείνη, διαφοροποιώντας από τη στιγμή της γέννησής του την προσωπικότητά της. Η μητέρα με τις λειτουργίες της παίζει "ωριμοποιό και πλαστικό ρόλο" στην ωρίμανση, λέει ο Σακελλαρόπουλος, και χάρη σ' αυτή αλλά και μ' αυτή το παιδί πραγματώνει την εκμάθησή. Η εμπειρία λοιπόν ενός ασφαλούς και σταθερού δεσμού στη βρεφική ηλικία προάγει την αυτοεκτίμηση, την αυτοάμυνα και γενικά την κοινωνικότητα.

### **Ο ρόλος του πατέρα**

Τις τελευταίες δεκαετίες οι ψυχαναλυτές με βάση υλικό από τις αναλύσεις ενηλίκων αλλά και ανθρωπολογικά ή κοινωνιολο-



γικά δεδομένα, προσπαθούν ν' απαντήσουν σε ερωτήματα που αφορούν το ρόλο του πατέρα και τη συμμετοχή του στην ψυχική ανάπτυξη του παιδιού και στη δόμηση της ταυτότητας του φύλου.

Στη Γαλλία, το 1956, ο J. M. Lacan εισάγει μια νέα έννοια που αφορά το "Όνομα του Πατέρα". Δεν αρκεί δηλαδή η αναγνώριση του πατέρα ως φυσικού γεννήτορα, αλλά η αναγνώριση από τη μητέρα του Λόγου του πατέρα ως Φορέα Νόμου, και η μεταφορά του μέσα από τα ίδια τα λόγια της στο παιδί.

Ο πατέρας παίζει ρόλο στην ανάπτυξη των ικανοτήτων του βρέφους, να αρχίσει να αλληλεπιδρά με άγνωστα πρόσωπα. Οι διαφορετικοί κινητικοί ρυθμοί της μητέρας ή του πατέρα αποτελούν για το μωρό στοιχεία που το βοηθούν να διαφοροποιήσει τους δύο γονείς του.

Τα τελευταία χρόνια δύο Ελληνίδες ερευνήτριες (Ναζίρη και Θ. Δραγώνα, 1994), ασχολήθηκαν με το "πέραςμα στην πατρότητα" στη σύγχρονη ελληνική κοινωνία. Μέσα από την ανάλυση συνεντεύξεων νέων πατεράδων αναδύθηκαν συγκρούσεις που είχαν άμεση σχέση με την ανεξαρτητοποίηση των νέων γονέων από την πατρική τους οικογένεια και την ικανότητά τους να δημιουργήσουν σε σχήματα προκαθορισμένα από την προσωπική τους ιστορία ή από πολιτισμικές συνθήκες, είτε όμως αντιμετωπίζουν δημιουργικά τη νέα κατάσταση, εμπλουτίζοντας την προσωπική και επαγγελματική τους ζωή.

#### **Ο πατέρας λειτουργεί:**

1) ως εκείνος που τροφοδοτεί τη μητέρα για να τροφοδοτήσει με τη σειρά της το παιδί.

2) ως σύντροφος της μητέρας στην τριαδική οιδιποδειακή κατάσταση.

3) ως μητρικό υποκατάστατο.

4) ως Φορέας Νόμου.

5) ως αντικείμενο προς ταύτιση (ιδιαίτερα για τα αγόρια).

Κλείνοντας λοιπόν το κεφάλαιο της πρώιμης ανάπτυξης ή προσχολικής ηλικίας θα ήθελα να αναφέρω την άποψη του Freud, που επισημαίνει ότι οι εμπειρίες, τα σχήματα και οι τρόποι συμπεριφοράς που αναπτύσσονται σ' αυτή την ηλικία, έχουν ιδιαίτερη σημασία και χρωματίζουν την μετέπειτα ζωή.



### **Λανθάνουσα περίοδος (5-10 ετών)**

Ορίζεται ως η μεταβατική περίοδος που οδηγεί από την εξάρτηση (χαρακτηριστικά της προσχολικής ηλικίας) στην ωρίμανση και αυτονόμηση (χαρακτηριστικά της εφηβείας).

#### **Στάδια:**

**1) ΑΡΧΙΚΗ ΛΑΝΘΑΝΟΥΣΑ: 5 ½ - 8 ετών.**

- έχουν έντονη αμφιθυμία (και "θέλω" και "δεν θέλω")
- παρουσιάζουν εναλλαγή από την υπακοή στην εναντίωση.
- εμφανίζουν έντονη τάση για παλινδρόμηση
- έχουν δύσκαμπτο Υπερεγώ και δεν ανέχονται κριτική απ' έξω. Συνακόλουθα τα δικά τους αισθήματα ενοχής, τα προβάλλουν στους άλλους ("Δεν φταίω εγώ, αλλά οι άλλοι").

**2) ΤΕΛΙΚΗ ΛΑΝΘΑΝΟΥΣΑ 8-10 ετών**

**Υπάρχει:**

- μεγαλύτερη σταθερότητα
- ισορροπία συμπεριφοράς
- καλύτερος έλεγχος ενορμήσεων
- ευκαμψία στις λειτουργίες του Εγώ και του Υπερεγώ

**Παρατηρείται:**

- διερεύνηση εξωοικογενειακών ενδιαφερόντων
- ελάττωση του αισθήματος παντοδυναμίας των γονιών
- δυνατότητα ματαιώσης και αναμονής για το μέλλον.
- αντικατάσταση της αρχής της πραγματικότητας από την αρχή της ηδονής στη ζωή τους.

#### **Χαρακτηριστικά φάσης:**

1. περίοδος απαλλαγμένη από την πίεση των ενστικτωδών ενορμήσεων
2. "υπνωση" της σεξουαλικότητας
3. λειτουργία μηχανισμών άμυνας (π.χ. απώθηση, δημιουργία, μετουσίωση)
4. φαινόμενο παιδικής αμνησίας
5. ουδετεροποίηση ενέργειας των ενστικτωδών ενορμήσεων, που οδηγεί σε ικανότητα για συγκέντρωση και μάθηση.

#### **Αναπτυξιακά βήματα :**

1. κοινωνικοποίηση, απόκτηση ιδιαίτερων, καλών φίλων του ίδιου φύλου.



2. αποφυγή του άλλου φύλου
3. μέλος ομάδας φίλων
4. γνώση των κανόνων
5. ικανότητα υπακοής αλλά και επιβολής κανόνων
6. ικανότητα μελέτης, σταδιακή ευχαρίστηση από το διάβασμα.
7. δυνατότητα επιστημονικής προσέγγισης σε μια καινούργια κατάσταση
8. επίγνωση του σωστού και του λάθους
9. ικανότητα έκφρασης, διατύπωση της αλήθειας.

Γενικότερα, πάντως η ανάγκη να τηρούνται οι κανόνες και η διάθεση για μάθηση, είναι τα βασικά χαρακτηριστικά που προσδιορίζουν αυτή την περίοδο. Εξ ου και η περίοδος αυτή καλείται "σχολική περίοδος".

**ΗΒΗ:** διαδικασία που συνίσταται στη σωματική χειραφέτηση και τη σεξουαλική ωρίμανση.

**ΕΦΗΒΕΙΑ:** διαδικασία ψυχικών αλλαγών που επέρχονται με την ήβη κατά τρόπο πολύ λιγότερο ομοιογενή, πιο σύνθετο και διαρκή.

Η εφηβεία αποτελεί μια μεταβατική περίοδο, μεταξύ της παιδικότητας και της ενήλικης ζωής. Το να προσπαθήσουμε να την προσδιορίσουμε με συνοπτικό τρόπο είναι μάταιο. Πρόκειται για μια φάση με "χίλια πρόσωπα", όπως λέει ο Braconieur ή μια φάση με πολλές θεατές και αθέατες πλευρές ή με πολλές παραδοξότητες και αντιφάσεις. Δεν πρόκειται για ένα ανέφελο ταξίδι ακόμη και για εκείνα τα παιδιά που δεν αντιμετωπίζουν προβλήματα στις προηγούμενες φάσεις της ανάπτυξής τους.

Μπορούμε να προσεγγίσουμε την εφηβεία από διάφορες πλευρές, καθώς πρόκειται για ένα σύνθετο βιο - ψυχοκοινωνικό φαινόμενο και ως τέτοιο, πρέπει να αντιμετωπίζεται διαγνωστικά και θεραπευτικά. Πιο συγκεκριμένα:

1) από **ιατρικής** πλευράς: η εφηβική φυσιολογία ανταποκρίνεται σε μια σαφή εσωτερική λογική και μετατρέπει την εικόνα του σώματος. Ενδέχεται να προκαλέσει διάφορες οργανικές διαταραχές, των οποίων η ψυχολογική απήχηση μπορεί να είναι σημαντική. Σχετίζεται με την ήβη, τη διαδικασία δηλαδή της μεταμόρφωσης του σώματος, η οποία οφείλεται σε μια σειρά ορμο-



νών. Διαρκεί από 18 μήνες έως 2 χρόνια και σχετίζεται περισσότερο με "την ηλικία των οστών" παρά με μια πραγματική χρονολογία. Τα πρώτα λοιπόν σημάδια της εφηβείας ποικίλλουν από άτομο σε άτομο. Θεωρούμε ότι τα ανώτατα όρια είναι για το κορίτσι από 8-14 ετών, για το αγόρι κυμαίνονται από 10 έως τα 16.

Αυτή η διαδικασία λοιπόν των ραγδαίων ανατομικών και φυσιολογικών αλλαγών στο σώμα, η βαθιά μεταμόρφωση της εικόνας και η εμφάνιση της σεξουαλικής ωριμότητας αναστατώνουν την ψυχολογική λειτουργία κάθε ατόμου.

Τι να κάνει λοιπόν ο έφηβος μ' ένα καινούργιο σώμα, ως φορέας πλέον ενός αναγνωρίσιμου φύλου; θα χρειαστεί να ανοικοδομήσει και να τροποποιήσει την παιδική του ταυτότητα για να μπορέσει να συμπεριλάβει και τα νέα δεδομένα.

**2) από ψυχολογικής πλευράς:** η αναστάτωση που προκαλείται, επιφέρει απρόσμενες αλλαγές στο θυμικό του εφήβου, στις σκέψεις του, στη συμπεριφορά του, στις σχέσεις του.

**3) από κοινωνικής πλευράς:** η κοινωνία διαδραματίζει σημαντικό ρόλο στο πώς αντιδρά κάθε άτομο κατά τη διάρκεια της κρίσιμης αυτής φάσης αλλά και αντίστροφα. Για παράδειγμα στις δυτικές κοινωνίες η κουλτούρα των εφήβων με το στυλ και τις συνήθειές της καταφέρνει συχνά να ασκεί μια τόσο δυνατή έλξη και επίδραση στον κόσμο των ενηλίκων, ώστε σε πολλές περιπτώσεις αυτοί να επηρεάζονται ή ακόμη και να ταυτίζονται με τους εφήβους πολύ περισσότερο απ' ό,τι επηρεάζουν αυτοί εκείνους.

**4) από παιδαγωγικής πλευράς:** η εφηβεία θεωρείται μια προνομιούχος ηλικία εκμάθησης τόσο σε πνευματικό, όσο και σε επίπεδο αφομοίωσης κοινωνικών συμπεριφορών.

**5) από πολιτιστικής πλευράς:** συχνά στις διάφορες κοινωνίες η κρίση (αν πρόκειται για κρίση) ακολουθεί κάποια τελετουργικά χαρακτηριστικά στα πλαίσια κάποιων κοινωνικών κωδίκων. Αναφερόμαστε βέβαια σε γνώσεις που αφορούν την εφηβεία της σύγχρονης νεολαίας του δυτικού κόσμου. Γιατί, ενώ τα ψυχοδυναμικά φαινόμενα της ανάπτυξης μπορεί να είναι κοινά και παγκόσμια, κάθε κοινωνία και κάθε ιστορικός χρόνος καθορίζει τις δικές τους παραμέτρους όσον αφορά στην εφηβεία. Τα σύμβολα και τα πρότυπα επίσης διαφέρουν. Έτσι, ενώ οι εσωτερικές διαδικασίες δεν μεταβάλλονται, οι εξωτερικές παράμετροι



και οι σχέσεις με τα σημαντικά αντικείμενα του περιβάλλοντος που καθορίζουν την ανάπτυξη του εφήβου, διαφέρουν σημαντικά.

**β) από ιστορικής πλευράς:** επαναλαμβάνεται συνεχώς το ερώτημα "αν περιεγράφοντο ανάλογες καταστάσεις και σε άλλες εποχές". Η εφηβεία ήταν πάντα μια περίοδος, που γοήτευε τους ανθρώπους. Χαρακτηριστικά αναφέρω τον Αριστοτέλη, ο οποίος παραμέλησε τους φιλοσοφικούς και ηθικούς συλλογισμούς του για να μελετήσει τον έφηβο αλλά και τον Πλάτωνα, ο οποίος αφιέρωσε πολύ χρόνο και σκέψη για να ανακαλύψει με ποιο τρόπο οδηγεί κανείς το νέο στη σωστή διάσταση του πολίτη.

Η θεσμοθέτηση της εφηβείας ως ξεχωριστής οντότητας συμπίπτει με την έναρξη της Βιομηχανικής Επανάστασης στην Ευρώπη και την ανάγκη κατάρτισης πιο εξειδικευμένου προσωπικού. Σ' αυτό συνέβαλε επίσης και η φιλοσοφία του Διαφωτισμού του 18ου αιώνα, που προκάλεσε τη γενικότερη αύξηση της κοινωνικής φροντίδας προς το άτομο (Robertson 1977) (Aries 1962).

### **Τελικό στάδιο**

Ο Blos το περιέγραψε ως φάση εδραίωσης στον ψυχισμό διαφόρων στοιχείων.

Έτσι παρατηρείται σταθερότητα στις λειτουργίες του Εγώ και στα ενδιαφέροντα, επέκταση της σφαίρας του Εγώ ελεύθερη από προηγούμενες συγκρούσεις και παιδικές καθηλώσεις, μια καθορισμένη σεξουαλική στάση, μια σχετικά σταθερή σχέση αντικειμένου και εικόνας εαυτού και τέλος την σταθεροποίηση του ψυχικού μηχανισμού του χαρακτήρα και της αυτοεκτίμησης. Τα διάφορα τμήματα της προσωπικότητας ενσωματώνονται σε ένα λειτουργικό σύνολο.

### **Παρατεταμένη εφηβεία**

Ο Erickson περιέγραψε την περίοδο αυτή ως "ψυχοκοινωνικό μορατόριουμ" στη διάρκεια του οποίου το άτομο προσπαθεί μέσα από ελεύθερους πειραματισμούς σε διάφορους ρόλους να βρει μια θέση και να ολοκληρωθεί αναπτύσσοντας την ικανότητα για ψυχοσεξουαλική οικειότητα και αμοιβαιότητα και την ψυχοκοινωνική ετοιμότητα για πατρότητα και μητρότητα. Ο όρος έχει χρησιμοποιηθεί από το 1923 από τον Bernfeld και στη συ-



νέχεια από τον P. Blos.

Πρόκειται για μια στατική εμμονή στην εφηβική θέση παροδικής φάσης, μια κλινική εικόνα που παρατηρείται κυρίως μετά τον Α΄ Παγκόσμιο Πόλεμο στα Ευρωπαϊκά κινήματα. Μέλη αυτών παρουσίασαν έντονη παρόρμηση για διανοητικοποίηση και σεξουαλική απόθηση καθυστερώντας έτσι την παγίωση της εφηβικής σύγκρουσης.

Το φαινόμενο αυτό έχει ενταχθεί λόγω ανεργίας και στις μέρες μας αλλά και στις περιπτώσεις νέων με παρατεταμένες σπουδές που εξαρτώνται οικονομικά και κατ' αποκλειστικότητα από τους γονείς της.

#### **Διεργασίες εφηβείας:**

1. αναβίωση παιδικής σεξουαλικότητας.
2. αίσθηση απώλειας αντικειμένου
3. Κκίνηση μεταξύ παλινδρόμησης - ανάπτυξης
4. έντονη διαδικασία αποχωρισμού - ατομικοποίησης
5. επώδυνη βαθμιαία διαδικασία από -ιδανικοποίησης
6. λειτουργίες ομάδας συνομηλίκων
7. σχηματισμός ταυτότητας.

Στο σημείο αυτό θα αναφερθώ λίγο και στους **γονείς**. Ποιος είναι αυτός ο έφηβος, αναρωτιέται συχνά ο γονιός για το γιο ή την κόρη του. Δεν τον γνωρίζει. Δεν τον καταλαβαίνει. Δεν μοιάζει με το παιδί που ήξερε, ούτε με τον εαυτό του, ούτε και με τους άλλους ενήλικες. Ποιος είναι λοιπόν αυτός ο Άλλος Άνθρωπος που συχνά δείχνει σαν να θέλει να διαλύσει το σπίτι, την οικογένεια που τον ανάθρεψε και τον προστάτεψε;

Το να μεγαλώνει κανείς, αντιστοιχεί συμβολικά σε μια επιθετική πράξη, που σημαίνει ότι ο έφηβος παίρνει τη θέση κάποιου άλλου. Ο Winnicott έχει περιγράψει αυτή την επιθετική κίνηση ως το "φόνο" των γονιών από τα παιδιά. Προφανώς πρόκειται για συμβολικό φόνο, το φόνο των γονεϊκών μορφοειδώλων- αναπαραστάσεων που έχουν εσωτερικευθεί και προέρχονται από την παιδική ηλικία.

#### **Ποιες είναι οι βάσεις για μια υγιή εφηβεία;**

Για μια υγιή εφηβεία απαιτούνται:

- σταθερή και συντονισμένη ανταπόκριση γονιών.
- ικανοποιητική ποιότητα γονεϊκής φροντίδας και επικοινωνί-

ας.



- ψυχική υγεία γονιών.
- περιβάλλον απαλλαγμένο από ψυχοκοινωνικές πιέσεις και τραυματικές εμπειρίες, όπως διαζύγιο, θάνατος, μετακινήσεις κ.λπ.

- σε γενικές γραμμές οι γονείς, έχοντας ήδη επεξεργαστεί τα δικά τους βιώματα αλλά και προηγούμενες εμπειρίες τους, οφείλουν:

- να είναι συναισθηματικά παρόντες και ισχυροί για να μπορεί ο έφηβος να τους αμφισβητήσει.

- να είναι σταθεροί, δεκτικοί, ευλύγιστοι.

- να έχουν καλή σχέση μεταξύ τους, τέτοια που να μην επιτρέπει συμμαχίες με τον έφηβο, σχέσεις συνενοχής ή χρήση τους ως "ενδιάμεσου" σε ενδοσυζυγικές σχέσεις.

- να είναι ξεκάθαρα τα μηνύματά τους προς τον έφηβο.

- να μπορούν να δεχθούν την απόσταση που ο έφηβος χρειάζεται.

- να αποδέχονται την ανεξαρτητοποίησή του που γίνεται βαθμιαία φανερή με διάφορες μορφές, όπως επιλογή ρούχων, βιβλίων κ.λπ.

- να του επιτρέπουν σφάλματα κατά την εξέλιξή του, όντας στηρικτικοί και όχι υπεραγωγικοί.

- να μην επιτρέπουν υπερβολές αλλά να μην κάνουν και οι ίδιοι υπερβολές, όσον αφορά τη σεξουαλικότητα όπως π.χ. προκλητικά ντυμένα μητέρα, αποπλανητική συμπεριφορά.

- να παρέχουν ένα ευχάριστο οικογενειακό περιβάλλον που να "συγκρατεί" τον έφηβο, όσο το δυνατόν περισσότερο.

- να έχουν υπόψη τους ότι η αναταραχή της εφηβείας είναι αυτή που θα φέρει την ωριμότητα και την ενηλικίωση του εφήβου μέσα από τη δόμηση της ταυτότητάς του.

Λαμβάνοντας λοιπόν υπόψη τα παραπάνω είναι ανάγκη να τονίσουμε ότι στο σημερινό πολιτισμικό χάος είναι δύσκολο ακόμη και για τους γονείς να προσφέρουν σταθερό πλαίσιο, σαφή όρια καθοδήγησης και έλεγχο. Παρ' όλα αυτά σε κοινωνίες, όπου η αβεβαιότητα, η κοινωνική απομόνωση και η βία αυξάνονται συνεχώς, η οικογένεια έχει το σημαντικότερο και δυσκολότερο ρόλο να παίζει ως παράγοντας σταθερότητας και παραγωγής αξιών (Rinsley D., 1986).

Από την άλλη μεριά οι έφηβοι, που έχουν γονείς που ανταποκρίνονται με σταθερότητα στις ανάγκες τους και τους παρέχουν



ένα περιβάλλον προστασίας, αποδοχής, "εμπειρέξης" και διαλόγου, γνωρίζοντας βέβαια τα όρια αυτού του διαλόγου, αντιμετωπίζουν λιγότερες δυσκολίες στην ψυχοκοινωνική τους ανάπτυξη, λιγότερα ψυχολογικά προβλήματα και εμφανίζουν σαφώς μεγαλύτερη αυτοεκτίμηση (Steinberg, 1990).

---

Κ. Μπάλλας: "Χαιρετίζω ιδιαίτερα την παρουσία του καθηγητή της ψυχιατρικής και διευθυντή της ψυχιατρικής κλινικής του Πανεπιστημίου Αθηνών Κων. Σολδάτου, τον οποίο ιδιαίτερα ευχαριστούμε για τη σημερινή του παρουσία.

Παρακαλώ τον κ. Κλήμη Ναυρίδη να μας μιλήσει για την "Βία στους νέους"



# Η βία εις τους νέους

Κλήμης Ναυρίδης

Ψυχολόγος. Καθηγητής Παν/μίου Αθηνών

"Ευχαριστώ θερμά το Τεκτονικό Ίδρυμα για την τιμή που μου έκανε να με καλέσει απόψε εδώ. Συμμετέχω στην εκδήλωση αυτή και ευχαριστώ προσωπικά τον κ. Μακρή για την υπομονή του και την φροντίδα του για την διοργάνωση αυτής της εκδήλωσης.

Θυμάμαι πριν από τρία περίπου χρόνια σε ένα ταξίδι μου στη Βραζιλία για επιστημονικούς λόγους στο Μπέλλο Οριζόντε, μια από τις μεγάλες πόλεις της Βραζιλίας, πρωτεύουσα της πολιτείας Μιναζεράϊ. Στο πλαίσιο του προγράμματος φιλοξενίας μας πήγαν σε μια από τις μεγαλύτερες "φαβέλλας" της Βραζιλίας και τη μεγαλύτερη της πόλης. Οι φαβέλλες είναι τενεκεδουπόλεις ή παραγκουπόλεις ή και τα δύο μαζί - χώροι γκέττο, στα οποία διαβιούν κάτω από ιδιαίτερες συνθήκες πολύ στριμωγμένοι άνθρωποι εξαθλιωμένοι οικονομικά και στις οποίες υπάρχει μια αξιοσημείωτη έξαρση της βίας.

Επισκεφθήκαμε εκεί ένα κέντρο νεότητας, το οποίο είχε δημιουργήσει η πόλη σε συνεργασία με το πανεπιστήμιο, όπου παρακολουθήσαμε ένα χορό αγοριών και κοριτσιών, με ξύλα και αυτοσχέδια έγχορδα και κρουστά, ένα χορό με πολύ έντονα πολεμικά και ερωτικά στοιχεία. Τα παιδιά 12-15 ετών ήταν ορφανά, αγνώστου πατρός ή είχαν τους γονείς τους στην φυλακή ή ήταν δολοφονημένοι, με μητέρες πόρνες, που προέρχονταν δηλαδή από οικογενειακά πλαίσια διαλυμένα και εξαιρετικά επισφαλή. Τα ίδια συμμετείχαν και συμμετέχουν οριακά στο κύκλωμα διακίνησης ναρκωτικών - η κύρια δραστηριότητα των ενηλίκων στη φαβέλλα - όταν δεν έχουν περιστασιακές εργασίες ως ανειδίκευτοι εργάτες. Στο κύκλωμα αυτό συμμετέχουν από πολύ μικρή ηλικία ως "τσιλιαδόροι" ή "βαποράκια".

Στη φαβέλλα υπάρχει εξαιρετικά υψηλό ποσοστό εφηβικής και παιδικής θνησιμότητας από μη φυσικά αίτια - παιδιά ή νέοι δολοφονούνται, αυτοκτονούν ή πεθαίνουν από overdose - ενώ πολλά αγόρια και κορίτσια εκδίδονται.



Όταν τελειώσει ο χορός αυτός, ο οποίος όμως καταλαβαίνεται μετά από όσα είχαμε ακούσει για τον εφηβικό και παιδικό πληθυσμό αυτού του κέντρου μας προκάλεσε μια μεγάλη συγκίνηση, σε μια συζήτηση με τον κοινωνικό λειτουργό, που οργάνωνε αυτή την εκδήλωση μας λέχτηκε η εξής φράση:

"Μετατρέψαμε τη βία σε δημιουργική δράση".

Θέλω να συγκρατήσετε αυτή τη φράση, γιατί θα μας απασχολήσει στη συνέχεια. Ξεκινάω από ένα ακραίο μάλλον παράδειγμα, παρ' όλο που στην εποχή μας και στις λεγόμενες εξελιγμένες κοινωνίες υπάρχει έξαρση της νεανικής βίας, η οποία υπερβαίνει τα όρια αυτού που θα ονομάζαμε "περιθώριο" και "κοινωνικός αποκλεισμός" και συμπεριλαμβάνει όλες αυτές τις ακραίες μορφές βίας.

Σας θυμίζω τί μαθαίνουμε για τις ΗΠΑ, όταν εισβάλλουν σε ένα σχολείο μαθητές οπλισμένοι και σκοτώνουν συμμαθητές τους, δασκάλους κ.λπ.

Είναι γνωστό ότι το ακραίο, μερικές φορές, παρ' ότι έχει το δικό του προφίλ, τα δικά του εσωτερικά χαρακτηριστικά λειτουργεί ταυτόχρονα και σαν μεγεθυντικός φακός, που μας βοηθεί να δούμε καλύτερα αυτό που συμβαίνει κατά κανόνα και απασχολεί τον ευρύτερο πληθυσμό.

Εδώ θα χρειαστούμε μια πρώτη επισήμανση. Σας προτείνω να διαχωρίσουμε την έννοια της βίας από την έννοια της επιθετικότητας, παρ' ότι δεν δέχονται μερικοί αυτόν τον διαχωρισμό.

Θα θεωρήσουμε τη βία ως μια μορφή ανεπεξέργαστης και αδιαχώρητης επιθετικότητας. Είναι μια μορφή άναρθρης επιθετικότητας, η οποία δε μπορεί να μιλήσει ή να διοχετευτεί μέσα σε συμβολικά δίκτυα ώστε να βρει κάποιο νόημα και εκφράζεται με αυτόν τον πρωτόγονο και ακραίο τρόπο. Είναι η επιθετικότητα και η σύγκρουση, όταν δε μπορούν να μιλήσουν ή, θα προσέθετα, όταν δε μπορούν να ακουστούν.

Η βία έχει μέσα της τον πόνο, προκαλεί τον πόνο ή και τον θάνατο στους άλλους, στους οποίους στρέφεται ή στον ίδιο τον εαυτό, όσων την ασκούν. Φτιάχνεται από την επιθετικότητα, αλλά δεν ταυτίζεται με αυτήν, αφού η πρώτη δεν έχει κατ' ανάγκη καταστροφικό χαρακτήρα. Είναι περισσότερο συμβολοποιημένη και μπορεί να παίρνει μορφές, όπως μπορούμε να πούμε στη συνέχεια, μετουσιωμένες.

Από τη σκοπιά της ηθολογίας, κατά τον Λόρενς, η επιθετική



συμπεριφορά είναι ένα ενστικτώδες σύστημα φυλογενετικά προκαθορισμένο, που υπάρχει σε όλα τα ζωικά είδη συνδεδεμένη με την αυτοσυντήρηση και τη διατήρηση της οικολογικής ισορροπίας. Αξίζει από την άποψη της βίας, με την οποία απασχολούμεθα, να τονίσουμε κάτι που υποστηρίζει ο Λόρενς, ότι ο άνθρωπος, όπως και τα ποντίκια, είναι τα μόνα είδη που δεν ανέπτυξαν βιολογικούς μηχανισμούς αντίστασης στην εξόντωση των ομοίων τους.

Είμαστε και εμείς ένα από τα ελάχιστα είδη στον πλανήτη, που μπορούμε και να φαγωθούμε μεταξύ μας.

Η επιθετικότητα, σύμφωνα με την ψυχανάλυση, είναι μια απόλυτα φυσιολογική εκδήλωση του ανθρώπου. Μπορεί να είναι πρωτογενής, να έχει δηλαδή ενορμησιακή προέλευση ή δευτερογενής, να προκαλείται δηλαδή ως απάντηση του ψυχικού μηχανισμού απέναντι σε κάτι άλλο, λ.χ. σε μια ματαίωση, σε μια απώλεια, σε μια εγκατάλειψη κ.λπ.

Μπορεί επίσης να εμφανίζεται αυτούσια και απροκάλυπτα ή να είναι μετουσιωμένη - μεταλλαγμένη σε άλλες μορφές, όπως στο κοινωνικό παράδειγμα της φαβέλλας.

Η επιθετικότητα μπορεί, τέλος, να εγγράφεται σε μια μεγάλη ποικιλία ανθρώπινων συμπεριφορών, σωματικών ομιλιακών ή άλλων, όχι απαραίτητα βίαιων και καταστροφικών, που μπορεί να εκτείνονται από τη μάσηση της τροφής και την ενοχλητική φλυαρία μέχρι την επαγγελματική υπερδραστηριότητα, την αυστηρή προσήλωση σε κανόνες, την "τσιγκουνιά", τον τρόπο της οδήγησης κ.λπ.

Η οδική συμπεριφορά έχει ένα ενδιαφέρον αναφορικά με το πέρασμα από την επιθετικότητα στη βία. Η οδήγηση είναι μια περιεχόμενη επιθετικότητα, αφού εμπεριέχεται μέσα στο σύστημα των κανόνων της τροχαίας και της ρύθμισης της κυκλοφορίας. Αυτοί οι κανόνες έχουν την ιδιότητα να συγκρατούν, κατά κάποιο τρόπο, την επιθετικότητα των ανθρώπων σε θεμιτά πλαίσια. Μερικές φορές ορισμένοι μπορεί να ξεφύγουν και να γίνουν βίαιοι και επικίνδυνοι για τους άλλους και τον εαυτό τους, αφού αναπτύσσουν μεγάλη ταχύτητα, τρέχουν "σαν παλαβοί", παραβιάζουν το κόκκινο, προσπερνούν χωρίς να βγάλουν φλας, κάνουν επικίνδυνες "σφήνες" και, μερικές φορές, διαπληκτίζονται με τρόπο εξαιρετικά βίαιο και πρωτόγονο με τους άλλους.

Αυτή η υπερχύληση επιθετικότητας, η οποία συνιστά την βία



είναι χαρακτηριστική στην περίπτωση της εφηβείας και των νέων. Η κα. Σουμάκη μας βοήθησε με την εισήγησή της να προσδιορίσουμε τί σημαίνει νέος, αφού νέοι δεν είναι όσοι έτσι αισθάνονται, αλλά οι έφηβοι και οι παρατεινόμενοι έφηβοι, παρ' ό-τι και "αρχαιότεροι" μπορεί να διεκδικούν το χαρακτηρισμό του νέου. Υπάρχουν κοινωνικές συμπεριφορές βίαιες, τις οποίες μπορεί να υιοθετούν παρ' όλο που μπορεί να είναι μεγαλύτερης ηλικίας, χρησιμοποιώντας το άλλοθι της νεανικότητάς τους (λ.χ. στο γήπεδο).

Οι έφηβοι γίνονται βίαιοι, γιατί δε μπορούν να "χωρέσουν" την επιθετικότητά τους, να τη "συμβολοποιήσουν" και δεν μπορούν να την μετουσιώσουν, να την κάνουν "κάτι" ή να την εκφράσουν με έναν τρόπο μη βίαιο, αδυναμία που μετατρέπεται σε βία.

Η κα. Σουμάκη, μας μίλησε για την εξελικτική φάση της εφηβείας, η οποία έχει ιδιαίτερη σημασία στην ανάπτυξη του ανθρώπου, πολύ γοητευτική από διάφορες απόψεις και πολύ ενοχλητική και από ορισμένες άλλες, μιλώντας με όρους ποιητικούς για την εφηβεία, παρ' ό-τι, όσοι από εμάς είχαμε την εμπειρία να μεγαλώσουμε ή μεγαλώνουμε έφηβους, έχουμε ζήσει από πολύ κοντά, εάν δεν θυμόμαστε τη δική μας εφηβεία, πόσο δύσκολο είναι να μεγαλώνεις ένα έφηβο αλλά και πόσο δύσκολο είναι να είσαι ένας έφηβος.

Θα σας δώσω επιγραμματικά μερικά ψυχολογικά χαρακτηριστικά της εφηβείας, γιατί αυτή δεν διακρίνεται μόνο από ψυχολογικές, όπως μας είπε η κ. Σουμάκη, αλλαγές, ξεκινάει και εδράζεται κυρίως σε αλλαγές που έχουν βιολογικό, ορμονικό και σωματικό χαρακτήρα.

Ποια είναι αυτά; Ο έφηβος είναι σε μια μεταβατική κατάσταση, αφού από παιδί πηγαίνει να γίνει ενήλικας (άνδρας ή γυναίκα). Αυτό έχει μέσα του μεγάλες αναταράξεις και δημιουργεί μια διαρκή αμφιταλάντευση και σύγκρουση ανάμεσα στην παλινδρόμηση και την ανάπτυξη, μια αναζωπύρωση των παιδικών συγκρούσεων, που είχαν μείνει "κοιμισμένες" στην λανθάνουσα περίοδο, μια στροφή του σεξουαλικού ενδιαφέροντος των εφήβων εκτός οικογένειας, κινήσεις ανεξαρτητοποίησης και αποχωρισμού από τους γονείς, οι οποίες έχουν έναν εντονότατο συγκρουσιακό χαρακτήρα, γιατί είναι συναρθρωμένες και με στοιχεία παλινδρόμησης, γιατί ο έφηβος δεν γνωρίζει εάν είναι μω-



ρό ή εάν έχει γίνει ή γίνεται άνδρας ή γυναίκα, στροφή προς εξωοικογενειακά πρότυπα, αφού αρχίζει να θαυμάζει ανθρώπους, ομάδες και καταστάσεις εκτός οικογένειας, και όλα αυτά με μια "ταυτοτική αναδρόμηση" δηλαδή η παιδική ταυτότητα αλλάζει για να μετατραπεί σταδιακά στην ταυτότητα, που θα έχει ως ενήλικας άνδρας ή γυναίκα.

Ως απόρροια της ανάπτυξης των ορμονικών αλλαγών ο έφηβος κατακλύζεται από ενορμήσεις ερωτικές και επιθετικές. Από το άλλο μέρος σωματικά ώριμος ο έφηβος έχει την δυνατότητα να εκδικηθεί με φυσική βία τις οιδιποδειακές καταστάσεις του παρελθόντος και να κάνει πράξη τα συναισθήματα και τις φαντασιώσεις αιμομιξίας και φόνου, κάτι που του προκαλεί ισχυρό άγχος και κάτι, που, σε ένα φαντασιωσικό επίπεδο, το μοιράζεται και με τους γονείς. Ο γονέας δηλαδή μπορεί να φοβάται, χωρίς να το καταλαβαίνει, ότι μπορεί να τον χτυπήσει ο έφηβος στην σύγκρουση που έχει μαζί του.

Ένας από τους σημαντικότερους μηχανισμούς άμυνας που χρησιμοποιούν οι έφηβοι είναι η λεγόμενη αναστροφή του συναισθήματος. Η αγάπη προς τους γονείς μετατρέπεται σε μίσος, ο σεβασμός σε περιφρόνηση, γιατί αλλιώς δεν μπορεί να αντέξει τον αποχωρισμό. Προβάλλει την επιθετικότητά του προς τους γονείς, μερικές φορές τους βλέπει ως διώκτες του για να έχει ένα άλλοθι να τους επιτίθεται.

Έχουμε στην εφηβεία μια μετάθεση της libido, απόσυρση από τους γονείς και επένδυση στους φίλους. Επένδυση της libido, στον "εαυτό", όπου ο έφηβος αισθάνεται ότι είναι άτρωτος, παντοδύναμος - "μηχανόβιοι" που θέτουν σε εξαιρετικό κίνδυνο τη ζωή τους κάνοντας παράτολμες πράξεις κατά την οδήγηση - και η παλινδρόμηση, όπου τα όρια εαυτού και αντικειμένου καταργούνται και ο έλεγχος της πραγματικότητας προσωρινά αναστέλλεται.

Σε αυτό το δύσκολο κομμάτι της ανάπτυξης, κατά το πέρασμα από την παιδική ηλικία στην ενήλικη ζωή, ο έφηβος και στη συνέχεια ο "παρατεινόμενος" χρειάζεται σταθερά την συμπαράσταση των ενηλίκων και του κόσμου των ενηλίκων, την υπομονή, την κατανόηση, την ανεκτικότητα, την αντοχή και την ικανότητά τους να τον "εμπεριέχουν" και χρειάζεται επίσης σταθερά το παράδειγμά τους. Αρχικά χρειάζεται τους γονείς και την οικογένεια και στη συνέχεια τους ενήλικες γενικότερα, αλλά κυ-



ρίως εκείνους που προορίζονται να αποτελέσουν την φαντασιωσική συνέχεια της οικογένειας όπως είναι το σχολείο, το εκπαιδευτικό σύστημα, οι δάσκαλοι. Μέσα στο σχολείο ο μικρός μαθητής και ο νέος μαθητής στη συνέχεια αναβιώνει μέσα στη φαντασία του και σε άμεση σχέση με την πραγματικότητα καταστάσεις, όπου ο δάσκαλός τον παραπέμπει στην σχέση του με τον πατέρα, όπου οι σχέσεις του με τους συμμαθητές τους τον παραπέμπουν στη σχέση του με τα αδέρφια και την οικογένεια.

Είναι επίσης, ο στρατός, διάφορα ιδρύματα, από τα οποία μπορούν να περνούν οι νέοι και ο εργασιακός χώρος.

Τα πλαίσια αυτά προσφέρουν πρότυπα προορισμένα να αποτελέσουν φαντασιωσική συνέχεια των γονικών αντικειμένων και πολύ σημαντικούς αρωγούς του νέου στην περίοδο αυτή της ανάπτυξής τους. Η ικανότητα των πλαισίων και των προσώπων να εμπεριέχουν (to contain) συμβάλλει καθοριστικά στην εδραίωση και στο νέο της δικής του υποκειμενικής ικανότητας να εμπεριέχει την επιθετικότητά του.

Μια ικανοποιητική εμπειρία από την επαφή του νέου με ένα τέτοιο χώρο (λ.χ. το σχολείο, το στρατό ή τον εργασιακό χώρο) είναι δυνατό να του προσφέρει μια πολύτιμη διορθωτική εμπειρία για την μετέπειτα ζωή του ως ενήλικα. Υπάρχουν όμως περιπτώσεις στις οποίες αυτή η λειτουργία στο επίπεδο των θεσμών, είναι ελλειμματική. Μερικοί γονείς μπορεί να είναι ανώριμοι και ανίκανοι να συγκρατήσουν να "εμπεριέξουν" τη δική τους επιθετικότητα και ξεσπούν στο παιδί τους.

Εδώ έχουμε την περίπτωση των κακοποιημένων παιδιών. Η έρευνα μας γνωρίζει πόσο η βία στους νέους συνδέεται με εμπειρίες σεξουαλικής ή άλλης ικανοποίησης, κατά την παιδική και την εφηβική τους ηλικία. Λειτουργούν τότε ως "συσσωρευτές" μιας βίας, που οι ίδιοι δεν μπόρεσαν να μεταλλάξουν, να μετασχηματίσουν σε κάτι άλλο, δεν μπόρεσαν να "χωνέψουν" και την επιστρέφουν στην κοινωνία με ακόμη μεγαλύτερη ένταση.

Από πολλές έρευνες σε χώρες της Λατινικής Αμερικής, όπου το φαινόμενο των παιδιών των φαναριών, των παιδιών του δρόμου, της βίας των νέων, είναι πολύ έντονο, ότι αυτά τα παιδιά στην ολότητά τους έχουν εμπειρίες οικογενειακές, όπου ο πατέρας ήταν ανίκανος να εκπληρώσει τον πατρικό του ρόλο, δηλαδή υπήρχε μέσα στην οικογένεια ένα αντικείμενο αποκλειστικά αρνητικό και τρομοκρατικό (πατέρες που δέρνουν τις γυναίκες



τους, τα παιδιά, είναι μέθυσοι και δεν δίνουν τη δυνατότητα να ταυτιστούν τα παιδιά με υγιή τρόπο μαζί τους και να κάνουν μια σχέση με ένα πατέρα, που να μπορεί ταυτόχρονα να μισεί και να αγαπά. Είναι πατέρες, τους οποίους τα παιδιά μόνο μισούν και τους φοβούνται.

Τα παιδιά αυτά, εν συνεχεία, όταν συλλαμβάνονται από την αστυνομία, αφού έχουν ζήσει σε ομάδες συνομηλίκων, όπου επίσης οι σχέσεις δεν είχαν εκείνη την επάρκεια, που θα τους επέτρεπε να συγκρατήσουν την επιθετικότητά τους μπαίνουν σε διάφορα ιδρύματα, όπου οι νέοι, σε ορισμένες περιπτώσεις, κακοποιούνται σεξουαλικά ή με άλλο τρόπο από θεραπευτές, ή στελέχη των ιδρυμάτων (φαινόμενο κοινωνικής διαστροφής, αφού χώροι που προορίζονται ως φαντασιωσική συνέχεια της οικογένειας, δεν μπορούν να επιτελέσουν αυτό το ρόλο). Έτσι οι άνθρωποι αυτοί έχουν δύο δυνατότητες, την κατάθλιψη, τα ναρκωτικά, ή τη βία.

Η βία θέτει ένα ζήτημα ψυχικής "χωρητικότητας" με την έννοια της κατανόησης, της αντοχής, της ανοχής και της ικανότητας του περιβάλλοντος (οικογενειακού και κοινωνικού) να την απορροφά, να την κατευθύνει και να την εμπεριέχει, να την αναλαμβάνει δηλαδή κατά το μερίδιο που της αναλογεί, αντί να τη θεωρεί και να την αντιμετωπίζει ως το πρόβλημα του άλλου.



# Σύγχρονη κοινωνία και ψυχική Υγεία "Η Ενήλικη Περίοδος"

Θεοδόσιος Εμμ. Χριστοδουλάκης

Ψυχίατρος - ψυχαναλυτής

Δ/ντής Ψυχιατρικής Κλινικής "Παναγία Γρηγορούσα"

Η έννοια του φυσιολογικού και του παθολογικού, όταν αναφερόμαστε στην ψυχική μας υγεία, αποτέλεσε και αποτελεί σημείο συχνών συγκρούσεων.

Αυτό συμβαίνει διότι σε αντίθεση με άλλους τομείς της ιατρικής, η ψυχιατρική ασχολείται όχι μόνο με παθήσεις αλλά και με την ανθρώπινη συμπεριφορά.

Οι παράμετροι δε, που επιδρούν και καθορίζουν τη συμπεριφορά ενός ατόμου, είναι πολλές, αλλάζουν από τόπο σε τόπο, μεταβάλλονται μέσα στο χρόνο και σαν μη φθάνουν όλα αυτά, περιλαμβάνουν και την αντίληψη του παρατηρητή που, όταν εκτιμά την ανθρώπινη συμπεριφορά, είναι καθοριστική, αλλά δύσκολα είναι αντικειμενική.

Ίσως λοιπόν, θα πρέπει να απομακρυνθούμε από τις έννοιες του φυσιολογικού και παθολογικού και να τις αντικαταστήσουμε με την έννοια του λειτουργικού.

Λειτουργικός κατά τον Freud, είναι ο άνθρωπος που μπορεί να αγαπά, να διασκεδάζει και να εργάζεται.

Είναι δηλαδή, ο άνθρωπος, που έχει δυνατότητα συναισθηματικής έκφρασης, που μπορεί να έχει πρόσβαση στην απόλαυση και που μπορεί να δημιουργεί.

Αυτό το τρίπτυχο, φαίνεται ότι είναι απαραίτητο στους ανθρώπους, προκειμένου να έχουν αυτό που θα ονομάζαμε ψυχική ισορροπία.

Παρατηρώντας τη σύγχρονη κοινωνία, θα λέγαμε ότι οι μεν "σοβαρές" ψυχικές παθήσεις, όπως για παράδειγμα η σχιζοφρένεια και η μανιοκατάθλιψη, δεν έχουν μεταβάλλει τη συχνότητα εμφάνισής τους.

Αντίθετα, παρατηρούμε μια σημαντική αύξηση των αγχωδών και συναισθηματικών λεγομένων διαταραχών.



Το άγχος, έχει γίνει μια λέξη καθημερινή σχεδόν, στο λεξιλόγιο των περισσότερων και οι διαταραχές της διάθεσης, όπως δηλαδή η κατάθλιψη, πολλαπλασιάζονται με ανησυχητικούς ρυθμούς.

Η συχνότητα εμφάνισης των ψυχικών διαταραχών, μας φαίνεται πολύ μικρότερη απ' ό,τι πραγματικά είναι, διότι οι άνθρωποι αποφεύγουν να συζητούν γι' αυτές φοβούμενοι το στιγματισμό. Το γεγονός αυτό, δυστυχώς, περιορίζει κατά πολύ τη βοήθεια που θα μπορούσαν να λάβουν αλλά και τον προβληματισμό, στον οποίο θα έπρεπε να οδηγηθούμε σαν κοινωνία.

Γιατί όμως δυσκολευόμαστε να εκφράσουμε συναισθήματα; Γιατί η απόλαυση - η χαρά της ζωής - χάνεται και γιατί η δημιουργία έχει αντικατασταθεί από βαρετές εργασίες με αποκλειστικό σκοπό το βιοπορισμό και στόχο τη σύνταξη;

Γιατί το ποσοστό αυτού που θα λέγαμε, όχι ψυχική πάθηση αλλά ψυχική δυσφορία, πολλαπλασιάζεται;

Στη σκέψη των περισσότερων από εσάς, αυτή τη στιγμή γεννιέται μια απάντηση σχετική με το κόστος της ζωής, που μας αναγκάζει σε ρυθμούς ... κ.λπ, κ.λπ.

Είναι άραγε έτσι;

Για να δώσουμε μια απάντηση θα πρέπει να καταλάβουμε τον μηχανισμό γέννησης μιας ψυχικής νόσου και δανειζόμενοι από αυτόν στοιχεία να αντιληφθούμε το δρόμο που οδηγεί στην ψυχική δυσφορία.

Η αποκωδικοποίηση του ανθρωπίνου γονιδιώματος κοντεύει να ολοκληρωθεί.

Το γεγονός αυτό ισοδυναμεί με την ανακάλυψη της φωτιάς από τον άνθρωπο, είναι δηλαδή μια ανακάλυψη που θα αλλάξει ριζικά τη ζωή μας, αφού θα μας αποκαλυφθούν τα μυστικά του γενετικού μας κώδικα και θα μας δοθεί η δυνατότητα να επέμβουμε σε αυτόν.

Τι ρόλο όμως διαδραματίζουν τα γονίδιά μας και πώς αυτά συνδέονται με την ψυχική μας υγεία;

Από τη στιγμή της σύλληψης, από τη στιγμή δηλαδή που σχηματίζεται ο γενετικός μας κώδικας εγγράφονται σε αυτόν πληροφορίες που αφορούν το ανθρώπινο είδος, αλλά και πληροφορίες, που αφορούν αποκλειστικά το συγκεκριμένο υποκείμενο.

Έτσι μέρος αυτών των πληροφοριών, αναφέρεται και στις



ψυχικές παθήσεις υπό τη μορφή προδιαθέσεων.

Το γενετικό μας δηλαδή υλικό δεν μεταφέρει αρρώστιες αλλά σε μερικούς από εμάς, για την ακρίβεια στον ένα στους τέσσερις, μεταφέρει μια "πιθανή ψυχική διαταραχή".

Την ονομάζουμε "πιθανή" διότι δεν είναι σίγουρο ότι θα εκφρασθεί.

Το εάν θα νοσήσουμε, εξαρτάται από μια σειρά πυροδοτικών μηχανισμών, οι οποίοι επεμβαίνουν στο βιολογικό μας υπόστρωμα, προκειμένου να ξεκινήσουν αυτή τη ψυχική πάθηση, για την οποία είμαστε γενετικά ευάλωτοι.

Το να αναφερθούμε στην ποικιλία των ψυχικών παθήσεων και στα κλινικά τους συμπτώματα, είναι μάλλον άχρηστο για τους περισσότερους από εσάς.

Αυτό που πιστεύω ότι θα ήταν χρήσιμο, με την έννοια της πρόληψης, είναι οι παράγοντες αυτοί που πυροδοτούν μια ψυχική πάθηση.

Υπάρχουν τρεις σημαντικές περιόδους στη ζωή ενός ανθρώπου:

Η παιδική λεγόμενη ηλικία, η ενήλικη περίοδος, και η τρίτη και τέταρτη ηλικία που αναφέρονται στη γήρανση του ανθρώπινου οργανισμού.

Θεωρώ την πρώτη περίοδο, την πιο σημαντική και αυτό διότι σε αυτή την περίοδο, δημιουργούνται οι κυριότερες νευρωνικές συνδέσεις, που είναι ο τρόπος με τον οποίο θα συνδεθούν τα εγκεφαλικά κύτταρα, προκειμένου να διαχειριστούν το περιβάλλον, στο οποίο θα ζήσουν.

Ο τρόπος λοιπόν που συνδέονται, καθορίζεται σε μεγάλο βαθμό από το περιβάλλον και τους σημαντικούς "άλλους" αυτής της περιόδου, δηλαδή από την οικογένεια και τους γονείς.

Όταν το υποκείμενο φθάσει στην ενήλικη περίοδο της ζωής του έχει πλέον διαμορφώσει έναν τρόπο που βλέπει τον κόσμο, που τον ονομάζουμε "γνωσία" και που καθορίζει αυτό που θα λέγαμε για παράδειγμα αισιόδοξο ή απαισιόδοξο τρόπο να βλέπει ένα γεγονός, έχει διαμορφώσει συγκεκριμένους μηχανισμούς κυνικής άμυνας, καλούς μέτριους ή δυσλειτουργικούς και έχει παγιώσει μια αντίληψη της εικόνας του σε σχέση με τους άλλους.



Αυτό που θέλω να πω, είναι ότι στα 17 μας χρόνια, στη μεταβασή μας στην ενήλικη ζωή, η σημαντικότερη διαμόρφωση, έχει ήδη γίνει προ πολλού...

Η ενήλικη περίοδος της ζωής μας, χαρακτηρίζεται από την αύξηση του άγχους.

Υπάρχει η αλλαγή του τρόπου ζωής, που επιβάλλει ο στρατός, ο γάμος, η απόκτηση τέκνων, τα οικονομικά προβλήματα, οι σωματικές παθήσεις, οι απώλειες προσφιλών προσώπων και πολλά άλλα καθημερινά προβλήματα, που αυξάνουν όχι μόνο στιγμιαία αλλά και σωρευτικά το άγχος.

Οι ψυχικές παθήσεις ξεκινούν εκεί που το υποκείμενο, το υποκείμενο ως συνδυασμός γονιδίων και νευρωνικών συνδέσεων αποτυγχάνει να διαχειριστεί την ψυχική πίεση που λέγεται άγχος.

Αποτυγχάνει διότι, πέραν των γονιδίων του, οι αμυντικοί ψυχικοί του μηχανισμοί δεν είναι επαρκείς.

Αυτή η αμυντική ανεπάρκεια, αφορά ατέλειες κατά τη δημιουργία και αμέλεια ενίσχυσης των μηχανισμών αυτών κατά τη συνέχεια της ζωής.

Για την παιδική ηλικία μαθαίνουμε από τους παιδοψυχιάτρους. Για τα γονίδια και τις επεμβάσεις μας σε αυτά προκειμένου να θεραπεύσουμε μια ψυχική πάθηση, η έρευνα λέει ότι θα πρέπει να περιμένουμε τουλάχιστον 15 ακόμη χρόνια.

Τι απομένει λοιπόν να κάνει ένας ενήλικας, προκειμένου να διατηρήσει την ψυχική του υγεία;

Η μόνη ίσως παράμετρος που μπορεί, αλλά και που αξίζει να ασχοληθεί κάποιος μαζί της είναι η "φιλοσοφία ζωής", είναι ο τρόπος που βλέπουμε τα πράγματα.

Όλες οι θρησκείες και όλα τα φιλοσοφικά συστήματα, από πάντα προσπαθούσαν και προσπαθούν να δώσουν ένα νόημα στα γεγονότα της ζωής, γνωρίζοντας ότι τα γεγονότα από μόνα τους δεν είναι σημαντικά.

Ο τρόπος που τα επενδύουμε με νόημα, καθορίζει τη συναισθηματική επίδραση, που θα έχουν στον ψυχισμό μας, άρα και τις συνέπειες.

Αυτό λοιπόν που φαίνεται να μας βοηθάει, σ' έναν κόσμο ανταγωνιστικό, σχεδόν εχθρικό, σ' έναν κόσμο που η αποξένωση κατακτά τα εδάφη της επικοινωνίας, είναι η προσωπική περιπλάνηση στο χώρο του στοχασμού.



Είναι η προσπάθεια του ανθρώπου να βρει νόημα, να δημιουργήσει νέες νευρωνικές συνδέσεις, νέα εγκεφαλικά μονοπάτια, σε μια προσπάθεια συνεχούς αυτοβελτίωσης, ικανής να αντιπαλέψει το γονιδιακό πεπρωμένο.

Κι αυτό δεν αποτελεί απλά μια υπόθεση. Αφορά μια έννοια που η επιστήμη ονομάζει "πλαστικότητα του εγκεφάλου".

Πριν όχι πολλά χρόνια, πιστεύαμε ότι ο εγκέφαλος δεν είχε τη δυνατότητα να κάνει νέες συνδέσεις. Σήμερα γνωρίζουμε ότι αυτό μπορεί να συμβεί, εάν υπάρξει επαναλαμβανόμενο ερέθισμα. Μπορούμε δηλαδή, σε οποιαδήποτε ηλικία, να δημιουργήσουμε νέες εγκεφαλικές συνδέσεις.

Το ερέθισμα είναι αυτό που καλούμεθα να δημιουργήσουμε, προκειμένου να τροφοδοτήσουμε την ψυχή μας με καύσιμο υψηλής ποιότητας, ώστε να πορευτεί απρόσκοπτα στο μακρύ μονοπάτι της ζωής και να ετοιμασθεί κατάλληλα για το κύριο ερώτημα της 3ης περιόδου - αυτό του θανάτου, όχι απωθώντας το, αλλά έχοντας βρει την απάντηση - το νόημα δηλαδή, αυτής της κορυφαίας πράξης, που αναιρεί την ίδια την ύπαρξη του υποκειμένου.

Την αναιρεί άραγε; Ή της δίνει υπόσταση;

Η απάντηση δεν έχει καμία σημασία, μόνο ο στοχασμός έχει, γιατί αυτός δομεί άμυνες, γιατί αυτός μας επιτρέπει να αγαπάμε, να απολαμβάνουμε και να δημιουργούμε.

Κλείνοντας αυτή την ομιλία, δεν θα ξεφύγω από τον πειρασμό της εκ νέου αναφοράς στην παιδική ηλικία.

Είναι σημαντική και καθοριστική. Εάν αυτή η περίοδος αποτύχει, το υποκείμενο αναγκάζεται, να διανύσει πολύ μεγαλύτερη απόσταση, προκειμένου να διατηρήσει την ψυχική του υγεία.

Το υποκείμενο αυτό θα είναι ο αυριανός γονιός, γεγονός που εξηγεί γιατί το ανθρώπινο είδος δεν θα απαλλαγεί ποτέ από τη νεύρωση.

Είναι όμως βέβαιο, ότι η προσωπική εξέλιξη βελτιώνει τις διαπροσωπικές σχέσεις, βελτιώνει δηλαδή όχι μόνο τον δικό μας ψυχισμό αλλά και την επίδρασή μας στον ψυχισμό των προσφιλών μας προσώπων.

Αν θα έπρεπε να υπάρχει ένας επίλογος, αυτός θα ήθελα να ήταν χρήσιμος.

Η πολυετής επαφή μου με ανθρώπους, που νοσούν ψυχικά, με έμαθε να μη φοβάμαι την τρέλα, άλλωστε η διαφορά της από τη



λεγόμενη ψυχική υγεία είναι μόνο ποσοτική.

Αντίθετα, με έμαθε να φοβάμαι τις αντιδράσεις των ψυχικά υγιών ατόμων αυτής της κοινωνίας απέναντι στην τρέλα.

Με έμαθε δηλαδή ότι ένας άνθρωπος απαίδευτος είναι πολύ πιο επικίνδυνος από έναν τρελό.

---

Κ. Μπάλλας: "Προτού προχωρήσω δίνοντας το λόγο στον κ. Παντελή Βασματζίδα θα προσθέσω τη ρήση του Pascal ο οποίος είπε ότι "οι άνθρωποι είναι αναποφεύκτως τρελοί, όσοι νομίζουν ότι δεν είναι τρελοί υποφέρουν από ενός άλλου είδους τρέλα".



# Σύγχρονη κοινωνία και ψυχική υγεία - τρίτη ηλικία

Παντελής Βασματζίδης

Ψυχίατρος - Ψυχοθεραπευτής.

Γεν. Αρχίατρος Υποδιευθυντής Ν.Ι.Μ.Τ.Σ

## Γενικά

Η Τρίτη Ηλικία ή όψιμη ενήλικη ζωή αρχίζει στα 65. Η γήρανση είναι μια διαδικασία, που χαρακτηρίζεται από σταδιακή έκπτωση της λειτουργικότητας των συστημάτων του οργανισμού, όπως το νευρικό, το καρδιαγγειακό, το αναπνευστικό, το ανοσολογικό κ.λπ. Συνήθως, αρχίζει να αποδιοργανώνεται ένα από αυτά με κατάληξη την αρρώστια και το θάνατο. Η ευπάθειά τους καθορίζεται γενετικά αλλά επηρεάζεται και από βλαπτικούς περιβαλλοντικούς παράγοντες ή εκούσιες καταχρήσεις (κάπνισμα, αλκοόλ). Ωστόσο, η έννοια της γήρανσης είναι ταυτόσημη με την εκφύλιση και γήρανση των κυττάρων.

Οι ηλικιωμένοι διακρίνονται σε δύο ομάδες: στους νέους ηλικιωμένους, από τα 65 έως τα 74 και τους γέροντες ηλικιωμένους από τα 75 και άνω. Υπάρχουν όμως οι σε καλή κατάσταση ηλικιωμένοι, που είναι υγιείς και οι ασθενείς ηλικιωμένοι, που έχουν κάποια αναπηρία και χρειάζονται ιατρική ή ψυχιατρική περίθαλψη.

## Ιστορική αναδρομή στην Αθήνα του 5ου αιώνα π.Χ.

Στον Αισχύλο οι γέροντες διακρίνονται από μια ηθική και διανοητική ανωτερότητα (δικαιοσύνη και σοφία), που οφείλεται στην ηλικία και την πείρα τους. Παράλληλα όμως αποδέχονται και την καταστροφική επίδραση του χρόνου στη φυσική τους δύναμη.

Οι γέροντες Αργείοι στον "Αγαμέμνονα" αντανακλούν με τα λόγια τους την Ομηρική και Λυρική παράδοση καθώς λένε:

"Τι είναι ένας πολύ γέρος άνθρωπος, όταν τα φύλλα του πέφτουν; περπατάει σε τρία πόδια και χωρίς περισσότερη δύναμη πλανάται σαν όνειρο μέσα στη μέρα"

Ο Σοφοκλής ενδιαφερόμενος περισσότερο για τον άνθρωπο



τον ίδιο, παρά για την εξήγηση της μοίρας του, εξετάζει πώς τον προσβάλλει η ηλικία και ποιες δυστυχίες τη συνοδεύουν. Οι γέροντες αναπολούν μελαγχολικά τη χαμένη νεότητα, τη δροσερή αθωότητα και την ευτυχισμένη εποχή της άγνοιας. Στον Οιδίποδα επί Κολωνών στα ενενήντα του χρόνια, προφανώς σε μια ταύτιση με τους γέροντες του Κολωνού, χαρακτηρίζει τα γηρατειά απαίσια, αδύναμα, ακοινωνήτα και άφιλα. Σε αντίθεση με τον Αισχύλο, οι γέροντες του χάνουν μαζί με τα χρόνια και τη σοφία τους "η νοημοσύνη παρακμάζει, οι πράξεις είναι χωρίς αποτέλεσμα, οι προθέσεις μάταιες".

Η καταστροφική δράση του χρόνου επισημαίνεται ακόμη πιο έντονα στο έργο του Ευριπίδη. Έτσι δείχνει μια ιδιαίτερα εντυπωσιακή επιμονή στη φυσική αδυναμία των γέρον αλλά και στην ηθική τους κατάπτωση. Οι γέροντες του στηριγμένοι στα ραβδιά τους, με φθαρμένα μέλη και γέρικη καμπούρα θα παραπονεθούν: "Δεν έχουμε πια τα λογικά μας, φανταζόμαστε μόνο ότι είμαστε σοφοί". Στον "Ηρακλή", στην "Ανδρομάχη", στην "Εκάβη", τους εκμηδενίζει με ακραίες αναφορές. Δεν ανήκουν πλέον στον πραγματικό κόσμο και αντιμετωπίζονται σαν τάφοι.

Αν για το Σοφοκλή ο θάνατος είναι γιατρεία, ο Ευριπίδης στενάζει με το όνειρο μιας αιώνιας νεότητας, καθώς δηλώνει στην "Άλκηστη": "Μάταια απ' ό,τι φαίνεται εύχονται οι γέροι να πεθάνουν και παραπονιούνται για τη μεγάλη ηλικία τους και το μήκος της ζωής. Πλησιάζει ο θάνατος; κανένας τους δεν θέλει να πεθάνει και το γήρας δεν τους είναι πια φορτίο".

Οι γέροντες του Αισχύλου υποταγμένοι συνειδητά στη θεϊκή βούληση θα πουν γαλήνια στον "Αγαμέμνονα": υπάρχει ακόμη μια δύναμη, που οι θεοί μας αφήνουν στην ηλικία μας, την πίστη που εμπνέουν τα άσματά τους". Τα ίδια λόγια θα ακουστούν από τους γέροντες του Ευριπίδη στον "Ηρακλή Μαινόμενο", μόνο που αυτοί είναι καταδυναστευμένοι από εσωτερικές συγκρούσεις αντιθέτων συναισθημάτων και βουλήσεων.

## **Μύθοι για την Τρίτη Ηλικία**

### ***1. Σωματική και Διανοητική κατάσταση***

Είναι λανθασμένη η πεποίθηση ότι το γήρας συνδέεται απαραίτητα με σοβαρή σωματική και διανοητική αναπηρία.

Οι περισσότεροι ηλικιωμένοι διατηρούν την αντιληπτική και φυσική τους ικανότητα σε αξιοσημείωτο βαθμό.



## **2. Κοινωνική Δραστηριότητα**

Αντίθετα απ' ό,τι πιστεύεται, οι υγιείς ηλικιωμένοι διατηρούν ένα επίπεδο κοινωνικής δραστηριότητας ανάλογο με των προηγούμενων χρόνων. Αυτό ενισχύει τη σωματική και την ψυχική ευεξία. Η επικοινωνία μάλιστα με νεότερα άτομα βοηθεί την αυτοεκτίμηση, καθώς οι γέροντες μεταδίδοντας πολιτισμικές αξίες και παρέχοντας φροντίδα στα εγγόνια συντηρούν την αίσθηση της χρησιμότητας.

Συνήθως κοινωνική απόσυρση συμβαίνει σε περιπτώσεις ασθενείας ή θανάτου συντρόφου, φίλων και συγγενών.

## **3. Σεξουαλική Δραστηριότητα**

Έχει αποδειχτεί ότι το σεξουαλικό ενδιαφέρον και η σεξουαλική δραστηριότητα διατηρείται με την πάροδο της ηλικίας και ότι πολλά άτομα συνεχίζουν να είναι σεξουαλικά ενεργά μέχρι τα ογδόντα τους. Βέβαια η σεξουαλική ζωή των ηλικιωμένων εξαρτάται από τη:

- A. φυσική υγεία
- B. ύπαρξη σεξουαλικού συντρόφου.
- Γ. στάση του περιβάλλοντος απέναντι στη σεξουαλικότητα.
- Δ. προηγούμενη σεξουαλική ζωή τους.

Είναι δεδομένο ότι μακρόχρονη ενεργός σεξουαλική ζωή είναι θετικός προγνωστικός δείκτης για καλή σεξουαλική δραστηριότητα στα γηρατειά.

## **4. Συνταξιοδότηση**

Ο S. Freud στο έργο του "Ο πολιτισμός πηγή δυστυχίας" θεωρεί ότι η εργασία δένει το άτομο με την πραγματικότητα και την κοινωνία. Το επάγγελμα βοηθεί την εκτόνωση των ενορμήσεων, ικανοποιεί οικονομικές ανάγκες και οικογενειακές υποχρεώσεις, καλλιεργεί κοινωνικά την έννοια "του ανήκειν", προάγει την αυτοεκτίμηση και αυτονομία, καθώς το άτομο, ξεδιπλώνοντας τις ικανότητές του αισθάνεται ειδικό, σπουδαίο και χρήσιμο.

Για πολλούς η συνταξιοδότηση αποτελεί ψυχοκοινωνικό στρεσογόνο γεγονός, κρίση με εντάσεις, απώλεια αυτοεκτίμησης, περιθωριοποίηση και μοναξιά. Στην πραγματικότητα όμως παρέχει απαλλαγή από εργασιακές ευθύνες, ελεύθερο χρόνο για διασκέδαση και σκέψη, ευκαιρίες για επαναπροσδιορισμό της στάσης ζωής, τακτοποίηση συγκρούσεων και ολοκλήρωση.



## Ψυχοδυναμική και ψυχοπαθολογία

Ο Erik Erikson στο ψυχοκοινωνικό του μοντέλο περιγράφει τα γηρατειά σαν μια σύγκρουση ανάμεσα στην ολοκλήρωση, δηλαδή την ικανοποίηση, που βιώνει κάποιος, όταν σκέπτεται ότι έχει ζήσει δημιουργικά και την απόγνωση -απελπισία που απορρέει από την αίσθηση ότι η ζωή του δεν είχε κάποιο σκοπό και νόημα. Γι' αυτό το λόγο πολλοί κοιτάζοντας πίσω το χρόνο που έχει περάσει και τις ευκαιρίες που έχουν χαθεί εμφανίζουν αγχώδεις διαταραχές. Η πτώση, επιπρόσθετα των σωματικών λειτουργιών συμβάλλει στη δημιουργία ψυχοσωματικών διαταραχών, υποχονδρίασης και κατάθλιψης.

Δεν υπάρχει γαλήνη και ικανοποίηση στα γηρατειά, εάν το άτομο δεν έχει καταφέρει να ζήσει πέρα από το ναρκισσισμό και δεν έχει κατακτήσει τη συντροφικότητα και τη γεννητικότητα. Χωρίς γεννητικότητα δεν μπορεί να συλλάβει την ιδέα ότι η ζωή είναι μία και μοναδική, ότι ο ίδιος είναι ένα μικρό κομμάτι μιας δεδομένης ιστορικής περιόδου. Τότε σε κατάσταση απελπισίας και απόγνωσης, με φόβο απέναντι στο θάνατο μπορεί να οδηγηθεί σε σοβαρή καταθλιπτική διαταραχή αλλά και στην αυτοκτονία.

Ο Heinz Kohut, θεμελιωτής της ψυχολογίας του εαυτού, θεωρεί ότι οι ηλικιωμένοι έρχονται συνεχώς αντιμέτωποι με ναρκισσιστικά τραύματα, καθώς προσπαθούν να προσαρμοσθούν στις βιολογικές, ψυχολογικές και κοινωνικές απώλειες, που συνδέονται με τη διαδικασία της γήρανσης. Η αυτοεκτίμηση και η αυτάρκεια βρίσκονται συνεχώς υπό αμφισβήτηση, ιδιαίτερα εάν το άτομο χάσει τις εξωτερικές πηγές υποστήριξης, γι' αυτό μπορεί να εκδηλωθεί ένταση, άγχος, θυμός και θλίψη.

Ο S. Freud συνδέει τη διαδικασία του γήρατος με παλινδρομήσεις, που οδηγούν σε ανάδυση πρωτόγονων επιθετικών - σεξουαλικών ενορμήσεων αλλά και σε αδυναμία διάκρισης εξωτερικών αντιληπτικών εμπειριών από εσωτερικές φαντασιώσεις. Η παλινδρόμηση λειτουργιών του Υπερεγώ εμφανίζεται με υπερβολικές ενοχές (αυτομομφές) ή αντίθετα με απουσία ενοχών σε συγκρούσεις, όπου ενδείκνυτο να υπάρχουν.

Η προσαρμογή στο γήρας εξαρτάται και από τους μηχανισμούς άμυνας, που χρησιμοποιεί το άτομο. Οι ώριμες άμυνες, όπως η καταστολή, η πρόβλεψη, ο αλτρουισμός και το χιούμορ,



θα του επιτρέψουν να αντιμετωπίσει τα γεράματα πιο αποτελεσματικά.

Η απώλεια, δηλαδή ο θάνατος συζύγου, φίλων και συγγενών, είναι μία δύσκολη συναισθηματική κατάσταση για τον ηλικιωμένο. Πολλές φορές, αντί της φυσιολογικής διεργασίας πένθους, εκδηλώνεται κατάθλιψη ως δυσπροσαρμοστική αντίδραση, που μπορεί μάλιστα να μιμηθεί τη γεροντική άνοια. Έτσι, μαζί με τα κλασικά σημεία της κατάθλιψης, διαταραχές στον ύπνο και την όρεξη, απώλεια ενδιαφέροντος για ζωή, ανημπόρια, έλλειψη ελπίδας, αρνητικές σκέψεις, εμφανίζονται επιπρόσθετα έκπτωση της βραχύχρονης και μακρόχρονης μνήμης, της αφηρημένης σκέψης, της κρίσης, μεταβολές στην προσωπικότητα, διαταραχή του λόγου, αδυναμία διεξαγωγής κινητικών δραστηριοτήτων και αδυναμία αναγνώρισης ή προσδιορισμού αντικειμένων.

### **Οργανικές ψυχικές διαταραχές**

Η σχέση καλής ψυχικής και σωματικής υγείας είναι ιδιαίτερα σαφής στην τρίτη ηλικία. Τα σωματικά προβλήματα (νεοπλάσματα, ενδοκρινικές, μεταβολικές, αγγειακές, εκφυλιστικές διαταραχές, τραύμα του εγκεφάλου) ενέχονται για τη δημιουργία οργανικών ψυχικών διαταραχών όπως παραλήρημα, άνοια, αμνησικές διαταραχές, κατατονική διαταραχή κ.λπ. Βασικό τους χαρακτηριστικό είναι κάποια ψυχολογική ή συμπεριφορική διαταραχή, που συνδέεται με παροδική ή μόνιμη δυσλειτουργία του εγκεφάλου. Η αντιμετώπιση είναι φαρμακευτική και ψυχοθεραπευτική.

### **Ψυχοδυναμική προσέγγιση.**

Η απώλεια της ανθρώπινης επαφής, της δομής και της λειτουργίας του σώματος, του αυτοελέγχου και της πλήρους εγρήγορσης απειλούν την αίσθηση της ταυτότητας του ασθενούς. Αντισταθμιστικά μπορεί να παρουσιάσει φαντασιώσεις επανένωσης ή αντάμωσης με τις γονεϊκές μορφές και γενικά με τους προγόνους.

Με αυτόν τον τρόπο τοποθετείται στο συνεχές των ανθρωπίνων σχέσεων, όπου ο επικείμενος θάνατός του είναι ένα σημείο στον ευρύτερο χώρο της ύπαρξης. Με μειωμένες άμυνες, δείχνει ανίκανος να επεξεργασθεί τι του συμβαίνει. Ο θεραπευτής σέβεται και κατανοεί την ανάγκη του ασθενούς να αρνηθεί την πραγματικότητα. Δρα ως "βοηθητικό Εγώ" υποκαθιστώντας τις ελ-



λείπουσες λειτουργίες του Εγώ.

Παράλληλα θα κάνει παρεμβάσεις στην οικογένεια του ασθενούς. Θα τους ανακουφίσει από ενοχές. Θα εκτονώσει εντάσεις και ανεξήγητο θυμό. Θα εξηγήσει τα συμπτώματα, θα ανιχνεύσει τις διαπροσωπικές τους σχέσεις με τον ασθενή και θα τους κατευθύνει να συνεργαστούν προς όφελός του.

Στη μέση φάση της θεραπείας ο ασθενής συνειδητοποιεί το πρόβλημα της υγείας του. Βιώνει θυμό και προβάλλει στους άλλους δικά του αρνητικά συναισθήματα. Ο θεραπευτής προάγει την αμοιβαία εμπιστοσύνη και δομεί θεραπευτική συμμαχία. Εξηγεί τη φύση και την πορεία της ασθένειας.

Εμπεριέχει και επεξεργάζεται το άγχος, τη θλίψη, την ευερεθιστότητα, την ευφορία, την απάθεια και τις αιφνίδιες συναισθηματικές μεταβολές του ασθενούς. Ερμηνεύει εσωτερικευμένες εμπειρίες.

Συμμετέχοντας συναισθηματικά στην κατάσταση της αδυναμίας - ανημπόριας θα πρέπει να προσέξει γιατί μπορεί να αισθανθεί αδύναμος και να αντιδράσει ανορθόδοξα υιοθετώντας το ρόλο του σωτήρα ή ζώντας βαθιά θλίψη, απελπισία και απάθεια, μπορεί να αποσυρθεί συναισθηματικά από τη θεραπευτική συμμαχία.

Στη φάση τερματισμού ο ασθενής κατανοεί πλέον τί του συμβαίνει και αποδέχεται την όποια απώλεια δεξιοτήτων.

Ο θεραπευτής ολοκληρώνει τη δόμηση νέας ταυτότητας και συνδέει τρέχουσες με παλιές εμπειρίες.

### **Επίλογος**

Στην εποχή μας οι γέροντες, αντιμέτωποι με τις έσχατες έγνοιες, το θάνατο, τη μοναξιά, το νόημα της ζωής και τη διαχείριση της ελευθερίας θα βιώσουν τη θρησκευτική πίστη και λατρεία στην προσπάθειά τους να καθησυχάσουν το άγχος της ύπαρξης. Αυτό το πανανθρώπινο υπαρξιακό άγχος που καθιστά τη θρησκευτική πίστη οικουμενικό φαινόμενο θα ωθήσει κάποιους φιλοσόφους να ισχυριστούν ότι "αντί να έχουμε δημιουργηθεί από Θεούς, τους δημιουργούμε καθ' ομοίωση εμείς οι ίδιοι προς ανακούφισή μας", αλλά και τον C. Jung να μιλήσει για το αρχέτυπο θεός, που φωλιάζει στο συλλογικό ασυνείδητο.

Λόγω του ανθρώπινου πόνου, της τραγικότητας των εσωτερικών συγκρούσεων, του αγνώστου της μοίρας σε μια κοινωνία



που θυμίζει Αθηναϊκή πολιτεία του 5ου αιώνα π.Χ, με έντονη αμφισβήτηση, με τις υπερβολές του ατομικισμού, με τις απειλές της τρομοκρατίας και τις πολεμικές συρράξεις ενεργείς διαμέσου της τηλεόρασης, είναι αναγκαίο η πρακτική εμπειρία της καθημερινής ζωής να μετατραπεί σε πνευματικές ανακαλύψεις συνδεδεμένες μεταξύ τους με μια εσωτερική διαλεκτική.

---

Κ. Μπάλλας: "Ευχαριστώ πολύ τον κ. Βασματζίδη.

Οι Έλληνες δεν είχαν εφεύρει τον όρο τρέλα και τα συναφή. Ο όρος ελληνικός λόγος δεν είχε το αντίθετό του, το "μη λόγο". Η σωφροσύνη του Σωκράτη έχει σχέση μόνο με την ύβρη. Οι όροι αυτοί "τρέλα" "άνοια" "dementia" εφευρέθησαν κατά τη μεσαιωνική φάση του πολιτισμού, αφού το βασικό πρόβλημα του ανθρώπου είναι η ελευθερία, την οποία, όταν και εάν κάποιος τη γνωρίσει - την εξωτερική και ιδίως την εσωτερική - είναι εξαιρετικά δύσκολο να αντέξει την απώλειά της.

Ο άνθρωπος με την ψυχική διαταραχή έχει απωλέσει ένα κομμάτι της ελευθερίας του και αυτό το κομμάτι καλούμαστε και εμείς να του το προσφέρουμε και πάλι. Και όπως είπε ένας από τους μεγάλους ψυχιάτρους του περασμένου αιώνα ο Henry Ey, μέγιστος ανήρ "η ψυχιατρική δεν είναι παρά η παθολογία της ελευθερίας".

Το μέγα πρόβλημα είναι η επαφή που πρέπει να έχουμε εμείς με τον άλλο, με αυτόν που έχει το ψυχικό πρόβλημα, που είναι διαφορετικός, περιθωριακός ή τείνει προς την περιθωριοποίηση. Αυτός χρησιμοποιεί ένα δικό του κώδικα επικοινωνίας με την σκέψη του, τη συμπεριφορά του διαφορετικό από αυτόν, που έχει θεσπιστεί από το πολιτισμικό περιβάλλον, στο οποίο ζει. Προσπαθεί να επικοινωνήσει, προσπαθεί με ένα άλλο τρόπο να έλθει σε επαφή με τους γονείς του, με την οικογένεια, με την κοινωνία, προσπαθεί να επικοινωνήσει με το θεό του. Και εμείς πρέπει να χρησιμοποιήσουμε το δικό του κώδικα επικοινωνίας, ιδίως οι επαγγελματίες ψυχικής υγείας, θα πρέπει εκάστοτε να μπορούμε να μπούμε μέσα σε αυτή την συνείδηση, τη διαφορετική, για να μπορέσουμε να τον κατανοήσουμε. Εμείς έχουμε αυτό το καθήκον. Αλλά δεν αφορά μόνο τους επαγγελματίες, αφορά όλους μας. Εμείς πρέπει να προσπαθήσουμε να κατανοή-



σουμε τον άλλο, τον διαφορετικό.

Και αυτό απαιτεί μια θυσία. Χωρίς θυσία δε γίνεται τίποτε. Εάν δεν θυσιάσουμε κάτι από τον εαυτό μας δε θα κατανοήσουμε τον άλλο. Εάν επιθυμούμε ο άλλος να είναι σαν κι εμάς δε θα κατανοήσουμε κανένα, τότε τελικά θα έχουμε χάσει και τον εαυτό μας. Και σε αυτό βεβαίως, μας εμποδίζει η αλαζονεία, που είναι έλλειμμα της εκπαίδευσής μας.

Οι προθέσεις όλων μας είναι καλές. Το ερώτημα είναι εάν δυνάμεθα να ξεπεράσουμε την αλαζονεία μας για να μπορέσουμε να κατανοήσουμε τον άλλο. Εάν ο επαγγελματίας ψυχικής υγείας στην περίπτωση τη δική μου, τη δική μας δεν κατανοεί ότι είναι τυχαίο και περιστασιακό γεγονός ότι αυτή τη στιγμή βρίσκεται στη θέση του θεραπευτή και όχι του θεραπευόμενου- και θα πρέπει όλοι μας να ξέρουμε για να κατανοήσουμε τον άλλο - ότι είναι ευχερές και πιθανόν αυτός κάποια στιγμή να γίνει ο άλλος δεν μπορεί να λειτουργήσει. Γι' αυτό πρέπει προκαταβολικά, σκοτώνοντας την τρομακτική αυτή αλαζονεία, την οποία έχουμε, να προσπαθούμε να αντιμετωπίσουμε εκείνον σαν να είναι "εγώ". Αυτή πιστεύω ότι είναι η οδηγός γραμμή που μπορεί να μας οδηγήσει στην κατανόηση των άλλων και στην κατανόηση του ίδιου του εαυτού μας. Και μην ξεχνάτε ότι μεγάλες αρρώστιες όπως η λέπρα στο παρελθόν, όπως η λεγόμενη "τρέλα", έχουν χρησιμοποιηθεί για την εξουσίαση του ανθρώπου ώστε να παραμεριστούν ορισμένοι, να τεθούν στο περιθώριο και έτσι να μπορούν κάποιοι να ελέγχουν και τους υπόλοιπους. Και αυτό συνεχίζεται ως τις μέρες μας. Και τα πράγματα δεν είναι καθόλου ευχάριστα. Είναι σίγουρο ότι γύρω στο 2020 η κατάθλιψη, κυρίως, αυτή που ειπώθηκε ότι θα αυξάνεται συνεχώς θα αποτελέσει την δεύτερη σε σημασία και έκταση νόσο του ανθρώπου πάνω στη γη.

Παρακαλούμε για την υποβολή ερωτήσεων"

Ερώτηση: Στην εισαγωγή σας κ. Μπάλλα είπατε το εξής: "Οι βασικές παράμετροι που προσδιορίζουν την συμπεριφορά ενός ανθρώπου, είναι η κληρονομικότητα και το περιβάλλον. Όλοι οι κοινωνιολόγοι συμφωνούν. Πώς μπορούμε να εξηγήσουμε ότι δύο ή τρία παιδιά με το ίδιο DNA, που ζουν στο ίδιο περιβάλλον έχουν διαφορετική προσωπικότητα; Και πώς δίδυμα παιδιά δεν έχουν τον ίδιο χαρακτήρα; Οι φυσικοί επιστήμονες χωρίς να



προσβάλουν τους κοινωνιολόγους λένε ότι η γη είναι μικρός πλανήτης στο απέραντο σύμπαν που έχει τις δικές του αόρατες αλλά μετρήσιμες δυνάμεις. Πώς είναι δυνατόν στην ίδια οικογένεια να έχουμε διαφορετικές προσωπικότητες;"

Τζ. Σουμάκη: "Εάν βάλουμε δύο δίδυμα σε διαφορετική οικογένεια θα έχουμε διαφορετική πορεία.

Τα παιδιά της ίδιας οικογένειας δεν είναι ακριβώς ίδια επειδή το περιβάλλον έχει να κάνει με τον ίδιο πατέρα και την ίδια μάνα. Θα πρέπει να σκεφθείτε ότι αυτοί οι γονείς κάνουν το δεύτερο παιδί σε μια άλλη φάση της ζωής τους με άλλα δεδομένα, κάτω από άλλες κοινωνικές συνθήκες, έχουν άλλες προβολές επάνω τους άρα ποτέ δεν είναι τα ίδια"

Κ. Μπάλλας: Στις προχωρημένες έρευνες διδύμων κυρίως στην Δανία, το γεγονός ότι χωρίστηκαν από την άλλη πλευρά, δίδυμοι την ίδια στιγμή της γέννησης και αυτό δεν μπορεί να θεωρηθεί ως απόλυτο γιατί για βραχύ χρονικό διάστημα ήταν στο ίδιο περιβάλλον στην ίδια μήτρα αλλά το σίγουρο είναι ότι δεν είναι η ίδια οικογένεια, το ίδιο περιβάλλον, έχουν αλλάξει οι συνθήκες, κάθε μέρα αλλάζουν οι συνθήκες".

Ερώτηση: "Είναι η φιλοσοφική προσέγγιση ενός ενήλικα γονέα για αποκατάσταση της ισορροπίας του και πρόκληση νέων ερεθισμάτων χρήσιμο εργαλείο για να βοηθήσει κάποιον έφηβο στην πορεία αναζήτησης της ταυτότητάς του ή ενδέχεται να τον μπερδέψει περισσότερο; Πρέπει να τον κάνουμε συμμετοχο σε κάτι τέτοιο ή να τον αφήσουμε στη δική του πορεία και να τον υποστηρίξουμε με τον τρόπο που αναφέρατε;"

Κ. Μπάλλας: "Προφανώς θα δοθούν διαφορετικές απαντήσεις"

Τζ. Σουμάκη: "Οπωσδήποτε προσεγγίζουμε τον έφηβο με βάση τη δική μας νοοτροπία και φιλοσοφία. Από την άλλη μεριά όμως είμαστε αρκετά έτοιμοι να του δώσουμε τη δυνατότητα να οργανώσει την δική του και έπειτα να δεχτεί το παραπάνω μέχρι να μπορεί να παντρέψει τις δύο αυτές στάσεις".

Ερώτηση: "Πώς μπορεί η ευεξία να σχετίζεται με την υγεία με δεδομένο ότι κι ένας στυγνός εγκληματίας μπορεί να βιώσει



ευεξία στα τρία επίπεδα, που αναφέρει ο ορισμός της Π.Ο.Υ.

Θα δώσω μικρή απάντηση αντικαθιστώντας μέσα από την φιλοσοφία που προσάγω ως επιστήμων ιατρός τη λέξη "ευεξία" με τη λέξη "ομοιοστασία" και θα έλεγα ότι υγεία είναι "η κατάσταση ομοιοστασίας του εσωτερικού μας εαυτού με τη φύση".

Κ. Μπάλλας: "Ο Π.Ο.Υ είναι οδηγός όλων μας, υπάρχουν και παρεκκλίσεις και άλλες ερμηνείες εκτός, υπάρχει και η δική σας, η ομοιοπαθητική. Αλλά εμείς είμαστε υποχρεωμένοι ως κλασικοί επαγγελματίες να ακολουθούμε τον οδηγό της Π.Ο.Υ τον οποίο προσωπικά απόλυτα αποδέχομαι, αφού εργάζομαι και γι' αυτόν".

Ερώτηση: "Λέμε, όμως ότι ένας εγκληματίας μπορεί να βιώσει την ευεξία. Πώς είναι δυνατόν να σχετίζεται με την υγεία;"

Κ. Μπάλλας: "Ο εγκληματίας πρέπει να είστε απόλυτα βέβαιος, ότι δεν έχει καμία ευεξία. Ο ανθρώπινος πόνος είναι κάτι εξαιρετικά ευρύ και ακούσατε πριν αλλά ίσως να μην δόθηκε ιδιαίτερη προσοχή ότι η βία έχει από κάτω πόνο, μεγάλο πόνο και εμείς μιλάμε για τον ανθρώπινο πόνο. Το θέμα είναι τεράστιο. Δεν είναι ευεξία να είσαι επιθετικός, είναι πόνος. Ειπώθηκε με μεγάλη ευκρίνεια το θέμα αυτό".

Ερώτηση: "Κατά τους παρελθόντες αιώνες, χρησιμοποίησαν τη λέπρα, την τρέλα και άλλες ασθένειες για να ελέγχουν τις κοινωνίες, κατά ένα μέρος. Σήμερα, με το πρόβλημα των ναρκωτικών, μήπως οι "κοινωνίες" που άρχουν εθελουφλούν και επιτρέπουν, μπορώ να το πω, μετά βεβαιότητας, την ευρεία κυκλοφορία των ουσιών αυτών, ώστε να βλέπουμε πολλούς νέους, η στατιστική αναφέρει το 25% των στρατευμένων, να κάνουν χρήση ουσιών. Μήπως θέλουν να βγάλουν εκτός παραγωγής τους νέους και να ελέγχουν τις κοινωνίες;"

Κ. Μπάλλας: "Η ανθρωπότητα έχει δύο αλληλοπλεκόμενα και αλληλοεπηρεαζόμενα προβλήματα δημόσιας υγείας. Την ενδημία του AIDS, που πηγαίνει να γίνει πανδημία, εμείς οι τέκτονες γνωρίζουμε καλά τη γλώσσα και τους όρους, και η πανδημία της χρήσης εξαρτησιογόνων ουσιών. Δεν προέρχονται από μια πηγή, προέρχονται από 517 πηγές, χρησιμοποιούνται από άλλ-



λους και για άλλους σκοπούς δεν χωράει αμφιβολία· εξάλλου η παραγωγή και το εμπόριο ναρκωτικών, πηγαίνει σήμερα μαζί με το εμπόριο όπλων και το δουλεμπόριο και μαζί με άλλες πολιτικές εκφράσεις. Το σίγουρο είναι ότι δεν είναι ακριβώς έτσι τα πράγματα. Θα σας πω μόνο αυτό, ότι αυτή τη στιγμή η Ευρώπη, που ήταν εισαγωγέας εξαρτησιογόνων ουσιών, είναι παραγωγός λόγω του μεγάλου προβλήματος των συνθετικών ναρκωτικών, που παράγονται κυρίως στο Βέλγιο και την Ολλανδία. Εμείς στέλνουμε αλλού. Δεν είναι έτσι το πράγμα. Χρησιμοποιείται από μερικούς αλλά δεν πρέπει να περάσουμε σε συνωμοσιολογικές θεωρίες γιατί θα εμπλακούμε ιδιαίτερα".

Ερώτηση: "Θα ήθελα να πω ότι θέσατε σαν το μύθο της Σφίγγας το θέμα του ανθρώπου, για το πώς επηρεάζεται. Θα ήθελα να δώσω ένα παράδειγμα για την περίοδο του θηλασμού, όπου η μητέρα γαλουχεί, θηλάζει (χύνει το γάλα) την ώρα που βλέπει στην τηλεόραση εγκλήματα και αναρωτιέμαι τι μεγάλη επίδραση έχει στη ζωή του ανθρώπου και ποιος θα είναι ο στοχασμός στον οποίο αναφέρθηκε ο κ. Χριστοδουλάκης".

Τζ. Σουμάκη: "Έχετε δίκιο, η μητέρα θα πρέπει να είναι συναισθηματικά παρούσα και ουσιαστικά με βάση το θηλασμό, αυξάνεται στις μέρες μας το ποσοστό της ψυχογενούς ανορεξίας, όπου τα παιδιά ουσιαστικά παίρνουν αλλά δεν "παίρνουν" αυτό που χρειάζεται να τους δώσει η μάνα, γιατί δεν είναι συναισθηματικά δοσμένο".

Κ. Μπάλλας: "Γεννιέται κατά συνέπεια ένα μεγάλο πρόβλημα για την εργαζόμενη μητέρα. Οι συνθήκες δεν επιτρέπουν να μην εργάζεται, από την άλλη όμως πλευρά, είδα στις εφημερίδες ότι η Executive director της Coca Cola στην Αγγλία, παρητήθη γιατί απέκτησε τέκνο και έπρεπε να ασχοληθεί με αυτό.

Μπορούν όμως όλες τις φορές οι μητέρες να παίζουν αυτό το ρόλο, να είναι τόσο κοντά; Εάν έχουμε όμως χρόνο πρέπει να είναι συναισθηματικά κοντά".

Κλ. Ναυρίδης: "Θα πρέπει ο θηλασμός του μωρού να υπερισχύει του τηλεοπτικού θηλασμού, διότι και η σχέση μας με το μέσο έχει αρκετές ομοιότητες με την σχέση του μωρού, με το θηλασμό".



Ερώτηση - παρέμβαση: "Με συγκίνησε η μεστή ομιλία όλων σας και μου ήλθε στο μυαλό το λεχθέν του Ιπποκράτη "ουκ ένι ιητρικήν ειδέναι εάν μη οιδε ότι εστιν άνθρωπος"

Δείξτε ότι διατηρείτε την ανθρωπιά"

Ερώτηση: "Η ψυχοσυναισθηματική ανάπτυξη των νέων αντιμετωπίζεται διαφορετικά στα δύο φύλα;"

Τζ. Σουμάκη: "Υπάρχουν διαφορές που έχουν να κάνουν με την εκπαίδευση όχι με τα μοντέλα που προβάλλουμε στην Ελλάδα ότι ο άνδρας κάνει αυτό και η γυναίκα εκείνο, αλλά, κυρίως, με τις διαφορετικές για τα δύο φύλα ταυτίσεις και επομένως και ο ρόλος των ενηλίκων ανάλογα με το φύλο είναι διαφορετικός".

Ερώτηση: "Χωρίς περιστροφές θεωρώ ότι υπάρχει μια τρομερή ολιγωρία των επιστημονικών ενώσεων ψυχικής υγείας στο να καταπιαστούν με την ανάλυση των συστημάτων, μέσα στα οποία λειτουργούν και τα υποσυστήματα, τα κύτταρα όπως η οικογένεια και άλλα κοινωνικά κύτταρα, που παράγουν ιδεολογία, παράγουν πολιτική και σήμερα συμπεριφέρονται με ένα εξαιρετικά ψυχοπαθολογικό τρόπο, αφού το πρόβλημα της βίας έχει να κάνει κυρίως και μόνο με τα DSM - V με το ζήτημα των οριακών ασθενών των border line των ασθενών, που πάσχουν από αμοραλισμό, για να το πούμε με άλλη έκφραση, και κακώς γιατί δεν έχει να κάνει με τους σχιζοφρενείς κ.λπ που στιγματίζονται αδικώς, η μεγαλύτερη βία προέρχεται από εκεί αλλά υπάρχουν και εταίροι μέσα στην παγκόσμια σκακιέρα, οι οποίοι έχουν επινοήσει ρηξικέλευθες ιδέες και τις πραγματοποιούν.

Έννοιες που αφορούν ακριβώς τον τρόπο με τον οποίο συμπεριφέρονται οι border - line άνθρωποι, ο προληπτικός πόλεμος, που είναι μια διαδικασία προβολής, προληπτικής σταθεροποίησης. Νομίζω ότι η ολιγωρία και η ευθύνη των περί την ψυχική υγεία είναι τεράστια, όπως κινείται ο κόσμος σήμερα στο να κάνουν παρεμβάσεις ακριβώς, φεύγοντας από την περιπτώσιολογία, που υπάρχει πάντα στα συνέδρια που διυλίζεται ο κώωπας κατά κάποιο τρόπο, για να γίνει καλύτερη η κατάποση της καμήλου".

Κ. Μπάλλας: "Θα μου επιτρέψετε να σας πω ότι είναι εξαιρε-



τικά δύσκολο σε όλους μας να αποφύγουμε τις ιδεολογικές παρωπίδες και ακολουθούμε μια ιδεολογία".

Παρέμβαση: "Η έννοια του προληπτικού πολέμου είναι πολύ συγκεκριμένη και έχει ένα φορέα πάρα πολύ συγκεκριμένο".

Κ. Μπάλλας: "Ξέρετε ότι δεν είναι το αντικείμενο αυτό απόψε"

Παρέμβαση: "Δυστυχώς δεν είναι ποτέ".

Κ. Μπάλλας: "Σας ευχαριστώ".

Ερώτηση: "Θα μου επιτρέψει ο κ. Βασματζίδης να διαφωνήσω και να του υπενθυμίσω ότι προπολεμικώς "άμαξα στη λεωφόρο Συγγρού παρέσυρε και τραυμάτισε 40 τούτη γέροντα". Εάν η ομιλία αυτή τυπωθεί, έχοντας αρχίσει τη γεροντική ηλικία από το 65<sup>ο</sup> έτος, και οι 80ρηδες του επόμενου αιώνα θα ετοιμάζονται να γραφτούν πρόσκοποι, θα αναρωτηθούν "τι είπε τότε ο άνθρωπος αυτός".

Βασματζίδης: "Σήμερα ο γεροντικός πληθυσμός αυξάνει όλο και περισσότερο και η ιατρική κάνει πολλά άλματα προόδου και φροντίζει τον άνθρωπο. Να είστε σίγουρος ότι και στα 100 του χρόνια θα είναι ο άνθρωπος νέος. Η νεότητα είναι εσωτερική μας υπόθεση".

Ερώτηση: "Ο κ. Χριστοδουλάκης ανέφερε για τον καθοριστικό τρόπο ερμηνείας των πραγμάτων για την ψυχική ισορροπία του ενήλικα. Με στόχο την προαγωγή της ψυχικής υγείας του ενήλικα στην σημερινή κοινωνία, πού θα πρότεινε να δοθεί προτεραιότητα προς την κατεύθυνση ενός νέου τρόπου ερμηνείας των πραγμάτων ή προς την αλλαγή του τρόπου λειτουργίας της κοινωνίας ως προς κάποια αδιέξοδα και πιέσεις που δημιουργεί όταν αναγνωρίζουμε ότι σε κάποια χρόνια θα αυξηθεί η κατάθλιψη, δεν νομίζω ότι είναι μόνο λόγω του τρόπου ερμηνείας των πραγμάτων από τους ανθρώπους αλλά και των κοινωνικών συνθηκών. Πού θα πρότεινε να δοθεί προτεραιότητα σε ένα σχεδιασμό; Ατομικά ένας ψυχίατρος μόνο ως προς τον τρόπο ερμηνείας των πραγμάτων μπορεί να λειτουργήσει και όχι στους κοινωνικούς παράγοντες. Αλλά ως κοινωνία πού θα πρότεινε να δοθεί



προτεραιότητα με κατεύθυνση τη μείωση και την προαγωγή της ψυχικής υγείας των ενηλίκων;"

Θ. Χριστοδουλάκης: "Ο ψυχίατρος δεν επεμβαίνει προσπαθώντας να μεταδώσει το δικό του ερμηνευτικό σύστημα, γιατί θα δημιουργούσε έτσι δικά του "αντίτυπα" πράγμα που δεν είναι το ζητούμενο. Αυτό που ειπώθηκε ανάγεται σε μελέτες που λένε ότι υπάρχουν πρωτόγονες φυλές, που γιορτάζουν το θάνατο και πενθούν τη γέννηση, γεγονότα που θεωρούνται από τις δυτικές κοινωνίες τελείως αντίθετα και ερμηνεύονται τελείως διαφορετικά και μάλιστα βασιζόμενες στη διαπίστωση ότι η γέννηση είναι μια αρχή μιας σειράς προβλημάτων, τα οποία τελειώνουν με το θάνατο.

Υποστηρίζω την ανάπτυξη συστημάτων ερμηνευτικών, τα οποία όμως δεν μπορούν να γίνουν με την καθοδήγηση των ψυχιάτρων αλλά σε μια προσωπική διαδρομή που θα οδηγούσαν σε μια αυξημένη λειτουργικότητα του ατόμου".

Κ. Μπάλλας: "Το σίγουρο είναι βέβαια ότι σήμερα αποσκοπούμε στην πρόληψη και όχι στη θεραπεία. Να μη φθάσει στο σημείο της διαταραχής της νόσησης του προβλήματος".

Ερώτηση: "Πώς θα μπορέσει ο σημερινός ενεργός άνθρωπος με το συνεχώς αυξανόμενο άγχος να βρίσκεται σε μια ισορροπημένη ψυχική κατάσταση;"

Θ. Χριστοδουλάκης: "Η πορεία στη ζωή του υποκειμένου θα πρέπει να είναι μια πορεία συνεχούς αυτοβελτίωσης και αυτό είναι ο κυριότερος σκοπός μέσα στη ζωή. Οι δρόμοι είναι πολλοί. Ο καθένας επιλέγει το δικό του αλλά ο παρανομαστής θα είναι ο ίδιος.

Μια σταθερή συνεχής αποβελτίωση χωρίς τέλος".

Ερώτηση: "Τα παιδιά μας τα εμπιστευόμαστε για 12 ή και περισσότερα χρόνια στην εκπαίδευση. Σε ποιο βαθμό οι εκπαιδευτικοί είναι ενημερωμένοι για τα θέματα αυτά ή τί συμβαίνει εκεί όπου οι νέοι περνάνε τις περισσότερες ώρες της ζωής τους;"

Τζ. Σουμάκη: "Είναι ενημερωμένοι αλλά εμπειρικά, διότι στα χρόνια των σπουδών τους δεν γίνονται σεμινάρια ή μαθήματα για την ψυχική υγεία. Τώρα το Παιδαγωγικό Ινστιτούτο και το



Υπ. Παιδείας οργανώνει ανάλογα σεμινάρια μαζί με τις εταιρείες. Η εκπαίδευση θα έπρεπε να είναι πιο ολιστική στα χρόνια των σπουδών".

Ερώτηση: "Έρχεται τα τελευταία χρόνια μεγάλος αριθμός φοιτητών με βεβαιώσεις δυσλεξίας και ζητούν την προφορική εξέταση. Αυτοί γράφουν όμως τελικά μια χαρά. Πόσο μπορούμε να πιστέψουμε στις βεβαιώσεις αυτές;"

Τζ. Σουμάκη: "Για τα προηγούμενα χρόνια μπορεί να έχετε δίκιο, για ορισμένες περιπτώσεις. Αναφορικά με την τρέχουσα κατάσταση μάλλον θα πρέπει να εμπιστευθείτε τις υπηρεσίες αυτές, γιατί είναι πολύ λίγες και επειδή έχουν φοβηθεί λόγω των εισαγγελικών παρεμβάσεων είναι αρκετά προσεκτικές αφού μάλιστα η εξέταση γίνεται με βάση συγκεκριμένο πρωτόκολλο, που εφαρμόζουν όλες οι υπηρεσίες και όχι, όπως παλαιότερα, που η καθεμιά το δικό της".

Κ. Μπάλλας: "Ευχαριστώ τον Πρόεδρο και το Συμβούλιο του Τεκτονικού Ιδρύματος για την τιμή που μου έγινε και όλους εσάς που ήλθατε και ελπίζω η αποψινή συνάντηση να προσέφερε κάτι".

