

## ΚΕΦΑΛΑΙΟ 9

# Πλαίσια θεώρησης της οικογένειας σαν σύστημα

*Robin Skynner*

### Α. Η ΟΙΚΟΓΕΝΕΙΑ ΩΣ ΟΝΤΟΤΗΤΑ ΠΟΥ ΣΥΝΑΛΛΑΣΣΕΤΑΙ ΣΤΟ ΕΔΩ ΚΑΙ ΣΤΟ ΤΩΡΑ

#### ΕΙΣΑΓΩΓΗ: ΟΜΟΙΟΣΤΑΤΙΚΑ ΣΥΣΤΗΜΑΤΑ

Φανταστείτε έναν πρωτόγονο άνθρωπο, εξοικειωμένο με τη χρήση της φωτιάς και ικανό να χτίσει μια υποτυπώδη καλύβα, να συναντάει ένα σύγχρονο σπίτι, εγκαταλελειμμένο από τους ενοίκους του, το οποίο διαθέτει ένα αποδοτικό σύστημα κεντρικής θέρμανσης. Αφού εξερευνήσει το σπίτι, ο άνθρωπος διαλέγει ένα δωμάτιο για να μείνει αλλά του φαίνεται ότι είναι κάπως κρύο για τα γούστα του. Το δωμάτιο έχει ένα τζάκι και, αναγνωρίζοντας τις στάχτες από προηγούμενες φωτιές, μαζεύει ξυλαράκια, προκαλεί σπινθήρα τρίβοντας δυο κομμάτια ξύλου και ανάβει τη φωτιά.

Καθώς υψώνονται οι φλόγες και ακτινοβολούν θερμότητα, αισθάνεται μια ευχάριστη ζεστασιά. Γρήγορα, όμως, το δωμάτιο ξανακρύνει. Ρίχνει και άλλα ξύλα. Και πάλι η θερμοκρασία ανεβαίνει προσωρινά αλλά μόλις απομακρύνεται από τη φωτιά, διαπιστώνει ότι αισθάνεται κρύο. Τέλος, όταν εξαντλούνται τα ξύλα, σβήνει και η φωτιά. Αφού δυσκολεύτηκε να ζεστάνει το δωμάτιο, ακόμα και με μεγάλη φλόγα, περιμένει ότι η θερμοκρασία θα κατέβει πολύ τώρα που η φωτιά έσβησε. Αλλά, πράγμα ακόμα πιο μυστήριο, η θερμοκρασία δεν αλλάζει σχεδόν καθόλου!

Εμείς ξέρουμε κάτι που εκείνος δεν ξέρει: ο θερμοστάτης που βρίσκεται στο διάδρομο είναι ρυθμισμένος να ανάβει την κεντρική θέρμανση όταν η θερμοκρασία φτάνει τους βαθμούς που δείχνει η βελόνα και να τη σβήνει πάλι όταν η θερμοκρασία ανεβαίνει μερικούς βαθμούς. Η θερμοκρασία του αέρα, τουλάχιστον κοντά στο θερμοστάτη, θα

αυξομειώνεται ανάμεσα σ' αυτά τα όρια, καθώς το μηχανήμα αναβοσβήνει συνεχώς τον καυστήρα.

Αν και οι εξωτερικές πόρτες και τα παράθυρα είναι κλειστά, τα δωμάτια επικοινωνούν μεταξύ τους. Έτσι, όταν ο επισκέπτης άναψε τη φωτιά, ο ζεστός αέρας του δωματίου πέρασε σιγά σιγά στο διάδρομο, ο θερμοστάτης ξεπέρασε το ανώτερό του όριο και έσθησε τον καυστήρα. Τελικά, όσο η φωτιά ζέσταινε το δωμάτιο, τόσο, σαν αντιστάθμισμα, κρύναν τα σώματα του καλοριφέρ, διατηρώντας τη θερμοκρασία λίγο πολύ σταθερή. Η λειτουργία αντιστράφηκε, όταν έσθησε η φωτιά.

Εδώ έχουμε ένα απλό πολυχρησιμοποιημένο παράδειγμα ενός *συστήματος* (στην περίπτωση αυτή συστήματος θέρμανσης) που διατηρεί *ομοιότητα* (διατηρεί τη θερμοκρασία λίγο πολύ σταθερή) με βάση την αρχή της *αρνητικής ανάδρασης* (negative feedback) (ο θερμοστάτης πληροφορεί τον καυστήρα για τα αποτελέσματα της επίδοσής του στην επίτευξη αυτού του έργου, με τρόπο ώστε να *αντιστέκεται* στην αλλαγή. Δηλαδή, σβήνει τον καυστήρα όταν ο αέρας ζεσταίνεται πολύ και τον ανάβει όταν κρύνει, αντί να γίνεται το αντίθετο). Αυτό μπορεί να το κατορθώσει για ολόκληρο το σπίτι, γιατί το σπίτι είναι ένα *ανοιχτό σύστημα* (οι πόρτες είναι ανοιχτές ή μισάνοιχτες και έτσι οι αλλαγές της θερμοκρασίας στο κάθε δωμάτιο μεταδίδονται και στο υπόλοιπο σπίτι μέσα σε ένα χρονικό διάστημα). Αν τα *όρια* που ορίζουν τα μέρη (δωμάτια) του όλου συστήματος (σπιτιού) ήταν πιο άκαμπτα και κλειστά (αν, δηλαδή, οι πόρτες των δωματίων ήταν κλειστές), θα ήταν δυνατό να αλλάξει η θερμοκρασία μεμονωμένων δωματίων, χωρίς να επηρεαστεί ολόκληρο το σπίτι και χωρίς να δημιουργηθεί το φαινόμενο της «αρνητικής ανάδρασης» που περιγράψαμε.

## ΣΥΣΤΗΜΙΚΗ ΘΕΩΡΗΣΗ ΚΑΙ ΘΕΡΑΠΕΙΑ

### A. Από το άτομο στις οικογένειες

Αν και αυτού του είδους η αναλογία έχει ήδη χρησιμοποιηθεί αρκετά συχνά, ξεκινάμε από αυτή γιατί τονίζει την ουσιαστική απλότητα των εννοιών της θεωρίας των συστημάτων, με την προϋπόθεση, φυσικά, ότι κατανοούνται σωστά και δε χρησιμοποιούνται απλώς σαν ένα νέο επαγγελματικό ιδίωμα (jargon) που υποκαθιστά τη σκέψη. Η περίπτωση του θεραπευτή που προσπαθεί να αλλάξει ένα άτομο χωρίς να εξετάζει τις επιπτώσεις που μπορεί να έχει οποιαδήποτε επιτυχία του σε ολόκληρο το σύστημα της οικογένειας μοιάζει πολύ με την περίπτωση του ανθρώπου που ανάβει φωτιά σε ένα δωμάτιο του κεντρικά θερμαινόμενου σπιτιού. Φυσικά, μπορεί να γίνουν αλλαγές αλλά κρατάνε λίγο και

αναστρέφονται μυστηριωδώς από επιδράσεις ορατές μόνο στο άσκημένο μάτι. Ο ασθενής σημειώνει βελτίωση στο νοσοκομείο (όρια υποσυστήματος κλειστά = η πόρτα των δωματίων κλειστή) αλλά υποτροπιάζει μόλις είναι αρκετά καλά ώστε να γυρίσει στο σπίτι ή ίσως, ακόμα, και χειροτερεύει κατά την επίσκεψη ενός γονέα (ανοιχτά όρια = οι πόρτες των δωματίων ανοιχτές). Όχι μόνο είναι δύσκολο να τον αλλάξει κανείς προς το καλύτερο όσο παραμένει συνδεδεμένος με την οικογένειά του, αλλά είναι επίσης δύσκολο να τον κάνει κανείς να «χειροτερέψει» όσο αποτελεί μέρος αυτού του συστήματος. Με άλλα λόγια, διεκδικώντας την προοπτική μας –που μέχρι τώρα ήταν εστιασμένη στο άτομο– για να περιλάβει τα συστήματα της οικογένειας και της κοινότητας, αντιληφθήκαμε μερικές από τις σαφείς αιτίες της τρομερής δυσκολίας που αντιμετωπίζει ο καθένας όταν προσπαθεί να αλλάξει άτομα χωριστά από το σύστημα της οικογένειάς τους ή να αλλάξει οικογένειες ανεξάρτητα από την επίδραση των γειτονικών κοινοτήτων, εφόσον εξακολουθούν να έχουν στενή ψυχική επαφή με αυτές και, επομένως, να επηρεάζονται βαθύτατα από τις ευρύτερες δομές μέσα στις οποίες ζουν.

Η άλλη, όμως, πλευρά του νομίσματος είναι τόσο ενθαρρυντική, όσο η πρώτη είναι αποκαρδιωτική. Αν ο άνθρωπος που προσπαθούσε να ζεστάνει το δωμάτιο με τη φωτιά του είχε καταλάβει τη λειτουργία του συστήματος κεντρικής θέρμανσης, με μια απλή κίνηση των δαχτύλων, που θα του έπαιρνε λιγότερο από ένα δευτερόλεπτο, και χωρίς να καταναλώσει σχεδόν καθόλου ενέργεια, θα άλλαζε τη θερμοκρασία, πράγμα που ακριβώς προσπαθούσε να επιτύχει με τις επίπονες απόπειρές του να ανάψει τη φωτιά, και θα διατηρούσε τη θερμοκρασία σ' αυτό το επίπεδο ώσπου ο ίδιος θα αποφάσιζε να την αλλάξει. Με τον ίδιο τρόπο, όταν αρχίσουμε να κατανοούμε τα συστήματα ανάδρασης που κυβερνούν τη συμπεριφορά των οικογενειών, με τον τρόπο που διατηρούν την ομοιοστασή τους, με τα επαναλαμβανόμενα πρότυπα (patterns) συναλλαγής των μελών τους, θα έχουμε τη δυνατότητα να βρούμε τα καίρια σημεία παρέμβασης (όπως η βελόνα του θερμοστάτη στο σύστημα θέρμανσης), όπου μια ελάχιστη παρέμβαση μπορεί να έχει στη συνολική λειτουργία το μέγιστο αποτέλεσμα που επιδιώκουμε. Επιπλέον, από τη στιγμή που επιτυγχάνεται το αποτέλεσμα, υπάρχουν ενδείξεις ότι θα μπορέσει να διατηρηθεί στα πλαίσια της νέας ισορροπίας χωρίς περισσότερες δικές μας προσπάθειες.

### B. Αλλαγή και θετική ανάδραση

Το παράδειγμα του συστήματος της κεντρικής θέρμανσης δε μας βοηθά να εξηγήσουμε την ιδέα της *θετικής ανάδρασης*, γιατί, αν και αυτό θα

μπορούσε να γίνει αλλάζοντας τον προγραμματισμό του θερμοστάτη έτσι ώστε να ανάβει τον καυστήρα όταν η θερμοκρασία ξεπερνούσε τους βαθμούς που έδειχνε η βελόνα και να τον σβήνει όταν κατέβαινε πιο χαμηλά (δηλαδή, αντίστροφα από τη λειτουργία της αρνητικής ανάδρασης), αυτή η ρύθμιση σύντομα θα έκανε τον αέρα του σπιτιού να φτάνει με μεγάλη ταχύτητα τη μέγιστη ή την ελάχιστη θερμοκρασία και να παραμένει εκεί, πράγμα που δε θα χρησίμευε σε τίποτε. Αλλά, ακόμα και αυτό δείχνει ότι η θετική ανάδραση προκαλεί μάλλον αλλαγή παρά σταθερότητα. Ένα καλύτερο παράδειγμα μπορεί να είναι μία εμπορική επιχείρηση στην οποία ένα μέρος του κέρδους επανατροφοδοτεί την ίδια την επιχείρηση. Έτσι, όσο πιο επιτυχημένη είναι, τόσο μεγαλύτερη είναι και η επένδυση κεφαλαίου και τόσο μεγαλύτερη η παραγωγική δυνατότητα. Με μια αρχική επιτυχία και εφόσον οι εξωτερικές συνθήκες παραμένουν σταθερές, η επιχείρηση, με τον καιρό, θα μεγαλώνει σταθερά. Με παρόμοιο τρόπο, αν η επιχείρηση αρχίσει να έχει αποτυχίες, τοποθετούνται λιγότερα χρήματα σε κεφαλαιακές επενδύσεις, η παραγωγή μειώνεται και η επιχείρηση συρρικνώνεται με επιταχυνόμενο ρυθμό και, τελικά, οδηγείται στη χρεωκοπία. Η αρχή της θετικής ανάδρασης είναι λοιπόν η ρίζα των αλλαγών ενός συστήματος, είτε με τη μορφή ανάπτυξης είτε με τη μορφή παρακμής, ενώ η αρνητική ανάδραση αφορά τη διατήρηση της σταθερότητας του συστήματος.

Τα βιολογικά συστήματα εμπεριέχουν συνήθως ένα συνδυασμό θετικών και αρνητικών κυκλωμάτων ανάδρασης (feedback loops) αυτού του είδους, που μαζί καθορίζουν την «ισορροπία της φύσης» σε κάθε δεδομένη στιγμή. Μόνη της η θετική ανάδραση οδηγεί σε μία έκδηλη αύξηση αυτού στο οποίο εφαρμόζεται το κύκλωμα της θετικής ανάδρασης, όπως, π.χ., τα ουρλιαχτά του πανικόβλητου πλήθους όπου η έκφραση του πανικού μέσω των ουρλιαχτών αυξάνει συνεχώς τον πανικό ή όπως η θλάβη των μηχανισμών ελέγχου (αρνητική ανάδραση) του πυρηνικού αντιδραστήρα στο νησί Three Mile.

### Γ. Κυκλική αιτιότητα (causality)

Θα δούμε ότι, προχωρώντας προς την προσέγγιση των συστημάτων, η αιτιότητα από απλή γραμμική γίνεται κυκλική. Το μοντέλο της γραμμικής αιτιότητας, με το οποίο και μεγαλώσαμε, δεν επαρκεί πλέον να ερμηνευτεί με ακρίβεια ο κόσμος. Τυπικό παράδειγμα είναι η κίνηση που κάνουν οι μπάλες στο τραπέζι του μπιλιάρδου, όπου, εφόσον γνωρίζουμε την ταχύτητα και την κατεύθυνση του αρχικού χτυπήματος, μπορούμε, θεωρητικά, να προβλέψουμε τις κινήσεις που θα κάνουν όλες οι μπάλες, σύμφωνα με τις αρχές της νευτώνιας μηχανικής, και να

εκτιμήσουμε με ακρίβεια τη μεταβίβαση ενέργειας από τη μια μπάλα στην επόμενη, καθώς συγκρούονται μεταξύ τους. Από τη στιγμή που εισάγουμε τις ιδέες της ανάδρασης και της κυκλικής αιτιότητας, οι μεμονωμένες μπάλες του μπιλιάρδου αποκτούν έναν αυτο-κατευθυνόμενο μηχανισμό ή έναν προ-ρυθμισμένο αυτόματο πιλότο, που εξασφαλίζει ότι όλες θα πέσουν στις τρύπες, όποια κι αν ήταν η κίνηση που έδωσε ο παίκτης στην πρώτη μπάλα ή, αντίθετα, ότι όλες πάντα θα αποφεύγουν να πέσουν ή, ακόμα, ότι μερικές φορές θα πέφτουν και μερικές όχι, ανάλογα με την κατάσταση του παιχνιδιού κ.τ.λ. Αν αυτές οι μπάλες του μπιλιάρδου έχουν ήδη αρχίσει να μοιάζουν με ζωντανούς οργανισμούς, αυτό συμβαίνει γιατί τέτοια κυκλώματα ανάδρασης είναι από τα πιο θεμελιώδη χαρακτηριστικά της «ζωής», όπως συνεχώς επισημαίνει ο Bateson (1).

### Δ. Η ανάγκη μιας θεωρίας γενικών συστημάτων

Μέχρι τώρα παρουσιάσαμε ορισμένες έννοιες της θεωρίας των συστημάτων με έναν τρόπο που, από ορισμένες απόψεις, είναι περισσότερο χαρακτηριστικός της προ-συστημικής, αναγωγικής προσέγγισης της επιστήμης. Δηλαδή, δώσαμε παραδείγματα «κομματιών» του κόσμου και, παρόλο που ασχοληθήκαμε με τις σχέσεις που υπάρχουν μέσα στα όριά τους, τα αντιμετωπίσαμε σαν να μπορούσαν να μελετηθούν ξεχωριστά από το υπόλοιπο σύμπαν. Μπορούμε, βέβαια, να το κάνουμε αυτό μέχρι ενός ορισμένου σημείου και κάθε επιστήμη πρέπει να βασίζεται σε τέτοιου είδους «κατά προσέγγιση» αντιμετώπιση, αν πρόκειται να απλουστεύσουμε τα πράγματα αρκετά για να μπορέσουμε έστω και μόνο να τα σκεφτούμε. Όπως το εξέφρασε ο von Bertalanffy (4, σ. 18-19):

Το πρόβλημα του συστήματος είναι ουσιαστικά το πρόβλημα των περιορισμών της αναλυτικής διαδικασίας στην επιστήμη... «Αναλυτική διαδικασία» σημαίνει ότι μια ολότητα που ερευνήθηκε, αναλύθηκε σε μέρη και, επομένως, μπορεί να συγκροτηθεί ή να ανασυγκροτηθεί με συναρμολόγηση των μερών που την αποτελούν και αυτές οι διαδικασίες νοούνται τόσο με την υλιστική όσο και με την αντιληπτική έννοια. Αυτή είναι η βασική αρχή της «κλασικής» επιστήμης, που μπορεί να περιγραφεί με διάφορους τρόπους: δηλαδή, ανάλυση σε αιτιώδη στοιχεία που μπορούν να απομονωθούν αναζητώντας «ατομικές» μονάδες στους διάφορους κλάδους της επιστήμης κ.τ.λ. Η πρόοδος της επιστήμης έδειξε ότι οι αρχές αυτές της κλασικής επιστήμης –που πρωτοδιατυπώθηκαν από τον Γαλιλαίο και τον Καρτέσιο– έχουν ιδιαίτερη επιτυχία σε ένα ευρύ φάσμα φαινομένων.

Η εφαρμογή της αναλυτικής διαδικασίας εξαρτάται από δύο προϋποθέσεις.

Η πρώτη είναι ότι οι συναλλαγές ανάμεσα στα «μέρη» πρέπει να είναι ή ανύπαρκτες ή αρκετά ασθενικές, ώστε να μπορούν να αγνοηθούν για ορισμένους ερευνητικούς σκοπούς... Η δεύτερη προϋπόθεση είναι ότι οι σχέσεις που περιγράφουν τη συμπεριφορά των μερών πρέπει να είναι γραμμικές. Μόνο τότε θεωρείται δεδομένη η προϋπόθεση της αθροιστικότητας, όταν, δηλαδή, η εξίσωση που περιγράφει τη συμπεριφορά του συνόλου έχει την ίδια μορφή με τις εξισώσεις που περιγράφουν τη συμπεριφορά των μερών. Οι επιμέρους διεργασίες μπορούν να επισωρευούνται για να πετύχουν τη συνολική διεργασία κ.τ.λ.

Οι προϋποθέσεις αυτές δεν εκπληρώνονται στις ολότητες που ονομάζονται συστήματα, δηλαδή που αποτελούνται από μέρη τα οποία συναλλάσσονται μεταξύ τους. Το πρωτότυπο της περιγραφής τους είναι ένα σύνολο από σύγχρονες διαφορετικές εξισώσεις... που, στη γενική περίπτωση, δεν είναι γραμμικές.

Αν πάρουμε αυτές τις ιδέες στα σοβαρά, βλέπουμε ότι δεν μπορούμε να σταματήσουμε μεν να ξεετάζουμε κάθε φορά ξεχωριστά κομμάτια αυτού του κόσμου αλλά, αν δεχτούμε ότι οι αρχές αυτές των «συστημάτων» ισχύουν για οποιοδήποτε επίπεδο οργάνωσης, τότε θα πρέπει να ισχύουν και για όλα τα άλλα, καθώς και για το σύνολο. Και πάλι, σύμφωνα με τον von Bertalanffy (4):

Φαίνεται ότι υπάρχουν νόμοι των γενικών συστημάτων οι οποίοι ισχύουν για κάθε σύστημα ενός ορισμένου τύπου, ανεξάρτητα από τις ιδιαιτερότητες του συστήματος και τα στοιχεία που εμπεριέχει.

Οι σκέψεις αυτές οδηγούν στη διατύπωση μιας νέας επιστημονικής θεώρησης που την ονομάζουμε θεωρία γενικών συστημάτων. Αντικείμενό της είναι η διατύπωση αρχών που ισχύουν για τα «συστήματα» γενικώς, όποια και αν είναι η φύση των συνιστώντων στοιχείων και οι σχέσεις ή οι δυνάμεις μεταξύ τους (σ. 37).

Έτσι, όχι μόνο μπορούμε να θεωρήσουμε ότι ο κόσμος αποτελείται από συστήματα αλλά και ότι τα συστήματα, σε οποιοδήποτε επίπεδο, είναι μέρος ακόμα μεγαλύτερων συστημάτων, όπως μερικά χωράφια είναι μέρη ενός αγροκτήματος, ένας αριθμός αγροκτημάτων είναι μέρος μιας περιοχής, η περιοχή είναι μέρος ενός νομού. Για να παραθέσουμε και πάλι τον von Bertalanffy (4):

Οι παραπάνω σκέψεις αφορούν ειδικά μια έννοια ή ένα σύμπλεγμα εννοιών που αναμφισβήτητα αποτελεί θεμέλιο της γενικής θεωρίας των συστημάτων: την έννοια της *ιεραρχικής τάξης*. Στον καιρό μας «βλέπουμε» το σύμπαν ως μια εκπληκτική ιεραρχία, από τα απειροελάχιστα στοιχεία της ύλης στους ατομικούς πυρήνες, στα άτομα, τα μόρια, στις μοριακές ενώσεις, ως και την

πληθώρα των δομών, από το ηλεκτρόνιο ανάμεσα στα μόρια και τα κύτταρα... στα κύτταρα, στους οργανισμούς και, ακόμα πιο πέρα, μέχρι τις υπερ-ατομικές οργανώσεις (σ. 27).

Αν δούμε την ανθρώπινη ζωή από αυτή τη σκοπιά, μπορούμε να θεωρήσουμε οποιοδήποτε επίπεδο οργάνωσης σαν σύστημα. Αν επικεντρώσουμε την προσοχή μας σε έναν άνθρωπο και τον θεωρήσουμε «το σύστημα», τότε το ευρύτερο σύστημα του οποίου είναι μέρος (η οικογένεια) ονομάζεται το «*υπερσύστημα*» («*supra-system*») και τα μέρη του ατόμου ονομάζονται *υποσυστήματα* (*sub-systems*) (π.χ. το νευρικό σύστημα, το κυκλοφοριακό σύστημα, το «*ασυνείδητο*»). Αν όμως εστιάσουμε την προσοχή μας στην *οικογένεια* ως σύστημα, τότε το άτομο είναι το υποσύστημα (ένα από τα μέρη της) και κάποιο ανώτερο επίπεδο κοινωνικής οργάνωσης, όπως η εκτεταμένη οικογένεια ή η κοινότητα, αποτελεί το υπερσύστημα του οποίου η οικογένεια είναι μέρος. Μπορούμε να δούμε την ανθρωπότητα ολόκληρη σαν μια σειρά από ομόκεντρους κύκλους (ή «*κινέζικα κουτιά*»), όπου ο κάθε κύκλος περικλείει μικρότερους και περικλείεται από μεγαλύτερους κύκλους. (Ελπίζουμε ότι οι αναγνώστες που ήδη γνωρίζουν τις ιδέες αυτές θα κάνουν υπομονή μέχρι να τελειώσει η παρουσίασή τους. Η σωστή τους κατανόηση είναι απαραίτητη για να καταλάβουμε τις σύγχρονες εξελίξεις της θεραπείας της οικογένειας. Η παρουσίασή τους είναι δύσκολη, γιατί πρέπει, με κάποιο τρόπο, να βρούμε ένα συνδυασμό που να εκφράζει συγχρόνως την εκπληκτική τους απλότητα και τη βαθιά γενικότητά τους. Αν δώσουμε έμφαση μόνο στη γενικότητα, θα κάνουμε τους αναγνώστες να τρομάζουν μπροστά στην τεράστια κλίμακα στην οποία αναφέρονται οι ιδέες αυτές, δημιουργώντας την εντύπωση μιας βασανιστικής πολυπλοκότητας. Αλλά και η έμφαση μόνο στην απλότητα συχνά έχει τα αντίθετα αποτελέσματα: ο αναγνώστης παραμερίζει τις ιδέες αυτές, γιατί του φαίνονται ιδιαίτερα αυτονόητες ή ασήμαντες, ώστε να χρειάζονται οποιαδήποτε έμφαση.)

## ΤΑ ΣΤΟΙΧΕΙΑ ΤΩΝ ΑΝΘΡΩΠΙΝΩΝ ΣΥΣΤΗΜΑΤΩΝ

### A. Όρια

Στην εικόνα των ομόκεντρων κύκλων, οι ίδιοι οι κύκλοι αντιπροσωπεύουν τα *όρια του συστήματος* (χώρου) που περικλείουν: στα ανθρώπινα συστήματα όριο θα μπορούσε να θεωρηθεί η διαχωριστική γραμμή ανάμεσα σε δύο συστήματα του ίδιου επιπέδου και όλα θα ξεχωρίζουν το σύστημα από το υπερσύστημά του και θα καθορίζουν τα υποσυστήματα

που περιέχει. Παρ' όλα αυτά, είναι πιο εύκολο να καθοριστεί το όριο στο χώρο, όπως η μεμβράνη ενός ζωντανού κυττάρου ή το δέρμα ενός ανθρώπου. Το όριο μιας οικογένειας αφορά περισσότερο τις διακρίσεις ανάμεσα στον ιδιαίτερο βαθμό με τον οποίο τα μέλη της οικογένειας μοιράζονται εμπειρίες και πληροφορίες σε σύγκριση με τους απ έξω, καθώς και με κάποια επικέντρωση κίνησης ή επικοινωνίας μέσα στο χώρο, με έννοια δυναμική μάλλον, παρά στατική. Με τον ίδιο τρόπο, το όριο ενός υποσυστήματος της οικογένειας, όπως π.χ. το γονεϊκό ζευγάρι, αναγνωρίζεται από τον ιδιαίτερο βαθμό σωματικής οικειότητας, από το πόσο είναι εκτεταμένες, ιδιωτικές και βαθιές οι πληροφορίες που ανταλλάσσουν, καθώς και από το βαθμό και τη διάρκεια της αφοσίωσης στη σχέση τους η οποία είναι διαφορετική από τις σχέσεις που έχει ο κάθε σύζυγος με τα άλλα μέλη της οικογένειας. Το «όριο» υποδηλώνει ένα σημείο μετάβασης όπου μπορούν να παρατηρηθούν διαφορές στη δομή, τη λειτουργία, τη συμπεριφορά κ.τ.λ., στη μια ή στην άλλη πλευρά. Αν το κοιτάξουμε από μια άλλη σκοπιά, το όριο καθορίζεται από τους κανόνες που υπαγορεύουν ποιος μπορεί να συμμετέχει σε ορισμένα είδη συναλλαγής και ανταλλαγής πληροφοριών και ποιος δεν μπορεί. Με τεχνικούς όρους, που ισχύουν για όλα τα συστήματα, ο Miller (18) καθορίζει το όριο ως αυτή την περιοχή γύρω από το εξωτερικό μέρος του συστήματος «πάνω από την οποία υπάρχει λιγότερη μεταβίβαση ύλης/ενέργειας και πληροφοριών από όση μέσα στο σύστημα ή μέσα στο περιβάλλον του» (σ. 214).

### **B. Αποφασίζοντα υποσυστήματα**

Το άλλο ζωτικό μέρος του συστήματος είναι το *αποφασίζον υποσύστημα* (decider subsystem):

Το ουσιαδές καθοριστικό υποσύστημα που ελέγχει ολόκληρο το σύστημα, η αιτία που κάνει τα υποσυστήματα και τα συνιστώσα μέρη να «συν-δρούν», χωρίς το οποίο δεν υπάρχει σύστημα (18, σ. 204)... Από (τα συστήματα) μόνο το αποφασίζον είναι ουσιαστικό με την έννοια ότι ένα σύστημα δεν μπορεί να είναι παρασιτικό ή συμβιωτικό, ενώ κάποιο άλλο σύστημα παίρνει τις αποφάσεις για λογαριασμό του. Ένα ζωντανό σύστημα δεν μπορεί να υπάρξει, αν το αποφασίζον υποσύστημα μετατεθεί προς τα επάνω (στο υπερσύστημα), προς τα κάτω (στο υποσύστημα) ή προς τα έξω (σε ένα άλλο σύστημα, δηλαδή παρασιτικό ή συμβιωτικό) (18, σ. 222).

Σε διαφορετικά επίπεδα, το «αποφασίζον» για ένα γονιμοποιημένο ωάριο μπορεί να είναι τα χρωμοσώματα, για ένα ζώο το νευρικό σύστημα, για το νευρικό σύστημα ο εγκέφαλος, για μια κυψέλη μελισσών η

βασίλισσα, για μια οικογένεια οι γονείς ή για μια χώρα η κυβέρνηση. Το έργο του αποφασίζοντος είναι να συντονίζει τις δραστηριότητες όλων των μερών του συστήματος ανάλογα με το τι απαιτούν τα γεγονότα του εξωτερικού περιβάλλοντος. Ο συντονισμός αποσκοπεί στην ευημερία ολόκληρου του συστήματος, εφόσον η τύχη του αποφασίζοντος είναι συνδεδεμένη μαζί του. Το αποφασίζον είναι *υπεύθυνο* για ολόκληρο το σύστημα, με την πρωταρχική έννοια ότι πρέπει να είναι σε θέση να *ανταποκρίνεται* σωστά στις καταστάσεις. Για να το καταφέρει, πρέπει να δέχεται πληροφορίες για τη λειτουργία όλων των μερών του συστήματος και για τα γεγονότα του περιβάλλοντος.

Έτσι, το αποφασίζον εξασφαλίζει τη *συνοχή* του συστήματος και τη συνεχιζόμενη *διαφοροποίησή* του από το περιβάλλον. Η λειτουργία του είναι παρόμοια με του ορίου, πάνω στο οποίο ασκεί έλεγχο διαφόρων βαθμών, αλλά καθένα προστατεύει τη συνοχή του συστήματος με διαφορετικό τρόπο, ο οποίος, όπως θα δούμε, έχει μεγάλη σχέση με τη λειτουργία της οικογένειας και τη θεραπεία της. Στην περίπτωση ενός έθνους, για παράδειγμα, μια πιο χαλαρή δομή, με περισσότερη ελευθερία των υποσυστημάτων, είναι εφικτή εφόσον το όριό του είναι σχετικά αδιαπέραστο. Τέτοια είναι η περίπτωση της παράδοσης των δημοκρατικών θεσμών της Βρετανίας, που οφείλει πολλά στα θαλάσσια όριά της και στην παλιά ναυτική της δύναμη. Ανάλογη είναι και η περίπτωση των Ηνωμένων Πολιτειών που χωρίζονται από ωκεανούς και εφάμιλλη δύναμη από τους δυνητικά επιθετικούς γείτονές τους. Ακόμα πιο παλιές είναι οι δημοκρατικές παραδόσεις της Ισλανδίας, που προστατεύεται ακόμα περισσότερο από τα αφιλόξενα βορινά νερά της. Αλλά μια ισχυρή ενότητα και ταυτότητα μπορεί να διατηρηθεί παρά την απουσία τέτοιων προστατευτικών ορίων μέσω κοινών αξιών ανταλλαγής πληροφοριών και σαφών κανόνων που ρυθμίζουν τη θέση των ατόμων που βρίσκονται εντός και εκτός του συστήματος, όπως στην περίπτωση της Εβραϊκής Διασποράς.

### **Γ. Ιεραρχία**

Εκτός από το ότι επεσήμανε πως ένα σύστημα δεν μπορεί να υπάρξει χωρίς το αποφασίζον υποσύστημά του, ο Miller (18) σημειώνει επίσης ότι: «Αν υπάρχουν πολλαπλά, παράλληλα αποφασίζοντα υποσυστήματα, χωρίς να είναι ιεραρχημένα σε υποτελή και ανώτερα, τότε δεν πρόκειται για ένα σύστημα αλλά για πολλαπλά» (σ. 218). Αυτό έχει προφανώς τεράστια σημασία για μας, όταν εξετάζουμε τον καταμερισμό εξουσίας ανάμεσα στον πατέρα και τη μητέρα μιας οικογένειας. Αν τουλάχιστον δεν υπάρχει μια ιεραρχία με κυρίαρχο είτε τη μητέρα είτε τον

πατέρα, ή κάποιο ικανοποιητικό σύστημα που να εξασφαλίζει συνεργασία των δύο γονέων –ίσως με καταμερισμό αποφάσεων, σαφώς καθορισμένους ξεχωριστούς ρόλους ή εναλλασσόμενη κυριαρχία– τότε δε θα υπάρχει μια οικογένεια αλλά δύο. Στο δεύτερο κεφάλαιο περιγράφεται η σχέση αλληλεπίδρασης μιας οικογένειας σε σύγχρονα πλαίσια, για να φανούν ανάγλυφα μερικά τέτοια ζητήματα.

## B. Η ΟΙΚΟΓΕΝΕΙΑ ΩΣ ΣΥΣΤΗΜΑ ΓΙΑ ΜΙΑ ΟΡΙΣΜΕΝΗ ΧΡΟΝΙΚΗ ΠΕΡΙΟΔΟ

### ΕΙΣΑΓΩΓΗ

Στη συζήτησή μας για τις ιδέες των συστημάτων χρησιμοποιήσαμε μηχανικά/ηλεκτρικά παραδείγματα για να αποσαφηνίσουμε τις βασικές αρχές τους και όταν συζητήσαμε για ζωντανούς οργανισμούς, εστίασαμε την προσοχή μας πιο συχνά σε σύντομες χρονικές περιόδους και όχι σε ολόκληρη τη ζωή ενός ανθρώπου. Αλλά το μοναδικό βέβαιο «γεγονός» της ζωής είναι το γεγονός του θανάτου. Οι ζωντανοί οργανισμοί όχι μόνο υπόκεινται σε μη αναστρέψιμες βλάβες από δυνάμεις του περιβάλλοντός τους (όπου συμπεριλαμβάνονται και άλλοι οργανισμοί) αλλά είναι ουσιαστικά προγραμματισμένοι να αυτοκαταστραφούν έπειτα από μια χρονική περίοδο που μπορεί να ποικίλλει από οργανισμό σε οργανισμό αλλά πάντα έχει περιορισμένα όρια. Ζωή σημαίνει συνέχιση μόνο της ομάδας, όχι του κάθε ξεχωριστού μέλους, και για να εξασφαλιστεί αυτή η συνέχιση πρέπει να δημιουργούνται συνεχώς νέα μέλη που να αντικαθιστούν εκείνα που πεθαίνουν.

### Η ΜΕΤΑΒΙΒΑΣΗ ΤΗΣ ΑΝΘΡΩΠΙΝΗΣ ΔΟΜΗΣ ΚΑΙ ΛΕΙΤΟΥΡΓΙΑΣ

#### A. Η οικογένεια ως μονάδα αναπαραγωγής

Για να έχει κάποιο νόημα έστω και η συνέχιση της ομάδας, κάποιο σχήμα, που αφορά τη δομή και τη λειτουργία των μελών της και ως ατόμων και ως ομάδας, πρέπει να μεταβιβάζεται από υπάρχοντα μέλη σε εκείνα που μόλις έχουν δημιουργηθεί. Μεγάλο μέρος αυτής της διεργασίας γίνεται μέσα στην οικογένεια, η οποία είναι η μικρότερη ενότητα μέσα στην οποία μπορεί να πραγματοποιηθεί αυτή η διεργασία. Άλλωστε, αυτή η διεργασία αποτελεί και το *λόγο ύπαρξης* (*raison d'être*) της οικογένειας. Με τη δυσλειτουργία θα ασχοληθούμε σε άλ-

λα κεφάλαια αλλά εδώ θα δώσουμε έμφαση στην *υγιή*, την «καλύτερη δυνατή» (optimal) λειτουργία, στο ιδανικό περισσότερο παρά στο μέτριο, στο μέσο όρο ή στο στατιστικά «φυσιολογικό».

Η μεταβίβαση του σχήματος γίνεται με πολλούς τρόπους. Η πράξη της σεξουαλικής συνουσίας ανάμεσα στο γονεϊκό ζευγάρι ξεκινάει την ένωση του σπέρματος και του ωαρίου, που έχει ως αποτέλεσμα ένα γενετικό πρόγραμμα διαφορετικό από τον κάθε γονέα αλλά με χαρακτηριστικά και από τους δύο. Αυτό προστατεύεται αρχικά μέσα στο σώμα της μητέρας και, αργότερα, μέσα στην ασφάλεια του ορίου της οικογένειας. Η ύλη και η ενέργεια παρέχονται πρώτα από το αίμα της μητέρας, μετά από το γάλα της, αργότερα προσφέρονται στο καρεκλάκι και, τέλος, στο οικογενειακό τραπέζι. Η αρχική διαμόρφωση αυτού του υλικού από τις χρωμοσωμιακές οδηγίες τροποποιείται αργότερα από τις πληροφορίες που προσλαμβάνονται με τα όργανα των αισθήσεων από το περιβάλλον και ειδικότερα από τα άλλα μέλη της οικογένειας. Στην αρχή υπάρχει μόνο το γεγονός ότι τα πράγματα υπάρχουν, όπως και όπου υπάρχουν· το γεγονός ότι η μητέρα υπάρχει, ότι έχει ένα ορισμένο σχήμα και ότι προσφέρει ικανοποίηση, ενώ άλλες φορές φαίνεται ότι δεν υπάρχει, δεν προσφέρει ικανοποίηση αλλά και πάλι εμφανίζεται και αυτό επαναλαμβάνεται. Όλα αρχίζουν να σχηματίζουν στο εσωτερικό επικοινωνιακό δίκτυο του βρέφους ένα «πρότυπο» ή ένα «χάρτη» του εξωτερικού κόσμου. Ιδιαίτερα κατά τη διάρκεια αυτής της πρώιμης περιόδου (κατά τον πρώτο χρόνο περίπου) θα πρέπει να υπάρχει κάποια σταθερότητα και ομαλότητα στο άμεσο περιβάλλον για να αποφεύγεται ένας τέτοιος βομβαρδισμός νέων εντυπώσεων, έτσι που το παιδί να μην έχει καμία ελπίδα να βάλει τάξη σ' αυτό που του φαίνεται χάος και να αρχίζουν να του «ανάβουν τα λαμπάκια» από την υπερφόρτιση. Η φροντίδα της μητέρας και ως πηγή τροφής και ως καθησυχαστική παρουσία πρέπει επίσης να είναι αρκετά αξιόπιστη, ώστε να διατηρούνται τα *εσωτερικά ερεθίσματα* μέσα σε όρια που μπορούν να ελεγχθούν, αποφεύγοντας τις ακραίες καταστάσεις οργής ή ματαιώσης (frustration), ώστε να μπορέσει το βρέφος να αφομοιώσει σταδιακά τις συγκινησιακές του αντιδράσεις και να τις εξουσιάσει. Στα πρώτα στάδια αυτό προϋποθέτει ότι, όσο γίνονται οι λεπτές αυτές διεργασίες, η μητέρα παρέχει ένα προστατευτικό όριο και εκείνη –με τη σειρά της– έχει ανάγκη να τη φροντίζουν και να την προφυλάσσουν και να διαφυλάσσουν τα όρια της οικογένειας οι άλλοι, ιδιαίτερα ο πατέρας ή ο παππούς και η γιαγιά για όσο διάστημα εκείνη έχει στραμμένη την προσοχή της στο άμεσο αντικείμενο της φροντίδας της.

**B. Η ανακάλυψη των ορίων**

Στην περίοδο αυτή το βρέφος αρχίζει να ανακαλύπτει ότι ο εαυτός του δεν είναι τα πάντα, ότι υπάρχει μια άκρη (όριο) πέρα από την οποία οι επιθυμίες και οι φαντασιώσεις του δεν είναι τόσο αποτελεσματικές όσο μέσα σ' αυτή (έργο που δε διευκολύνεται και από το γεγονός ότι ανακαλύπτει πως δεν έχει και πολύ μεγαλύτερο έλεγχο ακόμα και μέσα από αυτή την άκρη). Δεν είναι τόσο σπουδαίο ότι το βρέφος νομίζει ότι είναι ο κόσμος, ότι θέλει να είναι παντοδύναμο και πανταχού παρόν αλλά δε συντρέπει λόγος να πιστεύει ότι υπάρχει οτιδήποτε άλλο, οποιοσδήποτε άλλος εκτός από τον εαυτό, μέχρι να κάνει αισθητή την παρουσία του ο «μη-εαυτός». Το βρέφος είναι κατ' ανάγκη «τα πάντα», «το καθετί», στην πραγματικότητα ο Θεός, μέχρι να ανακαλύψει ότι δεν είναι έτσι τα πράγματα. Αν οι ανάγκες του μπορούσαν προβλεφθούν και να ικανοποιηθούν με κάθε λεπτομέρεια, ίσως δε θα είχε λόγους να υποπτευτεί ότι είναι, με τον οποιοδήποτε τρόπο, ξεχωριστό από το υπόλοιπο σύμπαν. Η αποτυχία του περιβάλλοντος να συμπεριφερθεί σαν να αποτελούσε μέρος του εαυτού του βρέφους του δείχνει πού βρίσκεται η άκρη ή το όριο, παρέχοντας έτσι τις απαρχές μιας αίσθησης ταυτότητας του εαυτού και διαφοράς από τους άλλους (αν και, όπως είπαμε, αυτή η «αποτυχία» πρέπει να είναι προσεχτικά προσαρμοσμένη σε αυτό που μπορεί να ανεχτεί το βρέφος, για να αντέξει την οδυνηρή ανακάλυψη ότι όχι μόνο δεν είναι ο Θεός, αλλά ότι στην πραγματικότητα είναι σχεδόν τελείως αβοήθητο και εξαρτημένο από μια άλλη ύπαρξη με δική της ζωή). Ο Winnicott (28) έχει αναπτύξει αυτό το θέμα με ιδιαίτερη σαφήνεια.

**Γ. Μαθαίνοντας για τα «εντός» και τα «εκτός» του συστήματος**

Η Klein (12) και οι οπαδοί της τόνισαν με ποιο τρόπο μια πλευρά αυτής της αυξανόμενης διάκρισης μεταξύ εντός και εκτός, εαυτού και άλλου είναι μια αυξανόμενη ικανότητα να βιώνονται οι συναισθηματικές καταστάσεις ως περιεχόμενες μέσα σ' αυτό το όριο, αντί να εισβάλλει η άποψη του εξωτερικού κόσμου και να διαστρεβλώνεται η αντίληψη του βρέφους γι' αυτόν. Και αυτή η διεργασία συνοδεύεται από μια παρόμοια σύνθεση αντιλήψεων, εσωτερικών και εξωτερικών. Η αγάπη και το μίσος και η ικανοποιούσα ή απογοητεύουσα συμπεριφορά του προσώπου που παρέχει τη φροντίδα, και με το οποίο είναι συνδεδεμένα αυτά τα δύο συναισθήματα, συγχωνεύονται αντί να παραμείνουν χωριστά. Η «καλή μητέρα» και η «κακή μητέρα» γίνονται μία μητέρα, που μερικές φορές είναι εκεί και άλλοτε δεν είναι. Η καθαρή αγάπη και το

καθαρό μίσος –και τα δύο συντριπτικά– ενώνονται για να δημιουργήσουν μια ελεγχόμενη αμφιθυμία, αρκετά μεταβλητή, μέσα από την ιστορροπία των θετικών ή των αρνητικών στοιχείων που τη συναποτελούν, ώστε επιτρέπει την αντιμετώπιση της συμπεριφοράς δεσμού και απόρριψης. Τότε το βρέφος είναι σε θέση να λειτουργήσει μέσα σ' αυτό που η Klein αποκαλεί καταθλιπτική θέση (depressive position). Ο κακός όμως χειρισμός αυτής της εξελικτικής διεργασίας, με υπερβολική ματαιώση σε σύγκριση με την ικανοποίηση, δεν επιτρέπει στο βρέφος να προχωρήσει πέρα από την παρανοειδή-σχιζοειδή θέση, με αποτέλεσμα την ανικανότητα σύνθεσης και διάκρισης, που εκδηλώνεται στις σχέσεις μερικού αντικειμένου (ανικανότητα αντίληψης των άλλων ως ξεχωριστών ολοκληρωμένων προσώπων), στη σχάση (splitting) (ανικανότητα συγχώνευσης των θετικών και αρνητικών πλευρών της εξωτερικής πραγματικότητας ή των εσωτερικών αντιδράσεων σ' αυτές) και στην προβολή (απόδοση σε πρόσωπα ή γεγονότα, εκτός του εαυτού, απαράδεκτων πλευρών του, ιδιαίτερα οδυνηρών για να τις συγκρατήσει ο εαυτός μέσα του). Ακόμα και όταν η λειτουργία στην καταθλιπτική θέση έχει επιτευχθεί ως ένα σημείο αλλά δεν έχει σταθεροποιηθεί, ψυχοπαιστικές καταστάσεις, που οδηγούν σε ανυπόφορα οδυνηρή ματαιώση, μπορεί να προκαλέσουν παλινδρόμηση στη λειτουργία της παρανοειδούς-σχιζοειδούς θέσης (όπως μια εισαγωγή σε νοσοκομείο που την έχουν χειριστεί άσχημα).

**Δ. Η ανάγκη επαρκών γονεϊκών ορίων**

Για να ολοκληρωθούν οι διεργασίες που χαρακτηρίζουν τον πρώτο χρόνο ζωής του παιδιού, μια προϋπόθεση –που ίσως δεν τονίζεται πάντα αρκετά– είναι ότι τα γονεϊκά πρόσωπα πρέπει να έχουν σαφή αντίληψη των δικών τους ορίων. Αν το κύριο πρόσωπο που φροντίζει το βρέφος (συνήθως η μητέρα) δεν έχει ξεκαθαρίσει τα δικά της προσωπικά όρια και δε νιώθει ασφαλής σχετικά με αυτά, δε θα μπορέσει να βοηθήσει το μωρό της να βρει το δικό του όριο. Αν σημειωθεί το σύνορο που ορίζει το βόρειο όριο της Αγγλίας, αυτόματα ορίζεται και η νότια άκρη της Σκωτίας. Με παρόμοιο τρόπο, γονείς που έχουν ξεκαθαρίσει τα δικά τους όρια και αισθάνονται ασφαλείς ως προς την ταυτότητά τους αυτόματα δημιουργούν σχέσεις μέσω των οποίων το παιδί μπορεί να ορίσει τον εαυτό του, ακόμα και χωρίς κάποια συνειδητή προσπάθεια για αντιμετώπιση αυτού του προβλήματος. Γονείς που δεν έχουν ξεκαθαρίσει αυτό το θέμα έχουν την τάση να αποδίδουν στο παιδί τους δικά τους συναισθήματα και το αντίστροφο, κάνοντας δυσκολότερο το έργο του παιδιού να ορίσει τον εαυτό του. Επιπλέον, στα

πολύ πρώιμα στάδια της ανατροφής του μωρού, οπότε ένας βαθμός μείξης (fusion) μητέρας και παιδιού είναι σκόπιμος, η μητέρα αφήνει τα όριά της διαπερατά και ταυτίζεται συναισθηματικά με τις εμπειρίες του βρέφους [το στάδιο που ο Winnicott (28) ονόμασε «πρωταρχική μητρική ενασχόληση» (primary maternal preoccupation)]. Αλλά και τα στάδια αυτά μπορεί να περάσουν με μεγάλη δυσκολία, αν η εύθραυστη αίσθηση ταυτότητας της μητέρας την κάνει να φοβάται να εμπλακεί σε αυτού του είδους τη σχέση, που την κάνει τόσο τρωτή. Παρ' όλα αυτά, αν όλα πάνε καλά, μητέρα και παιδί θα μπορέσουν, αρχικά, να μπου σ' αυτό το συμβιωτικό στάδιο, ενώ ο πατέρας, και ίσως άλλοι συγγενείς τους προστατεύουν.

Καθώς το παιδί μεγαλώνει, η μητέρα είναι σε θέση να προσδιορίσει και πάλι τα όριά της «απογοητεύοντας» αρκετά τις προσδοκίες του παιδιού, ώστε να του δώσει τη δυνατότητα να προσδιορίσει σταδιακά τον εαυτό του. Σ' αυτό συνήθως τη βοηθάει ο πατέρας, που όχι μόνο προστατεύει σ' αυτό το στάδιο το όριο της οικογένειας αλλά κρατάει και την «πετονιά της ζωής», επιτρέποντας στη μητέρα να περάσει με ασφάλεια σ' αυτό το βαθμό παλινδρομικής συναλλαγής με το βρέφος, και «τραβώντας την επάνω» σταδιακά προς την πρωταρχική της δέσμευση που είναι μάλλον η συζυγική σχέση παρά το παιδί. Ίσως αυτή η κρίσιμη λειτουργία του πατέρα, το ότι βοηθάει τη μητέρα και το παιδί να αποδεσμευτούν σταδιακά, διευκολύνοντας έτσι τον αυτοπροσδιορισμό και την ανεξαρτησία, κάνει την παρουσία και την ενεργό συμμετοχή του πατέρα τόσο σημαντική στο επόμενο στάδιο, το οποίο καλύπτει περίπου το δεύτερο και τρίτο χρόνο της ζωής. Είναι αναγκαίο όχι μόνο να αποκαταστήσει τους στενούς συναισθηματικούς και σεξουαλικούς δεσμούς με τη μητέρα, καθώς το παιδί τη χρειάζεται λιγότερο, αλλά, δημιουργώντας μια στενή σχέση εμπιστοσύνης με το παιδί, και με βάση το γεγονός ότι από ορισμένες απόψεις είναι αναπόφευκτα ένα διαφορετικό πρόσωπο, προσφέρει μια άλλη διάσταση μέσω της οποίας το παιδί μπορεί να ανακαλύψει ποιος είναι, όπως το καράβι που χρειάζεται δύο διαφορετικές συντεταγμένες για να καθορίσει το στίγμα του. Ενώ ο πρώτος χρόνος της ζωής του βρέφους αφορά περισσότερο την πρόσληψη ύλης/ενέργειας και πληροφοριών, με τη δημιουργία μίας βάσης, στη δεύτερη περίοδο το παιδί ξανοίγεται και εξερευνά το περιβάλλον. Όσο ωριμάζει το νευρικό σύστημα, τόσο αυξάνει ο έλεγχος των κινήσεων, η ελευθερία δράσης και η δυνατότητα ενεργητικής επίδρασης στο περιβάλλον. Το παιδί αρχίζει να περπατάει, να μιλάει και να ελέγχει τους σφιγκτήρες του και με τις νέες αυτές δυνάμεις έρχεται η δυνατότητα αντίστασης προς τους γονείς ή συνεργασίας μαζί τους.

### **Ε. Γονεϊκή φροντίδα και κοινωνική πληροφόρηση**

Στη φάση αυτή, επομένως, μπαίνουν τα θεμέλια του αυτο-έλεγχου και της πρωτοβουλίας, επιτυγχάνεται κάποιος συμβιβασμός ανάμεσα στις απαιτήσεις για κοινωνική συμμόρφωση και στην ικανοποίηση προσωπικών αναγκών και η ανάπτυξη μιας αίσθησης ταυτότητας, ιδιαιτερότητας και υπόστασης ξεχωριστής από τους άλλους.

Για να μπορέσει το παιδί να τα καταφέρει όλα αυτά, θα πρέπει οι γονείς και τα άλλα ενήλικα πρόσωπα να πετύχουν έναν ικανοποιητικό συμβιβασμό: αφενός να παρέχουν ελευθερία και χώρο ώστε να μπορεί το παιδί να χρησιμοποιεί τις νέες αυτές δυνάμεις για να δοκιμάσει την αναπτυσσόμενη θέληση και πρωτοβουλία του και να εξερευνήσει τον κόσμο, ενώ αφετέρου να παρέχουν αρκετή σταθερότητα, περιορισμούς, έλεγχο και απαιτήσεις για εκπλήρωση κοινωνικών υποχρεώσεων, ώστε να μπορέσει το παιδί να νιώσει ασφαλές στις εξερευνήσεις του και να εσωτερικεύσει τις κοινωνικές εκείνες αξίες που του είναι απαραίτητες για να δημιουργήσει ικανοποιητικές σχέσεις με τους άλλους. Η κυριαρχία, σ' αυτή την περίοδο, του θέματος της εκπαίδευσης δοχείου (toilet training) οδήγησε τον Freud να την ονομάσει πρωκτικό στάδιο, αν και φαίνεται πιθανό ότι η σπουδαιότητα αυτού του ζητήματος έγκειται στο γεγονός ότι αποτελεί το πρώτο πεδίο μάχης όπου γίνονται οι συγκρούσεις ανάμεσα στις επιθυμίες του ατόμου και τις απαιτήσεις της κοινωνίας.

Στο δεύτερο στάδιο μπορεί να δημιουργηθούν προβλήματα, αν οι γονείς είναι αβέβαιοι ως προς τη δική τους ταυτότητα ή έχουν άλυτες συγκρούσεις σε σχέση με την παραδοχή της εξουσίας ή τις κοινωνικές απαιτήσεις, ή αν ο πατέρας είναι απών ή ανίσχυρος ή, ακόμη, αν οι γονείς δεν μπορούν να συνεργαστούν για την πειθαρχία και την επιβολή των περιορισμών.

### **Στ. Γονεϊκή φροντίδα και σεξουαλικότητα στην παιδική ηλικία**

Ένα τρίτο στάδιο, που κορυφώνεται στην ηλικία των τεσσάρων πέντε χρόνων, χαρακτηρίζεται από τους παιδικούς προάγγελους των ενήλικων σεξουαλικών αισθημάτων, με ενδιαφέρον του παιδιού για τα γεννητικά όργανα –τα δικά του και των άλλων– και για την προέλευση των μωρών. Εμφανίζεται κάτι σαν ερωτική σχέση με το γονέα του άλλου φύλου, μαζί με ζήλια για το γονέα του ίδιου φύλου.

Αν οι γονείς αισθάνονται άνετα με τη δική τους σεξουαλικότητα, αν οι ίδιοι έχουν ικανοποιητικές σεξουαλικές σχέσεις και αν αντιμετωπίζουν αυτές τις εκδηλώσεις με σεβασμό και φυσικότητα, τότε έχουν τε-



θεί τα θεμέλια της εμπιστοσύνης του παιδιού για τη δική του σεξουαλικότητα αργότερα στη ζωή. Ο γιος ανακαλύπτει ότι η μητέρα βρίσκει τη σεξουαλικότητά του ευχάριστη αλλά ότι ανήκει στον πατέρα και δεν είναι διαθέσιμη. Το ίδιο ανακαλύπτει και η κόρη για τον πατέρα της. Το παιδί παίρνει το μήνυμα ότι η σεξουαλικότητά του είναι καλή αλλά ότι δεν μπορεί να παντρευτεί τους γονείς του και ότι πρέπει πρώτα να ενηλικιωθεί και να βρει ένα δικό του σύντροφο. Έτσι, στήνεται το σκηνικό της εισόδου στον ευρύτερο κόσμο, για να μάθει, να κοινωνικοποιηθεί και να ενταχθεί στην ομάδα των συνομηλίκων, από όπου θα επιλέξει τον ενδεχόμενο σύντροφο.

Χρειάζεται μια ισορροπία της γονεϊκής αντιμετώπισης των σεξουαλικών πρωτοβουλιών του παιδιού, ισορροπία ανάμεσα στην υπερβολική και στην υποτονική αντίδραση προς αυτές. Ο συνδυασμός της παιδικής σεξουαλικότητας, της οιδιπόδειας σύγκρουσης και του ταμπού της αιμομιξίας παρέχει στο παιδί ένα ισχυρότατο κίνητρο για να διαφοροποιηθεί από την οικογένεια (εφόσον εκεί δεν πρόκειται να βρει σεξ) και να μάθει να αντιμετωπίζει το ευρύτερο κοινωνικό περιβάλλον (στο οποίο τελικά θα βρει και το σεξ). Η σεμνοτυφία των γονέων ή η απόλυτη άρνηση εκ μέρους τους κάθε ερωτικής ανταπόκρισης προς τις πρωτοβουλίες του παιδιού αποκλείουν οποιοδήποτε δέλεαρ. Στο άλλο άκρο, η αιμομιξία ικανοποιεί την άμεση επιθυμία. Και στις δύο, όμως, περιπτώσεις η ζωτική κινητοποίηση για διαφοροποίηση και ανάπτυξη αποκλείεται.

Όπως και σε άλλες περιόδους, ορισμένες εξελικτικές διαδικασίες πρέπει να αντιμετωπιστούν συγχρόνως και η επίτευξη της μιας αυτόματα βοηθάει και τις άλλες. Στην τρίτη αυτή περίοδο το παιδί όχι μόνο πρέπει να δεχτεί ότι οι γονείς του είναι πιο δυνατοί, αλλά και ότι έχουν μια ιδιαίτερη σχέση μεταξύ τους, στην οποία υπάρχει κάποια ευχάριστη και, μάλιστα, βαθιά διεγερτική δραστηριότητα από την οποία εκείνο είναι αποκλεισμένο. Το παιδί πρέπει να μπορέσει να αντιμετωπίσει τη ζήλια και τον αποκλεισμό από τη σχέση. Όχι μόνο η παντοδυναμία του υφίσταται μια ακόμη αναγκαία μείωση αλλά, αν αυτό το στάδιο ξεπεραστεί με επιτυχία, τότε μπαίνουν τα γερά θεμέλια της ικανότητας να συμμερίζεται και, επομένως, μπορεί να γίνει μέλος μιας ομάδας.

Τώρα το παιδί είναι καλά προετοιμασμένο να ενταχθεί στην ομάδα των συνομηλίκων (μια ικανότητα που μπορεί να έχει ήδη αναπτύξει από προηγούμενες εμπειρίες έχοντας αντιμετωπίσει αδέρφια) και πηγαίνει στο σχολείο. Το ενδιαφέρον και η ενεργητικότητα μετακινούνται όλο και περισσότερο από τις πρώιμες βιολογικές διεργασίες προς τη μάθηση και την κοινωνικοποίηση.

Η προηγούμενη, πιο ανοιχτή, έκφραση της σεξουαλικότητας φαίνε-

ται να περνάει σε λανθάνουσα κατάσταση αλλά το ενδιαφέρον παραμένει αρκετά ζωηρό, έστω και αν περιορίζεται σε συζητήσεις ή στην ικανοποίηση της περιέργειας με συνομηλίκους. Τα αγόρια και τα κορίτσια χωρίζονται σε ξεχωριστές ομάδες και, μάλιστα, γίνονται ανταγωνιστικά. Οι δάσκαλοι και άλλοι ενήλικοι παρέχουν νέα πρότυπα, πρόσθετα στίγματα με βάση τα οποία τα παιδιά μπορούν να βρουν τις δικές τους συντεταγμένες, για να καθορίσουν τις δικές τους θέσεις και κατευθύνσεις που τα ίδια προτιμούν. Οι γονείς γίνονται λιγότερο σημαντικόι αλλά εξακολουθούν να παρέχουν ασφαλή βάση και καταφύγιο.

Εκ μέρους των γονέων, αυτό που ίσως χρειάζεται περισσότερο είναι να επιτρέψουν στα παιδιά τους να αποδεσμευτούν. Μητέρες που οι ίδιες βρίσκουν δύσκολο το χωρισμό και τη διαφοροποίηση και που είχαν νιώσει μια υποκατάστατη ικανοποίηση κατά την προηγούμενη περίοδο, κάνουν δύσκολο το χωρισμό για το παιδί. Αλλά, σε φυσιολογικές συνθήκες, ο χωρισμός διευκολύνεται από το γεγονός ότι η μητέρα με ευχαρίστηση απελευθερώνεται από τις φροντίδες των πέντε πρώτων χρόνων και μπορεί να επιστρέψει στα ξεχωριστά της ενδιαφέροντα και τις δραστηριότητές της. Σχεδόν όλες οι μελέτες σχετικά με την ικανοποίηση από το γάμο έχουν δείξει ότι η συζυγική ικανοποίηση φτάνει στο χαμηλότερο σημείο της κατά την περίοδο μεταξύ της γέννησης των παιδιών και της εποχής που πηγαίνουν στο σχολείο και μετά, γενικά, αυξάνεται πάλι, ακριβώς όπως μειωνόταν προηγουμένως.

### **Z. Γονεϊκή φροντίδα και σεξουαλικότητα στην εφηβεία**

Καθώς πλησιάζει η ήβη, επιστρέφει το ενδιαφέρον για τα σεξουαλικά θέματα, τα οποία κυριαρχούν στην αρχή της εφηβείας με τις διάφορες ορμονικές αλλαγές. Το παιδί πιέζεται βιολογικά και κοινωνικά να αποδεχτεί και να ικανοποιήσει τις σεξουαλικές ανάγκες που γεννιούνται μέσα του και να απομακρυνθεί από την πρωταρχική προσκόλληση στους γονείς και την οικογένεια δημιουργώντας, παράλληλα, δεσμούς με την ομάδα των συνομηλίκων. Συγχρόνως, οι προσπάθειες για ανεξαρτησία εναλλάσσονται με μια αναβίωση παιδιάστικης εξάρτησης, ενώ οι απαιτήσεις για σεξουαλική ελευθερία αντισταθμίζονται με ανάλογους φόβους και επιθυμία να τεθούν από τους γονείς τα όρια μέσα στα οποία το παιδί θα μπορεί με ασφάλεια να επιχειρήσει τους πειραματισμούς του. Αν όλα εξελίσσονται καλά, οι ευθύνες της ενήλικης σεξουαλικότητας προσεγγίζονται σταδιακά: ο έφηβος πρώτα ασχολείται με το αντίθετο φύλο μέσα από την ασφάλεια της ομάδας των ομοφύλων, μετά ζευγαρώνει αλλά μέσα στο πλήθος. Έπειτα, ίσως, σε μικρές ομάδες ή τετράδες και τέλος σε ζευγάρια.

Το έργο των γονέων είναι ιδιαίτερα δύσκολο σ' αυτό το στάδιο, γιατί ό,τι και να κάνουν είναι εξ ορισμού «λάθος». Θα θεωρηθούν πολύ περιοριστικοί τη μια στιγμή και, ύστερα από λίγο, αδιάφοροι. Ανυπόφορα συντηρητικοί όταν θέτουν όρια, αμελείς και αδιάφοροι όταν δεν το κάνουν.

Γονείς που δεν αισθάνονται άνετα με τη δική τους σεξουαλικότητα ή που οι σεξουαλικές τους σχέσεις δεν είναι ικανοποιητικές βρίσκουν το έργο αυτό πιο δύσκολο. Μπορεί, από άγχος, να γίνουν υπερβολικά περιοριστικοί, προκαλώντας μια όχι αναγκαία εξέγερση, ή να αποφύγουν τον καθορισμό των κατάλληλων, για την ηλικία του παιδιού, περιορισμών, εξαιτίας της δικής τους ανάγκης να αρνηθούν το πρόβλημα. Αυτές οι δυσκολίες θα είναι ακόμα μεγαλύτερες, αν η σεξουαλική σχέση μεταξύ των γονέων δεν είναι ικανοποιητική και σταθερή. Οι αναστολές τους, που ίσως να μην είναι ανυπέρβλητες όσο το σεξ παραμένει ένα περιθωριακό θέμα, μεγεθύνονται ανυπόφορα όταν έρθουν αντιμέτωποι με την ωμή αμεσότητα που μπορεί να χαρακτηρίζει την εφηβική σεξουαλικότητα.

Αυτό που απαιτείται από τους γονείς σ' αυτό το στάδιο είναι να έχουν οι ίδιοι ολοκληρώσει τα δικά τους εξελικτικά στάδια σε ικανοποιητικό βαθμό. Πρέπει να αισθάνονται αρκετά άνετα με τη δική τους σεξουαλικότητα, για να μπορέσει το έφηβο παιδί τους να νιώσει κι αυτό άνετα. Η σεξουαλική σχέση των γονέων πρέπει να προσφέρει ικανοποίηση και ευχαρίστηση, έτσι ώστε να μην απειληθεί από την έντονη σεξουαλικότητα που αναπτύσσει κάποιο άλλο μέλος της οικογένειας. Αντίθετα, μπορούν να αποτελέσουν ένα θετικό πρότυπο για τον έφηβο, δείχνοντας ότι το σεξ μπορεί να φτάσει στη μεγαλύτερη ολοκλήρωσή του μέσα σε μια σχέση αγάπης και υπευθυνότητας. Οι γονείς πρέπει να είναι αρκετά ολοκληρωμένοι οι ίδιοι και ικανοποιημένοι ο ένας από τον άλλο, για να μπορέσουν να συλλογιστούν την αναχώρηση του παιδιού από το σπίτι χωρίς να απειλούνται από πόνο και μοναξιά, αλλά να αντιμετωπίζουν με ευχαρίστηση την προοπτική της απελευθέρωσής τους από τις φροντίδες της ανατροφής του παιδιού.

### **Η. Η ενήλικη ζωή και η νέα οικογένεια**

Καθώς το νέο άτομο πλησιάζει την «ταχύτητα εξόδου» από το συναισθηματικό «πεδίο βαρύτητας» της οικογένειας, είναι όλο και πιο σημαντικό να γίνει αποδεκτό στην ευρύτερη κοινωνία και να βρει μια υπεύθυνη θέση μέσα σ' αυτή. Το άτομο μαθαίνει να δουλεύει, να συντηρεί τον εαυτό του, εξερευνά σε μεγαλύτερη έκταση το κοινωνικό και φυσικό περιβάλλον και αφού δοκιμάσει «λίγο απ' όλα», για να αποκτήσει

περισσότερες εμπειρίες στις στενές και σεξουαλικές σχέσεις, έλκεται όλο και περισσότερο σε μια μονιμότερη σχέση που καταλήγει στο γάμο. Όλες αυτές οι αλλαγές προϋποθέτουν μια αυξανόμενη ικανότητα να βλέπει κανείς τον εαυτό του ως μέλος μιας ομάδας, να βλέπει τους άλλους σαν τον εαυτό του, και να δεχτεί κάποια πειθαρχία και αυτοθυσία που θα επιτρέψει την εκτέλεση ενός κοινού έργου, είτε αυτό είναι η παραγωγή αγαθών στη δουλειά είτε η συνεργασία για τη δημιουργία ενός σπιτικού.

Οι γονείς, στο μεταξύ, αν είναι υγιείς, θα χαίρονται την ξαναποκτημένη ελευθερία τους. Αν δεν είναι, θα βιώνουν τη μοναξιά και το κενό, θα συμπεριφέρονται σαν τους τύπους των πεθερικών που «χάνουν τη μύτη τους παντού», όπως διακαωμωδούνται στις επιθεωρήσεις, και θα περιμένουν με αγωνία και ανυπομονησία τη γέννηση των εγγονιών τους.

Η άφιξη της νέας γενιάς, με το πρώτο παιδί του ζευγαριού, φέρνει βαθιές αλλαγές και νέες ψυχολογικές πιέσεις. Η σύζυγος, που πιθανότατα θα εργάζεται, είναι αναγκασμένη να εγκαταλείψει τη δουλειά της, τουλάχιστον προσωρινά, και να αλλάξει τελείως τον τρόπο της ζωής της. Μέσα σε μία νύχτα χάνει την προηγούμενη ελευθερία της, που ίσως να ήταν μεγαλύτερη από όση είχε σε οποιαδήποτε άλλη περίοδο της ζωής της, και πρέπει να αφιερώσει σχεδόν όλη τη φροντίδα της στην υπηρεσία ενός ατόμου που, νύχτα και μέρα, απαιτεί διαρκώς την προσοχή της. Ο σύζυγος τουλάχιστον πρέπει να συνεχίσει να εργάζεται, για να υποστηρίξει τη γυναίκα του σ' αυτό το έργο, ενώ το μεγαλύτερο μέρος της προσοχής και της φροντίδας, που προηγουμένως η γυναίκα του αφιέρωνε σ' αυτόν, τώρα μεταφέρεται ξαφνικά στο μωρό. Αν συμμετέχει περισσότερο στις δραστηριότητες της φροντίδας του μωρού, όπως συχνά συμβαίνει στις μέρες μας, η αλλαγή για κείνον είναι ακόμα μεγαλύτερη. Ακόμα και η σεξουαλική σχέση διακόπτεται για ένα διάστημα και μπορεί να διαταραχτεί για μήνες ή και χρόνια από την κούραση και τους περισπασμούς. Για όλους αυτούς τους λόγους, ο γάμος υφίσταται ιδιαίτερη πίεση και η συζυγική ικανοποίηση φτάνει στο χαμηλότερο σημείο της για τα επόμενα λίγα χρόνια.

Στο στάδιο αυτό, και ιδιαίτερα γύρω στην εποχή του τοκετού, η ήρεμη και υποστηρικτική παρουσία των αρχικών γονέων (που τώρα γίνονται γιαγιά και παππούς) προσφέρει σημαντική υπηρεσία. Τα έχουν «περάσει» όλα αυτά και μπορούν να καθησυχάσουν το ζευγάρι με το να τα θεωρούν πολύ φυσικά. Με τη στοργή και την υποστήριξή τους μπορούν να βοηθήσουν στην αναπλήρωση της προηγούμενης αλληλο-υποστήριξης του ζευγαριού, η οποία τώρα πρέπει να αφιερωθεί, και από τους δυο, στη φροντίδα του παιδιού. Άλλοι συγγενείς μπορεί να παί-

ξουν υποστηρικτικούς ρόλους και είναι πολύ πιθανό ότι οι πολυαριθμότερες οικογένειες των προηγούμενων εποχών βοηθούσαν πιο αποτελεσματικά τους νεαρούς γονείς σ' αυτό το στάδιο, από όσο είναι συνήθως εφικτό στην εποχή μας.

### **Θ. Η ολοκλήρωση του κύκλου της ζωής**

Στην περιγραφή μας, ένας κύκλος έχει πια ολοκληρωθεί. Οι αρχικοί γονείς, τώρα γιαγιά και παππούς, θα εξακολουθήσουν να έχουν σημαντική θέση στη ζωή των παιδιών και των εγγονιών τους λειτουργώντας σαν πηγή υποστήριξης σε εποχές πιέσεων και κρίσεων, μεσολαβώντας, κατά καιρούς, ανάμεσα στους γονείς και τα παιδιά και παρέχοντας εναλλακτικά πρότυπα. Μας απομένει να μιλήσουμε για τα μεταγενέστερα στάδια του κύκλου της ζωής, όταν τα παιδιά έχουν πια «εγκαταλείψει τη φωλιά».

Η αρχή αυτού του μεταγενέστερου σταδίου, συνήθως, συμπίπτει με την περίοδο που συχνά αποκαλείται το «άνθος της ηλικίας». Οι δυνάμεις και τα επιτεύγματα του άντρα βρίσκονται, συνήθως, στο αποκορύφωμά τους. Η γυναίκα, επίσης, θα εξακολουθήσει να είναι δυναμική και δραστήρια. Αν έχει διατηρήσει και αναπτύξει την προσωπική της ζωή, ταυτότητα και ενδιαφέροντα, πέρα από τη φροντίδα της ανατροφής του παιδιού, μπορεί τώρα να απολαύσει μια περίοδο πρωτόγνωρης ελευθερίας και επιτυχίας. Και οι δύο γονείς εξακολουθούν, κάτω από φυσιολογικές συνθήκες, να είναι σεξουαλικά δραστήριοι και, αν η σχέση τους έχει διατηρηθεί, μπορεί να ανακαλύψουν ότι οι σεξουαλικές τους σχέσεις είναι, σ' αυτό το στάδιο, τόσο απολαυστικές όσο ποτέ άλλοτε.

Καθώς προχωρούν προς τα εξήντα, η σωματική δύναμη και ενεργητικότητα μειώνονται και οι ιδιαίτερα δραστήριες απασχολήσεις αρχίζουν να αποφεύγονται. Αν τα επιτεύγματα της προηγούμενης ζωής τους τους πρόσφεραν αρκετές ικανοποιήσεις, η επιτυχία και η αναγνώριση θα έχουν όλο και λιγότερη σημασία. Τα ενδιαφέροντα και οι απολαύσεις στρέφονται όλο και περισσότερο προς τα μέσα και η ικανοποίηση αυτών των τελευταίων χρόνων θα εξαρτηθεί από το βαθμό που η εσωτερική ζωή έχει διατηρηθεί και οικοδομηθεί κατά τα προηγούμενα χρόνια. Οι απλές δραστηριότητες και απολαύσεις αποκτούν όλο και περισσότερη αξία και η ζωή γίνεται πιο εύκολη, καθώς παραμερίζονται οι περιττές περιπλοκές και οι χωρίς νόημα φιλοδοξίες. Αν η αλλαγή αυτή είναι δυνατή και γίνει με ικανοποιητική επιτυχία, τότε η αποχώρηση από την «ενεργό υπηρεσία» είναι κάτι που μπορεί να περιμένει κανείς

με ευχαρίστηση, καθώς φέρνει μια νέα και διαφορετική περίοδο απολαύσεων.

Ο θάνατος του συντρόφου αποτελεί μέρος του τελευταίου αυτού σταδίου και, τελικά, ακολουθεί ο θάνατος εκείνου που είχε απομείνει. Αν υπήρχε επιτυχία και ικανοποίηση στα προηγούμενα στάδια της ζωής, η εμπειρία του θανάτου θα βιωθεί ως μέρος της ζωής και θα είναι αποδεκτή, όπως όλες οι υπόλοιπες εμπειρίες.

Κατά τη διάρκεια αυτής της τελευταίας περιόδου, οι ρόλοι της φροντίδας αντιστρέφονται, οι γονείς αναλαμβάνουν τη φροντίδα και τη διαχείριση της ζωής του παππού και της γιαγιάς –καθώς οι δυνάμεις τους τους εγκαταλείπουν– ακόμα και τα εγγόνια τους περιποιούνται με ευχαρίστηση. Όταν πια ο παππούς και η γιαγιά πεθαίνουν, οι γονείς είναι ήδη προετοιμασμένοι για τις νέες ευθύνες που αναλαμβάνουν, καθώς μπαίνουν και οι ίδιοι στην τρίτη ηλικία.

Εδώ περιγράψαμε μια επιτυχημένη αντιμετώπιση του τελευταίου αυτού μέρους του κύκλου. Οι άνθρωποι που τα καταφέρνουν, συνήθως, είναι εκείνοι που έχουν αντιμετωπίσει με τον ίδιο ικανοποιητικό τρόπο και τις προηγούμενες φάσεις της ζωής τους, έτσι ώστε να έχουν δημιουργήσει αρκετά αποθέματα μέσα τους και, επομένως, να είναι σε θέση να προσφέρουν με μεγαλύτερη προθυμία ενώ, συγχρόνως, είναι λιγότερο απαιτητικοί. Για εκείνους που υπήρξαν αποστερημένοι και δυστυχείς περιμένοντας από τον άλλο ή από τα παιδιά τους να καλύψουν τις δικές τους ελλείψεις, τα τελευταία χρόνια της ζωής τους επιτείνουν αισθήματα μοναξιάς και δυστυχίας: έτσι, αντί να αποτελέσουν πηγή υποστήριξης για τα παιδιά τους και τα εγγόνια τους, θα γίνονται όλο και περισσότερο απαιτητικοί και φορτικοί.

### **Ι. Παράγοντες επιτυχίας στην οικογένεια**

Για να προχωρήσει η διεργασία με τον καλύτερο δυνατό και ικανοποιητικό τρόπο, θα πρέπει, σε ολόκληρη τη διάρκεια της ζωής, να υπάρχει μια σταθερή μείωση του εγωκεντρισμού και του ναρκισσισμού των πρώιμων βρεφικών σταδίων, που θα αντισταθμίζεται από προοδευτική αύξηση πραγματικών δεξιοτήτων, ενδιαφερόντων και εσωτερικού πλούτου. Το νόημα και ο σκοπός της ζωής θα πρέπει να τοποθετείται προοδευτικά σε κάτι πέρα από το προσωπικό επίπεδο του εφήμερου εαυτού, ακόμα και πέρα από οποιοδήποτε συγκεκριμένο πρόσωπο και, τελικά, πέρα και από την ίδια την οικογένεια. Για να συμβεί αυτό, δε χρειάζεται μόνο να διευρυνθεί το ενδιαφέρον από τον εαυτό στην οικογένεια και από την οικογένεια στην ευρύτερη κοινότητα αλλά, όπως θα δούμε και από την Έρευνα Timberlawn, είναι απαραίτητη μια αίσθηση

ενός υπερβατικού συστήματος αξιών για να μπορέσει το άτομο να επιζήσει ακόμα και μετά το θάνατο αγαπημένων προσώπων, χωρίς να καταστραφεί το νόημα της ζωής.

Ίσως πρέπει και πάλι να τονιστεί σαφώς ότι το κεφάλαιο αυτό ασχολείται αποκλειστικά με την υγεία, με την έννοια της καλύτερης δυνατής (optimal) λειτουργίας, σε αντίθεση με τη δυσλειτουργία διαφόρων βαθμών, η οποία καλύπτεται επαρκώς σε άλλα κεφάλαια. Τα άτομα και οι οικογένειες που ανταποκρίνονται σε αυτά τα κριτήρια είναι, φυσικά, σπάνιο φαινόμενο, όπως σπάνιοι είναι και οι ολυμπιονίκες· αλλά έχουμε αρκετές ενδείξεις (που θα παρουσιάσουμε πιο κάτω) για να πιστεύουμε ότι τα ανώτερα αυτά επίπεδα αποτελεσματικής λειτουργίας τα πλησιάζει μόνο μια μικρή μειονότητα του πληθυσμού. Δεν περιμένουμε να τους συναντήσουμε στη δουλειά μας με τις δυσλειτουργικές οικογένειες και δεν ελπίζουμε να υψώσουμε το επίπεδο λειτουργίας των οικογενειών που βρίσκονται σε θεραπεία σ' αυτό το επίπεδο της καλύτερης δυνατής λειτουργίας. Ένας από τους λόγους είναι, όπως επεσήμανε και ο Beavers (3), ότι οι ειδικοί που ασχολούνται με την ψυχική υγεία είναι πολύ απίθανο να λειτουργούν οι ίδιοι στα επίπεδα αυτά (και αν λειτουργούσαν με τον καλύτερο δυνατό τρόπο, ίσως να μην ήταν καλοί στη δουλειά τους ή να μην είχαν το κίνητρο να ασχοληθούν με αυτή).

## Γ. Η ΕΣΩΤΕΡΙΚΗ ΒΙΩΜΑΤΙΚΗ ΖΩΗ ΤΗΣ ΟΙΚΟΓΕΝΕΙΑΣ

### ΕΙΣΑΓΩΓΗ

Στις δύο προηγούμενες ενότητες εξετάσαμε τη λειτουργία της οικογένειας και των μελών της. Πρώτα είδαμε την οικογένεια ως σύστημα που συναλλάσσεται στο παρόν και εξετάσαμε τις κυκλικές διεργασίες της, χωρίς να αναφερθούμε ιδιαίτερα στο παρελθόν της. Μετά εξετάσαμε την οικογένεια ως σύστημα που εξελίσσεται μέσα στο χρόνο, όπου τα νέα μέλη δέχονται βοήθεια από τα μεγαλύτερα για να διανύσουν μια σειρά εξελικτικών σταδίων (σύμφωνα με την ψυχαναλυτική θεώρηση) ή (στη γλώσσα της θεωρίας της συμπεριφοράς), σε χρόνους ανάλογους με την ηλικία, να αποκτήσουν μια σειρά από σχήματα συμπεριφοράς που μεταδίδονται με τις διεργασίες της μάθησης του ενός ή του άλλου είδους. Και στις δύο περιπτώσεις βλέπουμε την οικογένεια και τα μέλη της ενώ είμαστε έξω από αυτήν, από μια αντικειμενική οπτική γωνία όπου η πραγματική συμπεριφορά που παρατηρούσαμε θα αρκούσε για

να περιγράψει την κατάσταση (όπως προσπαθούν να κάνουν οι οπαδοί της θεωρίας της συμπεριφοράς). Αν περιορίζαμε τις μελέτες μας στα συστήματα κεντρικής θέρμανσης, στις ατμομηχανές ή στους ηλεκτρονικούς υπολογιστές, οι προσεγγίσεις αυτές θα ήταν επαρκείς.

## ΤΑ ΒΙΩΜΑΤΑ ΤΗΣ ΖΩΗΣ

### A. Μία ανθρώπινη λειτουργία

Οι άνθρωποι, όμως, δεν περνάνε μέσα από τη ζωή απλώς συναλλασσόμενοι και αναπτυσσόμενοι αλλά κατορθώνουν και κάτι ακόμα: *βιώνουν* τη ζωή τους. Μπορεί να έχουν «συνείδηση» (ό,τι και να σημαίνει αυτό) για ορισμένες πλευρές του περιβάλλοντός τους και ακόμα για τον εαυτό τους και τις σχέσεις τους με τους άλλους. Δεν ξέρουμε αν αυτή η λειτουργία είναι κοινή και σε άλλα ζώα αλλά ο άνθρωπος φαίνεται ότι έχει πρόσθετες ικανότητες, που σχεδόν σίγουρα δε μοιράζεται με άλλα ζώα: *να συνειδητοποιεί τις εμπειρίες που βιώνει, να είναι σε θέση να συνειδητοποιεί ότι έχει συνείδηση, να την κρίνει και να την αναλύει, καθώς και να επικοινωνεί και να μοιράζεται αυτή τη συνείδηση δεύτερου επιπέδου (ή και τρίτου επιπέδου, όπως στη παρούσα επικοινωνία μεταξύ συγγραφέα και αναγνώστη) με τα άλλα μέλη του είδους.*

Οι λειτουργίες αυτές *μπορούν* να περιγραφούν με όρους συμπεριφοράς και ένας επισκέπτης από το διάστημα, που θα μελετούσε το ανθρώπινο είδος, ίσως να μην έχει άλλη επιλογή. Αλλά οι θεραπευτές είναι και οι ίδιοι ανθρώπινα όντα που χαρακτηρίζονται από το γεγονός ότι έχουν συνείδηση και από άλλα χαρακτηριστικά της ανθρώπινης λειτουργίας, έτσι ώστε μπορούμε, ως ένα σημείο, να βάλουμε τον εαυτό μας στη θέση των διαφόρων μελών της οικογένειας προσεγγίζοντας το πρόβλημα περισσότερο από μέσα παρά απέξω.

Είναι συνηθισμένο να θεωρούμε δεδομένες αυτές τις ικανότητες στις οποίες συμμετέχουμε να μιλάμε *σαν να μη χρειάζεται να τις εξετάσουμε* ή να τις εξηγήσουμε και σαν να μπορούμε να τις χρησιμοποιούμε με ασφάλεια, χωρίς να θέτουμε ερωτήματα για τη φύση τους. Αυτό είναι αρκετό όταν λειτουργούν αποτελεσματικά, οπότε τους διαλογισμούς για τη φύση της συνείδησης μπορούμε να τους αφήσουμε στους φιλοσόφους. Αλλά οι θεραπευτές οικογένειας (και, στην ουσία, οι ψυχοθεραπευτές γενικά) έστρεψαν την προσοχή τους ειδικά στο ερώτημα αυτό, γιατί φαίνεται ότι η σύγχυση που οδηγεί στη δυσλειτουργία του συστήματος της οικογένειας δημιουργείται ακριβώς σ' αυτή την περιοχή της συνείδησης, της επικοινωνίας και του ελέγχου.

Ακόμα και σήμερα ελάχιστα γνωρίζουμε για το σκοπό της συνείδη-

σης ή συνειδητοποίησης του εαυτού, αν με τον όρο σκοπός εννοούμε τη διαφορά που θα προκαλούσε στη λειτουργία μας, στον τρόπο δηλαδή που θα λειτουργούσαμε αν δεν υπήρχε. Για παράδειγμα, στο τελευταίο βιβλίο του, ο Bateson (2) λέει ότι:

...το γεγονός του σχηματισμού των εικόνων παραμένει σχεδόν εντελώς μυστηριώδες. Πώς γίνεται δεν ξέρουμε –ούτε, άλλωστε, και για ποιο σκοπό... δεν υπάρχει καμία σαφής πρωταρχική αιτία για να χρησιμοποιούμε γενικά εικόνες ούτε και για να συνειδητοποιούμε οποιοδήποτε μέρος των νοητικών μας διεργασιών.

Ο Bateson παρατηρεί μόνον ότι:

...θα μπορούσε να υποθέσει κανείς ότι ο σχηματισμός εικόνων είναι ίσως μια εύκολη ή οικονομική μέθοδος μετάδοσης πληροφοριών μέσα σε κάποιο κοινό χώρο επαφής (interface). Ειδικότερα, όταν ένας άνθρωπος πρέπει να δράσει σε ένα πλαίσιο μεταξύ δύο μηχανών, είναι βολικό να τον τροφοδοτούν οι μηχανές με τις πληροφορίες τους σε μορφή εικόνων (σ. 37) ...είναι λογικό να υποθέσουμε ότι τα θηλαστικά σχηματίζουν εικόνες, γιατί οι νοητικές διεργασίες των θηλαστικών έχουν να αντιμετωπίσουν πολλούς κοινούς χώρους επαφής (σ. 38).

Ο Bateson δεν αναπτύσσει αρκετά το θέμα και, από όσα γνωρίζουμε, δεν πρόκειται, προς το παρόν, να βρούμε αρκετή βοήθεια από τα ψυχολογικά και φιλοσοφικά συγγράμματα που έχουμε, μέχρι τώρα, στη διάθεσή μας. Επομένως, πρέπει να καταφύγουμε στον «κοινό νου», δηλαδή, οι συγγραφείς αυτής της μονογραφίας πρέπει να μιλήσουν με βάση αυτό που θεωρούν κοινό ανάμεσα στις δικές τους εμπειρίες και στις εμπειρίες των αναγνωστών τους. Αυτό, όπως θα δούμε, είναι πάρα πολύ δύσκολο αλλά, προς το παρόν, είναι ο μόνος τρόπος να προχωρήσουμε.

### ***B. Συνείδηση, ενόραση και αλλαγή***

Για πενήντα χρόνια ή και παραπάνω, οι περισσότεροι ειδικοί που ασχολούνται με την ψυχοθεραπεία θεωρούσαν «δεδομένη γνώση» ότι η «ενόραση», δηλαδή η συνειδητοποίηση ορισμένων συναφειών ανάμεσα στα «συμπτώματα» (περιορισμένες πλευρές της παρούσας συμπεριφοράς) και στην παρούσα συμπεριφορά γενικότερα (π.χ. όπως φαίνεται με τη «μεταβίβαση») ή τις προηγούμενες εμπειρίες και αναμνήσεις ήταν απαραίτητη για να γίνει εφικτή η αλλαγή των ανεπιθύμητων σχημάτων συμπεριφοράς. *Γιατί* η συνειδητοποίηση αυτών των συναφειών παράγει αυτό το αποτέλεσμα δεν εξηγήθηκε ποτέ ιδιαίτερα ικανοποιητικά. Η

εξάπλωση της θεωρίας της συμπεριφοράς και των τεχνικών θεραπείας μέσω της τροποποίησης της συμπεριφοράς παρέκαμψε το όλο θέμα της συνείδησης και έδειξε ότι ορισμένοι τουλάχιστον τύποι συμπτωματικής συμπεριφοράς μπορούν να αλλάξουν, αν υποβληθεί ο ασθενής σε νέες εμπειρίες, σύμφωνα με τις αρχές που επεξεργάστηκαν οι θεωρίες της μάθησης. Ακόμη αργότερα, οι υποστηρικτές των προτύπων της θεωρίας της επικοινωνίας, και ιδιαίτερα όσοι ενδιαφέρονταν για τις παθολογικές και θεραπευτικές επιδράσεις των «διπλών δεσμών» (double binds), υποστήριξαν ότι η ενόραση ακολουθεί την αλλαγή και όχι το αντίστροφο. Άλλοι, πάλι, ανακάλυψαν ότι αν προτείνουν το σύμπτωμα σαν «συνταγή» (προτείνοντας στους ανθρώπους να προσπαθήσουν να παραμείνουν όπως είναι ή να γίνουν χειρότερα), μπορούν επίσης να καταλήξουν στο παράδοξο αποτέλεσμα της απαλλαγής των συμπτωμάτων. Και αν προχωρήσουμε πέρα από τις ορθόδοξες τεχνικές της ψυχοθεραπείας, θα δούμε ότι οι ομάδες «θεραπευτικών συναντήσεων» (encounter groups) τονίζουν τη σημασία της ενόρασης και της αλλαγής, ενώ το EST (Erhardt Seminars Training) υποστηρίζει ότι παρατηρούνται παρόμοιες βελτιώσεις, αν οι άνθρωποι παραδεχτούν ότι χρειάζεται καμία απολύτως αλλαγή. Εμπειρίες θρησκευτικής μεταστροφής κάτω από έντονες συγκινησιακές πιέσεις ή το «άδειασμα» του μυαλού από τις συνηθισμένες του δραστηριότητες κατά τον υπερβατικό διαλογισμό ή η συγκέντρωση σε κάποιο απίθανο ερώτημα όπως το Zen Koan, όλα αυτά φαίνεται ότι είναι σε θέση να επιφέρουν αλλαγές στη συνηθισμένη λειτουργία, οι οποίες, λίγο πολύ, ανθίστανται στο πέρασμα του χρόνου.

Φαίνεται ότι η έντονη συνειδητοποίηση ή «ενόραση» συνδέεται, κατά κάποιο τρόπο, με το είδος των αλλαγών που προσπαθούν να επιφέρουν οι ψυχοθεραπευτές, αν και η συνάφεια αυτή είναι σαφώς πιο περίπλοκη από όσο θεωρήθηκε στην αρχή.

### ***Γ. Παθολογική λειτουργία και ο κατακερματισμός των βιωμάτων***

Ένα κοινό στοιχείο στα προβλήματα που αντιμετωπίζει ο ψυχοθεραπευτής είναι ένα είδος κατακερματισμού της ικανότητας του ατόμου για βιώματα, εξαιτίας του οποίου δεν μπορεί να εξετάσει τη ζωή του ως σύνολο και, έτσι, δεν είναι σε θέση να παρατηρήσει τις ασυμφωνίες που ίσως δημιουργούνται ανάμεσα στις λειτουργίες των διαφόρων υποσυστημάτων, διαταράσσοντας την αποτελεσματικότητα ολόκληρου του οργανισμού. Το μεγαλύτερο μέρος της ανθρώπινης συμπεριφοράς γίνεται αυτόματα ή ημι-αυτόματα, με μηχανισμούς που έχει μάθει και που βρίσκονται έξω από τη σφαίρα της συνείδησης ακόμα και αν, στην

αρχή, χρειάζεται συνειδητή προσπάθεια για την απόκτηση των δεξιοτήτων. Για παράδειγμα, όταν μαθαίνουμε να οδηγούμε, πρέπει, για ένα διάστημα, να αφιερώνουμε όλη μας την προσοχή σ' αυτό, αποκλείοντας οτιδήποτε άλλο, αλλά θα ήταν μεγάλο μειονέκτημα αν η οδήγηση εξακολουθούσε να απαιτεί όλο το φάσμα της συνειδητής προσοχής μας. Είναι μεγάλο πλεονέκτημα για μας ότι «κατώτερα» κέντρα του νευρικού συστήματος αναλαμβάνουν αυτή την καθημερινή απασχόληση αφήνοντας τη συνειδητή μας προσοχή ελεύθερη για άλλους σκοπούς (όπως, π.χ., να προγραμματίσουμε την υπόλοιπη μέρα μας), εκτός από τις περιπτώσεις κατά τις οποίες απρόβλεπτες επείγουσες καταστάσεις καλούν σε εγρήγορση τα ανώτερα κέντρα και τα ειδοποιούν ότι απαιτείται όσο το δυνατόν περισσότερη προσοχή.

Μπορούμε δικαιολογημένα να υποθέσουμε ότι πολλά υποσυστήματα αναπτύσσουν συντονισμένες, αποτελεσματικές επιδόσεις αυτού του είδους, τις οποίες συνήθως δε συνειδητοποιούμε εκτός εάν κάτι δεν πάει καλά και απειληθεί η ευημερία και η ακεραιότητα του οργανισμού. Αν κάνουμε, όμως, μια ανασκόπηση των καταστάσεων που άτομα ή οικογένειες παραπονούνται για συμπτώματα ή δυσλειτουργία στις σχέσεις τους και αναζητούν ψυχολογική βοήθεια, σύντομα θα ανακαλύψουμε ότι κοινό χαρακτηριστικό σε όλες αυτές τις καταστάσεις είναι μια ασυμφωνία ή ασυμβατότητα ανάμεσα στα διάφορα μέρη του όλου συστήματος για το οποίο γίνεται λόγος. Ένα μέρος της συμπεριφοράς ή της εμπειρίας αποκαλείται «σύμπτωμα» ακριβώς γιατί δε φαίνεται να έχει νόημα ή σκοπό στα πλαίσια της λειτουργίας του ατόμου ως συνόλου αλλά, με την πρώτη ματιά, φαίνεται δυσλειτουργικό, με το να παρεμβαίνει σε άλλες λειτουργίες. Έτσι, όταν μια οικογένεια εκφράζει παράπονα για ένα συγκεκριμένο μέλος της, η συμπεριφορά αυτού του ατόμου φαίνεται, καταρχάς, να διαταράσσει τη λειτουργία ολόκληρης της οικογένειας και να μην έχει νόημα στα πλαίσια του τρόπου με τον οποίο λειτουργεί ως ενότητα.

Οποιαδήποτε μορφή θεραπείας κι αν εφαρμοστεί, συνήθως μεταξύ του αποκλίνοντος ατόμου και της ομάδας ή μεταξύ του αποκλίνοντος υποσυστήματος μέσα στο άτομο και του ατόμου ως συνόλου, χρησιμοποιώντας μια πανοραμική θεώρηση που όχι μόνο δίνει βαθύτερο νόημα στην ασυμφωνία (ακόμα και στον κατακερματισμό) αλλά ανακαλύπτει επίσης μια πιο περιεκτική οργάνωση, μέσα στην οποία το αποκλίνον υποσύστημα μπορεί να βρει μια εποικοδομητική θέση (εφόσον ξεπεραστεί ο κατακερματισμός). Η συνείδηση μπορεί να θεωρηθεί κάτι σαν «ομάδα εποπτείας» που συγκαλείται για να ελέγξει τη λειτουργία ενός μεγάλου οργανισμού, του οποίου τα διάφορα μέρη μπορεί να λειτουργούν αποτελεσματικά αλλά το καθένα να έχει αναπτυχθεί και να έχει

αλλάξει με τέτοιο τρόπο, ώστε να έχει αποσταθεροποιηθεί και έτσι να εμποδίζει τη λειτουργία του συνόλου. Εφόσον αποκατασταθεί η ισορροπία του οργανισμού και λειτουργεί πάλι αποτελεσματικά, η ομάδα θα έχει εκπληρώσει το σκοπό της και η ενέργειά της μπορεί να στραφεί προς άλλα έργα.

#### **Δ. Η συνείδηση ως κεντρική λειτουργία**

Θεωρήθηκε, λοιπόν, ότι η συνείδηση (με την έννοια της συνειδητοποίησης του εαυτού, στην οποία αναφέρονται οι ψυχοθεραπευτές όταν χρησιμοποιούν τον όρο «ενόραση») παίζει κάποιο ρόλο στην αποκατάσταση μιας αρμονικότερης σχέσης μεταξύ των υποσυστημάτων, όταν έχει δημιουργηθεί κάποια μορφή ανισορροπίας ή κατακερματισμού. Όπως προτείνει ο Bateson, μια τέτοια συνείδηση δεν είναι αυτοσκοπός αλλά, περισσότερο, μια ένδειξη ότι ο οργανισμός διανύει μια προσωρινή περίοδο αυτο-εξέτασης και προσαρμογής. Όταν λειτουργούμε πιο αρμονικά και είμαστε περισσότερο συντονισμένοι με το περιβάλλον μας, μπορεί να αισθανόμαστε έντονα (με την έννοια ότι είμαστε ζωντανοί και αντιδρούμε) αλλά μια τέτοιου είδους «συνειδητοποίηση του εαυτού» είναι ελάχιστη.

Στο πλαίσιο της παρούσας συζήτησης, αυτό σημαίνει ότι οι υγιείς οικογένειες γενικά δεν απασχολούνται ιδιαίτερω με την ενόραση, την αυτο-κατανόηση, την αυτο-συνειδητοποίηση, με την έννοια μιας στάσης αυτο-απορρόφησης και αυτο-βελτίωσης, σε σχέση με τον εαυτό τους και με τους άλλους. Περιμένουμε ότι θα είναι ανοιχτοί, ευαίσθητοι σε ερεθίσματα, αυθόρμητοι, ζωντανοί, με ενδείξεις ενός έντονου και ευχάριστου εσωτερικού κόσμου, αλλά αυτό είναι ένα τελείως διαφορετικό θέμα. Παρ' όλα αυτά, μπορούμε να προβλέψουμε ότι έχουν στην άμεση διάθεσή τους αυτή την ικανότητα αυτο-εξέτασης και ότι δε θα αισθανθούν καμιά αναστολή να τη χρησιμοποιήσουν στην περίπτωση που κάποια διαταραχή στις καρποφόρες συναλλαγές τους δείξει ότι κάτι δεν πάει καλά. Θα είναι εννοιατικοί, με την έννοια ότι δε θα διστάσουν να εξετάσουν τον εαυτό τους και τις σχέσεις τους ανοιχτά και αντικειμενικά και ότι θα έχουν ήδη στη διάθεσή τους πολλές πληροφορίες γι' αυτό· αλλά, μόλις λυθεί το πρόβλημα, θα παραμερίσουν αυτή την ικανότητα αυτο-εξέτασης, μέχρι να την ξαναχρειαστούν, και θα συνεχίσουν τη ζωή τους. Παρατηρώντας κανείς στις θιντεοταινίες της μελέτης Timberlawh τον τρόπο που συναλλάσσονται οι οικογένειες με την καλύτερη δυνατή υγεία, εντυπωσιάζεται από την ειλικρινή, αυθόρμητη, άνετη, ζωντανή και ευχάριστη συναλλαγή μεταξύ των μελών. Επίσης, εντυπωσιάζεται τόσο από την απουσία της αυτο-απασχόλησης

ή της νοσηρής και περιττής ενδοσκόπησης, όσο και από την προθυμία τους να δουν με ειλικρίνεια τον εαυτό τους, όταν αυτό είναι απαραίτητο για να επιτελεστεί ένα έργο ή γιατί έχει προκύψει κάποιο πρόβλημα.

### **E. Κατακερματισμός, η ρίζα της σύγκρουσης**

Καθώς παρατηρεί κανείς τη λειτουργία τέτοιων υγιών οικογενειών, εντυπωσιάζεται επίσης από τη σχετική απουσία επίμονων, άλυτων συγκρούσεων, παρ' όλη την αξιοθαύμαστη ατομικότητα και διαφορά μεταξύ των μελών. Και όμως, τις περισσότερες φορές και στις περισσότερες οικογένειες και κοινωνικές συνθήκες η σύγκρουση και ο ανταγωνισμός φαίνονται να είναι σχεδόν αναπόφευκτες προϋποθέσεις της ανθρώπινης λειτουργίας. Ο Freud, μεταξύ άλλων, υιοθέτησε αυτή την άποψη για την ανθρώπινη φύση, πιστεύοντας ότι συνεχής διαμάχη μεταξύ των απαιτήσεων της κοινωνίας και των επιταγών της ζωώδους φύσης του ανθρώπου ήταν το τίμημα του πολιτισμού.

Υπήρξαν όμως και εξαιρέσεις σ' αυτή την απαισιόδοξη άποψη, που προέρχονται από κοσμικές, καθώς και θρησκευτικές πηγές. Είναι ενδιαφέρον με πόση φυσικότητα τις συνδέει ο Bateson (1) στο ακόλουθο απόσπασμα από ένα δοκίμιό του:

Ο Aldous Huxley έλεγε ότι το κεντρικό πρόβλημα της ανθρωπότητας είναι η αναζήτηση *χάριτος*. Τη λέξη αυτή τη χρησιμοποιούσε με την έννοια που πίστευε ότι χρησιμοποιείται στην Καινή Διαθήκη. Ερμήνευσε, όμως, τη λέξη με δικούς του όρους. Υποστήριζε –όπως και ο Walt Whitman– ότι η επικοινωνία και η συμπεριφορά των ζώων έχει μια αφέλεια, μια απλότητα που ο άνθρωπος έχει χάσει. Η συμπεριφορά του ανθρώπου έχει διαφθαρεί από απάτη –ακόμα και αυτο-εξαπάτηση– από σκοπιμότητα και αυτο-συνείδηση. Κατά τον Aldous, ο άνθρωπος έχασε τη «χάρι» που τα ζώα εξακολουθούν να έχουν. Θα υποστηρίξω ότι το πρόβλημα της «χάριτος» είναι, ουσιαστικά, πρόβλημα συγκρότησης και αυτό που πρέπει να συγκροτηθεί είναι τα διάφορα μέρη του μυαλού – ιδιαίτερα τα πολλαπλά εκείνα επίπεδα που το ένα τους άκρο αποκαλείται «συνείδηση» και το άλλο «ασυνείδητο». Για την επίτευξη της «χάριτος», η λογική της καρδιάς πρέπει να συμβαδίζει με τη λογική της νόησης (σ. 128-129).

Σε μια τηλεοπτική σειρά του BBC, δεκατριών επεισοδίων, που παρουσίαζε τις θρησκείες του κόσμου, ο Ronald Eyre (9) παρατήρησε ότι παρ' όλη την ποικιλία των θεολογικών απόψεων, οι ιδέες του *όλου* (whole), του *υγιούς* (healthy) και του *ιερού* (holy) έχουν όλες παρόμοιο νόημα, με την έννοια που χρησιμοποίησε παραπάνω ο Bateson.

Το πραγματικό μας δίλημμα φαίνεται να είναι το εξής: Σε όλα τα

επιτεύγματα του ανθρώπου, η ικανότητα για συμβολισμό, η μετάδοση και εναποθήκευση της γνώσης μέσω της γλώσσας, η ανάπτυξη της επιστήμης, της τεχνολογίας και όλων όσων προήλθαν από αυτές, εξαρτώνται, ουσιαστικά, από την ικανότητα του ανθρώπου να διαχωρίζει, να απομονώνει, να ακολουθεί με τη σκέψη και τη φαντασία του ιδέες και δομές που δεν δεσμεύονται από τις αισθήσεις του, που δεν είναι απλώς αντανάκλαση του κόσμου που βρίσκεται μπροστά του σε μια δεδομένη στιγμή. Μπορεί να κάνει *αφαιρετικούς συλλογισμούς* από τις εμπειρίες του (13) επιλέγοντας εκείνα τα χαρακτηριστικά των γεγονότων που τον ενδιαφέρουν ή τον ελκύουν, αγνοώντας τα υπόλοιπα. Έχοντας κάνει αυτό, μπορεί να παίξει μαζί τους, όπως ένα παιδί παίζει με κύβους, στριφογυρίζοντάς τα, και να δοκιμάζει τις διάφορες πιθανές σχέσεις, όπως στη λογική, στα μαθηματικά ή στη φυσική. Έπειτα, αυτές οι εμπειρίες με τις εικόνες ή τις αφαιρέσεις μπορεί να δοκιμαστούν και να επιβεβαιωθούν ή να απορριφθούν με πραγματικά πειράματα στον πραγματικό κόσμο.

Αυτή είναι η διεργασία που διέπει όλες τις επιστημονικές ανακαλύψεις, σύμφωνα με την οποία μετά από πειραματισμούς που ξεκίνησαν από εσωτερικές εμπειρίες (του ερευνητή) μας οδήγησαν στην εξίσωση  $e=mc^2$  δίνοντάς μας τη δυνατότητα να δαμάσουμε την ατομική ενέργεια. Αλλά η ίδια αρχή διέπει κάθε ανθρώπινη συμπεριφορά, πέρα από αυτή που περιγράφεται με τις απλούστατες αρχές της θεωρίας της μάθησης. Γιατί η διεργασία αυτή καμιά φορά είναι βοηθητική και εποικοδομητική και τι την κάνει συχνά να δημιουργεί προβλήματα και να παράγει εσωτερικές και εξωτερικές συγκρούσεις; Η απάντηση έχει διατυπωθεί με πολλούς τρόπους αλλά, ουσιαστικά, είναι απλή. Φαίνεται ότι είμαστε έτσι φτιαγμένοι, η ικανότητά μας να αφαιρούμε και να απομονώνουμε, με ευκολία, κομμάτια από την εμπειρία μας ξεπερνάει το σημείο που μας βοηθά και γίνεται επιζήμια. Το σημείο αυτό είναι το στάδιο όπου *εστιάζουμε την προσοχή και το ενδιαφέρον μας στο απομονωμένο κομμάτι σε τέτοιο βαθμό, ώστε ξεχνάμε ότι προέρχεται από το ευρύτερο σύνολο*. Τότε δεν έχουμε πια συνείδηση του γεγονότος ότι η εμπειρία στην οποία στρέφουμε την προσοχή μας είναι μέρος ενός *συστήματος*. Εμμένουμε σ' αυτό το απομονωμένο κομμάτι που γίνεται η «αλήθεια» και παύουμε να απευθυνόμαστε στη βαθύτερη και περιπλοκότερη πηγή της συνολικής εμπειρίας της ζωής μας, από την οποία προέρχεται αυτή η «αλήθεια». Επιπλέον, η εμπειρία είναι ρευστή, ο κόσμος βρίσκεται σε κίνηση, εμείς και οι άλλοι αλλάζουμε συνεχώς. Και όμως, για να εφαρμόσουμε τη διεργασία της αφαίρεσης, για να είμαστε σε θέση να «σκεφτούμε» και, πάνω απ' όλα, για να επικοινωνήσουμε με σύμβολα, πρέπει να χρησιμοποιούμε στατικές εγκάρσιες τομές του βιώματος της συνεχούς αλλαγής.

Όλη η «αλήθεια», στην οποία καταλήγουμε με τη διεργασία αυτή,

πρέπει, και για τους δύο αυτούς λόγους, να είναι προσωρινά μερική. Εφόσον το θυμόμαστε αυτό, οι αφαιρέσεις μας μας βοηθούν να αντιμετωπίσουμε τον κόσμο της πραγματικότητας και να προσαρμοστούμε σ' αυτόν. Μόλις όμως ξεχάσουμε ότι οι αφηρημένες ιδέες είναι μεμονωμένα, παγωμένα στοιχεία σε ένα συναλλασσόμενο σύστημα, χάνουμε την επαφή με τον πραγματικό κόσμο (που είναι ο ίδιος για όλους μας και σχετικά με τον οποίο ελπίζουμε ότι θα συμφωνήσουμε) και αρχίζουμε να ζούμε σε διαφορετικούς, ασυμβίβαστους κόσμους μέσα στο κεφάλι μας (για τους οποίους δεν μπορούμε παρά να διαφωνούμε και να φιλονικούμε).

### Στ. Κατακερματισμός διαιωνιζόμενος ή αναζωπυρούμενος

Η διεργασία μπορεί να παρατηρηθεί σε όλα τα επίπεδα της ανθρώπινης συναλλαγής. Όσον αφορά το άτομο, μια τέτοια εμμονή σε μια προηγούμενη πραγματικότητα εξηγεί το φαινόμενο της «μεταβίβασης», όπου τα σχήματα συμπεριφοράς που ήταν κατάλληλα μέσα στην οικογένεια μεταφέρονται στις μετέπειτα κοινωνικές σχέσεις, στις οποίες συμπεριλαμβάνονται και οι συζυγικές συναλλαγές και η ανατροφή των παιδιών. Ακόμα και μέσα στην οικογένεια, τα παιδιά μπορεί να διατηρήσουν ακατάλληλες, εξαρτημένες στάσεις προς τους γονείς και οι γονείς τους μπορεί να διατηρήσουν απέναντι στα παιδιά τους μια στάση βρεφοποίησης, ενώ όλοι είναι σωματικά ώριμοι. Με τον ίδιο τρόπο, υπάρχουν οικογένειες ως σύνολα, οι οποίες ίσως να μην μπορέσουν να διδάχουν από τις εμπειρίες τους και να διαιωνίζουν εξωπραγματικές εικόνες της οικογένειας και του έξω κόσμου για γενεές ολόκληρες. Ακόμα, κοινωνίες ολόκληρες μπορεί να σταματήσουν να αναπτύσσονται, γιατί δίνουν μεγαλύτερη αξία σε μεμονωμένες αφηρημένες έννοιες, πέρα από την εισροή των εμπειριών από τις οποίες αρχικά προήλθαν, όπως στον Μεσαίωνα, όταν η Ιατρική σταμάτησε για 1.500 χρόνια έπειτα από τη δουλειά του Γαληνού.

Άραγε, υπάρχει κάποιος καθοριστικός παράγοντας που να μπορούμε ίσως να τον ελέγξουμε, ο οποίος επηρεάζει τη ζωτική μας ικανότητα για αφαίρεση, έτσι ώστε να συμβάλλει περισσότερο στην επικοδομητική και δημιουργική διεργασία που θυμάται ολόκληρο το σύστημα και δε συγγεί με το όλο, παρά να συμβάλλει στην αύξηση της ταύτισης με τις αφαιρέσεις, με την ανεξέλεγκτη φαντασία και, τέλος, με την τρέλα; Δεν υπάρχει πιο σημαντικό ερώτημα για την επιβίωση της ανθρωπότητας και υπάρχουν ήδη ενδεικτικά στοιχεία από τις μελέτες για την εξέλιξη του παιδιού και τη λειτουργία της υγιούς οικογένειας, που ίσως μας βοηθήσουν να δώσουμε μια έστω και μερική απά-

νηση. Μελέτες όπως του Bowlby (6) (7) (8) και του Winnicott (28) με ανθρώπινα βρέφη και παρόμοια πειράματα του Harlow (11) και άλλων με βρέφη πιθήκων έδειξαν καθαρά ότι η μητρική μορφή πρέπει να παρέχει κάποια βασική σταθερότητα, ομαλότητα, αξιοπιστία και συνεπή υποστήριξη, για να μπορέσει το βρέφος να νιώσει αρκετά ασφαλές, ώστε να ρινοκινδυνεύσει να απομακρυνθεί για να εξερευνήσει το περιβάλλον του μακριά της και να αρχίσει να αντιμετωπίζει την αλλαγή, τα πράγματα που είναι καινούρια και μη οικεία. Η «συμπεριφορά του δεσμού», που περιέγραψε ο Bowlby, φαίνεται καθοριστική για να μπορέσει το παιδί να αφήσει τη μητέρα και να «ξανοιχτεί» όλο και περισσότερο στον παράξενο κόσμο που το περιβάλλει. Με τον ίδιο τρόπο, η ασφάλεια του «κρατήματος» (holding) του Winnicott είναι ζωτική για να μπορέσει το παιδί να ασχοληθεί με την πειραματική, αυθόρμητη δραστηριότητα του «παιχνιδιού».

Αν δεν παρέχεται αυτή η ασφαλής συνθήκη, το άτομο, αποστερημένο από τη σιγουριά που χρειάζεται, προσκολλάται στο αρχικό μητρικό πρόσωπο ή σε κάποιο υποκατάστατο που του προσφέρει την τάξη και την ομαλότητα που θα έπρεπε να του είχε προσφέρει η μητέρα είτε με τη μορφή αποκτημάτων, ψυχαναγκαστικών δραστηριοτήτων, καθημερινών πράξεων, επαναλαμβανόμενων φαντασιώσεων ή άκαμπτων μορφών «σκέψης» και πεποιθήσεων που πρέπει να προστατευτούν ώστε να μην τα διορθώσει η εξωτερική πραγματικότητα, από φόβο μήπως αλλάξουν και χαθούν. Έτσι, η εξέλιξη του ατόμου καθλώνεται αναπόφευκτα.

Από τη στιγμή που υπάρχει αυτή η κατάσταση, είναι ευνόητο ότι το άτομο στο οποίο αναφερόμαστε θα αναζητήσει επαφή με άλλους που δε θα τη διαταράξουν ή, τουλάχιστον, θα τη διαταράξουν όσο το δυνατόν πιο λίγο. Άνθρωποι με διαφορετικές απόψεις και, πάνω από όλα, άνθρωποι ανοιχτοί στις εμπειρίες, που μαθαίνουν συνεχώς, που αναπτύσσουν και αναθεωρούν τις ιδέες τους, αποτελούν απειλή που πρέπει να αποφευχθεί και θεωρούνται ξένοι, αν όχι εχθροί. Θα είναι πιο ασφαλές να διατηρήσει κανείς επαφή μόνο με τα μέλη της οικογένειας, που έχουν τις ίδιες άκαμπτες αντιλήψεις. Όταν πρέπει να ανταποκριθεί σε κοινωνικές ανάγκες έξω από την οικογένεια, οι φίλοι και οι γνωστοί επιλέγονται περισσότερο επειδή έχουν παρόμοιες απόψεις παρά επειδή προσφέρουν την πρόκληση και τα ερεθίσματα της διαφοράς. Για την οικειότητα του γάμου (αν το άτομο είναι σε θέση έστω και να διανοηθεί αυτό το εγχείρημα), θα επιλεγεί ένας σύντροφος που βρίσκεται σε παρόμοιο στάδιο εξελικτικής καθήλωσης ή, σύμφωνα με τον όρο του Bowen (5), στον ίδιο «βαθμό διαφοροποίησης», ο οποίος θα ενισχύσει μάλλον παρά θα κλονίσει το παγωμένο σύστημα πεποιθήσεων. Και στα



παιδιά, όταν έρθουν, θα ενσταλάξουν το ίδιο σχήμα και θα τα εμποδίσουν να εξελιχθούν ή, τουλάχιστον, δε θα τα βοηθήσουν να εξελιχθούν πέρα από αυτό. Έτσι, το σχήμα μπορεί να διαιωνιστεί επί γενεές, όπως επεσήμανε ο Bowen και όπως απέδειξαν πειραματικά οι Fisher και Mendel (10).

## ΕΠΙΚΟΙΝΩΝΙΑ ΚΑΙ ΚΑΤΑΚΕΡΜΑΤΙΣΜΟΣ

### A. Η επίδραση των διαφορετικών τρόπων επικοινωνίας

Εκτός από τον Bateson, άλλοι, επηρεασμένοι από τη δουλειά του στο Mental Research Institute του Palo Alto στην Καλιφόρνια (25) (26), καθώς και η ομάδα του Μιλάνου (20) τόνισαν τη ζωτική σημασία των διαφορετικών τρόπων επικοινωνίας σε σχέση με τις διεργασίες αυτές. Στο απόσπασμα των γραπτών του Bateson, που παραθέσαμε πιο πάνω, η σημαντικότερη φράση είναι η πρότασή του, σύμφωνα με τον Aldous Huxley, ότι «...η επικοινωνία και η συμπεριφορά των ζώων έχει μια αφέλεια, μια απλότητα που ο άνθρωπος έχει χάσει. Η συμπεριφορά του ανθρώπου έχει διαφθαρεί από απάτη – ακόμα και αυτο-εξαπάτηση...» Η συμπεριφορά των ζώων, μαζί με την απλότητά τους, την πληρότητα και τη «χάρι» τους, έχει μεγάλη σχέση με την περιορισμένη ικανότητά τους για επικοινωνία, σε σύγκριση με το «πολιτισμένο» ανθρώπινο είδος. Αν και ορισμένα ανώτερα είδη ζώων δείχνουν υποτυπώδεις ικανότητες για συμβολική επικοινωνία, τα ζώα επικοινωνούν, σχεδόν αποκλειστικά, με μη-λεκτικά αναλογικά μέσα. Εκφράζουν τις σχέσεις μεταξύ τους, τα αισθήματα και τις προθέσεις τους με πραγματικές, αν και όχι ολοκληρωμένες και ατελείς, εκφράσεις. Η απειλή επίθεσης εναντίον ενός μέλους του ίδιου είδους, όπως στον ανταγωνισμό των αρσενικών για τα διαθέσιμα θηλυκά, κοινωνείται με όλες τις σωματικές προετοιμασίες για μια τέτοια επίθεση (στάση, κινήσεις, έκφραση του προσώπου, γρύλισμα κ.τ.λ.) και αποδεικνύεται ότι πρόκειται για επικοινωνία και όχι για πραγματική επίθεση από το γεγονός και μόνο ότι, σε κάποιο στάδιο, αναστέλλεται η εξέλιξή της και δεν ολοκληρώνεται. Και αν η επικοινωνία είναι επιτυχής (αν, δηλαδή, φοβίσει τον ανταγωνιστή χωρίς να χρειαστεί πραγματική πάλη), ο αντίπαλος θα απαντήσει με κάποιες σωματικές ενδείξεις υποταγής, αρκετές για να σταματήσουν την απειλητική συμπεριφορά του επιτιθέμενου. Το πιο αδύναμο σκυλί παρουσιάζει τη σφαγίτιδα φλέβα στον ισχυρότερο αντίπαλό του, ο οποίος τότε διακόπτει την επιθετική συμπεριφορά.

Τέτοια μη-συμβολική αναλογική επικοινωνία έχει παρόμοια μορφή με αυτό που αναπαριστά. Επικοινωνεί γιατί αναπαράγει στην πραγματικότητα

ορισμένες σχέσεις παρούσες στο γεγονός που αναπαρίσταται. Η διαφορά μεταξύ του πραγματικού γεγονότος και της μετάδοσης σήματος σχετικά με αυτό είναι ότι ένα μέρος του όλου αντιπροσωπεύει το όλο. Ακόμα και η μέλισσα που με το χορό της δείχνει στις άλλες προς ποια κατεύθυνση μπορούν να βρουν το νέκταρ αναπαράγει, στο σχήμα του χορού της, τη γωνία μεταξύ της κατεύθυνσης προς το στόχο και της κατεύθυνσης του ήλιου και, ακόμα, υποδεικνύει την απόσταση που πρέπει να διανύσουν, με την ταχύτητα του χορού της, η οποία έχει μια ορισμένη σχέση προς την απόσταση. Το θέμα δε σταματάει εδώ και ο Bateson (2) έδειξε καθαρά ότι η ικανότητα ορισμένων ανώτερων θηλαστικών να ασχολούνται με το παιχνίδι είναι ένα ζωτικό θήμα προς το είδος των πειραματισμών με τους οποίους μπορούν να ασχοληθούν οι άνθρωποι χρησιμοποιώντας σύμβολα.

Στον άνθρωπο, η μη-λεκτική αναλογική επικοινωνία εξακολουθεί να παίζει ζωτικό ρόλο. Είναι η μοναδική δυνατή μορφή επικοινωνίας στα πρώτα χρόνια της ζωής του παιδιού και ίσως παραμένει ο πιο σημαντικός τρόπος επικοινωνίας μέσω του οποίου ασκείται κοινωνικός έλεγχος σε μικρές ομάδες, όπου συμπεριλαμβάνονται και οι οικογένειες. Για παράδειγμα, τα παιδιά μπορεί να αγνοούν για μεγάλο διάστημα τις λεκτικές παρακλήσεις ή τις εκπεφρασμένες απειλές τιμωρίας εκ μέρους των γονέων αλλά η συμπεριφορά τους αλλάζει αμέσως, τη στιγμή που αναγνωρίζουν ότι οι γονείς «το εννοούν πραγματικά», μέσω των πληροφοριών που μεταδίδονται από το μη-λεκτικό κανάλι επικοινωνίας. Το αγριεμένο βλέμμα, τα σφιγμένα χείλη, το κοκκινισμένο πρόσωπο, η απότομη φωνή και το τεντωμένο σώμα των γονέων αναγνωρίζονται «ως πραγματικά» με έναν τρόπο που δεν αναγνωρίζονται οι λέξεις, γιατί εκείνα είναι πραγματικά, εφόσον αποτελούν μέρος της εξελισσόμενης πραγματικότητας.

Όσο πιο κοντά παραμένουν οι άνθρωποι σ' αυτό το μη-λεκτικό αναλογικό τρόπο επικοινωνίας, τόσο πιο απλή, πιο φυσική και με περισσότερη «χάρι» θα είναι η κοινωνική τους συμπεριφορά. «Πρωτόγονες» φυλές ή παιδιά και οι σχετικά αμόρφωτοι άνθρωποι της υπαίθρου μέσα στις «πολιτισμένες» κοινωνίες έχουν πιθανότητες να διατηρήσουν περισσότερο την απλότητα και τη «χάρι» των ζώων, γιατί η φύση αυτής της μορφής επικοινωνίας κάνει την αυτο-εξαπάτηση δύσκολη. Όμως, και τα μεγαλύτερα επιτεύγματα και τα χειρότερα ελαττώματα του ανθρώπου είναι συνέπειες –όπως έχουμε ήδη υποδείξει– της ικανότητάς του για συμβολικούς ψηφιακούς τρόπους επικοινωνίας: της ικανότητας να χρησιμοποιεί κάτι στη θέση κάποιου άλλου, με έναν τρόπο τελείως αυθαίρετο (αν και συμφωνημένο, βέβαια) όπου το σύμβολο δεν έχει καμία απολύτως σχέση με αυτό το οποίο συμβολίζει. Αυτή η ικανότητα

της χρήσης των *συμβόλων* (μαζί, φυσικά, με τις αφαιρέσεις ή τις έννοιες που έχουμε συμφωνήσει ότι θα αντιπροσωπεύουν) μας δίνει τη δυνατότητα να δημιουργούμε μια ατέλειωτη ποικιλία εσωτερικών κόσμων που διαφέρουν, με όποιο τρόπο θέλουμε, από τον πραγματικό κόσμο στον οποίο ζούμε. Ανάμεσα στις άλλες λογικές εκφράσεις που τονίζουν αυτή τη δυνατότητα είναι και η λέξη «δεν», που δείχνει αν η επικοινωνία είναι αληθινή ή όχι, μια επικοινωνία που είναι αδύνατο να πετύχει κανείς με μη-λεκτικό αναλογικό τρόπο, εκτός αν ξεκινήσει μια πράξη και σταματήσει λίγο πριν την ολοκληρώσει (π.χ. η απειλητική γροθιά που τελικά δε χτυπάει) (25). «Να ζει κανείς ή να μη ζει, ιδού η απορία» που μπορεί να έχει κανείς τώρα για τους άλλους ή για τον εαυτό του.

### **B. Οι κίνδυνοι της συμβολικής επικοινωνίας**

Παρ' όλα αυτά, αυτή η εξέλιξη που κάνει εφικτή τη μεγαλύτερή μας δύναμη, τη γνώση, φέρνει μαζί της και τη δυνατότητα για αυτο-εξαπάτηση: την ικανότητα να δημιουργούμε, να πιστεύουμε και να ζούμε σε έναν κόσμο που βρίσκεται σε διάσταση με τις ενδείξεις των αισθήσεων. Αν το εκφράσουμε με μυθολογικούς όρους, ο άνθρωπος «έφαγε από το δέντρο της γνώσης του καλού και του κακού». Έχει τη δυνατότητα, που δεν είχε προηγουμένως, να διαλέξει ανάμεσα στο τι υπάρχει και τι δεν υπάρχει, να κατοικήσει σε έναν εσωτερικό κόσμο που δε συμφωνεί με τα δεδομένα τα οποία συναντάει στην πραγματικότητα. Αυτή η νεοανακαλυφθείσα δύναμη έφερε μαζί της, αναπόφευκτα, την απώλεια της αθωότητας, της απλότητας και της «χάριτος» που μας έδενε σφιχτά με τα δεδομένα των αισθήσεών μας. Τώρα οι άνθρωποι μπορούν να σταματήσουν την εξέλιξή τους σε όποιο σημείο θέλουν, επιλέγοντας να διατηρήσουν έναν εσωτερικό κόσμο που ταίριαζε με τα δεδομένα, σε κάποιο στάδιο της εξέλιξης, αλλά που γίνεται όλο και πιο ασυμβίβαστος με την κατοπινή πραγματικότητα. Αν κάποιος ήθελε, θα μπορούσε να παραμείνει παντοδύναμος, Θεός, συνυπάρχων με ολόκληρο το σύμπαν, όπου δεν υπάρχει κανείς άλλος ικανός για ανεξάρτητη δράση. Ή θα μπορούσε να παραμείνει ένα αβοήθητο θρέφος που χρειάζεται συνεχή φροντίδα, ένα πεισματάρικο νήπιο ή ένα αδιάκοπα ανταγωνιστικό παιδί του οιδιπόδειου τριγώνου και ούτω καθεξής. Αυτό, όμως, μπορεί να γίνει μόνον αν το άτομο περιορίσει την επικοινωνία του με τους άλλους σε βαθμό που δε θα εξέθετε την ασυμβατότητα μεταξύ του εσωτερικού και του εξωτερικού κόσμου. Όταν η ασυμβατότητα αυτή φτάνει στα άκρα, η επικοινωνία με τους άλλους θα πρέπει να έχει περιοριστεί τόσο πολύ, ώστε το άτομο να αποσύρεται από κάθε κοινωνική

επαφή και να θεωρείται «τρελό». Όταν η ασυμβατότητα είναι λιγότερο ακραία, το άτομο μπορεί να συμμαχήσει μόνο με τα μέλη εκείνα της οικογένειας που υποστηρίζουν τη φαντασίωσή του απορρίπτοντας τα άλλα. Μπορεί να διαλέξει φίλους, ή ένα σύντροφο, που δεν αποτελούν πρόκληση. Και αν υπάρχουν παιδιά, μπορεί να τα εκπαιδεύσει να συμπεριφέρονται με τρόπους που να ενισχύουν μάλλον την έλλειψη συμφωνίας ανάμεσα στον εσωτερικό και τον εξωτερικό κόσμο, παρά να απειλούν την αποκάλυψή της. Έτσι, ορισμένες οικογένειες, ως σύνολα, έχουν την τάση να αναπτύσσουν κοινά συστήματα φαντασιώσεων, ή επίπεδα εξελικτικής καθήλωσης, και συνεργούν για να τα προφυλάξουν από τη διόρθωση. Η συμπαιγνία μπορεί να επεκταθεί και σε κοινότητες, ακόμα και σε έθνη ολόκληρα, όπως φαίνεται στο παράδειγμα του παραμυθιού «Τα καινούργια ρούχα του Αυτοκράτορα».

Όμως, δεν μπορούμε να απαλλαγούμε από τον πραγματικό κόσμο και η διατήρηση του μύθου αναπόφευκτα θα πρέπει να είναι ένας συνεχής αγώνας. Αν δεν επιλεγεί η λύση της απόλυτης κοινωνικής απομόνωσης, αργά ή γρήγορα, κάποιος θα φέρει στο φως το μυστικό. Η τελειότερη οικογενειακή συμπαιγνία απειλείται από το γεγονός ότι τα παιδιά πρέπει να πάνε σχολείο, ότι οι γονείς πρέπει να συναντήσουν άλλους ανθρώπους στη δουλειά τους ή ότι τα μέλη είναι αναγκασμένα—από άλλες εξωτερικές πιέσεις—να έχουν κοινωνικές επαφές. Ακόμα και μέσα στην οικογένεια, ορισμένοι μπορεί να ανακαλύψουν ότι οι ίδιοι πληρώνουν ακριβότερο τίμημα από τους άλλους για τη διατήρηση της φαντασίωσης και ίσως να έχουν μεγαλύτερη διάθεση να επαναστατήσουν ή να διαφύγουν. Η απειλή στο σύστημα των φαντασιώσεων δεν έρχεται μόνον απέξω. Τα πραγματικά επιτεύγματα του κάθε ατόμου στη δουλειά, στις σχέσεις, στην ερωτική επιτυχία κ.τ.λ. πρέπει να συμβιβαστούν κάπως με το σύστημα των φαντασιώσεων.

### **Γ. Επικοινωνία, η συντήρηση της δυσλειτουργίας και η θεραπεία της**

Φυσικό αποτέλεσμα αυτών των περιορισμών είναι ότι η επικοινωνία γίνεται ιδιαίτερα περίπλοκη. Καθετί που ένα άτομο λέει για τον εαυτό του θα έχει την τάση να επηρεάζεται από τρία κριτήρια. Ή, για να το θέσουμε αλλιώς: κάθε επικοινωνία θα περιέχει συγχρόνως τρία μηνύματα:

1. Ό,τι λέγεται θα πρέπει, με κάποιο τρόπο, να μην αντιτίθεται πολύ φανερά στον εσωτερικό φαντασιωσικό κόσμο.
2. Συγχρόνως, θα πρέπει, με κάποιο τρόπο, να μην είναι τόσο ασυμβίβα-

στο με τις κοινωνικές προσδοκίες, ώστε να προκαλέσει την αμφισβήτηση των άλλων.

3. Θα σταλεί και ένα τρίτο μήνυμα (συνήθως μη-λεκτικό) που ασκεί συναισθηματική πίεση στον παραλήπτη, να μην παρατηρήσει οποιαδήποτε ασυμφωνία μεταξύ των μηνυμάτων 1 και 2 και, ακόμα, να μη σχολιάσει την αναπόφευκτη σύγχυση που θα προκληθεί από την προσπάθεια να εκφραστούν δύο ασυμβίβαστα μηνύματα συγχρόνως.

Είναι περιττό να πούμε ότι ως σύντροφοι ή φίλοι επιλέγονται άνθρωποι που θα υπακούσουν στη μη-λεκτική εντολή και δε θα αμφισβητήσουν τις αντιφάσεις. Εκείνοι που θα τις αμφισβητήσουν, ακόμα και τα παιδιά της οικογένειας, θα απορριφθούν.

Οι παραπάνω περιπλοκές στην επικοινωνία που προκαλούνται, όπως είναι πολύ φυσικό, από τη δυνατότητα προσήλωσης σε ένα στατικό εσωτερικό κόσμο, ο οποίος βρίσκεται σε διάσταση με τον εξωτερικό που αλλάζει, έχουν περιγραφεί με λεπτομέρειες, με το γενικό όρο «διπλός δεσμός» (double bind). Παρ' όλα αυτά, η ερμηνεία που δίνεται εδώ, γι' αυτή τη διαταραγμένη μορφή επικοινωνίας, φαίνεται πολύ πιο απλή και πιο κατανοητή από εκείνες που παρουσιάστηκαν προηγουμένως. Για παράδειγμα, ο τρομερός ανταγωνισμός των δυνάμεων, φοβερά καταστροφικός (αν και η ύπαρξή του καλύπτεται από ολοκληρωτική άρνηση), ο οποίος, καθώς παρατήρησε η ομάδα του Μιλάνου (20), χαρακτηρίζει τις οικογένειες των σχιζοφρενών και τον οποίο αποδίδουν σε περηφάνια ή «ύβρι», μπορεί να εξηγηθεί, αν κάθε μέλος της οικογένειας προσπαθεί, στην ουσία, να διατηρήσει τη φαντασίωση ότι είναι παντοδύναμο, ότι δεν έχει όρια ή περιορισμούς, ότι είναι αδιαφιλονίκητος «Κύριος της Δημιουργίας». Η λέξη «ύβρις» που υποδηλώνει την περηφάνια η οποία επιζητά να ανταγωνιστεί τους θεούς είναι απόλυτα ταιριαστή. Αν όλα τα μέλη της οικογένειας εμμένουν σε φαντασιώσεις θεικής παντοδυναμίας, η παρουσία και μόνο άλλων, ανεξάρτητων όντων θέτει υπό αμφισβήτηση τη θεμελιώδη αυτή αντίληψη. Και εφόσον η ανοιχτή αναμέτρηση μαζί τους σημαίνει παραδοχή της ύπαρξής τους, ακόμα και ο ανταγωνισμός με τέτοια ανύπαρκτα όντα πρέπει να αποκηρυχτεί.

Μέρος αυτού του υλικού θα εξετάσουμε, βέβαια, με περισσότερες λεπτομέρειες σε επόμενα κεφάλαια, που ασχολούνται με την παθολογία, αλλά είναι απαραίτητο να διευκρινίσουμε εδώ, με συντομία, αυτά τα θέματα. Μπορούμε, σ' αυτό το σημείο, να αναφέρουμε επίσης σύντομα ότι όπου η φύση παράγει ένα δηλητήριο, συνήθως παρέχει και το αντίδοτό του. Έτσι γίνεται και με τον κατακερματισμό που περιγράψαμε πιο πάνω, ο οποίος αποτελεί την πηγή τόσων πολλών ανθρώπινων

δεινών. Αν και προέρχεται από τη μοναδική ανθρώπινη ικανότητα για συμβολική αναπαράσταση των αφαιρέσεων από τις εμπειρίες των αισθήσεων και από την ανθρώπινη ικανότητα για ψηφιακή και για αναλογική επικοινωνία, η ικανότητά μας να χρησιμοποιούμε σύμβολα μας δίνει συγχρόνως τη δυνατότητα να ξεπεράσουμε μερικές από αυτές τις δυσκολίες που τα ίδια τα σύμβολα δημιουργούν. Γιατί μπορούμε να χρησιμοποιούμε τη γλώσσα για να μιλήσουμε για τη γλώσσα και για να μελετήσουμε τις διαταραχές της γλώσσας, εφόσον η γλώσσα μάς δίνει τη δυνατότητα να απομακρυνθούμε από την πραγματικότητα αρκετά, ώστε να είναι δυνατή η ανεξάρτητη εννοιολογική σκέψη και, έτσι, να δημιουργήσουμε την επιστήμη. Αν, με τον ίδιο τρόπο, μας δίνει επίσης τη δυνατότητα να χάσουμε την επαφή με την πραγματικότητα και να τρελαθούμε, κάνοντας ένα δεύτερο θήμα, μπορούμε να μεταφερθούμε έξω από το πρόβλημα, να απομακρυνθούμε από την ίδια τη διαταραχή της γλώσσας, να τη μελετήσουμε και να τη διορθώσουμε. Αν κάτι δεν πάει καλά και σ' αυτή την εργασία δευτέρου βαθμού (meta level = μετα-επίπεδο), η αποστασιοποίηση, που είναι εφικτή με την εννοιολογική σκέψη, μας δίνει τη δυνατότητα να απομακρυνθούμε και πάλι από το πρόβλημα και έτσι να παρατηρούμε και να διορθώνουμε τα λάθη μας επ' αόριστο.

#### Η ΜΕΛΕΤΗ ΤΩΝ ΔΙΑΦΟΡΩΝ ΑΝΑΜΕΣΑ ΣΤΙΣ ΥΓΙΕΙΣ ΚΑΙ ΣΤΙΣ ΔΥΣΛΕΙΤΟΥΡΓΙΚΕΣ ΟΙΚΟΓΕΝΕΙΕΣ

Στις προηγούμενες σελίδες προσπαθήσαμε να δούμε την οικογένεια από διάφορες οπτικές γωνίες ως σύστημα και, επιστρέφοντας στις απλούστατες πρώτες αρχές, προσπαθήσαμε να κατανοήσουμε τι θα σήμαινε για ένα τέτοιο σύστημα η έννοια υγιής λειτουργία. Ας στραφούμε τώρα σε μία επισκόπηση μερικών από τα ίδια τα ερευνητικά ευρήματα, που ήταν διαθέσιμα όταν γραφόταν αυτή η μονογραφία, τα οποία προέρχονται από ζωντανές παρατηρήσεις οικογενειακών συναλλαγών. Είναι περιττό να πούμε ότι στον περιορισμένο χώρο που έχουμε μπορούμε να παρουσιάσουμε μόνο τα κύρια σημεία των πιο σπουδαιών ευρημάτων παραλείποντας πολλές σημαντικές λεπτομέρειες, πράγμα που περιορίζει την εγκυρότητα των αποτελεσμάτων. Παραθέτουμε όμως βιβλιογραφία, μέσα από την οποία ο αναγνώστης μπορεί να διερευνήσει περισσότερο το θέμα.

##### A. Πόση υγεία και πόση δυσλειτουργία υπάρχει;

Θα μπορούσαμε καταρχάς να αναρωτηθούμε αν η υγιής λειτουργία είναι συνηθισμένη ή σπάνια. Δεν υπάρχει επαρκής απάντηση σ' αυτό το

ερώτημα, όσον αφορά την οικογένεια ως σύστημα, αλλά, από την υπάρχουσα γνώση για την ψυχική υγεία ολόκληρων πληθυσμών, μπορούμε να συμπεράνουμε ότι αληθινά υγιείς οικογένειες είναι σπάνιες και δυσεύρετες. Για παράδειγμα, στη μελέτη του Midtown Manhattan (23) βρέθηκε ότι το 23,4% ενός αντιπροσωπευτικού δείγματος του πληθυσμού παρουσίαζε σαφή ψυχολογική δυσλειτουργία και ότι μόνο 18,5% ήταν σαφώς υγιείς. Τα αποτελέσματα μελέτης στην κομητεία του Sterling (14), αν και περιλαμβάνουν μια πιο αγροτική περιοχή, βρίσκουν σχεδόν ίδια ποσοστά, με 20% σαφή δυσλειτουργία και 17% αναμφισβήτητη υγεία. Είναι σημαντικό να ξεκινήσουμε με αυτού του είδους τις πληροφορίες, γιατί το κυριότερο μειονέκτημα πολλών από τις υπάρχουσες μελέτες είναι ότι δε συγκρίνουν τους σαφώς ασθενείς με τους υγιέστατους, τις «καλύτερες δυνατές» ακραίες περιπτώσεις που αποτελούν το επίκεντρο αυτού του κεφαλαίου, αλλά με κάποιο μέτρο του «φυσιολογικού» που βασίζεται περισσότερο στο στατιστικό μέσο όρο (δηλαδή την ομάδα που βρίσκεται στο μέσο του φάσματος) που περιλαμβάνει περίπου το 60% πληθυσμού των μελετών που μόλις αναφέραμε, του οποίου η ψυχική υγεία είναι αβέβαιη.

### **B. Ασυνήθιστη υγεία: ερευνητικές μελέτες**

#### *(1) Westley και Epstein*

Οι Westley και Epstein (27) εξέτασαν λεπτομερώς τις οικογένειες ομάδας φοιτητών ενός κολεγίου, που παρουσίαζαν ασυνήθιστη συναισθηματική υγεία, και τις συνέκριναν με οικογένειες άλλων φοιτητών που ήταν ιδιαίτερα διαταραγμένοι. Οι διαφορές που παρατηρήθηκαν ελέγχθηκαν με μια μελέτη δείγματος του πληθυσμού του κολεγίου. Τα κυριότερα ευρήματα ήταν τα ακόλουθα:

1. Σε σχέση με το βαθμό διαφοροποίησης του ρόλου μεταξύ των δύο γονέων: οι γονείς των υγιέστερων παιδιών παρουσίαζαν μία ισορροπία ανάμεσα στην *αίσθηση της ξεχωριστής υπόστασης* και της επικάλυψης, όπου πολλές από τις γονεϊκές λειτουργίες ήταν κοινές αλλά όχι σε σημείο που να μπορούσε να υπάρξει σύγχυση μεταξύ της ανδρικής και γυναικείας ταυτότητας ή μεταξύ των πατρικών και μητρικών ρόλων και ευθυνών. Οικογένειες στις οποίες υπήρχε μεγαλύτερη επικάλυψη στους ρόλους και τις ευθύνες του άντρα και της γυναίκας και όπου οι ρόλοι των φύλων ήταν λιγότερο διαφοροποιημένοι είχαν λιγότερο υγιή παιδιά, που τα ίδια συχνά υπέφεραν από σύγχυση ρόλου. Στην «παραδοσιακή» πατριαρχική οικογένεια, όπου οι ρόλοι δεν παρουσιάζουν κα-

μία επικάλυψη, τα αποτελέσματα ήταν ακόμα χειρότερα και ο βαθμός της προβληματικής υγείας των παιδιών ήταν καλύτερος μόνο σε σύγκριση με την υγεία των παιδιών που προέρχονταν από οικογένειες όπου οι παραδοσιακοί ρόλοι είχαν αντιστραφεί, όπου, δηλαδή, ο πατέρας είχε αναλάβει περισσότερα από τα μισά «παραδοσιακά γυναικεία» καθήκοντα του νοικοκυριού και της φροντίδας των παιδιών.

2. Σχετικά με το θέμα της ισχύος, βρέθηκε ότι οι πιο υγιείς οικογένειες είναι εκείνες στις οποίες είναι αρχηγός ο πατέρας. Ακολουθούσαν οι οικογένειες όπου ο πατέρας ήταν κυρίαρχος, μετά οι οικογένειες όπου υπάρχει ισότητα μεταξύ των γονέων, ενώ ο χαμηλότερος βαθμός υγείας βρέθηκε στις οικογένειες που κυριαρχούσε η μητέρα.

3. Γενικά, βρέθηκε ότι η υψηλή συχνότητα σεξουαλικής επαφής μαζί με την αυξανόμενη σεξουαλική ικανοποίηση κατά τη διάρκεια του γάμου σχετίζονται με την ψυχική υγεία των παιδιών. Αυτό, όμως, δεν ίσχυε πάντα. Η ύπαρξη μιας ζεστής, αγαπημένης και υποστηρικτικής σχέσης ανάμεσα στο ζευγάρι φαίνεται ότι έπαιξε ακόμα πιο σημαντικό ρόλο, αντισταθμίζοντας, σε μεγάλο βαθμό, την έλλειψη συναισθηματικής υγείας, είτε στο σύζυγο είτε στη σύζυγο. Στις περιπτώσεις αυτές, η γονεϊκή παθολογία φαίνεται, μάλλον, να περιορίζεται και αντιμετωπίζεται μέσα στο γάμο παρά να μεταφέρεται και στα παιδιά.

Οι Westley και Epstein μελέτησαν τα μέλη της οικογένειας ως άτομα και όχι τόσο τη συναλλαγή της οικογένειας. Αλλά και σε μια μελέτη που συνέκρινε τα ζευγάρια οικογενειών που είχαν ή δεν είχαν σχιζοφρενή παιδιά, οι Mischler και Waxler (19) βρήκαν παρόμοια χαρακτηριστικά. Οι υγιέστερες οικογένειες παρουσίαζαν έναν ισχυρό γονεϊκό συνασπισμό αλλά η άσκηση της εξουσίας γινόταν μάλλον με διαπραγμάτευση παρά με άκαμπτο, αυταρχικό τρόπο. Στις υγιέστερες οικογένειες η επικοινωνία ήταν σαφέστερη και αμεσότερη, ενώ σε εκείνες που είχαν έναν ασθενή, ή ήταν άκαμπτη και ελεγχόμενη από φόβο ή προκαλούσε σύγχυση και διαταραχή.

#### *(2) Stabenau, Tupin, Werner και Pollin*

Μια τρίτη μελέτη [Stabenau και συνεργάτες, 1965 (24)] έχει ήδη παρουσιαστεί, με αρκετές λεπτομέρειες, σε προηγούμενο βιβλίο του συγγραφέα (21, σ. 244-246). Σύγκριση οικογενειών με παιδιά σχιζοφρενή ή εγκληματικά, ή που δεν παρουσίαζαν καμία από τις διαταραχές αυτές, κατέληξε σε πολλά χαρακτηριστικά που συμφωνούν με τα ευρήματα άλλων μελετών οι οποίες αναφέρθηκαν εδώ, και

...στις οικογένειες με φυσιολογικό έλεγχο, το συναίσθημα έτεινε να είναι σωστό, συντονισμένο, θετικό και ζεστό. Η συναλλαγή παρουσίαζε σημαντική αυτονομία, λειτουργούσε με ένα σύστημα όπου τα μέλη της οικογένειας αντιμετώπιζονταν και δεν ήταν αντικείμενα χειρισμού ή ελέγχου και υπήρχε ένας στόχος αμοιβαίας κατανόησης και ικανοποίησης. Η οργάνωση της οικογένειας ήταν εύκαμπτη, με σαφή διαφοροποίηση και προσδοκία ρόλων. Παρατηρήθηκαν ενδείξεις συναισθηματικής προβληματικής ταυτοποίησης με το ρόλο του άλλου και οι γονείς είχαν την τάση να συναλλάσσονται με τρόπο αλληλοσυμπλήρωσης (σ. 50).

### (3) MacGregor και συνεργάτες

Μια τέταρτη μελέτη, επιστημονικά λιγότερο αυστηρή από τις άλλες, η οποία όμως αναφέρει τη θεραπεία οικογενειών με εφήβους που παρουσίαζαν διαφόρων βαθμών διαταραχές [MacGregor και συνεργάτες, 1964 (17)], έχει επίσης παρουσιαστεί περιληπτικά σε προηγούμενο βιβλίο του συγγραφέα (21). Δείχνει πολλές διαφορές ανάμεσα στις περισσότερες και τις λιγότερο υγιείς οικογένειες: αυτές οι διαφορές είναι αντίστοιχες με εκείνες που παρατηρήθηκαν στις άλλες μελέτες. Προχωρώντας από την περιγραφή των οικογενειών με τα περισσότερο διαταραγμένα παιδιά στις οικογένειες με τα λιγότερο διαταραγμένα παιδιά, εντυπωσιάζεται κανείς και πάλι από το σημαντικό ρόλο που παίζει για την υγεία (α) η γονεϊκή συνεργασία στο θέμα της εξουσίας· (β) τα σαφή σύνορα ανάμεσα στις γενιές, χάρη στα οποία τα παιδιά δεν μπορούν να διαταράξουν το γονεϊκό συνασπισμό δημιουργώντας τα ίδια ισχυρότερους συνασπισμούς γονέα-παιδιού· (γ) η αμοιβαία παραδοχή και κατανόηση· (δ) η ικανότητα της οικογένειας, ως συνόλου, να συναλλάσσεται με την ευρύτερη κοινότητα και να δέχεται βοήθεια από αυτήν. Και πάλι, προχωρώντας από τις οικογένειες με τα πιο διαταραγμένα παιδιά σε εκείνες με τα λιγότερο διαταραγμένα, εντυπωσιάζεται κανείς από την κυρίαρχη θέση της μητέρας και τον αποκλεισμό του πατέρα στις οικογένειες της πρώτης κατηγορίας, καθώς και από τη θέση αυξανόμενης εξουσίας που αναλαμβάνει ο πατέρας καθώς χαμηλώνει ο βαθμός ή το επίπεδο της διαταραχής.

### (4) Οι μελέτες Timberlawn

Όμως, όσο κι αν οι μελέτες αυτές φαίνονται να συμφωνούν μεταξύ τους, καμία δεν εξετάζει την πραγματική συμπεριφορά και συναλλαγή οικογενειών που καλύπτουν όλο το φάσμα, από την ακραία δυσλειτουργία μέχρι την εξαιρετική υγεία. Ένα πρώτο βήμα προς την κατεύθυνση αυτή έγινε από μια ομάδα στο Timberlawn Psychiatric Research Foun-

dation [Lewis και συνεργάτες, 1976 (15)]. Η έρευνά τους, που αναφέρει την πρώτη επιτυχή προσπάθεια να βρουν και να μελετήσουν σε βάθος τις προσωπικότητες, τις σχέσεις και τις χαρακτηριστικές συναλλαγές που παρουσιάζουν περισσότερο οι οικογένειες στις ακραίες θέσεις του φάσματος της υγείας (παρά εκείνες που βρίσκονται στο μέσο του φάσματος ή στο «μέσο όρο») έχει τόσο μεγάλη θεωρητική και πρακτική σπουδαιότητα, ώστε συνιστούμε θερμά στον αναγνώστη να διαβάσει το υλικό που δημοσίευσαν οι ίδιοι οι ερευνητές, είτε στο βιβλίο που μόλις αναφέρθηκε είτε στη εκλαϊκευμένη του παρουσίαση, όπου παραλείπονται πολλές από τις λεπτομέρειες του ερευνητικού πρωτοκόλλου (16). Σε προηγούμενη δημοσίευση (22), ο συγγραφέας αυτής της μονογραφίας προσπάθησε να παρουσιάσει περιληπτικά τα αποτελέσματα σε τρεις πίνακες τους οποίους είδε και ενέκρινε ο Lewis και οι οποίοι θα πρέπει να βοηθήσουν τον αναγνώστη να συλλάβει γρήγορα τα κυριότερα ευρήματα (βλ. Πίνακα I).

Στον πρώτο πίνακα, για λόγους απλούστευσης, το φάσμα των επιπέδων της ψυχολογικής λειτουργίας χωρίζεται σε τρεις κύριες κατηγορίες. Όπως φαίνεται από την πρώτη ματιά, ξεκινώντας από τα χαρακτηριστικά των πιο σοβαρά δυσλειτουργικών οικογενειών, περνώντας από την ομάδα που βρίσκεται στο μέσο του φάσματος και καταλήγοντας στις υγιέστερες οικογένειες, η αλλαγή δεν είναι απλώς θέμα βαθμού ούτε απλώς θέμα σταθερής αύξησης ή μείωσης ορισμένων χαρακτηριστικών. Αντίθετα, από ορισμένες απόψεις, η πρόοδος προς την υγεία φαίνεται να γίνεται σταδιακά.

Για παράδειγμα, η χαώδης κατάσταση των πιο σοβαρά δυσλειτουργικών οικογενειών στις οποίες χαρακτηριστικά υπάρχει ένας συνασπισμός γονέα-παιδιού, με τον πατέρα πιο συχνά ανεπαρκή και αποκλεισμένο, αλλάζει στις οικογένειες που λειτουργούν στο μέσο του φάσματος· σ' αυτές παρατηρείται μια άκαμπτη δομή όπου όχι μόνον οι γονείς ασκούν αυστηρό έλεγχο στα παιδιά αλλά υπάρχει επίσης και μια άκαμπτη ιεραρχία, σύμφωνα με την οποία ο ένας γονιός κυριαρχεί πάνω στον άλλο. Όταν όμως φτάσουμε στις υγιέστερες οικογένειες, αυτή η κατάσταση όχι μόνο δεν καταλήγει στην υπερβολή αλλά αλλάζει ριζικά. Υπάρχει δομή αλλά είναι αρκετά ασφαλής ώστε να ζητείται η γνώμη των παιδιών και οι αποφάσεις να παίρνονται έπειτα από συζήτηση, ενώ ο γονεϊκός συνασπισμός έχει γίνει πια ισόδυναμος.

Με τον ίδιο τρόπο, η μείξη (fusion) που παρατηρείται στις σοβαρά δυσλειτουργικές οικογένειες παραχωρεί τη θέση της –στις οικογένειες που λειτουργούν στο μέσο του φάσματος– στην ατομικότητα και την αίσθηση της ξεχωριστής υπόστασης αλλά μόνο με τμήμα τη συναισθηματική απόσταση και τη στερεοτυπία των ρόλων, συμπεριλαμβανο-

ΠΙΝΑΚΑΣ Ι

Επίπεδο λειτουργίας των παιδιών	Σοβαρή δυσλειτουργία	Λειτουργία στο μέσο του φάσματος	Υγιής λειτουργία
Δομή ισχύος	Χαστική Συνασπισμός γονέα-παιδιού (συνήθως μεταξύ μητέρας και του χαρακτηρισμένου ως ασθενούς, ο πατέρας ανεπαρκής και αποκλεισμένος)	Δομημένη/ Ακαμπτή Αυστηρός, άκαμτος έλεγχος, ελάχιστη διαπραγματευση. Οι γονείς ή ανταγωνίζονται για την εξουσία (διαπραχές συμπεριφοράς) ή έχουν σχέσεις κυριαρχίας/υποταγής (νευρώσεις)	Δομημένη/Ευέλικτη Ισχυρός, ισοδύναμος γονεϊκός συνασπισμός αλλά ζητούν τη γνώμη των παιδιών και οι αποφάσεις παίρνονται με διαπραγματεύσεις. Σαφής ιεραρχία με αμοιβαίο σεβασμό
Διαφοροποίηση	Μείξη/(fusion) Θολά όρια, ασαφείς ταυτότητες, μεταβαλλόμενοι ρόλοι. Μορφές, «αποδομοποιται τράγον», αποφυγή ευθωνών (παρεμβατισμός)	Αίσθηση ξεχωριστής υπόστασης μέσω της απόστασης Ταυτότητες περισσότερο καθορισμένες αλλά με τίμημα τη συναισθηματική απόσταση, τον περιορισμό του δυναμικού και του αυθωρητισμού. Στερεότυπα ρόλων συμπεριλαμβανομένων και των αρσενικών/θηλυκών ρόλων	Σαφής ταυτότητα και οικειότητα Ταυτότητες εξαιρετικά καθορισμένες και σταθερές που επιτρέπουν, επίσης, υψηλά επίπεδα οικειότητας και επαφής. Μεγάλη ατομική υπευθυνότητα
Επικοινωνία	Ασαφής, συγκεχυμένη, διφορούμενη γεμάτη υπεκφυγές. Διπλός δεσμός. Παράπληξη	Ανοιχτή, σαφής, άμεση, ειλικρινής. Ζωντανή και αυθωρητη	
Σχέση	Στεγανότητα	Στεγανή σε νέες ιδέες. Όχι αμοιβαία	Δέχεται νέες ιδέες και ανταποκρίνεται σ' αυτές
Σχέση	Εναντιωματική Αυσιτία, προσδοκία του κακού (εξάπτηση, εγκατάλειψη)	Εναντιωματική Σχετική δυσπιστία: η ανθρώπινη φύση θεωρείται βασικά κακή και χρειάζεται αυστηρό έλεγχο του εαυτού και των άλλων. Απόθεση, καταστολή (suppression)	Προσεταριστική Εμπιστοσύνη. Βασική προσδοκία θετικής απάντησης σε θετική προσέγγιση. Ζεστός, γεμάτος φροντίδα, αμοιβαίος σεβασμός και υπευθυνότητα
Αίσθηση της πραγματικότητας	Αμφιθυμικά συναισθήματα, όχι εναρμονισμένα. Μεταπτώσεις μεταξύ των άκρων. Η ασυνέπεια αντιμετωπίζεται με άρνηση	Αμφιθυμία όχι αποδεκτή, αντιμετωπίζεται με απόθεση και αντιδραστικό σχηματισμό (reaction formation) εναντίον των «κακών» παρορμήσεων	Αμφιθυμικά συναισθήματα αποδεκτά σαν φυσιολογικά. Και οι δύο πλευρές συμπεριλαμβάνονται και ενσωματώνονται
Συναίσθημα	Κυνισμός, εχθρότητα, σαδισμός, απαισιοδοξία και απελπισία	Έλλειψη συζυγικής ικανοποίησης. Ρόλοι ανταγωνιστικοί ή κυριαρχίας/υποταγής	Αμοιβαία ικανοποιητικοί, συμπληρωματικοί συζυγικοί ρόλοι. Επίσης, η σεξουαλικότητα αμοιβαία ικανοποιητική
Αίσθηση της πραγματικότητας	Άρνηση της πραγματικότητας, διαφυγή σε φανταστικές ικανοποιήσεις	Επαρκής αίσθηση πραγματικότητας για αποτελεσματική λειτουργία αλλά με κάποια διαστρέβλωση και ασύμφωνους οικογενειακούς «μύθους»	Η εικόνα του εαυτού και της οικογένειας συμβαδίζει με την πραγματικότητα
Συναίσθημα	Κυνισμός, εχθρότητα, σαδισμός, απαισιοδοξία και απελπισία	Εχθρότητα (διαπραραχές συμπεριφοράς) αλλά όχι στο βαθμό του σαδισμού των σοβαρά δυσλειτουργικών. Υποταγμένη, χωρίς χαρά, περιορισμένη (νευρωτική διαταραχή)	Ζεστασιά, ευχαρίστηση, χιούμορ, Τρυφερότητα. Συναισθηματική ταυτοποίηση
Στάση προς την αλλαγή και την απόλεια	Ανικανότητα αντιμετώπισης της αλλαγής και της απόλειας. Η χωρίς διακοπή, επαναληπτική ιδιότητα, με άρνηση του αποχωρισμού και του θανάτου, διαφυγή στη φαντασίωση	Η αλλαγή και η απόλεια αντιμετωπίζονται αλλά με μεγάλο πόνο και δυσκολία. Ο αποχωρισμός και ο θάνατος δεν ξεπερνιούνται πραγματικά. Υποτάστατα για τα πρόσωπα που χάθηκαν και μεταβίβαση συναισθημάτων, αντί για εσωτερικευση του χαμένου προσώπου.	Αλλαγή, ανάπτυξη, αποχωρισμός και θάνατος, όλα αποδεκτά με ρεαλιστικό τρόπο· οι απόλεις ξεπερνιούνται, 1. στον ισχυρό γονεϊκό συνασπισμό (σε σχέση με τις μεγαλύτερες και τις νεότερες γενιές) 2. στις ισχυρές και ποικίλες σχέσεις έξω από την οικογένεια 3. στο υπερβατικό σύστημα αξιών

Σημείωση: Οι πίνακες I, II και III παρατίθενται, κατόπιν αδειάς, από το Handbook of Family Therapy, 1981 (A. Gurman and D. Kniskern, eds.), Brunner/Mazel, New York.

μένων και αυστηρών διαφορών στους ρόλους των φύλων. Στις υγιέστερες οικογένειες αυτό δεν προχωρεί πιο πέρα αλλά αλλάζει ριζικά. Η αίσθηση της ταυτότητας και της διαφοράς είναι τόσο εδραιωμένη, ώστε τα άτομα να μπορούν να κινούνται εναλλακτικά ανάμεσα στην έντονη οικειότητα και στην απόσταση της ξεχωριστής υπόστασης. Μια παρόμοια μετάβαση παρατηρήθηκε και στην επικοινωνία, όπου η σαφήνειά της, στο μέσο του φάσματος, επιτυγχάνεται με το αντίτιμο της ακαμψίας η οποία, όμως, είναι περιττή στις υγιείς οικογένειες.

Ως προς τις σχέσεις, την αίσθηση της πραγματικότητας και το συναίσθημα, η μετάβαση από τη μια κατηγορία στην άλλη παρουσιάζει μια ομαλότερη συνέχεια. Το ίδιο ισχύει και για τις στάσεις απέναντι στην αλλαγή, την απώλεια, το χωρισμό και το θάνατο. Η ομάδα του Timberlawn βρήκε ότι η ικανότητα να αντιμετωπίζονται αυτές οι ποικίλες πλευρές της αλλαγής ήταν ένα ιδιαίτερα καθοριστικό και αξιόπιστο στοιχείο για τη διαφοροποίηση των υγιών από τις λιγότερο υγιείς οικογένειες, το οποίο επηρεάζει τόσο τη σωματική όσο και την ψυχική υγεία. Αυτό, βέβαια, θα μπορούσε κανείς να το περιμένει εάν —μέσα στο πλαίσιο της προηγούμενης συζήτησης— η «υγεία» συνδέεται με την ικανότητα προσαρμογής στη ροή των συνεχώς μεταβαλλομένων εμπειριών και στις προκλήσεις της εξελικτικής διεργασίας, μέσα από μία συνεχή αλλαγή των εσωτερικών «προτύπων» ή της «γνώσης», ώστε να ενσωματωθούν οι νέες πληροφορίες.

Ο Πίνακας I παρουσιάζει τα ευρήματα σε γενικές γραμμές. Αλλά οι ερευνητές του Timberlawn εξέτασαν επίσης λεπτομερέστερα τις οικογένειες που είχαν υγιή παιδιά, συγκρίνοντας τις έξι οικογένειες που η λειτουργία τους πλησίαζε πιο πολύ στο κέντρο του φάσματος με τις οικογένειες που η λειτουργία τους τις κατέτασσε στο πιο ακραίο σημείο της «υγιούς ομάδας». Την πρώτη ομάδα την ονόμασαν «επαρκή» και τη δεύτερη «καλύτερη δυνατή» (optimal). Περίληψη των αποτελεσμάτων αυτής της σύγκρισης παρουσιάζεται στους Πίνακες II και III.

Ο Πίνακας II δε χρειάζεται πολλές επεξηγήσεις και δείχνει ότι οι «καλύτερες δυνατές» οικογένειες μπορούν να διαφοροποιηθούν από τις «επαρκείς» με βάση τα εφτά από τα οχτώ κριτήρια, ενώ ο Πίνακας III δείχνει ότι υπάρχουν εντυπωσιακές διαφορές ανάμεσα στις «καλύτερες δυνατές» και στις «επαρκείς» οικογένειες, ως προς τις συζυγικές σχέσεις. Είναι ενθαρρυντικό να διαπιστώνουμε ότι πολλά ζευγάρια με έντονα στοιχεία λειτουργίας στο μέσο του φάσματος μπορούν να μεγαλώσουν υγιή παιδιά με σκληρή δουλειά, προσπάθεια και αγώνα, ακόμα και με βαρύ τίμημα. Αλλά είναι ακόμα πιο ενθαρρυντική η διαπίστωση ότι η καλύτερη υγεία και η μεγαλύτερη ευημερία στην οικογενειακή λειτουργία, όπως και η μέγιστη εξέλιξη όλων των άλλων ανθρώπων

δεξιοτήτων, εμφανίζονται αφού οι βασικές γνώσεις και δεξιότητες έχουν εδραιωθεί τόσο καλά ώστε να μη χρειάζεται πια αγωνιώδης προσπάθεια, έτσι ώστε να παραχωρείται χώρος και χρόνος στον αυθορμητισμό, την απόλαυση και την ικανοποίηση, θυμίζοντάς μας το νόημα που δίνει ο Bateson στον όρο της «χάριτος».

## ΠΙΝΑΚΑΣ II

*Κύρια χαρακτηριστικά των «κατά το δυνατόν καλύτερων» οικογενειών, που παρουσιάζονται κατά τη σειρά φανεράς σπουδαιότητας.*

Οι «κατά το δυνατόν καλύτερες» οικογένειες θα μπορούσαν να διαφοροποιηθούν από τις «επαρκείς» οικογένειες σε όλα τα παρακάτω χαρακτηριστικά εκτός από το 7 (Πρωτοβουλία) σε επίπεδο στατιστικής σημαντικότητας. Και οι δύο κατηγορίες είχαν υγιή παιδιά αλλά οι «επαρκείς» παρουσίαζαν πολλά χαρακτηριστικά λειτουργίας του «μέσου του φάσματος».

- (1) Προσεταιριστική στάση στις ανθρώπινες επαφές: ανοιχτές, φιλικές, με βασική εμπιστοσύνη (σε αντίθεση με την εναντιωματική στάση, δυσπιστία, απόσυρση κ.τ.λ.).
- (2) Μεγάλος σεβασμός για την αίσθηση της ξεχωριστής υπόστασης, την ατομικότητα, την αυτονομία, την ιδιωτική ζωή (σε αντίθεση με την προσδοκία συμφωνίας, συμμόρφωσης, αντιπροσώπευσης).
- (3) Ανοιχτή, σαφής, ειλικρινής επικοινωνία (σε αντίθεση με τη σύγχυση, την υπεκφυγή, τον περιορισμό κ.τ.λ.).
- (4) Ισχυρός γονεϊκός συνασπισμός, ισοτιμία και ισοδυναμία των γονέων (σε αντίθεση με το γονεϊκό σχίσμα και τους συνασπισμούς γονέα-παιδιού).
- (5) Εύκαμπτος έλεγχος, με διαπραγματεύσεις, στο πλαίσιο της βασικής ιεραρχίας γονέα-παιδιού (σε αντίθεση με τον αυστηρό, άκαμπτο έλεγχο και τους απαράβατους κανόνες).
- (6) Ιδιαίτερα αυθόρμητη συναλλαγή, με πολύ καλή διάθεση και πνεύμα: «τσίρκο με τρεις πίστες αλλά όλες υπό έλεγχο» (σε αντίθεση με την άκαμπτη, στερεότυπη συναλλαγή).
- (7) Υψηλά επίπεδα πρωτοβουλίας (σε αντίθεση με την παθητικότητα).
- (8) Μοναδικότητα και διαφορά ενθαρρύνονται και εκτιμώνται — ζωτικότητα, ισχυροί «χαρακτήρες» (σε αντίθεση με τους άχρωμους, στερεότυπους, υποταγμένους χαρακτήρες).

## ΠΙΝΑΚΑΣ ΙΙΙ

Διαφορές στη συζυγική και σεξουαλική λειτουργία ανάμεσα στις «επαρκείς» και στις «καλύτερες δυνατές» οικογένειες, οι οποίες είχαν όλες υγιή παιδιά.

	Επαρκείς	Καλύτερες δυνατές
ΡΟΛΟΙ	Γενικά παραδοσιακοί ρόλοι του φύλου αλλά με άκαμπτο, στερεότυπο, σαφώς καθορισμένο τρόπο.	Γενικά παραδοσιακοί ρόλοι του γένους αλλά, κατά τα φαινόμενα, έπειτα από επιλογή, με ικανοποιητική, ευχάριστη συμπληρωματικότητα και αμοιβαιότητα.
ΣΧΕΣΗ	Οι σύζυγοι επιτυχημένοι, ανταγωνιστικά προσανατολισμένοι στη δουλειά. Περισσότερο ικανοποιημένοι από τη ζωή από όσο οι γυναίκες. Αποστασιοποιημένοι και χορηγοί υλικής αλλά όχι συναισθηματικής υποστήριξης.  Οι γυναίκες γενικά δυστυχείς, γεμάτες ανάγκες, μοναχικές, με αίσθημα απομόνωσης από τους άντρες τους και καταβεβλημένες από τα παιδιά τους. Τάση για παχυσαρκία, κατάθλιψη και εξάντληση. Περιορισμένα ενδιαφέροντα έξω από το σπίτι.	Και οι δυο σύζυγοι εκφράζουν αμοιβαία ικανοποίηση και ευχαρίστηση από τη σχέση και τη ζωή γενικά. Οι άντρες εμπλεγμένοι στη δουλειά αλλά ευαίσθητοι στις ανάγκες της συζύγου, υποστηρικτικοί και συναισθηματικά συνειδητοποιημένοι.  Οι γυναίκες αισθάνονται ότι τις εκτιμούν και τις περιβάλλουν με στοργή. Πολλά ενεργά ενδιαφέροντα έξω από το σπίτι, αν και ο ρόλος της μητέρας και συζύγου κεντρικός και γεμάτος ικανοποιήσεις.
ΣΕΞΟΥΑΛΙΚΟΤΗΤΑ	Τακτική, γενικά παρόμοια συχνότητα (περίπου δυο φορές την εβδομάδα). Περισσότερο ικανοποιητική για τους άντρες. Οι γυναίκες γενικά δυσαρεστημένες (πάρα πολύ, πολύ λίγο, δυσάρεστο κ.τ.λ.).	Περισσότερη ποικιλία στη συχνότητα ανάμεσα στα ζευγάρια (αρκετές φορές την εβδομάδα, μέχρι δυο φορές το μήνα) αλλά έντονη, αμοιβαία, ευχάριστη και ικανοποιητική και για τους δυο συντρόφους. Πρότυπο μακρόχρονης συζυγικής πίστης.
ΕΛΕΥΘΕΡΟΣ ΧΡΟΝΟΣ	Περιορισμένη εμπλοκή του ζευγαριού στην κοινότητα.	Μεγαλύτερη εμπλοκή του ζευγαριού έξω από το σπίτι και μόνο στην οικογένεια.

Και στις δυο κατηγορίες οικογενειών υπήρχε κοινή η έντονη πίστη και εμπλοκή στην ιδέα της οικογένειας και στις δραστηριότητες των παιδιών τους.

## ΒΙΒΛΙΟΓΡΑΦΙΑ

- BATESON, G. (1972): *Steps Towards an Ecology of Mind*, Chandler, New York.
- BATESON, G. (1979): *Mind and Nature*, Wildwood House, London.
- BEAVERS, R. (1977): *Psychotherapy and Growth: A Family Systems Perspective*, Brunner/Mazel, New York.
- BERTALANFFY, L.V. (1968): *General System Theory*, Brazillier, New York.
- BOWEN, M. (1978): *Family Therapy in Clinical Practice*, Jason Aronson, New York.
- BOWLBY, J. (1967): *Attachment and Loss. Vol I: Attachment*, Hogarth Press, London.
- BOWLBY, J. (1973): *Attachment and Loss. Vol II: Separation: Anxiety and Anger*, Hogarth Press, London.
- BOWLBY, J. (1980): *Attachment and Loss. Vol III: Sadness and Depression*, Hogarth Press, London.
- EYRE, R. (1979): *Ronald Eyre on The Long Search*, Collins, London.
- FISHER, S. & MENDELL, D. (1956): *The Communication of Neurotic Patterns over Two and Three Generations*, «Psychiatry», 19: 41.
- HARLOW, H.F., HARLOW, M.K., DODSWORTH, R.O., ARLING, G.L. (1966): *Maternal Behaviour of Rhesus Monkeys Deprived of Mothering and Peer Associations in Infancy*, «Proceedings of the American Philosophical Society», 110:58.
- KLEIN, M. (1932): *The Psychoanalysis of Children*, Hogarth Press, London.
- KORYBSKI, A. (1933): *General Semantics*, Science Press, Lancaster, Pennsylvania.
- LEIGHTON, D., HARDING, J.S., MACKLIN, D.B., HUGHES, C.C., LEIGHTON, A.H. (1963): *Psychiatric Findings of the Stirling County Study*, «Amer J. of Psychiat.», 119:1021.
- LEWIS, J.M., BEAVERS, W.R., GOSSETT, J.T., PHILLIPS, V.A. (1976): *No Single Thread: Psychological Health in Family Systems*, Brunner/Mazel, New York.
- LEWIS, J.M. (1979): *How's Your Family*, Brunner/Mazel, New York.
- MacGREGOR, R., RITCHIE, A.M., SERRANO, A.C., SCHUSTER, F.P., McDONALD, E.C., GOOLISHIAN, H.A. (1964): *Multiple Impact Therapy with Families*, McGraw-Hill, New York.
- MILLER, J.G. (1965): *Living Systems, Basic Concepts*, «Behavioural Science», 10:193.
- MISCHLER, E. & WAXLER, N. (1968): *Interaction in Families*, Wiley, New York.
- PALAZZOLI-SELVINI, M., BOSCOLO, L., CECCHIN, G., PRATA, G. (1978): *Paradox and Counterparadox*, Jason Aronson, New York.
- SKYNNER, A.C.R. (1976): *One Flesh: Separate Persons*, Constable, London. (US edition entitled «Systems of Family and Marital Psychotherapy», Brunner/Mazel, New York, 1976.)
- SKYNNER, A.C.R. (1981): *An Open-System, Group-Analytic Approach to Family Therapy*. In «The Handbook of Family Therapy», A. Gurman and D. Kniskern (eds.), Brunner/Mazel, New York.
- SROLE, L., LANGER, T.S., MICHAEL, S.T., OPLER, M.K., RENNIE, T.A.C. (1962): *Mental Health in the Metropolis*, McGraw-Hill, New York.
- STABENAU, J.R., TUPIN, J., WERNER, M., POLLIN, W.A. (1965): *A Comparative Study of Families of Schizophrenics, Delinquents and Normals*, «Psychiatry», 28:45.
- WATZLAWICK, P., BEAVIN, J.H., JACKSON, D.D. (1967): *Pragmatics of Human Communication*, Norton, New York.
- WATZLAWICK, P., WEAKLAND, J., FISCH, R. (1972): *Change*, Norton, New York.
- WESTLEY, W.A., EPSTEIN, N.B. (1969): *The Silent Majority*, Jossey-Bass, San Francisco.
- WINNICOTT, D.W. (1958): *Collected Papers; Through Paediatrics to Psychoanalysis*, Tavistock, London.