



**ΠΑΝΕΠΙΣΤΗΜΙΟ ΚΡΗΤΗΣ
ΣΧΟΛΗ ΚΟΙΝΩΝΙΚΩΝ ΕΠΙΣΤΗΜΩΝ
ΤΜΗΜΑ ΨΥΧΟΛΟΓΙΑΣ**

**ΜΙΑ ΚΡΙΤΙΚΗ ΜΕΛΕΤΗ ΤΟΥ ΡΟΛΟΥ ΤΟΥ ΨΥΧΟΛΟΓΟΥ ΣΕ
ΤΕΛΕΙΟΦΟΙΤΟΥΣ ΣΠΟΥΔΑΣΤΕΣ ΨΥΧΟΛΟΓΙΑΣ**

ΠΤΥΧΙΑΚΗ ΕΡΓΑΣΙΑ

Της Ράπτη Αγάπης

Επιβλέπουσα καθηγήτρια

Σοφία Τριλίβα

Ρέθυμνο, 2015

ΠΙΝΑΚΑΣ ΠΕΡΙΕΧΟΜΕΝΩΝ

ΠΕΡΙΛΗΨΗ	3
ΕΙΣΑΓΩΓΗ	4
ΚΕΦΑΛΑΙΟ ΠΡΩΤΟ: Μεθοδολογία/Θεωρητικό πλαίσιο	9
ΚΕΦΑΛΑΙΟ ΔΕΥΤΕΡΟ: Ο ψυχολόγος σήμερα	19
2.1. Ο παντογνώστης ψυχολόγος.....	19
2.2. Η θεραπεία με βάση το ανθρωπιστικό μοντέλο.....	23
2.3. Coaching: Από την θεραπεία του εαυτού στην αυτοβελτίωση.....	25
2.4. Αυτοβοήθεια: Ο εαυτός ως ειδικός.....	28
ΚΕΦΑΛΑΙΟ ΤΡΙΤΟ: Σκέψεις πάνω στον λόγο του ψυχολόγου	32
3.1. Δυσμός ατόμου/κοινωνίας.....	32
3.2. Η ‘ουδετερότητα’ του ψυχολόγου	37
3.3. Η απο-πολιτικοποίηση των προβλημάτων	39
ΣΥΖΗΤΗΣΗ-ΣΥΜΠΕΡΑΣΜΑΤΑ	43
ΒΙΒΛΙΟΓΡΑΦΙΑ	49
ΠΑΡΑΡΤΗΜΑ	56

ΠΕΡΙΛΗΨΗ

Στην τρέχουσα συγκυρία, στην οποία παρατηρούνται έντονες κοινωνικές και οικονομικές μεταβολές, τα ψυχικά ζητήματα αποτελούν ένα βασικό θέμα ενασχόλησης των ανθρώπων και ο ψυχολόγος θεωρείται το κατάλληλο πρόσωπο που θα τους βοηθήσει να 'θεραπευτούν από τυχόν προβλήματα' ή να βελτιώσουν την ψυχική τους υγεία. Έχοντας ως αφετηρία την μεγάλη απήχηση των ψυχολογικών ζητημάτων και την όλο και μεγαλύτερη επιρροή που ασκούν οι ψυχολόγοι σε ένα φάσμα κοινωνικών και πολιτισμικών πρακτικών, η παρούσα έρευνα αποτελεί μια απόπειρα κριτικής μελέτης του ρόλου του ψυχολόγου στην Ελλάδα. Πιο συγκεκριμένα, επιχειρεί να αναδείξει πως οριοθετείται ο ρόλος του ψυχολόγου, καθώς και το πως διαμορφώνεται ο εαυτός και η διαχείριση των ανθρωπίνων προβλημάτων μέσα από τον λόγο τελειόφοιτων σπουδαστών (4^ο-5^ο έτος) του Τμήματος Ψυχολογίας του Πανεπιστημίου Κρήτης. Στο πρώτο κεφάλαιο παρουσιάζεται το μεθοδολογικό και θεωρητικό κομμάτι της έρευνας, ενώ εξετάζονται συνοπτικά κάποια θεωρητικά σημεία της ανάλυσης λόγου και της Φουκωϊκής προσέγγισης στην ανάλυση λόγου στα οποία βασίστηκε η μελέτη. Στο δεύτερο κεφάλαιο παρουσιάζεται η βασική ανάλυση, στην οποία εξετάζονται τρεις προσεγγίσεις για τον ρόλο του ψυχολόγου (το μοντέλο του παντογνώστη ψυχολόγου, του ανθρωπιστικού ψυχολόγου και του ψυχολόγου 'coach'), όπως και μια επιπλέον προσέγγιση (η αυτοβοήθεια), με την έννοια μιας pop ψυχολογικής πρακτικής. Τέλος, στο τρίτο κεφάλαιο αναλύονται κάποιοι προβληματισμοί όπως ο 'δυϊσμός ατόμου/κοινωνίας', η 'ουδετερότητα του ψυχολόγου' και η 'απο-πολιτικοποιημένη διαχείριση των προβλημάτων' που αποτελούν την βασική κριτική του ψυχολογικού λόγου.

Λέξεις-κλειδιά: ψυχολόγος, Φουκωϊκή ανάλυση λόγου, κρίση, εαυτός, διαχείριση προβλημάτων

ΕΙΣΑΓΩΓΗ

Μια συχνή τάση που παρατηρείται τα τελευταία χρόνια στην Ελλάδα είναι το έντονο ενδιαφέρον γύρω από θέματα ψυχικής υγείας και γενικά ό,τι συμπεριλαμβάνεται στο λεγόμενο ‘ψ-σύμπλεγμα’ (psy-complex).¹ Συγκεκριμένα, όλο και πιο πολλοί άνθρωποι ασχολούνται με τα ψυχολογικά ζητήματα, με αποτέλεσμα να επικρατεί μια τάση προβληματοποίησης καθημερινών θεμάτων και συμπεριφορών που πριν κάποια χρόνια δεν έχρηζαν θεραπειάς ούτε θεωρούνταν άξια προσοχής. Η τάση αυτή μπορεί να παρατηρηθεί μέσα από την έντονη διάδοση ψυχολογικών προϊόντων, όπως βιβλία αυτοβοήθειας και τεχνικές αυτό-θεραπείας, αλλά και από την αύξηση των ειδικών που ασχολούνται με αυτά τα ζητήματα, και στη συγκεκριμένη περίπτωση, των ψυχολόγων.

Αν σκεφτούμε ότι τα τελευταία χρόνια στην Ελλάδα παρατηρείται μια αύξηση τόσο στον αριθμό των ψυχολόγων όσο και στην επιρροή που ασκούν, θα διαπιστώσουμε ότι προκύπτει επίσης ένα έντονο ενδιαφέρον για τις ψυχολογικές υπηρεσίες που συνδέονται με την διαχείριση καθημερινών ζητημάτων. Βέβαια, το γιατί αυτή η τάση εμφανίζεται ειδικά σήμερα, είναι κάτι που δεν μπορεί τόσο εύκολα να απαντηθεί. Μια συχνή απάντηση που δίνεται σε αυτό το ερώτημα είναι ότι εξαιτίας της οικονομικής κρίσης έχουν αυξηθεί τα ψυχολογικά προβλήματα, όπως τα καταθλιπτικά επεισόδια (Madianos, Economou, Alexiou, & Stefanis, 2011) και τα σοβαρά ψυχιατρικά περιστατικά (Γιωτάκος, Καράμπελας και Καυκάς, 2011). Ωστόσο, το κατά πόσο αυτά τα ζητήματα οφείλονται καθαρά στην οικονομική κρίση είναι ένα θέμα μεγάλης συζήτησης, αφού δεν μπορούμε έτσι απλοϊκά να ισχυριστούμε ότι οι ‘κοινωνικοί παράγοντες’ προκαλούν ψυχολογικά προβλήματα. Ακόμη, μια άλλη συχνή εξήγηση είναι ότι τα παραπάνω φαινόμενα δεν συνδέονται τόσο με την αύξηση των ψυχολογικών προβλημάτων, αλλά με την οριοθέτηση περισσότερων συμπεριφορών ως ‘ψυχολογικών προβλημάτων’. Σύμφωνα με αυτή την ερμηνεία, η οριοθέτηση αυτή έχει μια πολιτική και κοινωνική λειτουργία, επειδή στοχεύει στη διαχείριση του πληθυσμού με έναν συγκεκριμένο τρόπο, στον οποίο οι ακραίες και μη αποδεκτές συμπεριφορές κρίνονται ως προβληματικές και γι’ αυτό χρειάζονται θεραπεία (Rose, 1996). Ακόμη, όπως αναφέρει η Πλουζ (2008), μετά τη δεκαετία του 60’ στην Βόρεια Αμερική προέκυψε μια θεραπευτικοποίηση συγκεκριμένων συμπεριφορών, η οποία συνδεόταν με διάφορους πολιτικούς και κοινωνικούς αγώνες, όπως και με τα συμφέροντα της

¹ Το ‘ψ- σύμπλεγμα’ σύμφωνα με τον Rose (1996) αποτελεί το σύνολο των πρακτικών και τεχνικών που συνδέονται με την αυτο-πειθάρχηση και την αυτο-ενασχόληση του υποκειμένου.

φαρμακευτικής βιομηχανίας που επεδίωξε να αυξήσει τα κέρδη της μέσω της παραγωγής και της πώλησης νέων φαρμάκων.

Θα είχε επίσης ενδιαφέρον να αναρωτηθούμε αν οι παραπάνω τάσεις βρίσκουν απήχηση σε συγκεκριμένες ηλικιακές ή κοινωνικές ομάδες. Αν και είναι δύσκολο και επίφοβο το να υποστηρίξουμε κάτι τέτοιο, αυτό που μπορεί να ειπωθεί είναι ότι σε σύγκριση με άτομα μεγαλύτερης ηλικίας, οι νέοι άνθρωποι είναι περισσότερο εξοικειωμένοι με μια ψυχολογική γλώσσα αντίληψης του εαυτού (Πλουζ, 2008) και γι' αυτό είναι πιο πρόθυμοι να απευθυνθούν σε ψυχολόγο ή να χρησιμοποιήσουν ψυχολογικές υπηρεσίες (Potamianos, 2003). Ακόμη, όσον αφορά την κοινωνική τάξη, δεν μπορούμε να ισχυριστούμε κάτι με ακρίβεια, παρά μόνο ότι οι περισσότεροι ενήλικες μεσαίων και κατώτερων οικονομικών στρωμάτων δεν απευθύνονται τόσο εύκολα σε ιδιώτη ψυχολόγο, λόγω του υψηλού κόστους της θεραπείας και απευθύνονται συνήθως σε ψυχολόγους που εργάζονται στον δημόσιο τομέα, με αποτέλεσμα να μπαίνουν σε λίστες αναμονής λόγω μεγάλης ζήτησης ή να μην έχουν την κατάλληλη και μακροπρόθεσμη βοήθεια που απαιτείται (Browne, όπως αναφέρεται στο Apostoloroulou, 2013).

Ανεξάρτητα από τους λόγους στους οποίους οφείλεται η όλο και πιο ισχυρή επιρροή των ψυχολόγων στη σύγχρονη κουλτούρα καθώς και η αυξημένη τάση ενασχόλησης με τα ψυχολογικά ζητήματα, σήμερα υπάρχει μια έντονη ανάγκη να δίνουμε ψυχολογικές απαντήσεις σε διάφορα θέματα. Ερωτήματα όπως «πώς πρέπει να είμαστε;», «γιατί είμαστε έτσι;», «τι πρέπει να κάνουμε για να θωρακίσουμε την ψυχική μας υγεία;», «τι πρέπει να κάνουμε για να μην μας παίρνει από κάτω η οικονομική κρίση;», έχουν γίνει ζητήματα καθημερινής ανησυχίας και προβληματισμού σε μια έντονη περίοδο θεραπευτικοποίησης και ψυχολογιοποίησης, η οποία έχει προκύψει σε ένα συγκεκριμένο πλαίσιο.

Αν ανατρέξουμε λίγο στο παρελθόν, η θεραπευτικοποίηση αυτή μπορεί να συνδεθεί με την ανάπτυξη της αμερικανικής ψυχολογίας του 20^{ου} αιώνα, στην οποία όλο και περισσότερα θέματα τα οποία μέχρι τότε δεν ήταν σημαντικά ούτε και υπαρκτά, έγιναν θέματα προβληματισμού: οι τεχνικές ελέγχου καθημερινών συμπεριφορών και θεμάτων διαγωγής, η θεώρηση της ελευθερίας και της αυτονομίας ως ψυχολογικών ζητημάτων, καθώς και η κατασκευή ψυχολογικών όρων όπως 'προσωπικότητα', δημιούργησαν έναν έντονο προβληματισμό για την διαμόρφωση ενός ψυχισμού με συγκεκριμένα κριτήρια (Rose, 1999). Για την δημιουργία ενός τέτοιου ψυχισμού, ήταν απαραίτητη η θεσμοθέτηση ενός ειδικού, όχι μόνο σε ένα φάσμα πολιτισμικών και κοινωνικών πρακτικών όπως η οικογένεια, ο στρατός και το εργασιακό περιβάλλον (Πλουζ, 2008· Rose, 1996).

Δεδομένης της έντονης διάχυσης της επιρροής του ψυχολόγου στη σύγχρονη κουλτούρα, ο ψυχολόγος πλέον θεωρείται απαραίτητος όχι μόνο στην διαμόρφωση ενός ‘σωστού και ισορροπημένου ψυχισμού’, αλλά και στην αντιμετώπιση των ανθρωπίνων προβλημάτων που παρεμποδίζουν αυτό τον στόχο. Πώς μπορεί, δηλαδή, ο ψυχολόγος σήμερα να διαχειριστεί τα σύγχρονα προβλήματα; Πώς γίνεται να προωθεί την ψυχική ισορροπία όταν η κοινωνική πραγματικότητα αποτελεί ένα πεδίο μάχης και απελπισίας; Ακόμη κι αν μπορεί να ωθήσει το άτομο σε μια πιο θετική προσέγγιση των πραγμάτων έτσι ώστε να ελπίζει στο πεπερασμένο των προβλημάτων και όχι στον προβληματισμό ή την διεκδίκηση για κάτι καλύτερο, είναι όντως το άτομο “ψυχολογικά ισορροπημένο”, ή απλά εθελουφλεί, ελπίζοντας ότι κάποια στιγμή τα πράγματα θα αλλάξουν;

Με βάση τα παραπάνω, το ζήτημα του ρόλου του ψυχολόγου έχει προκαλέσει ένα έντονο ενδιαφέρον στον χώρο της διεθνούς βιβλιογραφίας. Ενδεικτικά, σε εγχειρήματα κριτικής ψυχολογίας και κοινωνιολογίας μπορούμε να δούμε ότι ο ρόλος του ψυχολόγου εξυπηρετεί συγκεκριμένες πολιτικές και κοινωνικές σκοπιμότητες (βλ. Fox & Prilleltensky, 1997· Prilleltensky & Nelson, 2002· Rose, 1999· Rimke, 2000· Plouz, 2008), όπως επίσης και το ότι οι ιδεολογίες που ακολουθεί συνδέονται με νεοφιλελεύθερα πρότυπα διαχείρισης της ζωής (βλ. Rose, 1996· Prilleltensky, 2008· Parker, 2007). Όσον αφορά στην ελληνική βιβλιογραφία, έχει αναπτυχθεί μια περιορισμένη κριτική στον ρόλο που έχει αποκτήσει ο ψυχολόγος σήμερα (βλ. Μαρβάκης & Μεντίνης, 2011· Μεντίνης, 2013· Μεντίνης & Δίκτυο Κριτικής Ψυχολογίας, 2013· Dafermos, 2013). Αυτό μπορεί να οφείλεται όχι μόνο στο περιορισμένο ενδιαφέρον που υπάρχει σχετικά με τις κριτικές προσεγγίσεις της ψυχολογίας, αλλά γενικά στο ότι η ψυχολογία στην Ελλάδα εστιάζει σε παγιωμένες παραδοσιακές θεωρήσεις. Η εστίαση αυτή φαίνεται ότι δεν ανταποκρίνεται στις πολιτισμικές και κοινωνικές αξίες της ελληνικής πραγματικότητας (Dafermos, Marvakis, & Triliva, 2006) και είναι αμφιλεγόμενο το κατά πόσο μπορεί να συμβάλλει στην αντιμετώπιση των σύγχρονων προβλημάτων της ελληνικής κοινωνίας. Πώς γίνεται σε μια χώρα όπου η αίσθηση της συλλογικότητας και ο οικογενειοκεντισμός αποτελούσαν κύρια χαρακτηριστικά του ‘έλληνα εαυτού’ (βλ. Blue, 1999) να αγνοούνται αυτές οι διαστάσεις και να επικρατεί μια ψυχολογία που καθοδηγείται από δυτικότερες ατομικιστικές προσεγγίσεις;

Μπορεί η Amy Blue να είχε παλιότερα σκιαγραφήσει μια συγκεκριμένη θεώρηση για τον ‘έλληνα εαυτό’, αυτό όμως που παρατηρούμε σήμερα είναι μια δραματική αλλαγή των τοπικών και πολιτισμικών χαρακτηριστικών του ‘έλληνα εαυτού’, έτσι ώστε να μπορέσει να δυτικοποιηθεί και να ενσωματωθεί στα νέα δεδομένα που φέρει η κρίση. Με αφορμή την κρίση, όχι μόνο τα άτομα οφείλουν να προσαρμοστούν στη νέα τάξη των πραγμάτων αλλά

οφείλουν να διαμορφώσουν νέες σχέσεις με τον εαυτό τους, σύμφωνα με πρότυπα που κινούνται στα πλαίσια της νεοφιλελεύθερης λογικής (Dafermos, 2013· Mentinis, 2013). Μέσα σε αυτή την αλλαγή, ο ψυχολόγος μπορεί να έχει έναν ενεργό ρόλο στο έργο της νεοφιλελεύθερης κρίσης και να επιμορφώσει τον 'έλληνα εαυτό' με πρότυπα αυτοπραγμάτωσης, εξατομικευμένης ευτυχίας και οριοθέτησης διαφόρων κοινωνικών ζητημάτων ως προσωπικών. Ωστόσο, μπορεί να μην επιδιώκει κάτι τέτοιο, αλλά ο ρόλος του να επικεντρώνεται στον προβληματισμό και στην οριοθέτηση ενός ψυχισμού που δεν παθολογικοποιείται ούτε ψυχολογιοποιείται, αλλά προσπαθεί να στοχάζεται για την κοινωνική πραγματικότητα.

Με αφορμή λοιπόν το αυξανόμενο ενδιαφέρον γύρω από τα ψυχολογικά ζητήματα και την συμβολή των ψυχολογικών υπηρεσιών σχετικά με την αντιμετώπιση των σύγχρονων προβλημάτων, θεωρώ ότι είναι ενδιαφέρον να προβληματιστούμε για το ποιες είναι οι πολιτικές και κοινωνικές επιπτώσεις αυτών των τάσεων στον τρόπο με τον οποίο αντιλαμβανόμαστε τον εαυτό και τα ανθρώπινα προβλήματα. Ειδικά στη σημερινή εποχή όπου ο ψυχολόγος-ειδικός και η γενικότερη ενασχόληση με τα ψυχολογικά ζητήματα αναπαράγουν διάφορα πρότυπα ψυχολογιοποίησης και εξατομίκευσης, είναι πολύ σημαντικό να διεξαχθεί μια μελέτη αποδόμησης και κριτικής του ρόλου του ψυχολόγου, ώστε να τεθούν κάποιοι προβληματισμοί σχετικά με το πως ο ψυχολογικός λόγος αντιλαμβάνεται τον ανθρώπινο ψυχισμό και τα προβλήματα του. Το αντικείμενο της μελέτης αυτής επικεντρώνεται, δηλαδή, στον ρόλο που έχει ο ψυχολόγος² σήμερα, έτσι όπως αποτυπώνεται σε ένα δείγμα απόφοιτων σπουδαστών του Τμήματος Ψυχολογίας του Πανεπιστημίου Κρήτης (4^ο-5^ο έτος). Με βάση αυτή την εστίαση, τέθηκαν δύο βασικά ερευνητικά ερωτήματα τα οποία δεν περιορίζονται απλώς σε ένα περιγραφικό επίπεδο, αλλά προσπαθούν να διερευνήσουν τον ρόλο του ψυχολόγου και μερικές από τις λειτουργίες του ψυχολογικού λόγου σε συνάρτηση με τις κοινωνικές και πολιτικές τους επιπτώσεις:

1. «Πώς αντιλαμβάνονται οι φοιτητές ψυχολογίας τον ρόλο τους ως μελλοντικοί ψυχολόγοι;»

2. «Πώς οριοθετείται ο ανθρώπινος ψυχισμός και η διαχείριση των ανθρώπινων προβλημάτων μέσα από την αφήγηση του ψυχολόγου-ειδικού;»

² Για τους σκοπούς αυτής της έρευνας, όταν αναφερόμαστε στον ψυχολόγο, εννοούμε τον θεραπευτή, κλινικό/συμβουλευτικό ψυχολόγο.

Μέσω της διερεύνησης των παραπάνω ερωτημάτων, μπορούμε να θέσουμε κάποια σημεία προβληματισμού και αμφισβήτησης σχετικά με το τι κάνει ο ψυχολόγος, αλλά και με το τι θα έπρεπε να κάνει σήμερα στην Ελλάδα, όπου ο ρόλος του είναι πιο κρίσιμος από ποτέ. Σε μια τέτοια συγκυρία στην οποία πολλοί άνθρωποι ψάχνουν απαντήσεις και λύσεις στα καθημερινά τους ζητήματα και αναζητούν τρόπους προσωπικής θεραπείας και διεξόδους ανακούφισης στην κρίση, μπορούμε να σκεφτούμε ότι ο λόγος του ψυχολόγου ως ειδικού θέτει συγκεκριμένα όρια στο τι πρέπει και τι δεν πρέπει να κάνει το άτομο, υπαγορεύοντας του τι μπορεί και τι δεν μπορεί να κάνει. Μέσα από την μελέτη κυρίαρχων μοτίβων του ψυχολογικού λόγου, η συγκεκριμένη έρευνα επιχειρεί να διατυπώσει κάποια σημεία ρήξης σχετικά με την παγιωμένη αντίληψη περί ψυχισμού και προβλημάτων, έτσι όπως παρουσιάζεται στις συγκεκριμένες συνεντεύξεις.

ΚΕΦΑΛΑΙΟ ΠΡΩΤΟ: Μεθοδολογία/Θεωρητικό πλαίσιο

Πλαίσιο

Η παρούσα έρευνα επικεντρώθηκε στο πλαίσιο της ελληνικής πραγματικότητας, σε μια κρίσιμη πολιτική και κοινωνική συγκυρία. Χαρακτηριστικά, η σημερινή κατάσταση στην Ελλάδα έχει κριθεί ως η σοβαρότερη οικονομική κρίση της σύγχρονης ιστορίας (Οικονομου & Mariolis, 2010), η οποία έχει προκαλέσει μια δραματική αλλαγή σε όλα τα επίπεδα ζωής. Ενδεικτικά, το υψηλό ποσοστό ανεργίας ειδικά στις νέες ηλικίες, οι δριμύτατες περικοπές των μισθών και οι ριζικές αλλαγές και οι ιδιωτικοποιήσεις στο σύστημα υγείας και περίθαλψης έχουν προκαλέσει ένα κλίμα ανασφάλειας και υποβάθμισης της ποιότητας της ζωής, αφού ένα μεγάλο ποσοστό του πληθυσμού δεν μπορεί πλέον να καλύψει τις βασικές του ανάγκες (Kondilis, et al. 2013). Μέσα σε αυτό το κλίμα υποβάθμισης και ανασφάλειας που επικρατεί, κάποιες έρευνες δείχνουν ότι εκτός από την αύξηση του ποσοστού της φτώχειας και των αστέγων (Stamatis, όπως αναφέρεται στο Triliva & Georga, 2014) υπάρχει μια δραματική επίπτωση στην ψυχική υγεία του πληθυσμού. Για παράδειγμα, παρατηρείται μια αύξηση των ποσοστών αυτοκτονιών και των σοβαρών ψυχιατρικών νοσημάτων (Γιωτάκος και συν., 2011), χωρίς όμως αυτό απαραίτητα να σημαίνει ότι οι κοινωνικές αυτές αλλαγές φέρουν απαραίτητως επιπτώσεις στην ψυχική υγεία.

Σε αυτή λοιπόν την περίοδο που οι οικονομικές και κοινωνικές ανισότητες αυξάνονται και τα συστήματα περίθαλψης και ασφάλισης υποβαθμίζονται και υπολειτουργούν, οι άνθρωποι προσπαθούν να βρουν τρόπους ανακούφισης κι αντιμετώπισης της κρίσης. Στο σημείο αυτό, ο ψυχολόγος μπορεί εν μέρει να συμβάλει σε αυτό, εφόσον είναι ειδικός στην διαχείριση των ζητημάτων που άπτονται της ατομικής/ψυχολογικής σφαίρας. Καλούμενος λοιπόν να δώσει απαντήσεις πάνω σε διάφορους ανθρώπινους προβληματισμούς, μπορεί να φαντάζει ως μια σανίδα σωτηρίας και ανακούφισης για τους ανθρώπους σήμερα. Πώς όμως ο ψυχολόγος καθιερώθηκε στην Ελλάδα ως αυτός που είναι ειδικός στο να διαχειρίζεται τα θέματα της ψυχικής σφαίρας και πώς καθιερώθηκε ως επίσημο επάγγελμα;

Καταρχάς, το επάγγελμα του ψυχολόγου στην Ελλάδα φαίνεται να είναι ένα σχετικά πρόσφατο επάγγελμα, αν λάβουμε υπόψη ότι το πρώτο επίσημο τμήμα ψυχολογίας ιδρύθηκε μόλις το 1987 στο Πανεπιστήμιο Κρήτης, στο Ρέθυμνο. Πριν από αυτό, η ψυχολογία διδασκόταν απλά στο πλαίσιο των κλάδων της φιλοσοφίας και της παιδαγωγικής, καθώς και

στον κλάδο της ιατρικής ως μάθημα της ψυχιατρικής (Potamianos, 2003). Όσοι ήθελαν να ειδικευτούν στη ψυχολογία, έπρεπε να σπουδάσουν στο εξωτερικό και οι περισσότεροι σπούδαζαν κυρίως στην Αγγλία, στην Αμερική και στον Καναδά. Αν και η άσκηση επαγγέλματος του ψυχολόγου είχε θεσμοθετηθεί από το 1979, φαίνεται ότι οι πρώτοι ψυχολόγοι που είχαν ειδικευτεί στο εξωτερικό, δεν κατάφεραν να ασκήσουν το επάγγελμα μέχρι το 1993, δύο χρόνια δηλαδή μετά την αποφοίτηση των πρώτων ψυχολόγων που σπούδασαν στην Ελλάδα (Dafermos, et al., 2006). Πέρα απ' τους παραπάνω παράγοντες, η καθυστέρηση της καθιέρωσης και του διάδοσης του ψυχολόγου ως επαγγέλματος ίσως οφείλεται επίσης στο ότι επικρατούσε ένα κλίμα δυσπιστίας και σκεπτικισμού ως προς την ψυχολογία, εφόσον μέχρι πολύ πρόσφατα η ψυχιατρική και η φαρμακοθεραπεία κατείχαν τα πρωτεία στη θεραπεία των ψυχικών διαταραχών (Potamianos, 2003). Με την επίσημη καθιέρωση της άδειας άσκησης επαγγέλματος και την ίδρυση του πρώτου τμήματος ψυχολογίας άρχισαν να επεκτείνονται τα τμήματα ψυχολογίας αλλά και η ψυχολογία ξεκίνησε να διαχύει τις θεωρήσεις της στο ακαδημαϊκό και πολιτισμικό πεδίο, οι οποίες ήταν διαμορφωμένες από προσεγγίσεις της Βόρειας Αμερικής και Ευρώπης (Dafermos, et al., 2006).

Σήμερα λοιπόν στην Ελλάδα υπάρχουν 4 τμήματα, εκ των οποίων το πρώτο ιδρύθηκε στο Ρέθυμνο (1987) και ακολούθησαν τα τμήματα στο Πάντειο Πανεπιστήμιο Αθήνας (1989), στο Αριστοτέλειο Πανεπιστήμιο Θεσσαλονίκης (1993) και στο Εθνικό και Καποδιστριακό Πανεπιστήμιο Αθηνών (1993). Υπάρχουν επίσης 2 σύλλογοι, εκ των οποίων ο ένας ιδρύθηκε κι επίσημα το 1963 (Σύλλογος Ελλήνων Ψυχολόγων) και ο δεύτερος το 1998 (Πανελλήνιος Ψυχολογικός Σύλλογος).

Ακόμη, αναφορικά με τον ρόλο που έχει ο ψυχολόγος στον ελλαδικό χώρο, φαίνεται ότι αυτός έγκειται κυρίως σε θέματα συμβουλευτικού και κλινικού τομέα, αν σκεφτούμε ότι οι περισσότεροι φοιτητές ψυχολογίας ή οι επαγγελματίες ψυχολόγοι επιθυμούν να ειδικευτούν ή είναι ειδικευμένοι στην κλινική και συμβουλευτική ψυχολογία. Η ειδίκευση αυτή ως επί το πλείστον περιορίζεται στα τρία παραδοσιακά ψυχοθεραπευτικά μοντέλα: το ψυχαναλυτικό, το γνωστικό-συμπεριφοριστικό και το ανθρωπιστικό μοντέλο. Η εστίαση μόνο σε αυτά τα μοντέλα ίσως οφείλεται στο γεγονός ότι γενικά ο κλάδος της ψυχολογίας στην Ελλάδα είναι ακόμη σε πρωταρχικό στάδιο, με την έννοια ότι δεν έχει ακόμη έρθει σε επαφή με νέα εναλλακτικά ή κριτικά ρεύματα της ψυχολογίας, αλλά ούτε έχει περάσει την κρίση της παραδοσιακής ψυχολογίας, όπως συνέβη στον βρετανικό χώρο από τα τέλη κιόλας της δεκαετίας του 70'. Συνεπώς, ο ρόλος του ψυχολόγου κινείται σε πολύ συγκεκριμένες και στενές προσεγγίσεις, που ακόμη και αυτές σε προπτυχιακό επίπεδο δεν διδάσκονται

καταλλήλως, με την έννοια μιας ολοκληρωμένης και διεξοδικής ανάλυσης τους. Για μια πιο ολοκληρωμένη ειδίκευση σε αυτές, συνηθίζονται οι μεταπτυχιακές σπουδές ή η εξειδίκευση στο εξωτερικό.

Με βάση λοιπόν τους παραπάνω περιορισμούς που υπάρχουν στην παραδοσιακή συμβουλευτική και κλινική ψυχολογία, οι ψυχολόγοι ασκούν το επάγγελμα τους είτε ως ελεύθεροι επαγγελματίες ή σε κρατικές δομές ως κλινικοί ψυχολόγοι/θεραπευτές/σύμβουλοι σε ένα ευρύ φάσμα κέντρων και φορέων, όπως συμβουλευτικά κέντρα, νοσοκομειακές και ψυχιατρικές κλινικές. Εκτός αυτού, μπορούν να ασκήσουν το επάγγελμα μέσω των μέσων ενημέρωσης και προϊόντων αυτοβοήθειας ως σύμβουλοι/αρθρογράφοι/συγγραφείς. Για παράδειγμα, κάτι που παρατηρείται συχνά σε μέσα ενημέρωσης και αυτοβοήθειας είναι διάφορες προτάσεις που δίνουν οι ειδικοί για την διαχείριση της καθημερινότητας ώστε να μην επηρεαζόμαστε από την οικονομική κρίση, όπως συμβουλές για τη βελτίωση του τρόπου ζωής και την αναζήτηση ευχάριστων δραστηριοτήτων.³ Στις υπόλοιπες ειδικότητες, όπως στη σχολική ψυχολογία και στη γνωστική ψυχολογία, οι ψυχολόγοι έχουν λιγότερες ευκαιρίες άσκησης των ειδικοτήτων αυτών, λόγω των περιορισμένων δομών που προορίζονται για αυτές, αλλά και εξαιτίας της επικράτησης των ειδικοτήτων της συμβουλευτικής και κλινικής ψυχολογίας.

Εν κατακλείδι, ο ρόλος του ψυχολόγου, έτσι όπως προκύπτει από τα παραπάνω, εστιάζει κυρίως σε θέματα συμβουλευτικού/κλινικού τύπου και ειδικά σήμερα μπορεί να είναι καταλυτικός όσο ποτέ λόγω της συγκυρίας που βιώνουμε. Μέσα σε αυτή την αβεβαιότητα και βαρβαρότητα της πραγματικότητας, καλείται ο ίδιος να πάρει μια συγκεκριμένη πολιτική και κοινωνική θέση ως προς την διαχείριση των προβλημάτων. Με βάση αυτόν τον προβληματισμό για την θέση του ψυχολόγου, η παρούσα έρευνα καλεί τους φοιτητές ψυχολογίας να προβληματιστούν σχετικά με τον ρόλο και την δράση που φαντάζονται ότι έχει ο ψυχολόγος σήμερα και να αναρωτηθούμε για το πως νοηματοδοτούμε ως ψυχολόγοι τα ανθρώπινα προβλήματα.

³<http://www.madata.gr/diafora/health/111288.html>

Συμμετέχοντες

Βασικό κριτήριο για την επιλογή των συμμετεχόντων ήταν η ιδιότητα τους ως φοιτητές ψυχολογίας στο Ρέθυμνο. Η έρευνα εστίασε σε φοιτητές ψυχολογίας του 4^{ου} και του 5^{ου} έτους, διότι είναι πολύ κοντά στο να τελειώσουν τις σπουδές τους και πιθανόν να έχουν διαμορφώσει μια πιο ολοκληρωμένη άποψη όσον αφορά το πως αντιλαμβάνονται την επαγγελματική πρακτική και τη γενικότερη συνεισφορά του ψυχολόγου σήμερα. Μελετώντας το πως οι τελειόφοιτοι σπουδαστές φαντάζονται τη συμβολή του ψυχολόγου στην πραγματικότητα, η έρευνα αυτή μπορεί να οδηγήσει σε κάποια σημαντικά συμπεράσματα σχετικά με το πως οι σπουδές σε ένα Τμήμα Ψυχολογίας έχουν οριοθετήσει το έργο και τις αρμοδιότητες του ψυχολόγου και το πως αυτός αντιλαμβάνεται τον ανθρώπινο ψυχισμό και τα προβλήματά του. Ωστόσο, η μελέτη του ρόλου του ψυχολόγου με βάση αυτό το δείγμα ίσως διαφέρει πολύ από το ποιος είναι ο ρόλος του στην πραγματικότητα, διότι οι φοιτητές δεν έχουν ασκήσει ακόμη το επάγγελμα και δεν έχουν δει απαραίτητα (εκτός από την πρακτική τους άσκηση) τον τρόπο με τον οποίο λειτουργεί ο ψυχολόγος όσον αφορά στη διαχείριση του εαυτού και των προβλημάτων.

Σχετικά με την προέλευση του δείγματος, οι συμμετέχοντες σπουδάζουν στο Ρέθυμνο και προέρχονται από διαφορετικές περιοχές της Ελλάδας. Για την επιλογή των συμμετεχόντων, προηγήθηκε τηλεφωνική ή προσωπική επικοινωνία κατά την οποία ενημερώθηκαν για τους σκοπούς της έρευνας, ενώ στη συνέχεια συμπλήρωσαν έντυπες φόρμες ενημέρωσης συγκατάθεσης πριν από την έναρξη των συνεντεύξεων. Ακόμη, για δεοντολογικούς σκοπούς, τα πραγματικά ονόματα των συμμετεχόντων παρουσιάζονται με ψευδώνυμα, όπως φαίνεται και στον παρακάτω πίνακα.

Ψευδώνυμο	Ηλικία	Τόπος καταγωγής	Έτος σπουδών	Διάρκεια Συνέντευξης
Αριάδνη	23	Αθήνα	5 ⁰	31.53
Αναστασία	23	Ηράκλειο	5 ⁰	31.51
Καλλιόπη	22	Αθήνα	4 ⁰	45.12
Ειρήνη	22	Χανιά	4 ⁰	31.58
Αγγελική	23	Θεσσαλονίκη	5 ⁰	29.32
Ελένη	33	Αθήνα	5 ⁰	44.38
Θανάσης	22	Κοζάνη	4 ⁰	35.35

Σταμάτης	23	Πάτρα	5 ⁰	27.49
Κωνσταντίνα	23	Τρίπολη	5 ⁰	42.52
Μαρία	23	Κομοτηνή	5 ⁰	43.37

Συλλογή δεδομένων

Η συλλογή των δεδομένων έγινε μέσω ημι-δομημένων συνεντεύξεων με ανοιχτές ερωτήσεις προς συζήτηση. Οι ερωτήσεις αρχικά αφορούσαν γενικότερα ερωτήματα σχετικά με τις σπουδές (ερωτήσεις 1-2), στη συνέχεια εστίαζαν σε πιο ειδικά θέματα για τη συμβολή και τον ρόλο του ψυχολόγου σήμερα (ερωτήσεις 3-4), ενώ τέλος επικεντρώνονταν σε διάφορους προβληματισμούς σχετικά με τον κοινωνικό και πολιτικό ρόλο του ψυχολόγου (όπως, για παράδειγμα, την εξατομίκευση και τη θεραπευτικοποίηση που χαρακτηρίζουν την ψυχολογική επαγγελματική πρακτική), την αυξημένη ενασχόληση που παρατηρείται σήμερα με τα ψυχολογικά ζητήματα, τις πρακτικές αυτοβοήθειας και τις ψυχολογικές υπηρεσίες (ερωτήσεις 5-10). Οι συνεντεύξεις έγιναν με προσωπική επαφή, μαγνητοφωνήθηκαν με την συναίνεση των συμμετεχόντων και απομαγνητοφωνήθηκαν από την ερευνήτρια. Ακόμη, εκτός από τις συνεντεύξεις, κρίθηκε απαραίτητη η συλλογή δεδομένων από 4 διαδικτυακές ιστοσελίδες (2 sites αυτοβοήθειας και 2 sites συμβουλευτικής), ώστε να συνδυαστεί καταλλήλως με τα λεγόμενα των συμμετεχόντων στην κατηγορία της αυτοβοήθειας.⁴

Δεοντολογικά ζητήματα

Η συγκατάθεση των συμμετεχόντων δόθηκε μέσω συμπλήρωσης της έντυπης φόρμας ενημέρης συγκατάθεσης που δόθηκε πριν την έναρξη της συνέντευξης. Το πρωτόκολλο της συγκεκριμένης έρευνας εγκρίθηκε από την Επιτροπή Δεοντολογίας της Έρευνας του Πανεπιστημίου Κρήτης. Τα απομαγνητοφωνημένα αρχεία χρησιμοποιήθηκαν καθαρά για τους σκοπούς της έρευνας και υπήρχε η δυνατότητα, σε περίπτωση που κάποιος από τους συμμετέχοντες επιθυμούσε αντίγραφο από το απομαγνητοφωνημένο κείμενο, να το ζητήσει.

⁴ Τόσο οι ερωτήσεις των συνεντεύξεων όσο και οι παραπομπές από τις παραπάνω διαδικτυακές ιστοσελίδες, μπορούν να βρεθούν στο Παράρτημα που περιλαμβάνεται στο τέλος της παρούσας εργασίας.

Μέθοδος ανάλυσης δεδομένων

Για την ανάλυση των δεδομένων χρησιμοποιήθηκε η ανάλυση λόγου, η οποία στηρίχτηκε σε κάποιες βασικές αρχές της Φουκωϊκής προσέγγισης (βλ. Wickham & Kendall, 1999· Willig, 2008). Κρίθηκε απαραίτητο στην έρευνα αυτή να χρησιμοποιηθεί η ανάλυση λόγου διότι βασικός σκοπός της ήταν να αναδείξει κάποιους προβληματισμούς και να αποδομήσει κάποια κυρίαρχα μοτίβα του ψυχολογικού λόγου. Σε μια κρίσιμη εποχή όπως σήμερα στην Ελλάδα, είναι απαραίτητο να δούμε πως ο ψυχολογικός λόγος κατασκευάζει συγκεκριμένες μορφές υποκειμενικότητας, μέσω των οποίων οριοθετούμε όχι μόνο τον ανθρώπινο ψυχισμό αλλά και την διαχείριση των ανθρωπίνων προβλημάτων. Ακόμη, βλέποντας τον λόγο αυτόν με τέτοιο τρόπο μπορούμε να αντιληφθούμε πως τα άτομα, τα οποία τον χρησιμοποιούν ή τα άτομα στα οποία ο λόγος αναφέρεται, παίρνουν συγκεκριμένες θέσεις υποκειμένου. Τέλος, είναι πολύ σημαντικό να προβληματιστούμε σχετικά με την έντονη απήχηση που έχει αποκτήσει ο ψυχολόγος και γενικά το ‘ψ-σύμπλεγμα’ τα τελευταία χρόνια, επειδή έτσι μπορούμε να αναλογιστούμε και τους ευρύτερους πολιτικές και κοινωνικές λειτουργίες της παραπάνω απήχησης. Στο σημείο αυτό, θεωρώ πολύ βασικό να γίνει μια μικρή σύνοψη κάποιων βασικών σημείων της ανάλυσης λόγου και ορισμένων αρχών της Φουκωϊκής προσέγγισης, ώστε να γίνει κατανοητό τι επιδιώκει να αναδείξει η ανάλυση λόγου αλλά και πως η συγκεκριμένη έρευνα χρησιμοποιεί την μέθοδο αυτή για τα αποτελέσματα και τους σκοπούς της.

Θεωρητικά σημεία της ανάλυσης λόγου

Αρχικά, αυτό που πρέπει να ξεκαθαρίσουμε είναι ότι η ανάλυση λόγου ανήκει στις ποιοτικές μεθόδους έρευνας της ψυχολογίας και αποτελεί μια καινοτόμο μέθοδο στο χώρο της ψυχολογίας στην Ελλάδα. Αν και αποτελεί μέθοδο, δεν είναι τόσο αυστηρή και δογματική στους κανόνες της, όπως πολλές από τις μεθόδους ποσοτικής ανάλυσης. Αντίθετα, επιχειρεί να δώσει μια άλλη διάσταση στον τρόπο με τον οποίο ερμηνεύεται η κοινωνική πραγματικότητα. Όπως αναφέρει ο Parker (1992), η ανάλυση λόγου αποτελεί μια ιστορικά κατασκευασμένη μορφή ανάλυσης, στην οποία ο ερευνητής/ρια επιδιώκει να αναδείξει σημεία προβληματισμού και αμφισβήτησης σχετικά με τις κυρίαρχες αναπαραστάσεις και λογικές περί ψυχισμού και πραγματικότητας.

Ακόμη, αναφορικά με το ιστορικό πλαίσιο της ανάλυσης λόγου, ευδοκίμησε σε μια περίοδο κρίσης της ψυχολογίας περίπου στα τέλη της δεκαετίας του 60'-70' (Parker, 1992). Αναδύομενη μέσα από την κρίση του θετικιστικού παραδείγματος που μέχρι τη δεκαετία του 80' επικρατούσε στην Άγγλο-Αμερικανική ψυχολογία, η ανάλυση λόγου στράφηκε στον λόγο ως βασικό στοιχείο διαμόρφωσης του ανθρώπινου ψυχισμού.⁵ Με σημείο αφετηρίας τις μελέτες των Potter & Wetherell (1987) για την ανάλυση ρατσιστικών ρεπερτορίων στο λόγο, η ανάλυση λόγου προκάλεσε πολύ σύντομα ιδιαίτερο ενδιαφέρον στον ερευνητικό βρετανικό χώρο (βλ. Parker, 1992· Whickham & Kendall, 1999· Jorgensen & Phillips, 2002· Willig, 2008).

Πιο συγκεκριμένα, βασικό σημείο της ανάλυσης λόγου είναι ο τρόπος που λειτουργεί η γλώσσα αλλά και ο τρόπος με τον οποίο οι αφηγητές/ομιλητές αναπαριστούν την κοινωνική πραγματικότητα (Parker, 2002· Willig, 2008). Σύμφωνα με αυτή την ιδέα, ο λόγος δεν αντικατοπτρίζει τις απόψεις ενός προσώπου, αλλά αποτελεί ένα πολύπλοκο σύστημα της πραγματικότητας, στο οποίο εμείς οφείλουμε να δούμε πως ο λόγος εκφράζει κάτι και όχι τι πιστεύουν τα άτομα για κάτι. Είναι δηλαδή κάτι το οποίο μεταβάλλεται και έχει επιτελεστική λειτουργία και όχι κάτι το οποίο απλά εκφράζει γλωσσικά σχήματα και προσωπικές πεποιθήσεις.

Ακόμη, ο λόγος δεν περιγράφει αλλά κατασκευάζει και κατηγοριοποιεί τον τρόπο με τον οποίο αντιλαμβανόμαστε την κοινωνική πραγματικότητα (Parker, 1992). Αυτό σημαίνει ότι αναπαράγει συγκεκριμένες αφηγήσεις για την ανθρώπινη συμπεριφορά και την πραγματικότητα και ότι μπορεί να δημιουργεί όρια ανάμεσα σε αυτό που πρέπει να ειπωθεί και σε αυτό που δεν πρέπει να ειπωθεί, ανάμεσα στο αποδεκτό/φυσιολογικό και στο παθολογικό (Jorgensen & Phillips, 2002).

Τέλος, αυτό που χαρακτηρίζει τον λόγο είναι ότι αποτελεί ένα κομμάτι ιστορικής πραγματικότητας, με την έννοια ότι εκφράζει συγκεκριμένες αναπαραστάσεις που έχουν παραχθεί σε ένα συγκεκριμένο ιστορικό πλαίσιο και έχουν συγκροτηθεί σε συνδυασμό με άλλους λόγους. Οι αναπαραστάσεις αυτές αντιπροσωπεύουν μια συγκεκριμένη αφήγηση της πραγματικότητας και κατασκευάζουν συγκεκριμένες θέσεις υποκειμένου, στις οποίες βέβαια τα άτομα προκαθορίζονται να μιλούν και να σκέφτονται στα πλαίσια που αυτές οι θέσεις επιτρέπουν (Parker, 1992).

⁵ Για την κρίση της ψυχολογίας και την εμφάνιση του ρεύματος της 'στροφής στον λόγο' (linguistic turn), βλ. Parker (1992).

Θεωρητικά σημεία της Φουκωϊκής προσέγγισης στην ανάλυση λόγου

Η Φουκωϊκή προσέγγιση εμφανίστηκε ως μέθοδος ανάλυσης λόγου στα τέλη της δεκαετίας του 70' στον χώρο της Αγγλικής ψυχολογίας και είχε επηρεαστεί από σημαντικές μελέτες του Foucault και από διάφορους μεταδομιστές μελετητές της γλώσσας (Willig, 2008). Επηρεασμένοι από κάποια σημαντικά έργα του Michel Foucault, οι πρεσβευτές της Φουκωϊκής προσέγγισης στην ανάλυση λόγου ανέδειξαν αυτή τη μέθοδο ως εκείνη που ενδιαφέρεται για το πώς ο λόγος κατασκευάζει συγκεκριμένες θέσεις υποκειμενικότητας, εαυτού και σχέσεις εξουσίας (Parker, 1992· Willig, 2008). Αυτό σημαίνει ότι η θέση υποκειμένου που κατασκευάζεται, αλλά και ο τρόπος με τον οποίο ο λόγος απευθύνεται σε συγκεκριμένα άτομα, μπορεί να μας δείξει πολλά πράγματα σχετικά με το ποια είδη υποκειμένου και εαυτού ενισχύονται και ποια αποκλείονται.

Για να καταλάβουμε τι είναι η θέση υποκειμένου μπορούμε να αναφερθούμε στους Davies & Harré (όπως αναφέρονται στο Willig, 2008), οι οποίοι εξηγούν ότι η θέση του υποκειμένου αφορά την τοποθέτηση του με τέτοιο τρόπο ώστε να αναλαμβάνει αρμοδιότητες και καθήκοντα που ο λόγος αναθέτει. Έτσι, μέσα σε έναν λόγο το άτομο παίρνει εκείνη την θέση που του αρμόζει και αν μη τι άλλο είναι πολύ δύσκολο να μπορέσει να βγει από αυτή την θέση και από τον τρόπο δράσης με τον οποίο είναι προκαθορισμένο. Για να μπορέσουμε να κατανοήσουμε καλύτερα την λογική αυτή, ας σκεφτούμε το παράδειγμα του ψυχολογικού λόγου: σε ένα τέτοιο λόγο, αυτό που φαντάζει ως δεδομένο είναι ότι ο ψυχικά πάσχων αντιμετωπίζεται ως θύμα/φορέας τραυματικών εμπειριών ο οποίος χρήζει ειδικής βοήθειας, ενώ εκείνος που είναι κατάλληλος για την θεραπεία του είναι ο ειδικός-ψυχολόγος. Στο παράδειγμα αυτό, τα είδη υποκειμένων που κατασκευάζονται είναι ξεκάθαρα και ο κάθε ένας από την θέση υποκειμένου που κατέχει, αντιλαμβάνεται την στάση που θα έχει. Από την μια, ο ψυχικά πάσχων παίρνει την θέση του ασθενή/θύματος, ο οποίος δεν είναι ικανός να θεραπευτεί και χρήζει ψυχολογικής παρέμβασης και από την άλλη ο ειδικός κατέχει την λύση και την θεραπεία στο πρόβλημα.

Ακόμη, βασικό χαρακτηριστικό στην προσέγγιση αυτή είναι η έμφαση που δίνεται στο ιστορικό πλαίσιο ενός λόγου, μέσα στο οποίο συγκεκριμένες διαδικασίες και δυναμικές βοηθούν στην ανάδειξη και διάδοση του με έναν συγκεκριμένο τρόπο. Όταν όμως αναφερόμαστε στην ιστορική πλαισίωση του λόγου, δεν εννοούμε απλά να εντοπίσουμε σε ποιο ιστορικό πλαίσιο αναδείχθηκε, αλλά και ποιοι κανόνες καθόρισαν το λόγο αυτό ώστε πλαισιωθεί με αυτό τον συγκεκριμένο τρόπο (Jorgensen & Phillips, 2002). Με άλλα λόγια, αυτό που μας ενδιαφέρει είναι να διερευνήσουμε την αρχαιολογία ενός λόγου, τους τρόπους

δηλαδή με τους οποίους ο λόγος έχει διαμορφωθεί ιστορικά αλλά και τι σημαίνει αυτό για την κατασκευή της υποκειμενικότητας και του ανθρώπινου ψυχισμού (Howarth, 2008· Wickham & Kendall, 1999· Parker, 1992).

Ακόμη, με αυτή την ανάγνωση, μπορούμε να εμβαθύνουμε ακόμη πιο πολύ την ανάλυση μας, εντοπίζοντας τις συνέχειες του λόγου σήμερα και πώς αυτές κατασκευάζουν το παρόν (Garland, 2014). Εξετάζοντας λοιπόν τις επιρροές που ασκεί ένας λόγος σήμερα σε διάφορες κοινωνικές και ρηματικές πρακτικές, μπορούμε να δούμε αυτό που κάνει εκλεπτυσμένα η ‘γενεαλογία’ κατά τον Foucault, το πως δηλαδή ένας συγκεκριμένος λόγος χρησιμοποιείται στον παροντικό χρόνο αλλά και πώς αυτός κατασκευάζει ή το πώς έχει τροποποιήσει την υποκειμενική πραγματικότητα (Wickham & Kendall, 1999).

Τέλος, χαρακτηριστικό σημείο της προσέγγισης αυτής είναι ότι ο λόγος εμπλέκεται σε διαδικασίες νομιμοποίησης ορισμένων κανόνων και πρακτικών. Άρρηκτα συνυφασμένος με κοινωνικές λογικές και κυρίαρχες πρακτικές, ο λόγος συνδέεται άμεσα με ό,τι επιδιώκει την οργάνωση, την τάξη, την κανονικότητα και τη διαχείριση της ζωής (Rose, 1989· Foucault, 1980). Εφόσον μπορεί να κατασκευάζει συγκεκριμένους τρόπους με τους οποίους πράττουμε και σκεφτόμαστε για τον εαυτό μας και για τους άλλους, επιβάλλει ένα είδος άσκησης εξουσίας στον αποδέκτη ή τον ομιλητή του (Willig, 2008· Hook, 2007). Η εξουσία αυτή κατά τον Foucault έχει ιδιαίτερη σημασία στον ρόλο που έχει ο λόγος· δεν ταυτίζεται με μια κοινότυπη αρνητική εικόνα που έχουμε για αυτήν, αλλά αντίθετα έχει ένα θετικό και παραγωγικό χαρακτήρα (Wickham & Kendall, 1999), την οποία τα άτομα υιοθετούν σαν ένα τρόπο ζωής με συγκεκριμένα πρότυπα ευεξίας, χαράς και ικανοποίησης. Δεν χρειαζόμαστε λοιπόν πλέον κάποιον ειδικό για να μας λέει τι θα κάνουμε, αλλά εμείς οι ίδιοι γινόμαστε οι ειδικοί του εαυτού μας μέσω συγκεκριμένων τεχνικών διακυβέρνησης⁶ (Foucault, 1979· Rose, 1989· 1998).

Ωστόσο, στο σημείο αυτό οφείλουμε να δούμε και κάποιους περιορισμούς και κριτικές για την ανάλυση λόγου. Μια βασική κριτική που ασκείται σε αυτήν, είναι η σχέση του λόγου με την πραγματικότητα (Henriques, 1998· Willig, 2008). Ενώ επιχειρεί να εξετάσει κριτικά τους τρόπους με τους οποίους αναπαρίσταται και κατασκευάζεται η κοινωνική πραγματικότητα, είναι αμφιλεγόμενο το κατά πόσον η πραγματικότητα μπορεί να μελετηθεί μόνο με βάση τον λόγο. Αυτό σημαίνει ότι περιορίζεται μόνο στο επίπεδο του λόγου, ενώ η κοινωνική πραγματικότητα αναπαριστάται και υλοποιείται μέσω διαφόρων μη ρηματικών πρακτικών,

⁶ Η ‘διακυβέρνηση’ ή κυβερνησιμότητα (‘governmentality’) αναφέρεται στο σύνολο εκείνων των κανόνων και διαδικασιών που έχουν ως στόχο την πειθάρχηση και έλεγχο του υποκειμένου ώστε να ενεργεί με έναν συγκεκριμένο τρόπο (βλ. Rose, 1996).

μέσα δηλαδή από ένα σύστημα φορέων, πρακτικών και κοινωνικών συστημάτων, καθώς και σε πολιτισμικές αλληλεπιδράσεις με τους άλλους (Wickham & Kendall, 1999). Ακόμη, ένας περιορισμός της ανάλυσης λόγου είναι ότι πολλές φορές ο ερευνητής καταντά να κάνει ψυχολογιοποίηση⁷ και να ερμηνεύει το υλικό του με τέτοιο τρόπο που αναλύει ψυχολογικά κίνητρα ή να αποδίδει ψυχολογικές εξηγήσεις και αιτίες στους ομιλητές (Parker, 1992).

Τέλος, σχετικά με την Φουκωϊκή προσέγγιση, μπορούμε να παρατηρήσουμε ότι τα υποκείμενα δεν φαίνεται να έχουν κάποιον ενεργό ρόλο στο να καθορίζουν από μόνα τους την ζωή τους. Αντίθετα, τα υποκείμενα φαίνεται σαν να είναι έρμια των λόγων και να οριοθετούνται από αυτούς (Danaher, Schirato, & Webb, 2000). Μέσα από αυτό μπορούμε να σκεφτούμε ότι οι λόγοι έχουν άμεση σύνδεση με σχέσεις εξουσίας και για αυτό τα υποκείμενα καθορίζονται από αυτές τις σχέσεις. Βέβαια, αυτή η υπερβολική έμφαση που δίνεται στην ιδέα ότι κάθε λόγος είναι άρρηκτα συνδεδεμένος με συστήματα γνώσης/εξουσίας που οριοθετούν συγκεκριμένες θέσεις υποκειμένου και μοτίβα στο τι μπορεί να ειπωθεί και τι όχι, είναι επίσης ένα περιοριστικό σημείο. Αυτό συνεπάγεται ότι δεν υπάρχει λόγος που να μην εμπεριέχει τέτοιου είδους γνώσεις και πως είναι μάταιο να ξεφύγει κανείς από εκείνα που έχει οριοθετήσει ο λόγος για τα υποκείμενα.

Όσον αφορά τον τρόπο με τον οποίο χρησιμοποιήθηκε η συγκεκριμένη μέθοδος, αξίζει να σημειωθεί ότι η ανάλυση εστίασε κυρίως στο ποιες θέσεις υποκειμένου αναπαράγονται μέσα από τα αποσπάσματα, ώστε να γίνει πιο κατανοητό το πως τα υποκείμενα που κατασκευάζονται από συγκεκριμένους λόγους οριοθετούν τη διαχείριση των προβλημάτων, καθώς και τι σημαίνει αυτό για την αντίληψη του ψυχισμού και της κοινωνικής πραγματικότητας. Ακόμη, η έρευνα αυτή επιχείρησε να εντοπίσει κάποιες κοινωνικές και πολιτικές λειτουργίες του ψυχολογικού λόγου, έτσι ώστε να γίνει ξεκάθαρο πώς συγκεκριμένες λογικές συνάδουν με κυρίαρχες πρακτικές και αντιλήψεις που υποστηρίζουν την εξατομίκευση, την ψυχολογιοποίηση και την απο-πολιτικοποιημένη διαχείριση της συμπεριφοράς. Τέλος, έγιναν κάποιες συνοπτικές αναφορές στη ιστορική πλαισίωση κάποιων μοτίβων, χωρίς βέβαια αυτές να αποτελούν επαρκείς και ολοκληρωμένες ιστορικές τοποθετήσεις.

⁷ Η αναγωγή των κοινωνικών ζητημάτων στα πλαίσια της ιδιωτικής σφαίρας ως προσωπικών ζητημάτων, αποτυχιών ή αδυναμιών είναι γνωστή στην διεθνή βιβλιογραφία ως ‘ψυχολογιοποίηση’ (Μαρβάκης & Μεντίνης, 2011· De Vos, 2009).

ΚΕΦΑΛΑΙΟ ΔΕΥΤΕΡΟ: Ο ψυχολόγος σήμερα

2.1. Ο παντογνώστης ψυχολόγος

Τα τελευταία χρόνια, όλο και περισσότεροι άνθρωποι φαίνεται να ασχολούνται με θέματα ψυχολογίας ή να σπουδάζουν ψυχολογία. Ακόμη και αυτοί που δεν είναι ψυχολόγοι, επιθυμούν όσο τίποτε άλλο να προσποιστούν τους ψυχολόγους αναλύοντας τις συμπεριφορές τους ή να αναζητούν τη γνώμη ενός ‘ειδικού’ για να τους πει τι τους συμβαίνει. Το βλέπουμε άλλωστε και καθημερινά: είμαι σίγουρη ότι συχνά έχουμε ακούσει φράσεις, όπως: «για πες μου τώρα που με γνώρισες, πώς με ψυχολογείς;», «τι είναι αυτό που μου συμβαίνει, λες να έχω κάτι;». Βέβαια, αυτή η τάση δεν αναπαράγεται μόνο στο καθημερινό λόγο αλλά έχει διαχυθεί σχεδόν παντού: ένα απλό ζάπινγκ να κάνουμε στην τηλεόραση είναι αρκετό για να διαπιστώσουμε ότι σε πολλές εκπομπές οι ψυχολόγοι καλούνται ως ειδικοί να μιλήσουν για ένα εύρος ζητημάτων τα οποία δεν εμπίπτουν στο στενό πλαίσιο της ψυχολογίας.⁸ Ακόμη και για θέματα καθημερινής φύσεως, ο ειδικός είναι αυτός που μπορεί να δώσει λύσεις στο πως να διαχειριστούμε την καθημερινότητα μας. Με βάση την παραπάνω αντίληψη, μπορεί να δημιουργείται συχνά η εντύπωση ότι ο ψυχολόγος γνωρίζει τα πάντα γύρω από τον ανθρώπινο ψυχισμό και την συμπεριφορά:

Αριάδνη (21.03):

«Λίγο πολύ έχουνε...στο μυαλό τους το σχήμα ότι ο ψυχολόγος είναι ένας θεός, που μαγικά, αν τον συμβουλευτούν θα μπορέσει να δώσει λύσεις σε πολλά προβλήματα τους (Α: Χμ). Τον έχουν θεοποιήσει λίγο (Α: Ναι). Και βλέπω και από κάποιες φίλες μου που δεν σπουδάζουν ψυχολογία, που πολλές φορές με ρωτάνε πράγματα, “εσύ, σαν ψυχολόγος, ποια είναι η δική σου οπτική (Α: [Γελάει]) που είσαι και επιστήμονας” και είναι και ας πούμε, έχει άλλη βαρύτητα. Εε, και για πολύ απλά έτσι, πράγματα θα με ρωτήσουν γιατί εγώ είμαι ο ψυχολόγος (Α: [Γελάει]) και υποτίθεται τα ξέρω όλα γύρω από τον άνθρωπο και την προσωπικότητα και τις συμπεριφορές».

⁸ Καλό παράδειγμα αποτελεί η εκπομπή ‘Υγεία πάνω από όλα’, η οποία καλεί κατά καιρούς ψυχολόγους για να μιλήσουν για θέματα τα οποία δεν άπτονται απαραίτητα στο φάσμα της ‘ψυχικής υγείας’, αλλά αποτελούν κυρίως θέματα διαχείρισης της καθημερινότητας. Για παράδειγμα, βλ. <https://www.youtube.com/watch?v=G Yi2U6xzkJA>.

Καλλιόπη (38.19):

«Δηλαδή που έχω συζητήσει με άλλους και μου λένε: “αα, ο ψυχολόγος είναι ο γκουρού που λύνει τα προβλήματα μου”».

Υπάρχει, όπως φαίνεται από τα παραπάνω, μια τάση θεοποίησης του ψυχολόγου. Ο ψυχολόγος, όπως τον αντιλαμβάνονται αυτοί που δεν έχουν άμεση τριβή με το επάγγελμα, είναι ένας παντογνώστης, η άποψη του οποίου μπορεί να έχει μεγάλη βαρύτητα εφόσον είναι ειδικός στα ψυχικά θέματα. Θα έπρεπε ίσως να προβληματιστούμε σχετικά με το πως δημιουργήθηκε αυτή η αντίληψη για τον παντογνώστη ψυχολόγο και το ποιες διαστάσεις μπορεί να έχει σήμερα.

Αν ψάξουμε από πολύ παλιά πως ο λόγος της ψυχολογίας άρχισε να έχει τον λόγο για τέτοιου είδους θέματα που ήταν μόνο στα χέρια της θρησκείας, θα δούμε ότι από τα τέλη κιόλας του 19^{ου} αιώνα η ψυχολογία προσπάθησε να συνεχίσει το έργο που δεν μπορούσε πλέον να εκπληρώσει η θρησκεία: στρέφοντας το ενδιαφέρον σε θέματα ψυχισμού, η επιστήμη της ψυχολογίας επιχείρησε να εξηγήσει την χριστιανική ηθική με κάποιον πιο ‘αντικειμενικό’ τρόπο, ανάγοντας την σε ατομικές μειονεξίες ή επιλογές (Rose, 1999· Rimke & Hunt, 2002). Αυτό που εν τέλει κατάφερε αυτός ο λόγος ήταν μια νομιμοποίηση συγκεκριμένων συμπεριφορών ως ηθικών και ως αποδεκτών, έτσι ώστε να ενισχύσει την ηθική διαγωγή, την οποία δεν μπορούσε να διδάξει πλέον ο λόγος της θρησκείας. Αυτό σημαίνει ότι δημιούργησε ένα σύστημα στο οποίο εκείνη μπορούσε να έχει την δικαιοδοσία να ορίζει τι είναι σωστό και τι λάθος. Πολύ χοντρικά, λοιπόν, ο λόγος της θρησκείας για τα θέματα της ψυχής ανατέθηκε στα χέρια της επιστήμης της ψυχολογίας και ο ψυχολόγος άρχισε σταδιακά να οριοθετείται ως ειδικός για τα ψυχικά ζητήματα (Western, 2012). Φυσικά, η διαδικασία μέσω της οποίας ο ψυχολόγος έφτασε στο σημείο να θεωρείται ειδικός για μια σειρά ζητημάτων και συμπεριφορών ήταν πολύ πιο περίπλοκη από την παραπάνω σύντομη περιγραφή. Ωστόσο, εδώ δεν θα επιχειρήσουμε να ασχοληθούμε περαιτέρω με το πως προέκυψε η αντίληψη περί ψυχολογικής ειδημοσύνης.

Αν και η αντίληψη για τον ειδικό/παντογνώστη ψυχολόγο συνήθως εμφανίζεται ως λαϊκή πεποίθηση, ακόμα και οι ίδιοι οι φοιτητές ψυχολογίας μπορεί να αντιλαμβάνονται τον ψυχολόγο ως κάποιον που γνωρίζει πολλά για τον ανθρώπινο ψυχισμό και έχει λύσεις για το τι πρέπει να γίνει σε κάθε περίπτωση:

Κωνσταντίνα (17.12):

«Ο λογιστής ας πούμε, είναι κάποιος που εσύ, ή ένας άλλος επαγγελματίας που δεν μου έρχεται τώρα κάτι, είναι, εσύ τον έχεις ανάγκη για κάποιο λόγο, θα πας σε αυτόν, θα σε βοηθήσει να κάνεις. Ο ψυχολόγος δεν είναι πάντα έτσι, είναι πολύ πιο περίπλοκο πράγμα αυτό με το ψυχολογικό, γιατί πολλές φορές δεν ξέρεις καν εσύ ότι τον έχεις ανάγκη. Πολλοί άνθρωποι δηλαδή δεν το ξέρουν ακόμα ή δεν είναι σε θέση να το παραδεχτούν. Δηλαδή, είναι πιο περίπλοκη αυτή η κατάσταση, για αυτό λέω ότι ίσως πρέπει να, και τώρα ειδικά με την οικονομική κρίση είναι πολλές περιπτώσεις ανθρώπων, δεν σου λέω ότι πάσχουν από διαταραχές αλλά υπάρχουν προβλήματα που ούτε καν τα έχουν αντιληφθεί».

Στο παραπάνω απόσπασμα, έχει ενδιαφέρον το πως διαμορφώνεται μια ιεραρχική σχέση μεταξύ του ψυχολόγου και του θεραπευόμενου, αλλά και το πώς δικαιολογείται και νομιμοποιείται αυτή η σχέση μέσω της γνώσης/άγνοιας. Στη βάση της ψυχολογικής γνώσης, θεμελιώνεται η εξουσία του ειδικού (που γνωρίζει) πάνω σε ένα υποκείμενο που υποτίθεται 'δεν γνωρίζει' (*«πολλές φορές δεν ξέρεις καν εσύ ότι τον έχεις ανάγκη, είναι πολλές περιπτώσεις ανθρώπων, δεν σου λέω ότι πάσχουν από διαταραχές αλλά υπάρχουν προβλήματα που ούτε καν τα έχουν αντιληφθεί»*). Η ψυχολογική γνώση/εξουσία δεν ανακαλύπτει απλώς ότι το υποκείμενο δεν ξέρει, αλλά το κατασκευάζει ως τέτοιο, με αποτέλεσμα να παράγεται η 'ειδημοσύνη' και να νομιμοποιείται η εξουσία του ψυχολόγου να αποφασίζει για το τι πρέπει να κάνει το υποκείμενο. Ακόμη, αξίζει να προσέξουμε την λέξη 'ακόμα' στη φράση: *«δεν το ξέρουν ακόμα»*. Με την φράση αυτή υπονοείται ότι το υποκείμενο δεν ξέρει ότι έχει ανάγκη τον ειδικό, επειδή δεν έχει έρθει ακόμη σε επαφή με τον ειδικό που θα το ορίσει ως ψυχολογικό υποκείμενο που χρειάζεται βοήθεια. Αυτή η εκ των προτέρων θεώρηση του υποκειμένου ως 'ψυχολογικού υποκειμένου' παθολογικοποιεί όποιον δεν οριοθετεί τον εαυτό του μέσα σε αυτόν τον ψυχολογιοποιημένο λόγο (*«δεν το ξέρουν ακόμα ή δεν είναι σε θέση να το παραδεχτούν»*). Έτσι, αυτή η ιεραρχική σχέση εξουσίας μεταξύ θεραπευτή-θεραπευόμενου συμπεραίνεται ότι είναι σε μεγάλο βαθμό αυθαίρετη, ταυτολογική και παράγεται κυκλικά⁹. αυτή η θεραπευτική αφήγηση προϋποθέτει μια συνεχή προβληματοποίηση των συμπεριφορών, έτσι ώστε να μπορεί να αποδεικνύει και η ίδια την ύπαρξη της, εφόσον τα υποκείμενα στα οποία αναφέρεται είναι ο θεραπευτής και ο θεραπευόμενος.

⁹ Η κυκλικότητα του ψυχοθεραπευτικού λόγου υπονοεί ότι ο ειδικός είναι αυτός που έχει την μεγαλύτερη δύναμη, σε αντίθεση με τον θεραπευόμενο που καταλαμβάνει τη θέση του αδαούς και ευάλωτου υποκειμένου. Βλ. Foucault (2006) για μια ανάλυση του πως εδραιώθηκε η 'ψυχιατρική εξουσία'.

Κάτι άλλο που παρατηρείται στο μοντέλο του παντογνώστη ψυχολόγου είναι η ικανότητα του να βρίσκει τη θεραπεία που χρειάζεται σε κάθε περίπτωση, ώστε να μην επαναληφθεί μια κατάσταση:

Κωνσταντίνα (30.42):

[...] «κάνοντας την θεραπεία να βρει αυτό που προκαλεί το πρόβλημα για να το σταματήσει εκεί. Να μην έχει επανάληψη».

Είναι χαρακτηριστικό ότι η θεραπεία οφείλει, όχι μόνο να αντιστοιχεί στην αιτία ενός προβλήματος, αλλά και να επιλύει το πρόβλημα έτσι ώστε αυτό να μην ξαναεμφανίζεται. Αυτή η αναγκαιότητα του να βρεθεί η κατάλληλη θεραπεία, πέρα απ' το ότι συνεπάγεται ότι κάποιος βρίσκεται στην προνομιακή θέση του να θεραπεύει σε αντίθεση με κάποιον άλλον, αναπαράγει επίσης ένα συγκεκριμένο πλαίσιο στο οποίο το υποκείμενο-θεραπευόμενος είναι παθητικό και μη ικανό να διαχειριστεί το πρόβλημα του και γι' αυτό έχει την ανάγκη να απευθυνθεί σε κάποιον ειδικό (Foucault, 2006· Hare-Mustin & Marecek, 1997). Ακόμη, πέρα από το τι είδους αφήγηση αναπαράγει η λογική αυτή, εξίσου προβληματική είναι η ιδέα ότι μπορεί να υπάρξει μια κατάλληλη θεραπεία που αντιστοιχεί σε κάθε αιτία. Πώς η κάθε θεραπεία θα οριοθετήσει την αιτία και που θα την αποδώσει; Αν δηλαδή η αιτία αναχθεί στο ατομικό/ψυχολογικό πεδίο (πράγμα πολύ πιθανόν), τότε η θεραπεία θα εστιάζει στην αλλαγή της ατομικής συμπεριφοράς και στη διαχείριση της προσωπικής ζωής. Εάν όμως ο ψυχολόγος δεν μπορεί να μιλήσει για κάποια συγκεκριμένη αιτία, πώς θα ορίσει ποια θα είναι η σωστή θεραπεία για την περίπτωση αυτή;

Σύμφωνα με μια άλλη προσέγγιση που προκύπτει από τις συνεντεύξεις, και η οποία έρχεται σε αντίθεση με τα παραπάνω, ο ψυχολόγος μπορεί να μην ενδιαφέρεται τόσο να βρει την λύση και την αιτία του προβλήματος, όσο να δημιουργήσει μια σχέση θεραπευτή/θεραπευόμενου στην οποία ο ειδικός δεν θα παίρνει την θέση του ειδικού. Ενδεικτικά, στο παρακάτω απόσπασμα μπορούμε να παρατηρήσουμε μια κριτική στάση απέναντι στο μοντέλο του παντογνώστη ειδικού ο οποίος υπερισχύει του θεραπευόμενου:

Θανάσης (29.19):

«[...]δηλαδή η ίδια η έννοια του ειδικού έχει την προβληματική ότι αναπαράγει μια σχέση εξουσίας, ότι εγώ είμαι ο ειδικός που έλα σε μένα, να σου πω τι πρέπει να κάνεις για να γίνεις καλά (Ε: Ναι) που και αυτό είναι προβληματικό».

Το να συνειδητοποιήσει κανείς ότι μέσα από το μοντέλο του παντογνώστη δημιουργούνται σχέσεις εξουσίας είναι ένα βασικό σημείο ώστε να αρχίσει να αμφισβητεί κανείς τον τρόπο με τον οποίο λειτουργεί η θεραπεία. Η θεραπεία από την φύση της στηρίζεται στην ιδέα ότι το άτομο όχι μόνο είναι ανίκανο να διαχειριστεί το πρόβλημα του και γι' αυτό χρειάζεται να αναζητήσει την βοήθεια του ειδικού, αλλά είναι επίσης ευάλωτο ή άρρωστο, κάτι που υποδηλώνει ότι υπάρχει κάποιο ψυχικό πρόβλημα/ασθένεια που καλείται να θεραπευτεί (Hare-Mustin & Marecek, 1997). Συνειδητοποιώντας ότι μέσα από την θεραπευτική σχέση αναπαράγονται κάποιες σχέσεις εξουσίας, τίθενται τα πρώτα βήματα για μια αποδόμηση της θεραπείας. Με αυτόν τον τρόπο, μπορούμε να συνειδητοποιήσουμε την λειτουργία που έχει η παραδοσιακή θεραπευτική σχέση αλλά και να θέσουμε διαφορετικές και εναλλακτικές θεωρήσεις όσον αφορά στην διαχείριση των προβλημάτων και των ατόμων που απευθύνονται σε έναν ψυχολόγο.

2.2. Ο ανθρωπιστικός ψυχολόγος

Ένα άλλο ψυχολογικό μοντέλο που εντοπίζεται σε αρκετές συνεντεύξεις είναι το ανθρωπιστικό μοντέλο. Στο μοντέλο αυτό, ο ψυχολόγος παρουσιάζεται περισσότερο ως σύμβουλος που βοηθάει το άτομο να αποφασίζει από μόνο του τι θέλει, παρά ως ειδήμονας που γνωρίζει τι πρέπει να γίνει, όπως συμβαίνει στο προηγούμενο μοντέλο του παντογνώστη ψυχολόγου. Αν και ο ψυχολόγος εξακολουθεί να θεωρείται ο ειδικός και σε αυτό το μοντέλο, το υποκείμενο βρίσκεται στην προνομιακή θέση να αποφασίσει τι θα κάνει και να διερευνήσει μόνο του τι θέλει να κάνει (Swan, 2010). Για παράδειγμα, μια βασική πρακτική που ακολουθεί ο ψυχολόγος σύμφωνα με αυτό το μοντέλο, είναι ότι βοηθάει το άτομο να βρει από μόνο του τη λύση που χρειάζεται:

Ειρήνη (06.09):

«Αυτό που μπορεί να κάνει [Γελάει] και οφείλει να κάνει ε, νομίζω είναι να βοηθήσει το άτομο να βρει από μόνο του την λύση. Δηλαδή, να μην τον κατευθύνει, να μην του δώσει έτοιμες λύσεις αλλά να βοηθήσει το άτομο πιο πολύ να ψάξει μέσα του (Α: Χμ) και να βρει την λύση που ήδη έχει [Γελάει]. Τύπου σωκρατική μαιευτική».

Σε αυτό το απόσπασμα, ο ψυχολόγος παρουσιάζεται ως ένας μη κατευθυντικός σύμβουλος, πάρα ως ειδήμονας που αντιμετωπίζει το υποκείμενο ως αδαές. Σύμφωνα με το

μοντέλο αυτό, είναι πολύ σημαντικό να προσπαθεί κανείς να ανακαλύπτει τον εαυτό του ώστε να βρίσκει τις λύσεις και τις απαντήσεις σε αυτά που πραγματικά θέλει και χρειάζεται. Αυτό σημαίνει επίσης ότι το άτομο όχι μόνο είναι ελεύθερο να αποφασίσει τι θα κάνει, αλλά καθίσταται και υπεύθυνο να αντιμετωπίζει αυτό που βιώνει και να βρίσκει την κατάλληλη λύση της ‘αυτό-θεραπείας’ του. Οφείλει, δηλαδή, να αναλαμβάνει προσωπικά την ‘θεραπεία’ του, εφόσον καθίσταται υπεύθυνο των πράξεων και των επιλογών του (Parker, et al. 1995).

Μέσω της εσωτερικής ενδοσκόπησης, το άτομο μπορεί να βρει τις λύσεις μέσα του για να μπορέσει να φτάσει στην θεραπεία. Βέβαια, η θεραπεία αυτή προϋποθέτει μια συνεχή διαδικασία παρατήρησης και αξιολόγησης του εαυτού του. Ο ψυχολόγος στο σημείο αυτό μπορεί να βοηθήσει το άτομο να διαμορφώσει μια στενή σχέση με τον εαυτό του, ώστε να καταλάβει καλύτερα τι πραγματικά θέλει:

Μαρία (04.36):

«Πιστεύω ότι διαμορφώνουμε ανθρώπους (Α: Χμ), τους βοηθάμε να αναγνωρίσουν τον εαυτό τους, να αναγνωρίσουν τι θέλουν. Αυτό πιστεύω».

Βασιλική (22.16):

«Δηλαδή να το ακούσουμε και από κάποιον ειδικό που ξέρει, μπορεί να μας πει και πράγματα που δεν ξέρουμε και δεν τα είχαμε σκεφτεί (Ε: Ναι). Δηλαδή, πέρα από το ότι μπορεί να μας δώσει την ώθηση, συνήθως μας λέει και πράγματα τα οποία δεν είχαμε σκεφτεί και...μπαίνουμε σε έναν διαφορετικό τρόπο σκέψης και εμείς και ακολουθούμε τις συμβουλές του. Εμείς επιλέγουμε βασικά αν θα ακολουθήσουμε τις συμβουλές του ψυχολόγου (Ε: Ναι). Αν θα μας ωφελήσουν ή αν θα τις αφήσουμε».

Στα παραπάνω αποσπάσματα, φαίνεται ότι αν και το άτομο θεωρείται ελεύθερο να επιλέξει τι θα κάνει, στην ουσία ο ψυχολόγος διαμορφώνει τους τρόπους με τους οποίους αυτό θα οριοθετήσει τον εαυτό του («διαμορφώνουμε ανθρώπους»), εφόσον οι επιλογές που διαθέτει το υποκείμενο είναι ήδη προκαθορισμένες στο πλαίσιο ενός θεραπευτικού λόγου (Rose, 1989). Μία αντίφαση που προκύπτει είναι ότι ενώ το άτομο έχει τον τελευταίο λόγο για το αν θα ακολουθήσει τις συμβουλές του ψυχολόγου ή όχι («Εμείς επιλέγουμε βασικά αν θα ακολουθήσουμε τις συμβουλές του ψυχολόγου»), εξακολουθεί να υποβάλλεται στην καθοδήγηση και στην αυθεντία του ειδικού («ακολουθούμε τις συμβουλές του»), ο οποίος είναι εκείνος που θα υπαγορεύσει συγκεκριμένες λύσεις και επιλογές. Ανεξάρτητα όμως από το αν τελικά το άτομο αποφασίζει ακολουθώντας τις συμβουλές του ειδικού ή όχι, σημασία έχει να προσέξουμε τι είδος εαυτού αναπαράγεται μέσα από αυτήν την αφήγηση:

Ειρήνη (31.20):

«Να καταλάβει καλύτερα τον εαυτό του το ίδιο το άτομο και πώς λειτουργεί ο ίδιος (Α: Ναι) και επομένως να μπορεί να λειτουργεί καλύτερα».

Με βάση αυτό το απόσπασμα, είναι πολύ σημαντικό το άτομο να ανακαλύψει καλύτερα τον εαυτό του, ώστε να φτάσει σε ένα ανώτερο στάδιο αυτο-ολοκλήρωσης ή και απελευθέρωσης (Prilleltensky, 1994). Για να καταφέρει το άτομο να φτάσει σε αυτό το στάδιο, οφείλει να παλέψει σε έναν προσωπικό αγώνα διερεύνησης κι αυτο-ενασχόλησης. Μέσα από αυτή την εστίαση στην ενδοσκόπηση και στην αυτογνωσία, μπορούμε να παρατηρήσουμε και τους περιορισμούς που μπορεί να έχει μια τέτοια ατομοκεντρική λογική, εφόσον στρέφεται μόνο σε θέματα ατομικής ευμάρειας κι ανάπτυξης (Tudor, 2015). Σύμφωνα με αυτή τη λογική, παρατηρούμε ότι διαμορφώνεται ένα είδος εαυτού που όχι μόνο ενδιαφέρεται για την προσωπική του ευημερία και θεωρεί ότι ο ίδιος ευθύνεται για αυτήν, αλλά αδυνατεί να σκεφτεί ότι η προσωπική του ευημερία διαμορφώνει την και διαμορφώνεται από την κοινωνική πραγματικότητα. Τέλος, το μοντέλο αυτό θα μπορούσε να συνδεθεί με το μοντέλο του εμπνευστή-coach, το οποίο επίσης φαίνεται να δίνει υπερβολική έμφαση στο ατομικό και στην εξατομικευμένη οριοθέτηση του ψυχισμού.

2.3. Coaching: Από την θεραπεία του εαυτού στην αυτοβελτίωση

Τα τελευταία χρόνια, η έννοια της διερεύνησης και της ανάπτυξης του εαυτού μοιάζει να αποκτά έναν ιδιαίτερο ρόλο στο πεδίο της καθημερινής ζωής. Αυτό που παρατηρείται ειδικότερα είναι μια τάση αυτοβελτίωσης και ενασχόλησης με τον εαυτό, ως απάντησης σε κάθε τι που προσβάλλει την ευημερία και την ψυχική υγεία. Η τάση αυτή ξεφεύγει από μια θεώρηση ναρκισσιστικού εαυτού (βλ. Lasch, 1991) ή του κενού εαυτού που επιθυμεί να καλύπτει συνεχώς τις ανάγκες του (βλ. Cushman, 1990). Αντιθέτως, η αυτο-ενασχόληση παραπέμπει σε ένα ιδεώδες πρότυπο ζωής και ευεξίας με βάση το οποίο ο εαυτός πρέπει να γίνεται όλο και καλύτερος και πιο πετυχημένος (βλ. Western, 2012). Πώς όμως αυτή η τάση συνδέεται με και επηρεάζει το παραδοσιακό μοντέλο του ψυχολόγου;

Για να μπορέσουμε να κατανοήσουμε αυτό το ερώτημα, χρειάζεται να γίνει μια σύντομη ιστορική αναφορά στο πώς προέκυψε αυτή η τάση. Ειδικότερα, παρατηρείται ότι από τα τέλη του 20^{ου} αιώνα κι έπειτα, μια ολόκληρη αντίληψη περί ανθρώπινου ψυχισμού η οποία συνδεόταν με την βελτίωση και την προαγωγή της ψυχικής υγείας, έπαιξε σημαντικό ρόλο

στο αμερικανικό πλαίσιο και σύντομα επεκτάθηκε και στον υπόλοιπο δυτικό κόσμο. Με αφορμή την εμφάνιση διαφόρων αντιλήψεων περί ανάπτυξης και βελτίωσης του ψυχισμού, η ψυχολογική επιστήμη στράφηκε περισσότερο στην προαγωγή της ψυχικής υγείας και στην ανάδειξη ενός ‘θετικού εαυτού’, παρά στην θεραπεία. Δεν ενδιαφερόταν δηλαδή τόσο να θεραπεύσει τον τραυματισμένο εαυτό και να βρει τις αιτίες της παθολογίας του, αλλά να προλάβει κάθε περίπτωση ψυχικής ‘ίσης’, τονώνοντας την θετική ανάπτυξη και ευεξία του εαυτού (Λέκκα, 2012). Έτσι, το παραδοσιακό μοντέλο του ψυχολόγου που μέχρι τα τέλη του 20^{ου} αιώνα εστίαζε σε έναν ελλειμματικό και τραυματισμένο ψυχισμό άρχισε να αλλάζει και να στρέφεται προς το λεγόμενο ‘coaching’¹⁰, δίνοντας περισσότερο έμφαση στο πως ο ψυχισμός θα καταφέρει να γίνει ακόμη καλύτερος, πιο θετικός και δημιουργικός, ως λύση σε ό,τι βιώνει (Western, 2012· Swan, 2010). Με βάση αυτή τη θεώρηση, μπορούμε να αντιπαραθέσουμε τον παραπάνω εαυτό με τον εαυτό του ανθρωπιστικού μοντέλου· στο μοντέλο του coaching, ο εαυτός δεν διερευνάται ούτε ανακαλύπτεται όπως συμβαίνει στο ανθρωπιστικό μοντέλο, αλλά διαμορφώνεται και αναπτύσσεται έτσι ώστε να βελτιώνεται συνεχώς :

Βασιλική (17.30):

«Και για λόγους, το βασικό, ότι ο ψυχολόγος μπορεί να τους δώσει μια κατευθυντήρια γραμμή, κάποιες συμβουλές που θα τους βοηθήσουν, θα τους ωφελήσουν το...να βελτιώσουν τον τρόπο ζωής τους».

Με βάση το παραπάνω απόσπασμα, σημασία δεν έχει τόσο το άτομο να βρει πως θα αντιμετωπίσει μια κατάσταση, αλλά να βρει τρόπους με τους οποίους θα βελτιώσει τον τρόπο ζωής του. Δεδομένης της σημερινής οικονομικής και κοινωνικής ανασφάλειας, το μοντέλο της βελτίωσης του εαυτού μπορεί να είναι ιδιαίτερα χρήσιμο στην διαχείριση της πραγματικότητας ως ενός εξατομικευμένου και απο-πολιτικοποιημένου ζητήματος. Αυτό δηλαδή που μπορεί να κάνει ένας ψυχολόγος με βάση το μοντέλο αυτό, είναι να βοηθήσει το άτομο να βρει προσωπικούς τρόπους αυτο-ενασχόλησης και διαχείρισης της πραγματικότητας. Για παράδειγμα, θα μπορούσε να το βοηθήσει να βρει μια άλλη δουλειά που του αρμόζει καλύτερα:

¹⁰ Αν και η αρχική χρήση του ‘coaching’ ήταν στον χώρο του αθλητισμού σε συνδυασμό με τεχνικές συμβουλευτικής, στη συνέχεια καθιερώθηκε ως μια πρακτική συμβουλευτικής δεξιοτήτων στο εργασιακό επίπεδο και ως ‘life-coaching’ στο ατομικό επίπεδο (Swan, 2010, σελ. 35)

Βασιλική (12.55):

«Μπορεί ο ψυχολόγος να σε κάνει να καταλάβεις να βρεις άλλα πράγματα να ασχοληθείς, να βρεις μια άλλη δουλειά που μπορεί να σου ταιριάζει καλύτερα».

Αναλαμβάνοντας καθήκοντα επαγγελματικού συμβούλου ή συμβούλου ζωής, ο ψυχολόγος προσπαθεί να βοηθήσει το άτομο να βρει εναλλακτικές ώστε να κάνει πιο θετική και δημιουργική τη ζωή του, παρά τις δύσκολες συγκυρίες. Ακόμη, ο ψυχολόγος μπορεί να βρει πιο ειδικές μεθόδους για να βοηθήσει κάποιον να βρει δουλειά, όπως η τόνωση της αυτοπεποίθησης στη περίπτωση μιας συνέντευξης ώστε να υπάρχουν περισσότερες πιθανότητες να προσληφθεί:

Μαρία (08.02):

«Σε αυτό το σημείο εφόσον πάλι λέμε ότι δεν προκύπτει κάτι σε φάση κατάθλιψης ή τέτοιο θα μπορούσε να τονίσει την αυτοπεποίθηση τους με διάφορα μέσα, δηλαδή για φαντάσου να είσαι άνεργος 6 μήνες, 1 χρόνο, όσες γνώσεις και να έχεις, το ρίχνεις, σε παίρνει από κάτω. Να τονώσεις την αυτοπεποίθηση σου, δηλαδή, για να βρεις και μια δουλειά θα περάσεις από μια συνέντευξη (Α: Ναι). Άμα πας και είσαι [Γελάει] (Α: [Γελάει]), δεν είσαι καλά, η στάση του σώματος, όλα, σε αυτά μπορεί να σε ωθήσει, ότι αξίζεις και μπορείς να το καταφέρεις».

Με βάση τα παραπάνω αποσπάσματα, μπορούμε να παρατηρήσουμε ότι ο ψυχολόγος υιοθετεί έναν ρόλο εμπνευστή/coach σύμφωνα με τον οποίο ο εαυτός έχει μια ιδιαίτερα θετική διάσταση. Στόχος του δεν είναι να εστιάσει στα προβλήματα που βιώνει το άτομο, αλλά να κάνει το άτομο να νιώσει καλύτερα, συμβουλευόντας το να αλλάξει την καθημερινότητα του. Αυτό το είδος εαυτού μπορεί να συμβαδίζει με έναν εαυτό που υποβάλλεται σε μια συνεχή αυτοβελτίωση ώστε να γίνει παραγωγικός και αποτελεσματικός σύμφωνα με τις ανάγκες του νεοφιλελευθερισμού (Swan, 2010). Σε αυτή την αφήγηση του εαυτού, το άτομο δεν παραιτείται, ούτε αντιδράει απέναντι στην αδικία, αλλά μαθαίνει να αποδέχεται την πραγματικότητα έτσι όπως είναι και να προσαρμόζεται ατομικά προκειμένου να επιβιώσει στις νέες συνθήκες ζωής.

2.4. Αυτοβοήθεια: Ο εαυτός ως ειδικός

Αν και η παρούσα έρευνα μέχρι στιγμής εξετάζει κυρίως το μοντέλο του ψυχολόγου σύμφωνα με τις παραπάνω προσεγγίσεις (το μοντέλο παντογνώστη, το μοντέλο του ανθρωπιστικού ψυχολόγου και το μοντέλο coach), αξίζει να σημειωθεί και ένα τέταρτο μοντέλο, η αυτοβοήθεια¹¹, η οποία συνδέεται με τις παραπάνω προσεγγίσεις. Η αυτοβοήθεια ως μοντέλο αυτο-θεραπείας, αντικαθιστά τον ειδικό-ψυχολόγο, ενώ καθιστά το ίδιο το υποκείμενο ειδικό του εαυτού του (Rimke, 2000). Το ίδιο το υποκείμενο, δηλαδή, υπόκειται στη ψυχολογική γνώση που εφαρμόζει στον εαυτό του, αναλαμβάνοντας προσωπικά τη φροντίδα και τον έλεγχο του εαυτού του μέσα από ένα φάσμα πρακτικών, όπως βιβλία αυτοβοήθειας, τεχνικές χαλάρωσης και διαχείρισης άγχους. Σε μια συγκυρία όπου οι οικονομικές και κοινωνικές παροχές αποτελούν μια ουτοπία, υπάρχουν κάποιες λύσεις που υπόσχονται την αυτοπραγμάτωση και τη προσωπική ευτυχία και τις οποίες μπορεί το ίδιο το άτομο να βρει χωρίς την βοήθεια ενός ειδικού.

Πιο συγκεκριμένα, μια λύση που προτείνεται συχνά από τις πρακτικές αυτοβοήθειας όσον αφορά στην αντιμετώπιση των σημερινών δυσκολιών, είναι να δούμε την ζωή πιο θετικά:

*«Μην κολλάς στο παρελθόν και σε πράγματα που πήγαν στραβά. Μην ονειρεύεσαι ένα τέλειο μέλλον που δεν μπορεί να υπάρξει ή να ανησυχείς για πράγματα που δεν έχουν συμβεί. Όσοι είναι χαρούμενοι ζουν το σήμερα και κάνουν θετικές σκέψεις. Αν σήμερα δεν μπορείς να είσαι χαρούμενος τι σε κάνει να σκεφτείς πώς αύριο αυτό θα αλλάξει;».*¹²

Για να δει κανείς πιο θετικά την ζωή του πρέπει να σκέφτεται θετικά και να μην στεναχωριέται αν δεν έχει το μέλλον που ονειρευόταν. Αυτή η συνεχόμενη κυκλικότητα γύρω από την θετικότητα φαίνεται ότι βλέπει τελείως επιφανειακά –ή μάλλον καθιστά αόρατη– την κοινωνική και πολιτική διάσταση των πραγμάτων, εφόσον θεωρεί ότι το να έχει κανείς μια «καλή» ζωή εξαρτάται μόνο από τις σκέψεις του. Μια τέτοια λογική έχει μια πολιτική διάσταση, αφού ματαιώνει την διεκδίκηση για ένα καλύτερο μέλλον και καθιστά αδύνατη την αλλαγή της κοινωνικής πραγματικότητας (Fernandez-Rios & Novo, 2012). Αυτό

¹¹ Σε αυτή την έρευνα, όταν αναφερόμαστε στην αυτοβοήθεια, εννοούμε εκείνη που εντυπώνεται ως pop ψυχολογική πρακτική.

¹² <http://www.otherside.gr/2012/02/12-tropoi-gia-na-deis-pio-thetika-zwi/#ixzz3b93nUnbN>

που καλείται να κάνει το υποκείμενο μέσα από αυτήν την αφήγηση είναι να αποδεχτεί ό,τι του συμβαίνει και να δεχτεί ότι η πραγματικότητα δεν αλλάζει:

*«Το να είμαστε αισιόδοξοι και θετικοί δε σημαίνει να εθελουφλούμε μπροστά στην κρισιμότητα της τωρινής μας κατάστασης. Σημαίνει ότι αποδεχόμαστε αυτό που συμβαίνει και μας δυσκολεύει αλλά ταυτόχρονα αρνούμαστε να παραδοθούμε στη δίνη των αρνητικών συναισθημάτων μας. Σημαίνει να αποδεχόμαστε αυτά που δεν μπορούμε να ελέγξουμε και να ελέγχουμε αυτά που μπορούμε. Ίσως δεν μπορούμε να ελέγξουμε την κατάσταση της οικονομίας για παράδειγμα, αλλά μπορούμε να ελέγξουμε τον τρόπο που νιώθουμε και τον τρόπο που βλέπουμε την κατάσταση».*¹³

Με βάση το παραπάνω απόσπασμα, το άτομο οφείλει να συμβιβαστεί στην άρχουσα τάξη των πραγμάτων και στην ιδέα ότι δεν μπορεί να αλλάξει το μέλλον που είναι ήδη καθορισμένο και μη ελέγξιμο. Έχοντας εξοικειωθεί στην ιδέα ότι η πραγματικότητα δεν αλλάζει εύκολα, αλλά ότι το ίδιο το άτομο μπορεί να αντιμετωπίσει τη πραγματικότητα μέσω της προσωπικής του αλλαγής, δημιουργείται και η εντύπωση ότι ασκεί κάποιον έλεγχο στη ζωή του, έστω και μέσω αυτής της προσωπικής αλλαγής (McGee, 2007). Για παράδειγμα, μια τέτοια αλλαγή μπορεί να πραγματοποιηθεί μέσω της ενασχόλησης του υποκειμένου με τον εαυτό του, όπως φαίνεται παρακάτω:

*«Η κρίση μπορεί να αποτελέσει ευκαιρία για να κινητοποιηθείτε θετικά. Είναι η ώρα να επαναπρογραμματίσετε το μυαλό σας, να εγκαταλείψετε τους φόβους σας και να δημιουργήσετε νέες ευκαιρίες, να δείτε ποιοι πραγματικά είσαστε και να ξεκινήστε δυναμικά να διεκδικήσετε μια καλύτερη ζωή. Πολλοί άνθρωποι άλλαξαν επάγγελμα και επαγγελματικό προσανατολισμό, βρήκαν δεξιότητες τους που δεν ήξεραν πως είχαν και τόλμησαν να αλλάξουν την ζωή τους. Επέδειξαν δηλαδή ψυχική ανθεκτικότητα απέναντι στην κρίση».*¹⁴

«Όταν βάλουμε στην άκρη χρόνο και χρήματα για να κάνουμε κάτι που θα βελτιώσει μακροπρόθεσμα τη ζωή μας, τότε κάνουμε πραγματικά μια ανεκτίμητη επένδυση. Σε

¹³<http://happymind.gr/tag/%CE%B8%CE%B5%CF%84%CE%B9%CE%BA%CE%AE-%CF%83%CE%BA%CE%AD%CF%88%CE%B7/>

¹⁴<http://www.tokleidi.com/2013/06/antimetopoi-me-tin-krisi/>

*ένα κόσμο που όλα είναι ρευστά, η μόνη σταθερή αξία είμαστε εμείς οι ίδιοι. Η επένδυση στον εαυτό μας είναι η πιο αποδοτική επένδυση...».*¹⁵

Βλέποντας την κρίση ως μια ευκαιρία για να αλλάξει κανείς τον τρόπο ζωής του, ως λύση προβάλλεται η προσωπική ανάπτυξη και η ενδοσκόπηση. Το άτομο οφείλει δηλαδή να αλλάξει την καθημερινότητα του ώστε να είναι περισσότερο βιώσιμη, βελτιώνοντας τις δεξιότητες του ή επαναπροσδιορίζοντας τι θέλει και ποιος είναι. Αυτή η εμμονή με την προσωπική ενασχόληση φαίνεται ότι μπορεί να οριοθετήσει την κρίση μόνο σύμφωνα με όρους ατομικής προσπάθειας και αλλαγής, στην οποία το άτομο θα θεωρείται υπεύθυνο και για καταστάσεις που δεν δημιούργησε απαραίτητα το ίδιο (Rimke & Brock, 2012). Ακόμη, αξίζει να παρατηρήσουμε ότι στο δεύτερο απόσπασμα η ανάπτυξη του εαυτού αποκτά μια οικονομική διάσταση παρά ψυχολογική: ο εαυτός οριοθετείται σε έναν επιχειρηματικό-οικονομικό λόγο, σύμφωνα με τον οποίο οφείλει να εξελίσσεται για να είναι αποδοτικός και λειτουργικός στις νέες συνθήκες (McGee, 2007). Ακολουθώντας αυτή τη λογική («η επένδυση στον εαυτό μας είναι η πιο αποδοτική επένδυση»), το υποκείμενο αποστασιοποιείται από τον ίδιο του τον εαυτό, τον οποίο αντιλαμβάνεται σαν μια ‘επιχείρηση’ στην οποία πρέπει να ‘επενδύει’ συνεχώς (βλ. Scharff, 2015). Το ότι ο εαυτός θεωρείται σαν ένα προϊόν που χρειάζεται να αλλάξει και να αναπτύσσεται σύμφωνα με οικονομικούς όρους, θα έπρεπε μάλλον να μας προβληματίζει για το αν τελικά η αυτοβοήθεια συμβάλλει στην αντιμετώπιση των προβλημάτων σε ευρύτερο επίπεδο ή στην προσαρμογή των ανθρώπων στην πραγματικότητα, έτσι όπως είναι.

Αν και οι στόχοι της αυτοβοήθειας τείνουν περισσότερο σε μια συντηρητική ιδεολογία προσαρμογής στην τάξη των πραγμάτων, οι «οπαδοί» της μπορεί να θεωρούν την αυτοβοήθεια ως μια ‘χειραφετητική’ λύση, επειδή δεν αντιλαμβάνεται το άτομο ως αδαές να χειριστεί μια κατάσταση (όπως συμβαίνει στα ψυχολογικά μοντέλα που μόλις αναφερθήκαμε), αλλά το θεωρεί ικανό να αποφασίζει μόνο του για το πως θα διαμορφώσει τον εαυτό του. Η απήχηση της αυτοβοήθειας μπορεί να οφείλεται εν μέρει στο ότι αποφεύγει να θίξει την ανάγκη για την αντιμετώπιση των προβλημάτων σε ευρύτερο επίπεδο και προτιμά να εστιάζει στην αντιμετώπιση τους σε ατομικό επίπεδο, με έναν τρόπο που είναι ευχάριστος και χαλαρωτικός για το άτομο. Σε ορισμένες συνεντεύξεις, όμως, εμφανίζεται μια

¹⁵<http://www.psychorropia.gr/%CF%83%CF%84%CE%BF%CE%BD-%CE%B4%CF%81%CF%8C%CE%BC%CE%BF-%CE%B3%CE%B9%CE%B1-%CF%84%CE%B7-%CE%B6%CF%89%CE%AE-%CF%80%CE%BF%CF%85-%CE%B8%CE%AD%CE%BB%CE%BF%CF%85%CE%BC%CE%B5/>

κριτική στάση απέναντι στην αποτελεσματικότητα και τη γενικότερη λειτουργία των τεχνικών αυτοβοήθειας:

Καλλιόπη (38.01):

«[...] Και λένε, πώς να ξεπεράσετε το άγχος σας με 10 απλά βήματα, μόνο είμαστε καλύτεροι άνθρωποι σε 10 απλά βήματα, δηλαδή, αα, ζητήματα τα οποία προφανώς ο καθένας ξεχωριστά μπορεί να...επέμβει και να παρέμβει (Α: Ναι), αλλά...δεν, δεν σημαίνει ότι...όλοι μας είμαστε φτιαγμένοι για αυτά τα 10 βήματα. Είναι μια γενίκευση η οποία...πολλές φορές κάνει τα άτομα να να, ό,τι του επιτάσσει το κοινωνικό περιβάλλον».

Θανάσης (22.30):

«[...] Αλλά εμείς στην παρέα μου είμαστε πολύ κριτικοί απέναντι σε αυτά τα βιβλία που λένε, ας πούμε, 10 τρόποι για να γίνεις ευτυχισμένος [Γελάει] (Ε: Ναι), δηλαδή θεωρώ ότι αυτά τα βιβλία κάνουν περισσότερο κακό παρά καλό! Γιατί δεν είναι τόσο εύκολο να γίνεις ευτυχισμένος».

Με βάση τα παραπάνω αποσπάσματα, υπάρχουν ορισμένα προβλήματα με την πρακτική της αυτοβοήθειας. Η αυτοβοήθεια στηρίζεται σε μια αφελή αντίληψη ότι μπορεί να λειτουργήσει επιτυχώς για τον οποιοδήποτε («δεν σημαίνει ότι...όλοι μας είμαστε φτιαγμένοι για αυτά τα 10 βήματα. Είναι μια γενίκευση η οποία...πολλές φορές κάνει τα άτομα να να, ό,τι του επιτάσσει το κοινωνικό περιβάλλον»), όπως επίσης και στην απλοϊκή ιδέα ότι η ‘ευτυχία’ είναι ένα εύκολο ζήτημα που εξαρτάται απ’ το να ακολουθήσει κανείς συγκεκριμένες συμβουλές ζωής («δηλαδή θεωρώ ότι αυτά τα βιβλία κάνουν περισσότερο κακό παρά καλό! Γιατί δεν είναι τόσο εύκολο να γίνεις ευτυχισμένος»). Αυτές οι δύο αντιλήψεις, παραβλέπουν την προσωπική ιστορία και εξαλείφουν τη μοναδικότητα του κάθε υποκειμένου, εφόσον καλούν τους ανθρώπους να ακολουθήσουν γενικές και τυποποιημένες συμβουλές, αλλά επίσης αγνοούν τους κοινωνικο-πολιτικούς παράγοντες που καθορίζουν την ζωή των ανθρώπων. Με βάση αυτές τις παρατηρήσεις, φαίνεται ότι η αυτοβοήθεια αναπαράγει μια συντηρητική νεοφιλελεύθερη λογική, κατά την οποία το υποκείμενο θεωρείται υπεύθυνο να αναλάβει την αλλαγή του σε ατομικό επίπεδο, καθώς επίσης να αλλάξει με τέτοιο τρόπο ώστε να μην ενδιαφέρεται για την διεκδίκηση μιας καλύτερης ζωής.

ΚΕΦΑΛΑΙΟ ΤΡΙΤΟ: Σκέψεις πάνω στον λόγο του ψυχολόγου

3.1. Δυϊσμός ατόμου/κοινωνίας

Ένα ζήτημα αναφορικά με τον ψυχολογικό λόγο στο οποίο ασκείται έντονη κριτική, είναι ο διαχωρισμός του ατομικού και του κοινωνικού (βλ. Μαρβάκης & Μεντίνης, 2011· Parker, 2002· Prilleltensky & Nelson, 2002). Για λόγους ευκολίας, μπορούμε να ορίσουμε αυτόν τον διαχωρισμό ως ‘δυϊσμό ατόμου/κοινωνίας’. Σε αρκετές συνεντεύξεις της παρούσας έρευνας, ο δυϊσμός αυτός αποτέλεσε ένα κρίσιμο θέμα προβληματισμού και αναστοχασμού. Σε αυτό το υποκεφάλαιο δεν θα επιχειρήσω να απορρίψω ή να αμφισβητήσω αυτόν τον διαχωρισμό ανάμεσα σε αυτές τις δύο έννοιες, αλλά θα προσπαθήσω να αναδείξω πως αυτός ο δυϊσμός μπορεί να περιορίσει τον τρόπο με τον οποίο ο ψυχολόγος οριοθετεί την ανθρώπινη συμπεριφορά και τη διαχείριση των προβλημάτων.

Αρχικά, ένα βασικό πρόβλημα που προκύπτει σε αρκετές συνεντεύξεις είναι ότι το άτομο παρουσιάζεται ως ένα αυτόνομο κέντρο δράσης και η κοινωνία ως κάτι που είναι έξω από το άτομο και απλά τυγχάνει να επηρεάζει την ανθρώπινη συμπεριφορά:

Κωνσταντίνα (30.40):

«Δηλαδή, αφού τα προβλήματα μας πηγάζουν από εξωτερικούς παράγοντες, ωραία;».

Καλλιόπη (30.56):

«Ειδικά όταν πρέπει να συμπεριλάβεις και το κοινωνικό».

Παρατηρούμε, δηλαδή, ότι οι εξωτερικοί παράγοντες (στη συγκεκριμένη περίπτωση το ‘κοινωνικό’), είναι αυτοί που δημιουργούν τα προβλήματα. Το μοτίβο αυτό της έννοιας του ‘κοινωνικού’ ως κάτι εξωτερικού και αποκομμένου από την ψυχολογική ζωή του υποκειμένου είναι κοινότυπο στον ψυχολογικό λόγο. Ας σκεφτούμε για παράδειγμα, στον λόγο της Κοινωνικής Ψυχολογίας πως παρουσιάζεται το κοινωνικό· αν και αναγνωρίζεται η σημασία που έχει το κοινωνικό για την πολυπλοκότητα της ανθρώπινης συμπεριφοράς, υπονοείται μια εξωτερική σχέση ανάμεσα στο άτομο και την κοινωνία, σαν να είναι δύο

ξεχωριστές οντότητες που με κάποιον περίεργο τρόπο αλληλοεπηρεάζονται (Burr, 2002· Μαρβάκης & Μεντίνης, 2011).¹⁶

Σε περίπτωση που το κοινωνικό δεν παρουσιάζεται ως ένας εξωτερικός παράγοντας, γίνεται αντιληπτό ως ‘πλαίσιο’, και μάλιστα ένα σύνθετο πλαίσιο στο οποίο έχουν συμπεριληφθεί πολλοί παράγοντες, σε αντίθεση με τα προηγούμενα χρόνια πριν από την εμφάνιση της οικονομικής κρίσης:

Κωνσταντίνα (21.03):

«Αυτό, αυτό, επίσης δεν ξέρω, τώρα δεν θεωρώ ότι φυγοπονούν οι ψυχολόγοι, δηλαδή δεν θεωρώ ότι τους φαίνεται δύσκολο, απλά το αφήνουν από έξω από το πλαίσιο, απλά όπως και να το κάνουμε το πλαίσιο είναι πιο σύνθετο από ότι όπως ήταν παλιότερα. Είναι πολλοί παράγοντες που έχουνε μπει στο πλαίσιο το καθημερινό του κάθε ατόμου».

Η έννοια του κοινωνικού ως ‘πλαισίου’ μοιάζει αρκετά με αυτή που είδαμε στο προηγούμενο απόσπασμα περί ‘εξωτερικού παράγοντα’. Με την λέξη ‘πλαίσιο’, μπορούμε να παρατηρήσουμε ότι η ανθρώπινη συμπεριφορά –και στη συγκεκριμένη περίπτωση τα προβλήματα– τοποθετούνται γύρω από κάτι που είναι το κοινωνικό. Αυτή η πλαισίωση είναι εξίσου προβληματική, όπως και η οριοθέτηση του κοινωνικού ως εξωτερικού παράγοντα, διότι προϋποθέτει ότι για να θεωρείται το κοινωνικό ως πλαίσιο πρέπει να πλαισιώνει το ατομικό· πρέπει, δηλαδή, να οριοθετεί το άτομο ως ξεχωριστή οντότητα από αυτό (Munck, 2000· Μαρβάκης & Μεντίνης, 2011).

Ακόμη, κάτι πολύ χαρακτηριστικό που παρατηρείται στον δυϊσμό ατόμου/κοινωνίας είναι ότι το κοινωνικό δεν έχει κάποια συγκεκριμένη σημασία, αλλά πολλές φορές παρουσιάζεται με ασαφή ή αόριστο τρόπο:

Βασιλική (05.10):

«Που μπορεί να βοηθήσει και σε ατομικό αλλά και σε κοινωνικό επίπεδο».

Ε: «Ε, όταν λες κοινωνικό; Τι θα μπορούσε δηλαδή να κάνει»;

¹⁶ Ωστόσο, ακόμα και στις προσπάθειες ορισμένων εναλλακτικών ρευμάτων της ψυχολογίας, όπως στον κονστρουξιονισμό ή σε κάποια κοινωνιολογικά ρεύματα, μπορούμε να δούμε επίσης ότι αναπαράγεται η διάσπαση ατομικού/κοινωνικού, στην οποία το κοινωνικό υπερισχύει έναντι του ατομικού (Burr, 2002· Farr, 1996).

B: «Διαφο, διάφορων ειδών ψυχοκοινωνικές παρεμβάσεις. Εεε, κοινωνικής ψυχολογίας, σε, σε ομαδικές... (E: Ψυχοθεραπείες) ψυχοθεραπείες, αλλά και πέρα από αυτό στο να δράσει σε φορείς και δομές που σχετίζονται με τα κοινωνικά».

E: «Α, οκ, κατάλαβα».

B: «Δηλαδή, ας πούμε για... κακοποίηση, κακοποιημένα παιδιά, κακοποιημένες γυναίκες, για... σε κέντρα απεξάρτησης (E: Ναι). Εκεί είναι λίγο πιο κοινωνικό το θέμα. Εε, μπορεί να βοηθήσει πάρα πολύ».

Στο σημείο αυτό, βλέπουμε ότι οι κοινωνικές παρεμβάσεις, όχι μόνο γίνονται αντιληπτές σαν «ομαδικές» παρεμβάσεις σύμφωνα με μια ποσοτική λογική, αλλά αφορούν πολύ συγκεκριμένα ζητήματα, τα οποία κατηγοριοποιούνται ως κοινωνικά. Συνεπώς, αυτές αφορούν θέματα τα οποία έχουν οριστεί ως κοινωνικά, όπως η κακοποίηση και η απεξάρτηση, ενώ οι ατομικές παρεμβάσεις λύνουν θέματα τα οποία ανάγονται στα πλαίσια της ψυχολογικής ζωής του υποκειμένου. Βέβαια, αυτός ο διαχωρισμός των προβλημάτων ως κοινωνικών ή ατομικών δεν είναι καθόλου τυχαίος· αν μη τι άλλο, ο λόγος της ψυχολογίας αναπαράγει αυτή την διάκριση εφόσον η ψυχολογία ήταν και συνεχίζει να είναι αρμόδια για να επιλύει ζητήματα τα οποία χαρακτηρίζονται ως ψυχολογικά. Για παράδειγμα, ζητήματα όπως η υγεία, η ασθένεια και η ψυχική οδύνη, μπορούν να οριοθετηθούν στον ψυχολογικό λόγο ως ατομικά ζητήματα, στα οποία υπονοείται ότι το άτομο είναι υπεύθυνο για τη σωστή διαχείρισή τους. Από τη στιγμή λοιπόν που κάποια ζητήματα μπορούν να οριστούν ως ατομικά, αυτό προϋποθέτει ότι αυτά δεν διαμορφώνουν ούτε διαμορφώνονται από το κοινωνικό (Murray & Campbell, 2003). Σε αυτόν τον λόγο περί κοινωνικών και ατομικών ζητημάτων, ο ψυχολόγος μπορεί να δυσκολεύεται να οριοθετήσει τι είναι το κοινωνικό αλλά και το πως τελικά συμβάλλει και ο ίδιος σε αυτό που φαντάζεται ως κοινωνικό.

Ενώ συχνά στις συνεντεύξεις το κοινωνικό παρουσιάζεται ως κάτι το ασαφές, όταν αυτό αρχίζει να συγκεκριμενοποιείται ή να ορίζεται, οι περισσότεροι συμμετέχοντες αναφέρονται στην οικονομική κρίση ως κάτι που προκαλεί ψυχολογικά προβλήματα:

Ειρήνη (27.55):

«Στην Ελλάδα συγκεκριμένα [Γελάει], η οικονομική κρίση. Εεε, έχει αυξήσει τα προβλήματα των ανθρώπων, γιατί όπως είπαμε και πριν το οικονομικό φέρνει στην επιφάνεια και το ψυχολογικό, που μπορεί να προϋπήρχε, εδώ που τα λέμε, το ψυχολογικό. Απλά αυτό το, είναι ένας εγκληματικός παράγοντας για να το εμφανίσει».

A: «Χμ, κατάλαβα. Οπότε υπάρχει και μια αύξηση ψυχολόγων εφόσον υπάρχει και μια αύξηση (E: Εφόσον υπάρχει και ζήτηση, άρα θα υπάρχει και προσφορά [Γελάει]) Εε.. τι; (E: Εννοώ, εφόσον υπάρχει και ζήτηση από τους ανθρώπους, ότι έχουνε προβλήματα) Αα, ναι, υπάρχει [Γελάει] (E: Προσφορά από τους ψυχολόγους βοήθειας) Ναι».

Βασιλική (11.15):

«Όχι να τον εμποδίσει.. να τον, να τον ενθαρρύνει για ένα.. (E: Να ελπίζει σε κάτι), για να έχει ελπίδα, ναι, γιατί στην ανεργία προκύπτουν πολλά προβλήματα. Δηλαδή ένας άνεργος μπορεί να οδηγηθεί.. είτε σε ψυχολογικά προβλήματα σοβαρά, είτε στην εγκληματικότητα ή σε οτιδήποτε».

Αναγνωρίζοντας την κρίση ως κάτι που επιδρά στον ανθρώπινο ψυχισμό, στο πρώτο απόσπασμα παρατηρούμε πάλι τον δυϊσμό ανάμεσα στο κοινωνικό και το ατομικό, σύμφωνα με τον οποίο το κοινωνικό είναι αυτό που επηρεάζει το ατομικό. Ωστόσο, η λογική της αύξησης των ψυχολογικών προβλημάτων λόγω της οικονομικής κρίσης είναι προβληματική σχετικά με την ερμηνεία των προβλημάτων (*«στην Ελλάδα συγκεκριμένα η οικονομική κρίση. Εεε, έχει αυξήσει τα προβλήματα των ανθρώπων»*). Το ότι έχει αυξηθεί η γκάμα των συμπεριφορών που ανάγονται στο φάσμα της ψυχοπαθολογίας, δεν σημαίνει απαραίτητα ότι η κρίση αυξάνει τα ψυχολογικά προβλήματα. Η αύξηση αυτή μπορεί να έχει να κάνει με την επινόηση και την μεγαλύτερη διάδοση ενός συγκεκριμένου λεξιλογίου που έχει κατασκευαστεί από τον ψυχολογικό λόγο και που έχει ως στόχο την παθολογικοποίηση όλο και περισσότερων συμπεριφορών (Madsen & Brinkmann, 2010). Δεν είναι λοιπόν τόσο η ίδια η αύξηση των διαταραχών που απαιτεί την προσφορά των ψυχολόγων και συνεπώς τη θεραπεία, όσο η ίδια η θεραπεία που απαιτεί την αύξηση των διαταραχών ώστε να δημιουργείται η ανάγκη για περισσότερη θεραπευτική παρέμβαση (McLaughlin, 2010).

Ακόμη, αν μιλήσουμε ειδικότερα για την ανεργία, όπως αναφέρεται στο δεύτερο απόσπασμα, αξίζει να παρατηρήσουμε πως η ανεργία παρουσιάζεται περισσότερο ως ένα ατομικό ζήτημα εφόσον οι συνέπειες της ανάγονται στο ατομικό/ψυχολογικό πεδίο, παρά ως ένα κοινωνικό φαινόμενο (*«δηλαδή ένας άνεργος μπορεί να οδηγηθεί..είτε σε ψυχολογικά προβλήματα σοβαρά, είτε στην εγκληματικότητα ή σε οτιδήποτε»*). Η περιγραφή ενός τέτοιου ζητήματος σύμφωνα με όρους ατομικού/ψυχολογικού προβλήματος ή παθολογίας λειτουργεί

περιοριστικά στην εξήγηση ενός τέτοιου φαινομένου, επειδή αναπαράγει αφηγήσεις παθολογικοποίησης και αδυνατεί να αντιληφθεί τη κοινωνική και πολιτική σημασία του.

Παρόλα αυτά, σε αντίθεση με το πως παρουσιάζεται το κοινωνικό ή πως αναπαράγεται ο δυϊσμός ατομικού/κοινωνικού στα παραπάνω αποσπάσματα, σε μερικές συνεντεύξεις κάποιοι από τους συμμετέχοντες θέτουν ορισμένα σημεία προβληματισμού σχετικά με το ότι στον κυρίαρχο ψυχολογικό ρόλο αγνοείται η κοινωνική πτυχή των πραγμάτων και ότι υπερτονίζεται το ατομικό:

Σταμάτης (22.03):

«Αλλά νομίζω ότι οι περισσότεροι ψυχολόγοι κινούνται ακριβώς στην κατεύθυνση που περιέγραψα, που αγνοούν τον κοινωνικό χαρακτήρα των προβλημάτων που καλούνται να διαχειριστούν».

Σταμάτης (22.39):

«Όταν ο ψυχολόγος θεωρεί τον εαυτό του περισσότερο επιστήμονα από ό,τι τον φυσικό που είναι στην ΝΑΣΑ, είναι πολύ πιθανό να αγνοεί την πολιτική κοινωνική πραγματικότητα. Εε, και αυτό που κάνουν οι ψυχολόγοι είναι να λειτουργούν καθαρά με όρους ψυχολογικής ορθοπδικής. Να βλέπουν ένα πρόβλημα και να προσπαθούν να το φτιάξουν απομονωμένο από το όλον».

Αυτό που είναι σημαντικό σε πρώτη φάση είναι ότι αναγνωρίζεται η προβληματική της αγνόησης του κοινωνικού. Ένας από τους βασικούς περιορισμούς του ψυχολογικού λόγου σχετικά με τη διαχείριση και την ερμηνεία των προβλημάτων –που αντιλαμβάνεται ως «ψυχολογικά προβλήματα»– είναι το ότι παραβλέπει την κοινωνική και την πολιτική τους διάσταση. Αυτό που ο ψυχολόγος πρέπει να έχει υπόψη είναι πως τα ανθρώπινα προβλήματα διαμορφώνονται μέσα σε ένα συγκεκριμένο κοινωνικό-ιστορικό πλαίσιο, το οποίο δεν μπορούμε να αγνοήσουμε. Βέβαια, είναι μεγάλο ζήτημα το πως ο ψυχολόγος θα εξηγήσει τα προβλήματα με τέτοιο τρόπο ώστε το ατομικό και το κοινωνικό να αποτελούν μια ολότητα (Nightingale & Neilands, 1997), αφού η εκπαίδευσή του χαρακτηρίζεται ως επί το πλείστον από ατομικιστικές και απο-πολιτικοποιημένες θεωρίες για τα προβλήματα. Με βάση τον παραπάνω περιορισμό, αν και ένας ψυχολόγος μπορεί θεωρητικά να επιχειρήσει κάτι διαφορετικό από τις καθιερωμένες προσεγγίσεις, χρειάζεται επίσης να αλλάξει η εκπαίδευση και η πρακτική του επαγγέλματος έτσι ώστε να περιλαμβάνει μια πολυδιάστατη θεώρηση για τα ανθρώπινα προβλήματα.

3.2. Η ‘ουδετερότητα’ του ψυχολόγου

Μια ιδέα που παρατηρείται συχνά στον ψυχολογικό λόγο είναι ότι οι προσεγγίσεις και οι θεωρίες που χρησιμοποιεί ο ψυχολόγος στοχεύουν στο να βοηθούν τους ανθρώπους. Η ιδέα αυτή θα μπορούσε να χαρακτηριστεί το λιγότερο αναληθής, διότι προϋποθέτει ότι η ψυχολογία είναι μια ουδέτερη επιστήμη στην οποία ο ψυχολόγος οφείλει να χρησιμοποιεί σωστά τα ψυχολογικά εργαλεία (Parker, 1999). Κινούμενος στα πλαίσια της ‘ουδετερότητας’ και ‘αντικειμενικότητας’ των μεθόδων του, ο ψυχολόγος πρεσβεύει ότι εξετάζει την ανθρώπινη συμπεριφορά με τέτοιο τρόπο ώστε οι πεποιθήσεις και η στάση του να μην επηρεάζει το αποτέλεσμα ή την υπόθεση που επιδιώκει τελικά να επιβεβαιώσει (Prilleltensky, 2008). Αντιθέτως, αυτή η ουδετερότητα επηρεάζεται από τα συμφέροντα και την θέση που κατέχει, κάτι που το υποκείμενο/θεραπευόμενος πολλές φορές δεν αντιλαμβάνεται, διότι τα συμφέροντα και η θέση αυτή συγκαλύπτονται μέσα στον ‘ουδέτερο’ και ‘αντικειμενικό’ λόγο του ψυχολόγου.

Προκειμένου να αντιληφθούμε ότι ο ψυχολογικός λόγος δεν είναι τόσο ουδέτερος όπως πιστεύεται, μπορούμε να σκεφτούμε ότι ο ρόλος του ψυχολόγου πολλές φορές εξυπηρετεί συγκεκριμένα πολιτικά και κοινωνικά συμφέροντα:

Αγγελική (09.14):

«Ναι. Ντάξει κοίτα θα πω το κλασσικό ότι εξυπηρετεί πάρα πολύ συγκεκριμένα συμφέροντα ο ψυχολόγος μες στην κοινωνία [...]. Η καταστολή και ο βιολογικός και πολιτικός σκοπός που παίζει ο ψυχολόγος, αυτού του ότι τελικά δεν είναι τόσο αθώοι οι ψυχολόγοι ή αυτό ή αν δεν θέλουμε να το πιστέψουμε αυτό».

Αν ανατρέξουμε λίγο σε παρελθοντικά γεγονότα στα οποία οι ψυχολόγοι εξυπηρετήσαν συγκεκριμένα πολιτικά συμφέροντα ελέγχου και καταπίεσης, μπορούμε να συνειδητοποιήσουμε ότι η ψυχολογία τελικά δεν είναι τόσο ουδέτερη όσο πιστεύεται. Για παράδειγμα, είναι χαρακτηριστικό ότι στα μέσα του 20^{ου} αιώνα οι ψυχολόγοι στις Η.Π.Α. άρχισαν να αποκτούν επίσημη αναγνώριση μέσω της συνεισφοράς τους στον αμερικανικό στρατό στην καταστολή των απελευθερωτικών κινημάτων της Λατινικής Αμερικής (Prilleltensky & Nelson, 2002· Prilleltensky, 2008) και μέσω των ψυχομετρικών εργαλείων

στην κανονικοποίηση και ελεγχιμότητα συγκεκριμένων πληθυσμιακών ομάδων¹⁷ (Rose, 1999).

Ακόμη, ένα άλλο χαρακτηριστικό παράδειγμα του κοινωνικού και πολιτικού ρόλου του ψυχολόγου είναι το ότι οι ψυχολόγοι οριοθετούν συγκεκριμένες συμπεριφορές ως ψυχολογικά προβλήματα, συμβάλλοντας στην επινόηση όλο και περισσότερων ψυχικών διαταραχών:

Σταμάτης (11.03):

«Δηλαδή, αυτό που λέω είναι ότι...η ψυχολογία έγινε ένα μέσο για την εξήγηση συγκεκριμένων πραγμάτων, την ερμηνεία συγκεκριμένων πραγμάτων. Αυτό που παλιά λέγαμε ως φυσικές μειονεξίες, αποτελέσματα κακής ανατροφής έγινε αντικείμενο της επιστήμης της ψυχολογίας, δηλαδή δεν είναι τυχαίο ότι σχεδόν κάθε παιδί ζωνρό θεωρείται απλά ότι έχει (Α: ΔΕΠΥ) ΔΕΠΥ ή ότι ο αλκοολισμός είναι μια καθαρά ψυχική ασθένεια ή τα ναρκωτικά επίσης μια ψυχική ασθένεια».

Χρησιμοποιώντας ένα επιστημονικό λεξιλόγιο γύρω από καθημερινά θέματα, όπως ο αλκοολισμός, τα ναρκωτικά και η παιδική ζωνρότητα, η ψυχολογία, έχει καταφέρει να οριοθετήσει τέτοιες συμπεριφορές ως ψυχικές ασθένειες. Ζητήματα όπως τα παραπάνω, μπορεί να θεωρούνταν προσωπικές δυσκολίες που δεν έχρηζαν επαγγελματικής βοήθειας, πολύ σύντομα όμως άρχισαν να καθιερώνονται ως ψυχικές ασθένειες ή ψυχολογικά προβλήματα που ανάγονται στο ατομικό επίπεδο και τα οποία απαιτούν ειδική θεραπεία (DeSwaan, όπως αναφέρεται στο Rogers & Pilgrim, 2010). Με αυτόν τον τρόπο, η ψυχολογία συνέβαλε σε μεγάλο βαθμό στην παθολογικοποίηση όλο και περισσότερων συμπεριφορών, οι οποίες μπορούσαν πλέον να γίνουν διαχειρίσιμες μόνο στα χέρια ενός ειδικού. Σύμφωνα με αυτή τη λογική, η κοινωνική και πολιτική πραγματικότητα μπορεί να παίζει μικρό –ή και μηδαμινό– ρόλο, εφόσον τα προβλήματα εξατομικεύονται και απο-πολιτικοποιούνται, όπως θα δούμε στη συνέχεια.

¹⁷Αν και τα συγκεκριμένα παραδείγματα δεν αφορούν τόσο τον ψυχοθεραπευτή/κλινικό/συμβουλευτικό ψυχολόγο, αποτελούν ιστορικά παραδείγματα που συνδέονται άμεσα με την πρακτική του ψυχολόγου.

3.3. Απο-πολιτικοποίηση των ανθρωπίνων προβλημάτων

Μια βασική κριτική που ασκείται στο ρόλο του ψυχολόγου όσον αφορά τη διαχείριση των ανθρωπίνων προβλημάτων, είναι η άρρηκτη σχέση του ψυχολόγου με την άρχουσα τάξη και τις κυρίαρχες καταπιεστικές πρακτικές (βλ. Μαρβάκης & Μεντίνης, 2011· Parker, 2007). Οι θεωρίες και οι μέθοδοι του ψυχολόγου, όχι μόνο ακολουθούν πολλές φορές τα βήματα της κυρίαρχης (αστικής) ψυχολογίας, αλλά αφορούν γνώσεις που στοχεύουν στην ελεγχσιμότητα και διαχείριση της ανθρώπινης συμπεριφοράς (Rose, 1996) και στην αναγωγή της στο ατομικό/ψυχολογικό επίπεδο (βλ. Prilleltensky, 2008). Με βάση μια τέτοια ψυχολογία, τα ανθρώπινα προβλήματα γίνονται αντιληπτά ως ατομικά/ψυχολογικά, παρά ως ψυχοκοινωνικά και πολιτικά ζητήματα. Αυτό σημαίνει πως ο λόγος αυτός διαμορφώνει μια συγκεκριμένη στάση και πολιτική θέση στη διαχείριση και εξήγηση των προβλημάτων. Ενδεικτικά, στο παρακάτω απόσπασμα, μπορούμε να αναλογιστούμε με ποιον τρόπο αυτός ο λόγος οδηγεί τους φοιτητές ψυχολογίας στο να υιοθετήσουν μια συγκεκριμένη αντίληψη των προβλημάτων:

Ειρήνη (08.53):

«Θα μπορέσει να τον βοηθήσει σε άλλα προβλήματα που ενδεχομένως να έχει γιατί εκτός από, συνήθως τα οικονομικά προβλήματα φέρνουν μαζί τους και ψυχολογικά προβλήματα και κοινωνικά στις σχέσεις. Επομένως, εε, να λυθούν και αυτά τα ζητήματα [...] και ντάξει, νομίζω ότι άμα λυθούν αυτά.. πιστεύω ότι όλα παίρνουν τον δρόμο τους και άμα είσαι σε πολύ κακή κατάσταση...οικονομική».

Αυτή η θεώρηση δεν πρόκειται απλά για ένα ζήτημα που περιορίζεται στα στενά πλαίσια μιας επαγγελματικής πρακτικής, αλλά εκφράζει μια ευρύτερη απο-πολιτικοποιημένη προσέγγιση που αδυνατεί να αντιληφθεί την κοινωνική και πολιτική διάσταση των προβλημάτων. Πιο συγκεκριμένα, φαίνεται πως ακόμη και αν προκύπτουν οικονομικά ζητήματα, ο ψυχολόγος αποφεύγει να ασχοληθεί με αυτά και προτιμά να εστιάζει στα ψυχολογικά ή στα «κοινωνικά», τα οποία γίνονται αντιληπτά ως διαπροσωπικά προβλήματα («και κοινωνικά στις σχέσεις»). Μέσα από τον δυϊσμό ατομικού-κοινωνικού που είχαμε εξετάσει στην αρχή του κεφαλαίου –που αντανακλάται στον διαχωρισμό μεταξύ ‘ατομικών/ψυχολογικών’ και ‘κοινωνικών’ προβλημάτων– οδηγούμαστε στην ιδέα ότι μέσω της επίλυσης ή της θεραπείας των «ψυχολογικών» προβλημάτων θα λυθούν με κάποιο θαυματουργό τρόπο και τα υπόλοιπα. Έτσι, ανεξάρτητα από τη δύσκολη οικονομική

κατάσταση στην οποία βρίσκεται κανείς, «άμα λυθούν αυτά, όλα παίρνουν τον δρόμο τους». Αυτό όμως που αγνοεί ο ψυχολόγος είναι ότι και τα ψυχολογικά προβλήματα –αν μπορούμε να τα χαρακτηρίσουμε έτσι– έχουν διαμορφωθεί μέσα σε ένα συγκεκριμένο κοινωνικο-ιστορικό πλαίσιο το οποίο δεν μπορεί να παραβλέπει ή να μην μελετά.

Αξίζει επίσης να σημειωθεί ότι ειδικά στην περίπτωση που το άτομο έχει οικονομικά προβλήματα, θεωρείται ότι το να ασχοληθεί με τα ψυχολογικά του ζητήματα μπορεί να φέρει ιδιαίτερα θετικά αποτελέσματα. Σε αυτό το σημείο, ο ψυχολόγος καλείται να προσφέρει κάποια συναισθηματική στήριξη στο άτομο ή να το βοηθήσει να τονώσει το ηθικό του, ώστε να βρει δουλειά:

Μαρία (08.04):

«Θα μπορούσε να τονίσει την αυτοπεποίθηση τους με διάφορα μέσα, δηλαδή για φαντάσου να είσαι άνεργος 6 μήνες, 1 χρόνο, όσες γνώσεις και να έχεις, το ρίχνεις, σε παίρνει από κάτω. Να τονώσεις την αυτοπεποίθηση σου, δηλαδή, για να βρεις και μια δουλειά θα περάσεις από μια συνέντευξη (Α: Ναι). Άμα πας και είσαι [Γελάει] (Α: [Γελάει]), δεν είσαι καλά, η στάση του σώματος, όλα, σε αυτά μπορεί να σε ωθήσει, ότι αξίζεις και μπορείς να το καταφέρεις».

Ελένη (17.48):

«Θα μπορούσα να ανακουφίσω με κάποιο τρόπο, να παρέχω μια υποστήριξη κυρίως συναισθηματική σε ανθρώπους που βιώνουν προβλήματα, προβλήματα για παράδειγμα από την ανεργία».

Και στα δύο αποσπάσματα, παρατηρούμε ότι οι παρεμβάσεις που προτείνονται όχι μόνο είναι ατομικιστικές (στο επίκεντρο της προσοχής τους βρίσκεται δηλαδή σχεδόν αποκλειστικά το άτομο), αλλά αγνοείται η κοινωνική και πολιτική διάσταση των πραγμάτων. Σύμφωνα με αυτή τη λογική, ο ψυχολόγος εστιάζει περισσότερο σε θέματα προσωπικής βελτίωσης και συναισθηματικής ανακούφισης, παρά σε ευρύτερα θέματα κοινωνικού προβληματισμού. Ωστόσο, αν και η παραπάνω αντίληψη για τη διαχείριση των προβλημάτων παρουσιάζεται συχνά στις συνεντεύξεις, μερικοί συμμετέχοντες αποστασιοποιούνται από αυτή και θεωρούν ότι ο ψυχολόγος οφείλει να έχει μια πιο κοινωνικο-κεντρική προσέγγιση των πραγμάτων, ώστε να δώσει απαντήσεις σε επίκαιρα κοινωνικά και πολιτικά ζητήματα:

Αγγελική (21.03):

«Ο ψυχολόγος, για μένα, όπως ο κοινωνιολόγος, όπως ο πολιτικός, ο οικονομικός, ο οικονομολόγος, πρέπει να είναι σε θέση να δώσει απαντήσεις σε ζητήματα κοινωνικά. Είτε αυτό λέγεται ρατσισμός, είτε αυτό λέγεται ξενοφοβία, είτε λέγεται ανεργία, είτε λέγεται, δεν ξέρω εγώ τι λέγεται, ψυχική ασθένεια. Αυτά είναι τα προβλήματα που πρέπει να μας απασχολούν, αυτά είναι τα προβλήματα στα οποία πρέπει να κάνουμε έρευνα, αυτά είναι τα προβλήματα στα οποία καθημερινά πρέπει να προβληματιζόμαστε, όχι η κατηγορία η καινούρια του DSM και πώς θα δώσουμε φάρμακα, αυτό».

Συνειδητοποιώντας τη σοβαρότητα της κοινωνικής πραγματικότητας, ο ψυχολόγος οφείλει να ασχολείται με επίκαιρα θέματα, προσπαθώντας να συμβάλλει στη χειραφέτηση των ανθρώπων και όχι στην χειραγώγηση ή στην παθολογικοποίηση τους, εστιάζοντας μόνο στη συμπτωματολογία μιας διαταραχής. Παρόλα αυτά, ακόμη κι αν ο προβληματισμός του αφορά κοινωνικά και πολιτικά θέματα, έχει μεγάλη σημασία το πως θα τα οριοθετήσει. Αυτό που ίσως θα μπορούσε να κάνει σε πρώτη φάση όσον αφορά τα κοινωνικά και πολιτικά ζητήματα είναι να προβληματίσει τα άτομα σχετικά με τη κοινωνική πραγματικότητα και την διαχείριση της:

Σταμάτης (27.09):

«Ο σκοπός του δεν πρέπει να είναι μόνο να φεύγουν πιο ΧΑΡΟΥΜΕΝΟΙ οι άνθρωποι που τον επισκέπτονται στο γραφείο του, αλλά θα πρέπει να είναι και η διαμόρφωση μιας ολόκληρης τάσης απέναντι στην ζωή και απέναντι στα προβλήματα που αντιμετωπίζουν οι άνθρωποι αυτοί».

Αριάδνη (08.23):

«Θεωρώ ότι θα μπορούσαν να έχουν έναν πιο ενεργό κοινωνικά ρόλο. Εεμ, ακόμα και ένα άτομο να βλέπουν θα μπορούσαν να τον βοηθήσουν να σκέφτεται πιο κοινωνικά και συλλογικά και όχι να απευθυνθούν τα πάντα στο ψυχισμό τους και γενικά του ατόμου».

Μέσα από την δράση του, ο ψυχολόγος θα μπορούσε να έχει μια πιο πολιτικοποιημένη και κριτική θεώρηση της πραγματικότητας και των ανθρωπίνων προβλημάτων, έτσι ώστε να μπορέσει να ασχοληθεί με τα σύγχρονα προβλήματα. Για παράδειγμα, για να δημιουργηθεί στο άτομο ένας ευρύτερος προβληματισμός για την πραγματικότητα, είναι απαραίτητο ο

ψυχολόγος να το βοηθήσει να αναλογιστεί σχετικά με το πως μια κατάσταση που βιώνει συνδέεται με ευρύτερες κοινωνικές και πολιτικές διαδικασίες. Η προσπάθεια κοινωνικού προβληματισμού και απο-ψυχολογιοποίησης, δηλαδή, η τοποθέτηση και η ερμηνεία ενός ζητήματος σε ένα ευρύτερο κοινωνικο-πολιτικό πλαίσιο, μπορεί να θέσει κάποια βασικά θεμέλια για τη διεκδίκηση όχι μόνο της ατομικής-ψυχολογικής αλλά και της κοινωνικής αλλαγής (Prilleltensky, 1989).

Συνοπτικά, ο ρόλος του ψυχολόγου, όπως μελετάται στα δύο παραπάνω κεφάλαια, επιτελεί μια συγκεκριμένη πολιτική και κοινωνική λειτουργία που συμβαδίζει με έναν εξατομικευμένο τρόπο αντίληψης της πραγματικότητας. Αναλαμβάνοντας άλλοτε τον ρόλο ενός παντογνώστη ψυχών, ο οποίος βρίσκεται στην προνομιακή θέση να αποφασίζει τι πρέπει να γίνεται, άλλοτε τον ρόλο ενός συμβούλου και άλλοτε τον ρόλο του εμπυχωτή, ο ψυχολόγος έχει καθοριστικό ρόλο στο πως το υποκείμενο θα διαχειριστεί και θα νοηματοδοτήσει τον τρόπο με τον οποίο αντιλαμβάνεται τον εαυτό του. Εστιάζοντας περισσότερο σε θέματα ανάπτυξης και βελτίωσης του εαυτού, ο ψυχολόγος βοηθά το υποκείμενο να παλέψει σε έναν προσωπικό αγώνα επιβίωσης στο πλαίσιο της σύγχρονης πραγματικότητας. Ο αγώνας αυτός απαιτεί μια προσωπική αλλαγή του εαυτού με τέτοιο τρόπο, έτσι ώστε το άτομο να γίνεται πιο λειτουργικό και παραγωγικό στη νέα αυτή κατάσταση (Dafermos, 2013· Mentinis, 2013), καθώς επίσης και μια συνεχή εσωτερική εργασία που οδηγεί στη προσωπική του ολοκλήρωση (Krieken, 2004). Βέβαια, για να καταφέρει τελικά να φτάσει σε αυτόν τον στόχο, οφείλει και το ίδιο να εσωτερικεύσει τον ρόλο ενός ψυχολόγου, αναλαμβάνοντας τα καθήκοντα του ειδικού. Μέσω της αυτοβοήθειας, καλείται κανείς να μάθει μόνος του να διαχειρίζεται μια κατάσταση και να παίρνει ο ίδιος αποφάσεις χωρίς κάποια ειδική βοήθεια ή θεραπεία. Τέλος, αυτό που μπορεί κανείς να παρατηρήσει μέσα από αυτά τα μοντέλα αλλά και γενικά στον ψυχολογικό λόγο είναι ότι η πρακτική του ψυχολόγου δεν είναι τόσο ουδέτερη και α-πολιτική, εφόσον εκφράζει μια συγκεκριμένη θεώρηση της διαχείρισης των προβλημάτων στην οποία το ατομικό υπερισχύει έναντι του κοινωνικού. Αυτή λοιπόν η υπερίσχυση του ατομικού, όχι μόνο δεν λαμβάνει υπόψη την κοινωνική πτυχή των πραγμάτων (Μαρβάκης & Μεντίνης, 2011), αλλά υπονοεί ότι το άτομο καθίσταται υπεύθυνο για την διαχείριση των προβλημάτων στα πλαίσια μιας ατομικής προσπάθειας αλλαγής του εαυτού με τέτοιο τρόπο ώστε να συμβιβαστεί στη νέα τάξη των πραγμάτων.

ΣΥΖΗΤΗΣΗ-ΣΥΜΠΕΡΑΣΜΑΤΑ

Στην παρούσα έρευνα, μπορούμε να καταλήξουμε σε κάποια σημαντικά συμπεράσματα σχετικά με το πως οριοθετείται ο ρόλος του ψυχολόγου σήμερα αλλά και πως κατασκευάζεται ο ανθρώπινος ψυχισμός και η διαχείριση των προβλημάτων σύμφωνα με τον ψυχολογικό λόγο. Συγκεκριμένα, στο μοντέλο του ψυχολόγου παρατηρήθηκαν τρία είδη προσέγγισης, το μοντέλο του παντογνώστη, το ανθρωπιστικό μοντέλο και το μοντέλο coaching.

Σχετικά με το μοντέλο του παντογνώστη, ο ψυχολόγος παρουσιάζεται περισσότερο σαν ένας παντογνώστης ψυχών, ο οποίος είναι ικανός να δίνει τις λύσεις και τις απαντήσεις που κάποιος χρειάζεται. Σύμφωνα με αυτή την λογική, ο ειδικός έχει τον πλήρη έλεγχο ως προς το πως θα ερμηνεύσει την αιτία και την αντιμετώπιση ενός προβλήματος, ενώ το άτομο δεν έχει την δυνατότητα να αποφασίσει τι θα κάνει και πώς θα χειριστεί το πρόβλημα του. Είναι συνεπώς προβληματικό το να θεωρείται ότι εφόσον είναι κανείς ψυχολόγος, είναι αυτονόητο ότι κατέχει την 'αλήθεια' και ότι μπορεί εκείνος να αποφασίζει για το άτομο. Η πεποίθηση αυτή νομιμοποιεί την ειδημοσύνη του ψυχολόγου στο να αποφασίζει εκείνος για το άτομο, ενώ αναπαράγει επίσης ένα μοντέλο σχέσεων εξουσίας, στο οποίο ο ειδικός υπερισχύει του ατόμου. Αν αναγνωρίσουμε αυτή την προβληματική των σχέσεων εξουσίας, μπορούμε να αποδομήσουμε την παραδοσιακή ιδέα της ειδημοσύνης του ψυχολόγου. Έχοντας υπόψη ότι η αποδόμηση αυτή προϋποθέτει ότι ο ψυχολόγος δεν θεωρεί ότι γνωρίζει τα πάντα, είναι ένας βασικός τρόπος αμφισβήτησης του κυρίαρχου μοντέλου της ψυχοθεραπείας. Βέβαια, το ζήτημα είναι το πως θα μπορέσει κανείς να αποδομήσει το παραδοσιακό μοντέλο έτσι ώστε να μην παίρνει ούτε την θέση ενός ειδικού αλλά ούτε και τον κοινότυπο χειραγωγητικό ρόλο (Larner, 1999).

Μια αντίθετη προσέγγιση στο παραπάνω μοντέλο, αποτελεί το ανθρωπιστικό μοντέλο, στο οποίο ο ειδικός δεν βρίσκεται τόσο στην προνομιακή θέση να ορίζει τι μπορεί και τι πρέπει να κάνει το υποκείμενο, αλλά υπάρχει η εντύπωση ότι το υποκείμενο είναι ελεύθερο να αποφασίσει τι θα κάνει (Swan, 2010). Αυτή η ελευθερία όμως που κατέχει το υποκείμενο δημιουργεί και κάποια ερωτήματα: Γιατί το άτομο χρειάζεται την καθοδήγηση ή την συμβουλή ενός ειδικού εφόσον εκείνο θα κρίνει τελικά τι πρέπει να κάνει; Κατά πόσο είναι ελεύθερο να κρίνει τι θα κάνει; Αυτό που μπορούμε να πούμε για τα παραπάνω ερωτήματα είναι ότι ακόμη και αν το άτομο είναι σε θέση να αποφασίζει τι να κάνει, στην ουσία δεν είναι τόσο ελεύθερο, εφόσον έχει ήδη υποβληθεί σε μια θεραπευτική διαδικασία που το

διαμορφώνει με συγκεκριμένους τρόπους. Στη συγκεκριμένη περίπτωση δηλαδή, δημιουργείται ένα παράδοξο: από τη μια το άτομο οφείλει να είναι υπεύθυνο κι ικανό να βρίσκει μόνο του την 'αλήθεια' ώστε να θεραπευτεί, από την άλλη όμως αντιμετωπίζεται ως αντικείμενο του λόγου του ειδικού που θα το καθοδηγήσει σε συγκεκριμένες τεχνικές διακυβέρνησης και διαμόρφωσης του εαυτού (Rimke, 2000· Rose, 1996).

Σχετικά με το τρίτο μοντέλο του ψυχολόγου ως coach, θα μπορούσαμε να πούμε ότι μοιάζει αρκετά στο ανθρωπιστικό μοντέλο ως προς την ελευθερία που δίνει στο υποκείμενο να αποφασίσει τι θα κάνει και στην σημασία που έχει η ανάπτυξη και διερεύνηση του εαυτού. Παρόλα αυτά, σύμφωνα με το μοντέλο αυτό, το άτομο δεν μένει μόνο σε μια απλή διαδικασία αναζήτησης του 'πραγματικού εαυτού', αλλά διαμορφώνεται έτσι ώστε να γίνεται ακόμη καλύτερο και πιο θετικό σε ό,τι βιώνει (Western, 2012). Με βάση το μοντέλο αυτό, η πραγματικότητα μπορεί τελικά να μην είναι τόσο δυσχερής για το άτομο, αλλά μπορεί να λειτουργήσει ως μια ευκαιρία αλλαγής και αναδιαμόρφωσης του εαυτού του προς μια πιο θετική αντιμετώπιση της ζωής και των πραγμάτων. Ακόμη, τα προβλήματα που βιώνει το άτομο δεν οριοθετούνται στα πλαίσια μιας ψυχοκοινωνικής θεώρησης, αλλά ανάγονται σε ατομικές υποθέσεις που το άτομο οφείλει να διαχειριστεί προσωπικά και στις οποίες πρέπει να προσαρμοστεί. Με άλλα λόγια, το άτομο καθίσταται υπεύθυνο να ανταπεξέλθει στη πραγματικότητα μέσω της κατάλληλης διαχείρισης των προβλημάτων του και αναλαμβάνει την ευθύνη για ό,τι δυσάρεστο ή απροσδόκητο προκύψει. Υιοθετώντας αυτό τον τρόπο προσέγγισης, ο ψυχολόγος ακολουθεί ένα επιχειρηματικό-θετικό μοντέλο, σύμφωνα με το οποίο το άτομο έχει μια πιο θετική αντίληψη για τον εαυτό του και στο οποίο βρίσκει τρόπους για να συμβιβαστεί στη νέα τάξη των πραγμάτων (Dafermos, 2013· Mentinis, 2013· Scharff, 2015).

Στην παραπάνω αντίληψη περί ατομικής υπευθυνότητας και προσπάθειας στηρίζεται και η πρακτική της αυτοβοήθειας, η οποία αποτελεί ένα ακόμη ψυχολογικό μοντέλο, σύμφωνα με το οποίο ο ειδικός δεν είναι πλέον ο ψυχολόγος, αλλά το ίδιο το άτομο. Πιο συγκεκριμένα, το άτομο δεν υποβάλλεται στο λόγο και στην εξουσία του ειδικού, όπως συμβαίνει στα παραπάνω μοντέλα, αλλά είναι ελεύθερο να αποφασίζει για τον εαυτό του, κάτι που συνδέεται με νεοφιλελεύθερους τρόπους διακυβέρνησης. Η πρακτική της αυτοβοήθειας φαίνεται να έχει άμεση σχέση με την νεοφιλελεύθερη λογική περί εξατομικευμένου υποκειμένου που καλείται να στηρίζεται μόνο στον εαυτό του για να επιβιώσει και το οποίο θεωρεί την «επιτυχία» και την «αποτυχία» ως ζήτημα ατομικής προσπάθειας και θέλησης. Αυτή η υπερίσχυση του 'εγώ' έναντι του 'εμείς' αντιλαμβάνεται τον ψυχισμό και τα προβλήματα ως ατομικές υποθέσεις, στις οποίες το άτομο οφείλει να έχει τον έλεγχο, χωρίς

να χρειάζεται να προβληματιστεί ή να αγωνιστεί για να αλλάξει η πραγματικότητα (McGee, 2007).

Πέρα από τα παραπάνω ψυχολογικά μοντέλα, στην παρούσα έρευνα εξετάσαμε κάποια προβλήματα που υπάρχουν με τον ψυχολογικό λόγο, τα οποία έχουν συγκεκριμένες κοινωνικές και πολιτικές επιπτώσεις για την θεώρηση του εαυτού και των προβλημάτων. Χαρακτηριστικά, αν σκεφτούμε ότι η ψυχολογία, έτσι όπως εντυπώνεται στα κυρίαρχα μοντέλα και προσεγγίσεις της έχει άμεση σχέση με την κυρίαρχη τάξη των πραγμάτων (Fox & Prillelelenksy, 1997), μπορούμε να αναρωτηθούμε γιατί οι φοιτητές δεν εκπαιδεύονται με τέτοιο τρόπο, έτσι ώστε να αμφισβητούν τις κοινωνικο-πολιτικές συνθήκες που διαιωνίζουν τα ανθρώπινα προβλήματα. Μέσα από αυτή την εκπαίδευση, είναι αναμενόμενο ότι οι φοιτητές έχουν εξοικειωθεί σε έναν λόγο που συχνά διαχωρίζει το ατομικό και το κοινωνικό και ο οποίος δίνει μεγαλύτερη έμφαση στην αντιμετώπιση και στην ερμηνεία των προβλημάτων σε ατομικό επίπεδο. Η διάσπαση αυτή ανάμεσα στο ατομικό και στο κοινωνικό δεν μπορεί παρά να αντιλαμβάνεται το άτομο ως ξεχωριστή οντότητα και την πραγματικότητα ως κάτι που είναι έξω από το άτομο (Μαρβάκης & Μεντίνης, 2011· Munck, 2000). Με βάση αυτόν τον δυϊσμό, αναπαράγεται μια συγκεκριμένη ατομοκεντρική προσέγγιση του ψυχισμού, στην οποία η ιστορικό-κοινωνική πραγματικότητα αγνοείται ή παίζει κάποιον αόριστο ρόλο (Nafstad & Blakar, 2006). Για να μπορέσουμε λοιπόν να προσπεράσουμε αυτό τον δυϊσμό, πρέπει να συνειδητοποιήσουμε ότι το άτομο και η κοινωνία αποτελούν μια ολότητα, στην οποία τα ψυχισμικά προβλήματα αντανakλούν την ψυχοκοινωνική διαρρύθμιση αυτής της ολότητας (Μεντίνης, όπως αναφέρεται στο Μεντίνης & Δίκτυο Κριτικής Ψυχολογίας, 2013). Μια τέτοια ανάγνωση μπορεί να διαμορφώσει μια πιο χειραφετητική προσέγγιση στη διαχείριση των προβλημάτων.

Ένα άλλο ζήτημα, στο οποίο ασκήθηκε κριτική, είναι η ουδετερότητα του ψυχολόγου όσον αφορά τη διαχείριση και την ερμηνεία της συμπεριφοράς. Το γεγονός ότι η ψυχολογία χρησιμοποιεί την ταμπέλα της 'ουδέτερης επιστήμης' δημιουργεί στο άτομο/θεραπευόμενο την εντύπωση ότι οι ψυχολογικές γνώσεις αποτελούν επιστημονικές και αντικειμενικές εξηγήσεις, αντί για κοινωνικές πρακτικές που συμβάλλουν στη νομιμοποίηση κυρίαρχων πολιτισμικών και κοινωνικών λογικών (Dafermos & Marvakis, 2006· Prillelensky & Nelson, 2002). Μέσα από ένα ειδικό επιστημονικό λεξιλόγιο για θέματα που συχνά άπτονται της κοινής λογικής, η ψυχολογία συχνά τείνει να προωθεί όχι τόσο τον κοινωνικό προβληματισμό αλλά την συμμόρφωση και στην ατομική προσαρμογή των ανθρώπων στην τάξη των πραγμάτων, ακόμη κι αν αυτή λειτουργεί καταπιεστικά, διαιωνίζοντας τα προβλήματα. Έτσι,

αυτή η επίκληση στην ουδετερότητα και στην αυθεντία της ψυχολογικής γνώσης αποτρέπει το άτομο από το να την αμφισβητεί ή να προβληματίζεται σχετικά με αυτήν.

Στρέφοντας το ενδιαφέρον σε ατομικά ζητήματα, όπως η προσωπική βελτίωση και επιτυχία, ο ψυχολογικός λόγος συμβάλλει στην απο-πολιτικοποίηση και στην εξατομίκευση μιας σειράς κοινωνικών και πολιτικών ζητημάτων, όπως για παράδειγμα η οικονομική κρίση. Μέσα από αυτή την λογική, τα προβλήματα γίνονται αντιληπτά ως προσωπικές υποθέσεις και το άτομο μαθαίνει να προσαρμόζεται στις νέες συνθήκες ζωής, αντί να αμφισβητεί τις ίδιες τις συνθήκες που αποτελούν το πρόβλημα.

Στο σημείο αυτό, αξίζει να γίνει μια αναφορά στους περιορισμούς της παρούσας έρευνας. Ένας από τους βασικούς περιορισμούς αυτής της μελέτης ήταν το ότι βασίστηκε σε τελειόφοιτους σπουδαστές ψυχολογίας, οι οποίοι δεν είχαν εμπειρία από την πρακτική εξάσκηση του επαγγέλματος του ψυχολόγου (πέρα ίσως από την μικρή εμπειρία που είχαν αποκομίσει στα πλαίσια της πρακτικής τους άσκησης). Για μια πιο διεξοδική ανάλυση των ερευνητικών ερωτημάτων, θα ήταν χρήσιμη η διεξαγωγή συνεντεύξεων με επαγγελματίες ψυχολόγους για να αποδοθεί μια πιο ρεαλιστική εικόνα του ρόλου του ψυχολόγου. Ωστόσο, η επιλογή αυτή θα ήταν πιο δύσκολη, λόγω του μικρού αριθμού ψυχολόγων που ασκούν το επάγγελμα στην πόλη του Ρεθύμνου.

Ένας επιπλέον περιορισμός της έρευνας είναι ότι το κριτήριο για την επιλογή των συμμετεχόντων ήταν μόνο η ιδιότητα τους ως φοιτητών, ενώ η κοινωνικο-οικονομική τους τάξη δεν λήφθηκε καθόλου υπόψη. Θα ήταν ενδιαφέρον λοιπόν να συμπεριληφθεί η κοινωνικό-οικονομική τάξη των φοιτητών, διότι αυτή ενδεχομένως να επηρεάζει το πως οι συμμετέχοντες αντιλαμβάνονται την συμβολή του ψυχολόγου και τον ευρύτερο του ρόλο.

Λαμβάνοντας υπόψη τη ρευστότητα που παρατηρείται όσον αφορά στη φιγούρα του ψυχολόγου στη σύγχρονη κουλτούρα (π.χ. σύμβουλος, θεραπευτής, αρθρογράφος, ομιλητής σε τηλεοπτικές εκπομπές), η έρευνα προσπάθησε να παρακάμψει αυτό το πρόβλημα με το να εστιάσει στον ψυχολόγο ως θεραπευτή/σύμβουλο/κλινικό ψυχολόγο. Ωστόσο, η γενικότερη ασάφεια που υπάρχει γύρω από την έννοια του ψυχολόγου φαίνεται ότι δημιούργησε κάποια σύγχυση στους συμμετέχοντες ως προς το τι ακριβώς συμπεριλαμβάνεται σε αυτή.

Τέλος, ένας ακόμα περιορισμός της παρούσας μελέτης ήταν το ότι προσέφερε μια μερική σύνδεση του ερευνητικού της αντικειμένου με τις ιστορικές, κοινωνικές και πολιτισμικές διαδικασίες από τις οποίες προέκυψε, ενώ θα μπορούσε επίσης να επωφεληθεί από μια πιο διεξοδική ανάλυση των ευρύτερων κοινωνικών και πολιτικών επιπτώσεων του ρόλου του ψυχολόγου και του ψυχολογικού λόγου. Αυτά τα ζητήματα παραμένουν ανοιχτά για μελλοντική έρευνα.

Πέρα από τους παραπάνω περιορισμούς, αξίζει να σημειωθεί ότι η παρούσα έρευνα αποτέλεσε μία προσπάθεια κριτικής ανάλυσης των ψυχολογικών μοντέλων και των λειτουργιών τους όσον αφορά την οριοθέτηση του ανθρώπινου ψυχισμού και προβλημάτων. Λαμβάνοντας υπόψη την περιορισμένη βιβλιογραφία πάνω στον ρόλο του ψυχολόγου στην Ελλάδα και την μερική κριτική που έχει αναπτυχθεί για τις ψυχολογικές αντιλήψεις περί ψυχισμού και προβλημάτων, κρίθηκε σημαντικό να διεξαχθεί μια έρευνα που θα προσπαθούσε να καλύψει σε κάποιον βαθμό το παραπάνω κενό.

Ωστόσο, γιατί είναι τόσο σημαντικό να διερευνούμε τον ψυχολογικό ρόλο και τις λειτουργίες του μέσα από μια τέτοια ανάλυση, όπως παρουσιάζεται στην συγκεκριμένη έρευνα; Αν πρέπει λοιπόν να δώσουμε μια σύντομη απάντηση σε αυτό το ερώτημα, αυτή είναι ότι μόνο μέσω της ανάδειξης και της κριτικής αποδόμησης του ψυχολογικού λόγου μπορούμε να θέσουμε υπό αμφισβήτηση την φυσικότητα και την αντικειμενικότητα του. Αυτό που μας φαίνεται αυτονόητο στον ψυχολογικό λόγο, καταρρίπτεται από την στιγμή που θα ασχοληθούμε με το πως αυτός ο λόγος κατέληξε να οριοθετείται έτσι όπως τον γνωρίζουμε. Μέσα από αυτή την προσπάθεια αμφισβήτησης ή αποδόμησης του, αντιλαμβανόμαστε ότι ο λόγος αυτός εξυπηρετεί συγκεκριμένες πολιτικές και κοινωνικές σκοπιμότητες.

Επιστρέφοντας στο αρχικό ερώτημα του ποιος είναι τελικά ο ρόλος του ψυχολόγου σήμερα, πρέπει να αναρωτηθούμε κατά πόσο η ψυχολογία έτσι όπως εντυπώνεται στα κυρίαρχα μοντέλα, βοηθάει ή εγκλωβίζει τους ανθρώπους. Καθώς αυτοί συνεχίζουν να αναζητούν προσωπικές λύσεις ως απάντηση σε αυτά που βιώνουν ή να μιλούν με παθολογικούς όρους θεωρώντας ότι είναι υπαίτιοι των προβλημάτων τους, ο λόγος του ψυχολόγου καθίσταται κρίσιμος ως προς το πως θα ερμηνεύσει την αιτιολογία και την διαχείριση των σύγχρονων ανθρωπίνων προβλημάτων. Πως θα καταφέρει λοιπόν ο ψυχολόγος να συμβάλλει στη χειραφέτηση των ανθρώπων και στον κοινωνικό προβληματισμό όταν εξακολουθεί να αναλύει την ψυχική οδύνη με όρους ατομικής παθολογίας και προσωπικής θεραπείας; Πώς θα φέρει σημεία ρήξης στον τρόπο με τον οποίο διαχειρίζεται τα προβλήματα, όταν συνεχίζει να απο-πολιτικοποιεί και να αναπαράγει εξατομικευμένα πρότυπα; Οφείλουμε να συνειδητοποιήσουμε ότι υιοθετώντας μια κριτική στάση απέναντι στους κυρίαρχους λόγους της ψυχολογίας μπορούμε να αμφισβητήσουμε την εξατομίκευση και την ψυχολογιοποίηση των κοινωνικών και πολιτικών ζητημάτων. Η αναδιατύπωση της σχέσης μεταξύ ατομικού και κοινωνικού, καθώς επίσης και η πλαisiώση των προβλημάτων στην ιστορικο-κοινωνική πραγματικότητα είναι βασικά βήματα για να διαμορφώσουμε μια άλλη αντίληψη των πραγμάτων. Ας προσπαθήσουμε λοιπόν να

παράγουμε νέες αλήθειες για μια διαφορετική ψυχολογία, η οποία αντί να παθολογικοποιεί και να ψυχολογιοποιεί, θα συμβάλλει στη χειραφέτηση των ανθρώπων.

ΒΙΒΛΙΟΓΡΑΦΙΑ

- Apostolopoulou, A. (2013). The impact of the economic crisis on the private practice of counseling and psychotherapy: How much are clients and therapists 'worth'? *European Journal of Psychotherapy and Counseling*, 15 (4), 311–329. doi: 10.1080/13642537.2013.849274
- Blue A.V. (1999). *Η δημιουργία της ελληνικής ψυχιατρικής: πολιτισμός, εαυτός και ιατρική* (Κ. Λογοθέτη, Μτφρ.). Αθήνα: Εξάντας.
- Burr, V. (2002). *The Person in Social Psychology*. East Sussex: Psychology Press.
- Γιωτάκος, Ο., Καράμπελας, Δ., & Καυκάς, Α. (2011). Επίπτωση της οικονομικής κρίσης στην ψυχική υγεία στην Ελλάδα. *Ψυχιατρική*, 22, 109–119.
- Cushman, P. (1990). Why the Self is Empty. Toward a Historically Situated Psychology. *American Psychologist*, 45 (5), 599-611.
- Danaher, G., Schirato, T. & Webb, J. (2000). *Understanding Foucault*. Australia: Allen & Unwin.
- Dafermos, M. & Marvakis, A. (2006). Critiques in Psychology – Critical Psychology. *Annual Review of Critical Psychology*, 5, 1-20. Ανακτήθηκε από www.discourseunit.com/arcp/5
- Dafermos, M., Marvakis, A., & Triliva, S. (2006). (De)constructing Psychology in Greece. *Annual Review of Critical Psychology*, 5, 180-191. Ανακτήθηκε από www.discourseunit.com/arcp/5
- Dafermos, M. (2013). The social drama of Greece in times of economic crisis: The role of psychological therapies. *European Journal of Psychotherapy and Counselling*, 15 (4), 401-411. doi:10.1080/13642537.2013.850522

- De Vos, J. (2009). Now that you know, how do you feel? The Milgram experiment and psychologization. *Annual Review of Critical Psychology*, 7, 223-246.
- Farr, R. M. (1996). *The Roots of Modern Social Psychology: 1872-1954*. Oxford: Wiley-Blackwell.
- Fernandez-Rios, L., & Novo, M. (2012). Positive psychology: *Zeigeist* (or spirit of the times) or ignorance (or disinformation) of history? *International Journal of Clinical and Health Psychology*, 12 (2), 333-344.
- Foucault, M. (1979). *Discipline and punish: The birth of the prison*. New York: Pantheon.
- Foucault, M. (1980). *Power/Knowledge: Selected writings and other interviews 1972-1977*. New York: Pantheon.
- Foucault, M. (2006). *Psychiatric power: Lectures at the Collège de France, 1973-1974*. Basingstoke, New York: Palgrave Macmillan.
- Fox, D. R. & Prilleltensky, I. (1997). *Critical psychology: An introduction*. London: Sage.
- Garland, D. (2014). What is a “history of the present”? On Foucault’s genealogies and their critical preconditions. *Punishment & Society*, 16 (4), 365–384. doi: 10.1177/1462474514541711
- Hare-Mustin, R. T., & Marecek, J. (1997). Abnormal and Clinical Psychology: The Politics of Madness. In D. Fox & I. Prilleltensky (Eds), *Critical Psychology: An Introduction*. (pp. 104-120). London: Sage.
- Henriques, J. (1998). Social psychology and the politics of racism. In J. Henriques, W. Hollway, C. Urwin, C. Venn., V. Walkerdine (Eds). *Changing the Subject: Psychology, Social Regulation and Subjectivity* (pp. 58-87). London, New York: Sage.

- Hook, D. (2007). *Foucault, Psychology and the Analytics of Power*. UK: Palgrave Macmillan.
- Howarth, D. (2008). *Η έννοια του λόγου* (Σ. Καναούτη, Μτφρ.). Αθήνα: Πολύτροπον.
- Illouz, E. (2008). *Saving the modern soul: therapy, emotions, and the culture of self-help*. Berkeley, Los Angeles, London: University of California Press.
- Jorgensen, M. & Phillips, L. J. (2002). *Discourse analysis as theory and method*. London: Sage.
- Kondilis, E., Giannakopoulos, S., Gavana, M., Ierodiakonou, I., Waitzkin, H., & Benos, A. (2013). Economic Crisis, restrictive policies, and the population's health and health care: the Greek Case. *American Journal of Public Health, 103*(6), 973-979. doi: 10.2105/AJPH.2012.301126
- Krieken, R. (2004). *Chicken Little and the Modern Self: Review of Frank Furedi, Therapy Culture: Cultivating Vulnerability in an Uncertain Age*. London: Routledge.
- Larner, G. (1999). Derrida and the Deconstruction of Power as Context and Topic in Therapy. In I. Parker (Ed), *Deconstructing Psychotherapy* (pp.39-53). London: Sage.
- Lasch, C. (1991). *The culture of narcissism: American life in an age of diminishing expectation*. New York: W. W. Norton & Company.
- Λέκκα, Β. (2012). *Ιστορία και Θεωρία της Ψυχιατρικής*. Αθήνα: Futura.
- Madianos, M., Economou, M., Alexiou, T., & Stefanis, C. (2011). Depression and economic hardship across Greece in 2008 and 2009: Two cross-sectional surveys nationwide. *Social Psychiatry and Psychiatric Epidemiology, 46*, 943–952. doi: 10.1007/s00127-010-0265-4

- Madsen, O. J. & Brinkmann, S. (2010). The disappearance of psychologisation? *Annual Review of Critical Psychology*, 8, 179-199.
- Μαρβάκης, Α. και Μεντίνης, Μ. (2011). *Κριτική Εισαγωγή στην Κοινωνική Ψυχολογία*. Θεσσαλονίκη: Επίκεντρο.
- McGee, M. (2007). *Self Help, Inc.: Makeover Culture in American Life*. Oxford: Oxford University Press.
- McLaughlin, K. (2010). Psychologisation and the construction of the political subject as vulnerable object. *Annual Review of Critical Psychology*, 8, 63-79.
- Mentinis, M. (2013). The entrepreneurial ethic and the spirit of psychotherapy: Depoliticisation, atomisation, and social selection in the therapeutic culture of the 'crisis'. *European Journal of Psychotherapy & Counseling*, 15(4), 361-374. doi: 10.1080/13642537.2013.855248
- Μεντίνης, Μ. (2013). Επανορίζοντας το ψυχοκοινωνικό: Τέσσερις θέσεις για μια κριτική και κοινωνική ψυχολογία. Σε: Μ. Μεντίνης & Δίκτυο Κριτικής Ψυχολογίας, (επιμ., μτφρ.), *Επανορίζοντας το ψυχοκοινωνικό. Κείμενα κριτικής κοινωνικής ψυχολογίας* (σσ.365-384). Θεσσαλονίκη: Επίκεντρο.
- Munck, V. (2000). *Culture, Self and Meaning*. USA: Waveland Press.
- Murray, M. & Campbell, C. (2003) Living in a material world: reflecting on some assumptions of health psychology. *Journal of health psychology*, 8 (2), 231-236.
- Nafstad, H. E., & Blakar, R. M. (2006). From an individualized to a societal social psychology: Ideology and ideological changes as reflected in language usage. *Annual Review of Critical Psychology*, 741-755. Ανακτήθηκε από <http://www.discourseunit.com/arcp10/Norway%20I%20741-755.pdf>

- Nightingale, D. & Neilands, T. (1997). Understanding and Practicing Critical Psychology. In D. Fox & I. Prilleltensky, (Eds). *Critical Psychology: An Introduction* (pp. 68-84). London: Sage.
- Oikonomou, N., & Mariolis, A. (2010). How is Greece conforming to Alma-Ata's principles in the middle of its biggest financial crisis? *British Journal of General Practice*, 60 (575), 456–457. doi: 10.3399/bjgp10X509711
- Parker, I. (1992). *Discourse dynamics: critical analysis for social and individual psychology*. London: Routledge.
- Parker, I. (1999). *Deconstructing Psychotherapy (Ed)*. London: Sage.
- Parker, I. (2002). *Critical Discursive Psychology*. Hampshire, New York: Palgrave Macmillan.
- Parker, I. (2007). *Revolution in Psychology: Alienation to Emancipation*. London: Pluto Press.
- Parker, I., Georgaca, E., Harper, D., McLaughlin, T., & Stowell-Smith, M. (1995). *Deconstructing Psychopathology*. London: Sage.
- Potamianos, G. (2003). Psychology and the left in Greece: close encounters of no kind. *The European Journal of Psychotherapy and Counseling & Health*, 6 (1), 51-62. doi: 10.1080/1364253032000157116
- Potter, J. & Wetherell, M. (1987). *Discourse and social psychology: beyond attitudes and behavior*. London: Sage.
- Prilleltensky, I. (1989). Psychology and the status quo. *American Psychologist*, 44 (5), 795-802. Ανακτήθηκε από <http://dx.doi.org/10.1037/0003-066X.44.5.795>
- Prilleltensky, I. (1994). *The morals and politics of psychology: psychological discourse and the status quo*. Albany: State University of New York Press.

- Prilleltensky, I. (2008). The role of power in wellness, oppression, and liberation. The promise of psychopolitical validity. *Journal of Community Psychology*, 36 (2), 116–136. doi: 10.1002/jcop.20225
- Prilleltensky, I., & Nelson, G. (2002). *Doing Psychology Critically: Making a Difference in Diverse Settings*. London: Palgrave Macmillan.
- Rogers, A. & Pilgrim, D. (2010). *A Sociology of Mental Health and Illness* (4th ed.). Berkshire: Open University Press.
- Rose, N. (1989). *Governing the Soul: The Shaping of the Private Self*. London: Routledge.
- Rose, N. S. (1996). *Inventing Our Selves: Psychology, Power, and Personhood*. Cambridge: Cambridge University Press.
- Rose, N. (1999). *Powers of Freedom. Reframing Political Thought*. Cambridge: Cambridge University Press.
- Rimke, H. M. (2000). Governing citizens through self-help literature. *Cultural Studies*, 14 (1), 61-78.
- Rimke, H., & Hunt, A. (2002). From sinners to degenerates: the medicalization of morality in the 19th century. *History of the Human Sciences*, 15 (1), 59-88.
- Rimke, H., & Brock, D. (2012). The culture of therapy: Psychocentrism in everyday life. In M. Thomas, R. Raby and D. Brock (Eds.), *Power and Everyday Practices* (pp. 182-202). Toronto: Nelson.
- Triliva, S. & Georga, A. (2014). Austerity and precarity: The social milieu creeps into the psychotherapeutic context. *Rivista di Psicologia Clinica*, 1, 140-153. Ανακτήθηκε από <http://www.rivistadipsicologiaclinica.it>

- Tudor, K. (2015). Humanistic psychology: a critical counter culture. In I. Parker (Ed), *Handbook of Critical Psychology* (pp. 127-136). East Sussex, New York: Routledge.
- Scharff, C. (2015). The Psychic Life of Neoliberalism: Mapping the Contours of Entrepreneurial Subjectivity. *Theory, Culture & Society*, 0(0), 1–16. doi: 10.1177/0263276415590164
- Swan, E. (2010). *Worked Up Selves Personal Development Workers, Self-Work and Therapeutic Cultures*. Hampshire: Palgrave Macmillan.
- Western, S. (2012). *Coaching and Mentoring: A Critical Text*. London: Sage.
- Wickham, G. & Kendall, G. (1999). *Using Foucault's Methods*. London: Sage.
- Willig, C. (2008). *Introducing Qualitative Research in Psychology*, (2nd ed). Berkshire: Open University Press.

ΠΑΡΑΡΤΗΜΑ

Πλάνο ερωτήσεων για την συνέντευξη:

1. Πώς αποφάσισες να σπουδάσεις ψυχολογία;
2. Τι σκέφτεσαι να κάνεις όταν τελειώσεις;
3. Τι πίστευες ότι είναι ο ψυχολόγος όταν ήσουν στο πρώτο έτος;
4. Τι πιστεύεις ότι κάνει ο ψυχολόγος τώρα που τελειώνεις τις σπουδές σου;
5. Τι κάνει ο ψυχολόγος ειδικά σήμερα που υπάρχουν έντονα οικονομικά και κοινωνικά προβλήματα;
6. Γιατί συνήθως οι ψυχολόγοι εστιάζουν στο θεραπευτικό κομμάτι; Κατά πόσο αυτό μπορεί να βοηθήσει ανθρώπους με σοβαρά οικονομικά προβλήματα;
7. Γιατί οι ψυχολόγοι εστιάζουν κυρίως στο ατομικό κομμάτι;
8. Γιατί σήμερα όλο και πιο πολλοί ασχολούνται με την ψυχολογία ή σπουδάζουν ψυχολογία;
9. Γιατί σήμερα όλο και πιο πολλοί άνθρωποι απευθύνονται σε ψυχολόγο;
10. Γιατί να απευθυνθεί κανείς σε ψυχολόγο εφόσον μπορεί να αντιμετωπίσει τα προβλήματα του μέσω εκπομπών, βιβλίων και τεχνικών αυτοβοήθειας;

Η ανάκτηση του συμπληρωματικού υλικού από τις διαδικτυακές ιστοσελίδες έγινε από:

Sites συμβουλευτικής:

Καπασακαλίδη, Ε. (2015). Βάλε μια δόση δράσης στη ζωή σου. Ανακτήθηκε 1 Ιουνίου, 2015, από <http://www.psychorropia.gr/%CF%83%CF%84%CE%BF%CE%BD-%CE%B4%CF%81%CF%8C%CE%BC%CE%BF-%CE%B3%CE%B9%CE%B1-%CF%84%CE%B7-%CE%B6%CF%89%CE%AE-%CF%80%CE%BF%CF%85-%CE%B8%CE%AD%CE%BB%CE%BF%CF%85%CE%BC%CE%B5/>

Πώς να Είστε Αισιόδοξοι σε Δύσκολες Συνθήκες (2011). Ανακτήθηκε 1 Ιουνίου 2015, από <http://happymind.gr/tag/%CE%B8%CE%B5%CF%84%CE%B9%CE%BA%CE%AE-%CF%83%CE%BA%CE%AD%CF%88%CE%B7/>

Sites αυτοβοήθειας:

12 τρόποι για να δεις πιο θετικά τη ζωή και να είσαι χαρούμενος (2012). Ανακτήθηκε 1 Ιουνίου, 2015, από <http://www.otherside.gr/2012/02/12-tropoi-gia-na-deis-pio-thetika-zwi/#ixzz3b93nUnbN>

Αντιμέτωποι με την κρίση (2013). Ανακτήθηκε 1 Ιουνίου 2015, από <http://www.tokleidi.com/2013/06/antimetopoi-me-tin-krisi/>