

**ΠΑΝΕΠΙΣΤΗΜΙΟ ΚΡΗΤΗΣ ΣΧΟΛΗ
ΚΟΙΝΩΝΙΚΩΝ ΕΠΙΣΤΗΜΩΝ
ΤΜΗΜΑ ΨΥΧΟΛΟΓΙΑΣ**



**ΘΕΜΑ: Η ΣΥΜΒΟΛΗ ΤΗΣ
ΦΙΛΟΣΟΦΙΑΣ ΣΤΗΝ
ΨΥΧΟΘΕΡΑΠΕΙΑ**

ΠΤΥΧΙΑΚΗ ΕΡΓΑΣΙΑ Της Γιαλιτάκη Στέλλας

Επιβλέπων καθηγητής: Δαφέρμος Μανώλης

Ρέθυμνο 2013-2014

ΠΙΝΑΚΑΣ ΠΕΡΙΕΧΟΜΕΝΩΝ

ΕΙΣΑΓΩΓΗ.....	4
1. ΕΞΕΤΑΣΗ ΤΗΣ ΣΧΕΣΗΣ ΑΝΑΜΕΣΑ ΣΤΗΝ ΦΙΛΟΣΟΦΙΑ, ΤΗΝ ΕΠΙΣΤΗΜΗ, ΤΗΝ ΨΥΧΟΛΟΓΙΑ, ΤΗΝ ΨΥΧΟΘΕΡΑΠΕΙΑ	
1.1. Η φύση και η έννοια της φιλοσοφίας.....	12
1.2. Σχέση φιλοσοφίας και επιστήμης.....	17
1.3. Σχέση ψυχολογίας και επιστήμης.....	20
1.4. Σχέση ψυχοθεραπείας και φιλοσοφίας.....	23
2. ΕΞΕΛΙΞΗ ΤΗΣ ΘΕΡΑΠΕΙΑΣ ΤΗΣ ΨΥΧΗΣ ΣΤΗΝ ΙΣΤΟΡΙΑ ΤΗΣ ΨΥΧΟΛΟΓΙΑΣ	
2.1. Η θεραπεία της ψυχής και σημαντικοί σταθμοί της ψυχολογικής γνώσης, από την πρωτόγονη κοινωνία μέχρι την ελληνιστική περίοδο.....	25
2.2. Η θεραπεία της ψυχής και οι σημαντικοί σταθμοί της ψυχολογικής γνώσης, από την περίοδο του Μεσαίωνα μέχρι και τον 18 ^ο αιώνα.....	28
2.2.1. Αναγέννηση.....	29
2.2.2. Διαφωτισμός.....	31
1.2.2.α. Εμπειρικοί φιλόσοφοι.....	32
1.2.2.β. Θετικιστές φιλόσοφοι.....	34
1.2.2.γ. Ορθολογιστές φιλόσοφοι.....	35
2.3. Η μετεξέλιξη και η μετονομασία της «θεραπείας της ψυχής» σε «ψυχοθεραπεία», τον 19 ^ο αιώνα.....	38
2.4. Η πορεία προς τη διαμόρφωση της σύγχρονης ψυχολογίας, κατά τον 19 ^ο αιώνα.....	40
2.5. Η ψυχολογία ως επιστήμη.....	43
2.5.1. Η «νέα ψυχολογία» στις Η.Π.Α.....	47
2.6. Βασικές ψυχολογικές θεωρίες της σύγχρονης πλέον ψυχολογίας	
2.6.1. Ο Sigmund Freud και η ψυχανάλυση.....	56
2.6.2. Η εξάπλωση και η διάσπαση της ψυχανάλυσης.....	57
2.6.3. Η διαπροσωπική θεωρία του Sullivan.....	58
2.6.4. Η Anna Freud και η Melanie Klein για την ψυχανάλυση των παιδιών.....	58
2.6.5. Ο Winnicott και η έννοια της υποτροπής.....	58
2.6.6. Η θεωρία δεσμού του Bowlby.....	59
2.6.7. Συμπεριφοριστικές και γνωστικές θεωρίες για ένα διαφορετικό είδος ψυχοθεραπείας.....	59
2.6.8. Η ανθρωπιστική προσέγγιση.....	61
2.6.9. Οι θεωρίες της μορφολογικής ψυχολογίας.....	64
2.7. Η εφαρμογή της ψυχοθεραπείας πριν και μετά τον Β' Π.Π. στην Αμερική.....	66
2.8. Προσδιορισμός του αντικειμένου της ψυχοθεραπείας.....	67
2.9. Η ενοποίηση της ψυχοθεραπείας.....	68

3. ΒΑΣΙΚΕΣ ΚΑΤΕΥΘΥΝΣΕΙΣ ΤΗΣ ΨΥΧΟΘΕΡΑΠΕΙΑΣ ΚΑΙ ΟΙ ΦΙΛΟΣΟΦΙΚΕΣ ΚΑΤΑΒΟΛΕΣ ΤΟΥΣ	
3.1. Η φιλοσοφική έννοια του λόγου και το βαθύτερο νόημα του στην ψυχοθεραπεία.....	71
3.2. Η ψυχοδυναμική κατεύθυνση.....	77
3.2.1. Το φιλοσοφικό υπόβαθρο της ψυχοδυναμικής κατεύθυνσης.....	79
3.3. Η γνωστική-συμπεριφοριστική κατεύθυνση.....	85
3.3.1. Το φιλοσοφικό υπόβαθρο της γνωστικής-συμπεριφοριστικής κατεύθυνσης.....	87
3.4. Η οικογενειακή θεραπεία, εισαγωγή και το ξεκίνημα της.....	93
3.4.1. Βασικές έννοιες οικογενειακής θεραπείας.....	95
3.4.2. Το φιλοσοφικό υπόβαθρο της οικογενειακής θεραπείας.....	96
3.5. Η ανθρωπιστική ψυχοθεραπεία και οι βασικές θεωρίες της.....	103
3.5.1. Το φιλοσοφικό υπόβαθρο της ανθρωπιστικής σχολής.....	106
2.5.1.α. Ο Ρομαντισμός.....	106
2.5.1.β. Ο Υπαρξισμός και πρώιμοι υπαρξιστές.....	108
3.5.2. Σημαντικοί εκπρόσωποι της υπαρξιστικής ψυχολογίας.....	113
3.5.3. Η φιλοσοφία του Jean Paul Sartre και η συσχέτιση της με την αρχαία ελληνική.....	118
4. ΗΘΙΚΗ	
4.1. Η ηθική ως μορφή κοινωνικής συνείδησης.....	122
4.2. Η σχέση της ηθικής με την ψυχολογία και την ψυχοθεραπεία.....	123
4.3. Οι ηθικές αρχές του Rogers και η οικουμενικότητα τους.....	124
4.4. Κώδικες δεοντολογίας.....	126
4.5. Η φιλοσοφική πηγή προέλευσης της ηθικών αρχών δεοντολογίας στην ψυχοθεραπεία.....	131
Συμπεράσματα.....	141
Βιβλιογραφία.....	146

ΕΙΣΑΓΩΓΗ

Η ιστορία αποτελεί πηγή γνώσης. Η ιστορία είναι μια επιστήμη, ιδιαίτερα χρήσιμη για την καλύτερη και βαθύτερη κατανόηση του παρόντος. Αυτό, γιατί μελετά τα γεγονότα του παρελθόντος κατά χρονολογική σειρά και σύμφωνα με συγκεκριμένες μεθόδους, επιχειρεί την ανάλυση και ερμηνεία τους (Μπαμπινιώτης, 2008).

Κάθε επιστήμη έχει την ιστορία της, συμπεριλαμβανομένης της ψυχολογίας. Μάλιστα ο Ebbinghaus έλεγε ότι «η ψυχολογία έχει μακρύ παρελθόν, αλλά μόνο σύντομη ιστορία» (Ebbinghaus, παραπ. στον Boring, 1950). Η άποψη αυτή μπορεί να θεωρηθεί αμφιλεγόμενη, καθώς το νόημα της αλλάζει ανάλογα με το ποια πρόταση από τις δύο θα αποτελέσει το επίκεντρο. Αν εστιάσουμε στο μακρύ παρελθόν, τότε θα επιχειρηθεί μια απόπειρα κατανόησης της ψυχολογίας, ως γίνεσθαι, μιας δυναμικής δηλαδή στο χρόνο διαδικασίας και όχι ως μιας έτοιμης στατικής κατάστασης (Δαφέρμος, 2010). Ενώ στην περίπτωση εξέτασης της, ως μια σύντομη ιστορία, θα επέλθει μια αποσπασματική κι επιλεκτική γνωριμία με τις βασικές ψυχολογικές θεωρίες, χωρίς την μελέτη και την κατανόηση των παραγόντων που συνέβαλλαν στη διαμόρφωση τους. Παρά τον ελλιπή και παραπλανητικό χαρακτήρα μιας τέτοιας θεώρησης της ψυχολογίας, ο Danzinger ισχυρίζεται ότι παραδοσιακά εκείνη έχει κατασκευαστεί ως ένα μη ιστορικό γνωστικό αντικείμενο, με την βοήθεια μη ιστορικών ερευνητικών και εννοιολογικών πρακτικών (Danzinger, 1994). Συνεπώς, φαίνεται να έχει επικρατήσει η επιλεκτική και επιφανειακή εξέταση της ψυχολογίας, εκ μέρους της πλειοψηφίας των σύγχρονων ψυχολόγων, δίχως να μελετάται υπό το πρίσμα της ιστορικότητας της (Δαφέρμος, 2010). Η ιστορικότητα αυτή, ανταποκρίνεται στον μετασηματισμό της ψυχολογικής γνώσης, του αντικειμένου και της μεθόδου επιστημονικής έρευνας που χρησιμοποιεί η σύγχρονη ψυχολογία. Ακόμη έχουν διαφοροποιηθεί ιστορικά οι ψυχικές διαδικασίες, καθώς και οι έννοιες που έχουν χρησιμοποιηθεί για να τις περιγράψουν.

Στην παρούσα εργασία, θα προσπαθήσουμε να αναδείξουμε αυτήν ακριβώς την παραμελημένη πλευρά της ψυχολογίας, εστιάζοντας στη σύνδεση σύγχρονων ψυχολογικών θεωριών και των φιλοσοφικών καταβολών τους. Θα εξετάσουμε το παρελθόν της ψυχοθεραπείας, από την περίοδο της πρωτόγονης κοινωνίας, τότε που ήταν γνωστή ως θεραπεία της ψυχής, μέχρι την σύγχρονη εποχή, όπου ο όρος «ψυχοθεραπεία» πλέον καθιερώνεται.. Θα αναφερθούμε με συντομία στην ιστορία των κυρίαρχων ψυχολογικών ρευμάτων (Ψυχανάλυση, Συμπεριφορισμός, Ανθρωπισμός) κι έπειτα στη δημιουργία βασικών σχολών ψυχοθεραπείας. Ο πυρήνας όμως της παρούσας εργασίας βρίσκεται στην εξέταση του δυναμικού διαλόγου μεταξύ παρελθόντος και παρόντος της ψυχολογικής γνώσης, η οποία γίνεται γνωστή μέσω θεωριών. Ουσιαστικά, θα εξετάσουμε τις βασικές

εφαρμοσμένες ψυχολογικές θεωρίες, που χρησιμοποιεί η ψυχοθεραπεία, ως συνέχεια της ψυχολογικής γνώσης του παρελθόντος, που είναι συνυφασμένη με τον φιλοσοφικό στοχασμό.

Έτσι αποσκοπούμε αρχικά, στην πληρέστερη κατανόηση της πορείας που ακολούθησε η ψυχολογία, ώστε να φτάσει στη σημερινή μορφή της, καθώς και στην φανέρωση του διαλόγου που αφορά την πορεία της αυτή. Επιχειρούμε δηλαδή να αναδείξουμε τον αντίλογο για την διαμόρφωση της σύγχρονης ψυχολογίας με την παρούσα μορφή της.

Ακόμη, στοχεύουμε στην καλύτερη και εις βάθος κατανόηση των σύγχρονων ψυχολογικών θεωριών που στηρίζουν τις βασικές σχολές ψυχοθεραπείας. Κατά την άποψη μας, κάτι τέτοιο δεν μπορεί να επιτευχθεί, χωρίς τη μελέτη του παρελθόντος της πρώιμης ψυχολογίας. Επειδή ακριβώς η πρώιμη ψυχολογία είναι άρρηκτα συνδεδεμένη με την φιλοσοφία, στοχεύουμε στην ανάδειξη της αδυναμίας απομόνωσης μεταξύ φιλοσοφίας και ψυχολογίας, παρ' όλη την ανεξαρτητοποίηση της δεύτερης από την πρώτη στον σύγχρονο κόσμο. Ακόμη, σκοπό μας αποτελεί η πιθανή περαιτέρω ανάπτυξης των παραπάνω θεωριών, δεδομένου ότι θα έχει κατανοηθεί βαθύτερα η φιλοσοφική βάση τους και εν τέλει η πληρέστερη αντίληψη και εκτίμηση του έργου και του σκοπού της ψυχοθεραπείας.

Επιπλέον, στην στοχοθεσία της παρούσας εργασίας, εμπεριέχεται η προσπάθεια μας να δείξουμε ότι το φιλοσοφικό υπόβαθρο δεν περιορίζεται μόνο στις ψυχολογικές θεωρίες, αλλά επεκτείνεται και στην διαμόρφωση του ήθους ενός ψυχοθεραπευτή. Τα χαρακτηριστικά δηλαδή που εκτιμώνται ευρέως ότι θα πρέπει να κατέχει ένας σωστός και πετυχημένος ψυχοθεραπευτής, έχουν κι αυτά τις ρίζες τους στην φιλοσοφία. Συνεπώς, στοχεύουμε και στην ανάδειξη της σχέσης μεταξύ ηθικής και ψυχολογίας. Δεν είναι τυχαίο το γεγονός ότι οι φιλόσοφοι μεταξύ άλλων μελέτησαν διεξοδικά την ηθική. Αποσκοπούσαν στον προσδιορισμό του ηθικού τρόπου διαβίωσης των ανθρώπων, αναζητώντας έναν κοινό κώδικα ηθικής συμπεριφοράς, αν και όπου αυτό ήταν δυνατό.

Οι θεματικές ενότητες περιλαμβάνουν την εξέταση της σχέσης μεταξύ του παρελθόν και του παρόντος της ψυχολογικής γνώσης. Να σημειώσουμε ότι, ο διάλογος αυτός λαμβάνει χώρα μέσα στο ευρύτερο πεδίο της ιστορίας της ψυχολογίας, ως διακριτού κλάδου της ψυχολογίας, ο οποίος, σύμφωνα με τους Koch (1959), Boring (1963), νομιμοποιήθηκε την περίοδο 1960-1970 και επιπλέον καθιερώθηκε ως υποδιαίρεση της APA (American Psychological Association) το 1965. Οι ιστορικοί της ψυχολογίας, μεταξύ άλλων που δεν θα μας απασχολήσουν στη προκειμένη εργασία, εξετάζουν πρωτίστως το μακρύ φιλοσοφικό παρελθόν της ψυχολογίας και φτάνουν στην πρόσφατη πορεία της, ως αυτόνομου επιστημονικού κλάδου. Η ιστορική διερεύνηση της ψυχολογίας, που μας ενδιαφέρει στην προκειμένη περίπτωση, μας παραπέμπει στη χρονική περίοδο, όπου η ψυχολογία αποτελούσε τμήμα του φιλοσοφικού στοχασμού και όχι του επιστημονικού κόσμου. Το φιλοσοφικό της

αυτό υπόβαθρο δεν θα πρέπει να μας εκπλήσσει, καθώς η φιλοσοφία αρχικά περιλάμβανε όλους τους στοχασμούς για τον άνθρωπο, τη φύση και την κοινωνία (Πατέλης, 2009). Ενώσω θα εξετάσουμε την εξέλιξη της ψυχολογίας στο πέρασμα του χρόνου, θα διαπιστώσουμε ότι, οι ψυχολογικές γνώσεις των πρωτόγονων ανθρώπων, καθώς και οι έννοιες που χρησιμοποιούσαν, αναφερόμενοι σε εκείνες, διαφέρουν από αυτές των σύγχρονων επιστημόνων.

Εξετάζοντας τη σχέση αυτή, θα φανεί ότι, η μετατροπή της ψυχολογίας σε ανεξάρτητη επιστήμη σημειώθηκε κατά τα μέσα του 19^{ου} αιώνα (Δαφέρμος, 2010). Υπάρχει μεγάλη συζήτηση γύρω από το ποιοί ήταν οι παράγοντες που συνέβαλλαν στο να επέλθει η «Νέα Ψυχολογία», και ποιοι επιδοκίμασαν ή αποδοκίμασαν την μετατροπή αυτή, που θα τους αναφέρουμε στην συνέχεια. Το σίγουρο είναι ότι η αλλαγή αυτή δεν συντελέστηκε ανεξάρτητα από το κοινωνικοοικονομικό ιστορικό πλαίσιο εκείνης της εποχής. Επίσης μια πολύ σημαντική παράμετρος που συνέβαλε στην εν λόγω μετατροπή, αφορά τις εξελίξεις στον επιστημονικό χώρο. Οι φυσικές επιστήμες παρουσιάστηκαν ως πρότυπο επιστημονικότητας, το οποίο όφειλαν να ακολουθήσουν και οι κοινωνικές επιστήμες. Εκείνη λοιπόν την περίοδο διαδόθηκε ευρέως η χρήση μεθόδων των φυσικών επιστημών στην ψυχολογία. Η θετικιστική αυτή προσέγγιση της ψυχολογίας, οδηγεί στη μελέτη μόνο της σύγχρονης επιστημονικής γνώσης και των ψυχικών διαδικασιών, προκαλώντας έτσι διάσπαση μεταξύ επιστημονικής και μη επιστημονικής γνώσης. Επιπλέον, έχει ως αποτέλεσμα να παρουσιάζεται η επιστημονική γνώση, ως μια έτοιμη κατάσταση, αναδυόμενη ως παρθενογένεση, αντί μιας σύνθετης δυναμικής διαλεκτικής διαδικασίας μεταξύ προ-επιστημονικών αντιλήψεων του παρελθόντος και σύγχρονων επιστημονικών αντιλήψεων (Δαφέρμος, 2010). Επομένως, η σημερινή επιστημονική ψυχολογική γνώση, θα ήταν προτιμότερο να εξετάζεται ως το αποτέλεσμα μετασχηματισμού των προ-επιστημονικών φιλοσοφικών αντιλήψεων. Γιατί κατά αυτόν τον τρόπο, όπως θα προσπαθήσουμε να δείξουμε, οι ψυχολογικές θεωρίες μπορούν να κατανοηθούν πληρέστερα και εμβριθέστερα από έναν ψυχολόγο, ο οποίος έπειτα θα είναι σε θέση να τις εφαρμόσει σωστότερα στην ψυχοθεραπεία ή ακόμα και να τις προεκτείνει.

Προαναφέραμε ότι, μέσα από την ιστορική αναδρομή στο φιλοσοφικό υπόβαθρο της ψυχολογίας, θα γίνει εμφανής η ιστορικότητα των ψυχικών διαδικασιών και της ψυχολογικής γνώσης. Οι μετασχηματισμοί δηλαδή του ψυχισμού κατά την πάροδο των χρόνων και του εννοιολογικού εξοπλισμού που έχει χρησιμοποιηθεί για τον προσδιορισμό εκείνου. Στην ιστορικότητα αυτή δεν θα επεκταθούμε περισσότερο από όσο χρειάζεται, ώστε να φανεί η σχέση με τις σύγχρονες ψυχολογικές θεωρίες και τα επιχειρήματα της συζήτησης για το πώς θα πρέπει να είναι η ψυχολογία ως επιστήμη.

Προσεγγίζοντας λοιπόν την ψυχολογία υπό το πρίσμα της συνέχειας και όχι της ασυνέχειας της ιστορίας της, υποστηρίζουμε ότι, η προσεκτική εξέταση της ιστορίας της μας δείχνει την προετοιμασία για την έλευση των θετικιστικών και τεχνικών επιστημονικής έρευνας της σύγχρονης δυτικής ψυχολογίας. Συνεπώς, αν υιοθετήσουμε την συγκεκριμένη πρακτική, θα είμαστε σε θέση να εντοπίσουμε, όχι απλά την χρονική περίοδο που η ψυχολογία αποσχίσθηκε από την φιλοσοφία, αλλά και τα γεγονότα εκείνα, τους λόγους που οδήγησαν στην χειραφέτηση εκείνης από την φιλοσοφία, η οποία θα φανεί στη συνέχεια ότι είναι μόνο φαινομενική. Έτσι, αυξάνονται οι λόγοι για τους οποίους εκτιμούμε απαραίτητη την εξέταση της ψυχολογίας ως ιστορικό γίνεσθαι, σε αντίθεση με τον Sarton (1970), ο οποίος παρουσίαζε την ιστορία της επιστήμης ως απλή συσσώρευση γνώσεων, εννοιών και θεωριών. Ακόμα η θεωρία των επιστημονικών επαναστάσεων του Kuhn (1981), συνέβαλε στην ανάδειξη του γεγονότος ότι η ανάπτυξη της επιστήμης δεν είναι γραμμική διαδικασία εξελικτικής συσσώρευσης εμπειρικών δεδομένων. Για εκείνον είναι ένα εξαιρετικά υποκειμενικό εγχείρημα που συνδυάζει την αντικειμενική επιστημονική μέθοδο και την συναισθηματική δομή του επιστήμονα (Hergenhahn, 2008).

Βέβαια, στο σημείο αυτό εγείρονται ερωτήματα για την φύση της ψυχολογίας. Λόγω του γεγονότος ότι βρίσκεται στο μεταίχμιο μεταξύ φυσικών και κοινωνικών επιστημών, καθώς και επειδή για μια μεγάλη χρονική περίοδο αποτελούσε κλάδο του φιλοσοφικού στοχασμού, έχει τεθεί το ερώτημα κατά πόσον η ψυχολογία είναι επιστήμη. Για να προλάβουμε λοιπόν το ερώτημα αυτό και άλλα, όπως η φύση της φιλοσοφίας, η σχέση φιλοσοφίας- επιστήμης, ψυχολογίας-επιστήμης και ψυχοθεραπείας- φιλοσοφίας, θα προσπαθήσουμε να τα ικανοποιήσουμε στο πρώτο κιόλας κεφάλαιο, πριν ξεκινήσουμε την μελέτη της πορείας της ψυχολογίας στο πέρασμα του χρόνου.

Προσδοκώντας την ικανοποίηση των ερωτημάτων αυτών, στην δεύτερη ενότητα, όπου θα μελετηθεί η σχέση μεταξύ της πρώιμης, θα λέγαμε, και σύγχρονης ψυχολογίας, όπως αναδιατυπώθηκε παραπάνω, προσθετικά θα αναφερθούμε στις πιο γνωστές σύγχρονες πλέον ψυχολογικές θεωρίες που θεμελιώνουν την δράση της ψυχοθεραπείας.

Στο τρίτο κεφάλαιο, θα δείξουμε τις βασικές σχολές ψυχοθεραπείας, οι οποίες απαρτίζονται από τον διαχωρισμό των προαναφερθέντων θεωριών σε διαφορετικές θεραπευτικές προσεγγίσεις. Έπειτα, θα μελετήσουμε το φιλοσοφικό υπόβαθρο που υποβόσκει σε κάθε μια από αυτές.

Στο τέταρτο κεφάλαιο, θα αναφερθούμε στην ηθική και το ήθος του θεραπευτή. Θα εξετάσουμε τους κώδικες δεοντολογίας στους οποίους οφείλει να υπακούει ένας σωστός θεραπευτής και την σχέση που έχουν οι ηθικές αρχές αυτών με την φιλοσοφία.

Επανερχόμενοι ωστόσο στο ζήτημα της ιστορίας, η χρησιμότητα αυτής, δεν θα πρέπει να περιορίζεται μόνο στο πεδίο της ψυχολογίας και ευρύτερα των επιστημών, καθώς η αξία της έγκειται στην καλύτερη κατανόηση του ανθρώπινου είδους γενικότερα. Το ανθρώπινο είδος στην πορεία εξέλιξης του έχει περάσει από πολλά διαφορετικά στάδια, που αφορούν τον τρόπο οργάνωσης των κοινωνιών, τις σχέσεις μεταξύ των μελών τους, την παραγωγική διαδικασία και τις αξίες που ρυθμίζουν την συμπεριφορά τους. Εξετάζοντας λοιπόν ιστορικά τις παραπάνω εξελίξεις, είμαστε σε θέση να παρατηρήσουμε την ανάπτυξη των ανθρώπων σε υλικό και πνευματικό επίπεδο, η οποία καθορίζει την ποιότητα των ανθρώπων και την ανάπτυξη των επιστημών, συμπεριλαμβανομένης της ψυχολογίας. Η ιστορία, με την έννοια των ιστορικών γεγονότων, είναι κομμάτι της ιστορίας μας (Howard, 2000).

Η επικαιρότητα λοιπόν της παρούσας εργασίας βρίσκεται στην παρατήρηση του Howard ότι, η σύγχρονη επιστήμη και τεχνολογία έχουν προχωρήσει σημαντικά σε σχέση με το επίπεδο ανάπτυξης που θα μπορούσαν να φανταστούν οι πρόγονοι μας. Όμως, η ανάπτυξη αυτή είναι αντιστρόφως ανάλογη με το επίπεδο ηθικής, αυτογνωσίας και αυτοπειθαρχίας του σύγχρονου ανθρώπου. Καταλήγει έτσι στο συμπέρασμα ότι η πνευματική ανάπτυξη είναι πολύ λιγότερο φανερή και όχι τόσο αξιοζήλευτη (Howard, 2000). Ο Howard για να δείξει την μεγάλη απόκλιση του σύγχρονου ανθρώπου σε επίπεδο πνευματικής ανάπτυξης, σε σχέση με τους προγόνους του, στο βιβλίο του, καλεί τους αναγνώστες να φανταστούν ότι υπάρχει η μηχανή του χρόνου και πως ένας άνθρωπος που έζησε πριν από 2.000- 2.500 χρόνια, ταξιδεύει στην δική μας εποχή, τον 21^ο αιώνα. Τι πρόκειται να παρατηρήσει αναφορικά με την τεχνολογική και επιστημονική μας ανάπτυξη και τι εικόνα θα δημιουργήσει για το βάθος της σκέψης μας, την ποιότητα των ανθρώπινων σχέσεων και την διαδικασία του δούναι- λαβείν. Σύμφωνα με την άποψη του, είναι πασιφανές ότι απ' τον 20ο αιώνα, παράλληλα με την άνθιση της τεχνολογίας, ευνοήθηκε η τάση προς την υπεροχή της κτηνώδους φύσης μας, περισσότερο από οποιαδήποτε προηγούμενη γενιά της ανθρωπότητας. Ενώ είμαστε πιο έξυπνοι και γνώστες του τεχνικού κόσμου, υστερούμε σε επίπεδο σοφίας και ευσπλαχνίας ή ευαισθησίας (Howard, 2000).

Οι εξελίξεις αυτές και ο τρόπος ζωής που καθιέρωσαν δεν είναι τυχαία γεγονότα. Θα μπορέσουμε να κατανοήσουμε την πηγή τους και να τα ερμηνεύσουμε καλύτερα, αν λάβουμε υπόψη μας τις πολιτικοοικονομικές και κοινωνικές συνθήκες που προηγήθηκαν. Θα παρατηρήσουμε ότι ο 17^{ος} αιώνας αποτέλεσε σταθμό των εξελίξεων. Ήδη από τότε ο χαρακτήρας της επιστημονικής γνώσης αλλάζει. Γίνεται πιο πρακτικός και εφαρμόσιμος, ενώ παράλληλα αναπτύσσονται εμπορικές- χρηματικές σχέσεις μεταξύ των κρατών, δημιουργώντας την παγκόσμια αγορά. Τώρα η επιστήμη αλληλεπιδρά με τις παραγωγικές διαδικασίες κι έτσι εμπλέκεται με τον αναπτυσσόμενο κοινωνικό καταμερισμό εργασίας. Την περίοδο εκείνη ο Francis Bacon, υποστήριξε ότι η γνώση είναι δύναμη, καθώς απέκτησε

υπεροχή η ιδέα ότι η επιστημονική γνώση μπορεί να χρησιμοποιηθεί για την επίλυση πρακτικών κοινωνικών προβλημάτων. Η στάση αυτή ευνόησε την άνοδο πειραματικής εμπειρικής επιστημονικής γνώσης, άμεσα εφαρμόσιμης. Κατά αυτόν τον τρόπο, η επιστημονική πρόοδος ήταν όλο και περισσότερο συνυφασμένη με την τεχνική πρόοδο. Να σημειωθεί ότι οι εξελίξεις αυτές επηρέασαν και την ανάπτυξη της ψυχολογίας, τις οποίες θα εξετάσουμε. Ακολουθούμενο το κίνημα του διαφωτισμού ευνόησε την άνοδο κεφαλαιοκρατικών σχέσεων και διαμόρφωσε ανεξάρτητες ατομικότητες στο πλαίσιο της αναδυόμενης αστικής κοινωνίας (Δαφέρμος, 2010). Έτσι σταδιακά έπαψε να υπάρχει το «κοινοτικό εγώ», το οποίο αντικαταστάθηκε από το «ιδιοτελές εγώ» (Βαζιουλιν, 2004). Όλες αυτές οι εξελίξεις ήταν προπαρασκευαστικό στάδιο για την πραγματοποίηση της βιομηχανικής επανάστασης, κατά τις πρώτες δεκαετίες του 19^{ου} αιώνα και την επικράτηση της κεφαλαιοκρατίας. Αυτό σημαίνει ότι μεταξύ των ανθρώπων αναπτύσσονται κυρίως σχέσεις παραγωγής και η εργασία μετατρέπεται από δημιουργική σε νεκρή διαδικασία, ώστε προπάντων να υποτάσσεται στη διαδικασία συσσώρευσης κεφαλαίου. Επομένως, η όλη δομή της κοινωνίας στηρίζεται σε τέτοιου είδους σχέσεις παραγωγής, διανομής και κατανάλωσης των μέσων παραγωγής, ώστε να ευδοκιμήσει το παγκόσμιο οικονομικό σύστημα. Έτσι κυριαρχεί η έννοια του ιδιωτικού και αυξάνεται ο ατομικισμός (Βαζιουλιν, 2004).

Ακολουθούμενη η ανθρωπότητα αυτήν την πορεία, έχει φτάσει στο σημείο να αξιολογεί τον άνθρωπο με βάση τα όσα έχει στη κατοχή του. Με αυτόν τον τρόπο, στον 21^ο αιώνα εξηγείται γιατί τα πολυάριθμα, πλούσια υλικά αγαθά, μια υψηλή κοινωνική θέση σε συνδυασμό με έναν υψηλό μισθό, καθιστούν κάποιον ανώτερο και πρόσωπο άξιο σεβασμού, ανεξάρτητα από την παιδεία του. Μια τέτοια όμως εκτίμηση προωθεί την πεποίθηση ότι, ο ισχυρός έχει πάντα δίκιο. Προωθεί δηλαδή το νόμο της ζούγκλας στις ανθρώπινες κοινωνίες. Αυτό θα έχει ως αποτέλεσμα, οι κοινωνίες αυτές να χάνουν σταδιακά τον ανθρωπιστικό τους χαρακτήρα. Παύει η πίστη στην ιδέα και αξία του ανθρώπου ως ελεύθερης ύπαρξης, που έχει δικαίωμα να ζήσει, να μορφωθεί και να δημιουργήσει μέσα σε συντεταγμένη πολιτική κοινωνία (Τεγόπουλος-Φυτράκης, 1993). Έτσι η πλειοψηφία των ανθρώπων στρέφεται όλο και περισσότερο γύρω από τον εαυτό της, με στόχο να αποκτήσει όσα περισσότερα υλικά αγαθά μπορεί, αγνοώντας τον διπλανό της και τις ανάγκες του. Απόρροια αυτής της συμπεριφοράς, είναι η καλλιέργεια ενός ατομικοκεντρικού και εγωκεντρικού συστήματος. Συνεπώς η σύγχρονη εποχή έχει οδηγηθεί σε «πνευματικό σκοταδισμό».

Επιπρόσθετα οι γρήγοροι ρυθμοί ζωής δεν αφήνουν το περιθώριο για σκέψη και μελέτη. Μάλιστα η νέα πολιτική κατάσταση ολόκληρης της Ευρώπης, με την οικονομική κρίση να βρίσκεται σε έξαρση, βάλλει τους ανθρώπους σ' έναν καθημερινό αγώνα επιβίωσης πλέον, καθώς η ποιότητα ζωής εκλείπει συνεχώς. Πρωτίστως ο αντίκτυπος της κρίσης εκδηλώνεται στη σκέψη των ανθρώπων και δευτερευόντως στην ανεπαρκή κάλυψη των αναγκών τους.

Έτσι είναι επακόλουθες το να αγνοείται η μελέτη από ένα μεγάλο ποσοστό των ανθρώπων και δη η μελέτη του ανθρώπινου είδους. Στο συμπέρασμα αυτό προσθέτει ο καθηγητής φιλοσοφίας Βεϊκος ότι « Οι άνθρωποι που είναι αναγκασμένοι να μοχθούν καθημερινά για το ψωμί τους, δε μπορούν να έχουν την πολυτέλεια του φιλοσοφείν. Αναλίσκονται σε καθημερινή εργασία ρουτίνας που φυσικά δεν αφήνει περιθώρια για στοχασμό» (Βεϊκος, 1983, 126).

Σχετικά λοιπόν με το πνευματικό τέλμα στο οποίο έχει υποπέσει η εποχή μας, ο Howard αναζητά λύση για το τι θα κάνουμε, ώστε να αλληλοβοηθηθούμε. Εκτιμάει ότι η απάντηση βρίσκεται στον αναστοχασμό του παρελθόντος. Εξετάζοντας ιστορικά τα στάδια ανάπτυξης του ανθρώπινου είδους, μπορούμε να παρατηρήσουμε ότι οι άνθρωποι πάντα είχαν να αντιμετωπίσουν προβλήματα, είτε αυτά ήταν επιβίωσης, είτε προσωπικής αναζήτησης, όπως για παράδειγμα «ποιος είμαι», «τι γνωρίζω», «που πάω» κ.τ.λ. Για να επιλύσουν λοιπόν οι πρόγονοι μας τα προβλήματα τους και να ανακτήσουν την χαμένη εσωτερική τους αρμονία, στρέφονταν στην φιλοσοφία (Howard, 2000). Μέσω της φιλοσοφίας οι άνθρωποι έβρισκαν την ταυτότητα τους, τον δρόμο τους στη ζωή κι έτσι την έβλεπαν ως μέσο θεραπείας (Howard, 2000). « Ο κόσμος είναι βαρύς για να τον αντέχουν οι άνθρωποι χωρίς θεωρία και ολικά εξηγητικά σχήματα που η φιλοσοφία είναι η κυριότερη πηγή τους. Οι άνθρωποι καταφεύγουν στη φιλοσοφία όταν βρεθούν μπροστά σε δύσκολα προβλήματα και διλήμματα, σε κρίσιμες καταστάσεις, στο πόνο και στον θάνατο (Βεϊκος, 1983). Ακόμη ο Τσάτσος προσθέτει ότι, η φιλοσοφία διδάσκει στη ψυχή τη στάση που πρέπει να κρατήσει σε κάθε χτύπημα της μοίρας (Τσάτσος, 1970).

Οι άνθρωποι λοιπόν, όταν αντιμετωπίζουν δυσεπίλυτα προβλήματα και είναι περικυκλωμένοι από άσχημα, απομονωτικά συναισθήματα, αναζητούν τους “σύγχρονους φιλοσόφους”, τους λεγόμενους ψυχολόγους. Γιατί το παρελθόν της ψυχολογίας, όπως δείχνει η ιστορία της, ανάγεται στην φιλοσοφία και ιδιαίτερα στην αρχαία ελληνική. Σύμφωνα με τον Γεωργούλη, οι Έλληνες είναι οι πρώτοι μεγάλοι στοχαστές της ανθρωπότητας που έδωσαν αξιόλογες απαντήσεις σε μεγάλα ανθρώπινα προβλήματα. Έθεσαν τις βάσεις για περαιτέρω φιλοσοφική και επιστημονική ανάπτυξη. Ακόμη τονίζει ότι, με την ελληνική φιλοσοφία αρχίζει η αληθής και γνήσια φιλοσοφική διάνοηση του ανθρώπινου γένους (Γεωργούλης, 1975).

Παρατηρούμε λοιπόν ότι η ιστορική διερεύνηση του παρελθόντος, είτε της ψυχολογίας είτε της ανάπτυξης του ανθρώπινου είδους, το οποίο μελετάται από την ψυχολογία, μας παραπέμπει στη σύνδεση αυτών με την φιλοσοφία. Πέρα δηλαδή από το γεγονός ότι η ψυχολογική γνώση ξεκινάει από την φιλοσοφία, σύγχρονοι εκπρόσωποι του πνευματικού κόσμου εκτιμούν ότι ο σημερινός πνευματικός ξεπεσμός των ανθρώπων, οφείλεται στην

απομάκρυνση τους από την μελέτη της φιλοσοφίας. Έτσι είναι πιθανόν, όταν ο σύγχρονος άνθρωπος απευθύνεται στον ψυχολόγο, να αναζητά με μη συνειδητό τρόπο έναν φιλοσοφικό τρόπο σκέψης για την ζωή. Ο Βεϊκος προσθέτει ότι, η φιλοσοφία χρειάζεται για να αναπτυχθεί ξανά, κριτικός στοχασμός, ικανός να συμβάλλει αποτελεσματικά στη διαδικασία αλλαγής του κόσμου (Βεϊκος, 1983). Το όφελος λοιπόν της φιλοσοφίας μέσω της ψυχολογικής προσέγγισης μπορεί να είναι ταυτόχρονα ατομικό και συλλογικό.

1. ΕΞΕΤΑΣΗ ΤΗΣ ΣΧΕΣΗΣ ΑΝΑΜΕΣΑ ΣΤΗΝ ΦΙΛΟΣΟΦΙΑ, ΤΗΝ ΕΠΙΣΤΗΜΗ, ΤΗΝ ΨΥΧΟΛΟΓΙΑ, ΤΗΝ ΨΥΧΟΘΕΡΑΠΕΙΑ

Κρίνουμε απαραίτητο, πριν προχωρήσουμε στην ιστορική επισκόπηση της ψυχολογικής γνώσης και της σχέσης της πρώιμης ψυχολογίας με την σύγχρονη, να αποσαφηνιστεί η φύση της φιλοσοφίας και η έννοια με την οποία θα την χρησιμοποιήσουμε εμείς εδώ. Με τον τρόπο αυτό, να δείξουμε πώς σχετίζεται αυτή με την επιστήμη και έπειτα την σχέση της επιστήμης με την ψυχολογία, καθώς γύρω από αυτήν τη σχέση έγινε ο διάλογος και πάρθηκαν οι θέσεις για την μετέπειτα ανάπτυξη της. Τέλος είναι σημαντικό να δείξουμε την σχέση της φιλοσοφίας με την ψυχοθεραπεία, την εφαρμοσμένη πλέον ψυχολογία.

1.1. Η φύση και η έννοια της φιλοσοφίας

Για να κατανοήσει κανείς τη γνώση της φιλοσοφίας απαιτείται ένας ριζικά διαφορετικός τρόπος σκέψης (Τσάτσος, 1970). Βέβαια, για να καταστεί αυτό δυνατό, θα πρέπει να οριστεί πρώτα η ίδια η φιλοσοφία. Σύμφωνα με τον Κουμάκη (1981), δεν ενδείκνυται ένας ενιαίος απόλυτος ορισμός της φιλοσοφίας, παρά μόνο σχηματικά μπορεί να καταδειχθεί η λειτουργία της. Παράλληλα, μας αναφέρει ο Θεοδωρακόπουλος, «θα καταλάβω τι είναι φιλοσοφία, όταν ζω ο ίδιος μέσα της, όταν δηλαδή φιλοσοφώ» (Θεοδωρακόπουλος, 1974). Για αυτό, σύμφωνα με τους παραπάνω, οι περισσότεροι ορισμοί για την φιλοσοφία προέρχονται από τους ίδιους τους φιλοσόφους. Αν όμως εμείς δεχτούμε την πρόταση αυτή, αυτό θα σημαίνει ότι η φιλοσοφία έχει μόνο υποκειμενικό χαρακτήρα και ποτέ επιστημονικό, οπότε καθίσταται αδύνατη να προσφέρει γνώση στο χώρο της ψυχοθεραπείας και σε οποιοδήποτε άλλο επιστημονικό πεδίο. Κάτι τέτοιο όμως δεν συμβαίνει, όπως θα δείξουμε στη συνέχεια.

Η φιλοσοφία μπορεί να είναι μια ενέργεια της ανθρώπινης συνείδησης. Η συνείδηση αντιμετωπίζει τον κόσμο κατά δύο τρόπους. Τον φέρνει προς αυτήν, τον θεωρεί όταν τον ανασυγκροτεί ακέραιο μέσα της, ενώ αντίθετα μπορεί να πάει η συνείδηση προς τον κόσμο, για να τη δεχτεί εκείνος με τις πράξεις της. Επομένως σύμφωνα με τον Τσάτσο, η φιλοσοφία ενεργεί σε θεωρητικό αλλά και σε πρακτικό επίπεδο. Κάτι το οποίο φαίνεται στον Πλάτωνα. Η φιλοσοφία είναι θεωρία του λόγου και στηρίζεται στη νόηση. Είναι υποταγμένη στους νόμους του λόγου και σε τίποτα άλογο δεν υπακούει. Την διέπει η συστηματική διερεύνηση, η οποία της προσδίδει τον επιστημονικό της χαρακτήρα (Τσάτσος, 1970). Ακόμα η φιλοσοφία, στρέφεται προς το όλο του κόσμου. Συνυπολογίζοντας τα παραπάνω, μας διδάσκει όχι πως είναι τα πράγματα, αλλά πως είναι δυνατό ή πως θα μπορούσαν να είναι. Τα δύο μεγάλα της προβλήματα ήταν και θα είναι, ο κόσμος και ο άνθρωπος. Από τη μία, ερευνά

τι είναι ο κόσμος στην ουσία του και πώς τον γνωρίζει ο άνθρωπος, και από την άλλη, τι είναι ο άνθρωπος στην ουσία του και πώς φτάνει ο ίδιος στην αυτογνωσία του.

Σύμφωνα με τον Μπιτσάκη (1981), η καθημερινότητα την ίδια στιγμή επικαλύπτει, αλλά και αποκαλύπτει τα μεγάλα ερωτήματα για τον κόσμο και την ανθρώπινη ύπαρξη. Οι κοινωνικές αντιθέσεις δημιουργούν στον άνθρωπο την απορία. Αυτή μαζί με τον θαυμασμό μπροστά στον κόσμο, αποτελούν κίνητρα για τον φιλοσοφικό στοχασμό. Μέσω αυτού δηλαδή, η συνείδηση διαπερνά την επιφάνεια των πραγμάτων και συλλαμβάνει τη λάμψη, το μεγαλείο ή την τραγικότητα τους. Επίσης ο άνθρωπος, ως μέρος του κοινωνικού συνόλου, έρχεται καθημερινά αντιμέτωπος με αντιθέσεις. Βιώνει καθολικές και προσωπικές τραγωδίες, όπως εσωτερικές συγκρούσεις, ασθένειες, θανάτους, πολέμους, που σταδιακά τον οδηγούν στο εφήμερο της ανθρώπινης ύπαρξης. Βιώνοντας δηλαδή ο άνθρωπος την ζωή του, αντιμετωπίζει ερωτήματα που τελικά αφορούν την ουσία και το νόημα της ζωής. Χρειάζεται απαντήσεις στα ερωτήματα αυτά για να πορευθεί, οι οποίες δεν βρίσκονται πουθενά αλλού πέραν της φιλοσοφίας. Έτσι η φιλοσοφία χωρίζεται συνήθως σε τρεις κατηγορίες. Στη θεωρία του Είναι, στη θεωρία της Γνώσης και στη φιλοσοφία του ανθρώπου (οντολογία-γνωσιολογία-ηθική). Θα μπορούσαμε να πούμε εδώ, ότι η ψυχολογία σχετίζεται με αυτήν την τελευταία κατηγορία που μελετά την ουσία και το νόημα της ανθρώπινης ύπαρξης.

Με βάση τα παραπάνω, γίνεται φανερό, ότι η φιλοσοφία έχει ως αφετηρία της, το κοινωνικό γίγνεσθαι. Αυτό αποτελεί το αντικείμενο της συστηματικής της διερεύνησης. Κάθε φιλοσοφικό σύστημα που έχει αναπτυχθεί, εμπνεύστηκε από το κοινωνικοπολιτικό και ιστορικό συγκείμενο της κάθε εποχής και πραγματώθηκε μέσα σε συγκεκριμένες ιστορικές κοινωνικοπολιτικές συγκυρίες. Αναλύοντας τη δομή κάθε κοινωνίας, παρατηρούμε ότι χαρακτηρίζεται από τον τρόπο παραγωγής. Από τις παραγωγικές δηλαδή δυνάμεις και σχέσεις που αλληλεπιδρούν, σχηματίζοντας με αυτόν τον τρόπο τις κοινωνικές τάξεις. Επομένως, από την στιγμή που κάθε φιλοσοφία πηγάζει από την κοινωνική πρακτική, σχετίζεται αναγκαστικά και με κάποια κοινωνική τάξη. Ο φιλόσοφος δέχεται έννοιες των προκατόχων του, τις οποίες εξελίσσει και σύμφωνα πάντα με τις εκάστοτε συνθήκες, δημιουργεί το καινούριο του σύστημα. Έτσι η φιλοσοφία αδυνατεί να έχει ουδέτερο χαρακτήρα. Αντιθέτως, γίνεται έκφραση και όργανο της πάλης των τάξεων (Μπιτσάκης, 1981). Ως τέτοια, μπορεί να συμβάλλει στην διατήρηση ή στην ανατροπή των κοινωνικών σχέσεων της εποχής της. Όταν λοιπόν η φιλοσοφία με μια πρώτη ματιά, αντιμετωπίζεται σαν ένα σύνολο όπου επικρατεί η σύγχυση, με την ενασχόληση ανούσιων προβλημάτων, είναι γιατί αυτή αντανακλά τις αντιφάσεις των ανθρώπινων κοινωνιών.

Επιπλέον, το σύνολο των παραγωγικών σχέσεων, που συνιστά την οικονομική δομή της κοινωνίας, καθορίζει τις διεργασίες της κοινωνικής, πολιτικής και πνευματικής ζωής

ευρύτερα. Διαμορφώνει δηλαδή συγκεκριμένες μορφές συνείδησης, καθώς η συνείδηση, σύμφωνα με τον Μπιτσάκη (1981), δεν είναι ούτε έμφυτη, ούτε μεταφυσική ιδιότητα, αλλά γίνεσθαι. Προϋποθέτει ένα κατάλληλο βιολογικό υπόβαθρο και μια μακρά γενετική αλληλεπίδραση βιολογικών παραγόντων με την πρακτική δραστηριότητα και την κοινωνική ζωή. Κατά συνέπεια η συνείδηση είναι κοινωνικό δημιούργημα (Μπιτσάκης, 1981, 31). Σε κάθε κοινωνία λοιπόν παρατηρούνται δύο μορφές κοινωνικής συνείδησης. Η μια είναι η επιστήμη, που θα την εξετάσουμε παρακάτω και η άλλη είναι η ιδεολογία. Η δεύτερη είναι αμφιλεγόμενη έννοια, καθώς για την ερμηνεία και τον ρόλο της δεν υπάρχει ομοφωνία. Μάλιστα βρίσκεται σε τυπική αντίθεση με την επιστήμη, όπως και η φιλοσοφία, η οποία μας πληροφορεί ο Μπιτσάκης (1981), ότι θεωρείται «η πιο υψηλή μορφή ιδεολογίας». Κατά συνέπεια, εξετάζοντας την έννοια της ιδεολογίας, θα κατανοήσουμε βαθύτερα και την έννοια της φιλοσοφίας.

Για τους μεν, η ιδεολογία είναι ένα σύστημα ιδεών για τον κόσμο, την κοινωνία και την ανθρώπινη ύπαρξη. Καθώς λοιπόν ενασχολείται το σύστημα αυτό με το κοινωνικό γίνεσθαι, διαπνέεται από ταξικό χαρακτήρα. Έτσι πολλές φορές, η ιδεολογία καταδεικνύει, όχι πως είναι, αλλά πως θα έπρεπε να είναι τα πράγματα στη κοινωνία. Για αυτό κι ο Τσάτσος μας είπε παραπάνω ότι, η φιλοσοφία μας διδάσκει πως θα έπρεπε να είναι τα πράγματα. Η ιδεολογία, ως το σύνολο των αντιλήψεων μιας τάξης, μπορεί να αντανάκλα είτε τις κυρίαρχες τάξεις είτε τις καταπιεσμένες. Επομένως, δεν ταυτίζεται με την κοινωνία στο σύνολο της. Συμβάλλει στην διαμόρφωση της, διατηρώντας ταυτόχρονα μια σχετική αυτονομία. Η ιδεολογία της κυρίαρχης τάξης, γίνεται ιδεολογία της κάθε κοινωνίας. Η τάξη δηλαδή που κατέχει τα υλικά μέσα επιβολής, κατέχει και τα πνευματικά μέσα επιβολής. Με τον τρόπο αυτόν, η φιλοσοφία, πνευματικό δημιούργημα ειδικευμένων ανθρώπων σε ειδική γλώσσα, γίνεται απρόσιτη στα λαϊκά στρώματα και τα αφήνει αδιάφορα, παρ' όλο που επέδρασε και επιδρά στα ίδια και στη διαμόρφωση των ιδεολογιών τους. Αυτό συνέβη λόγω του ότι άσκησε την κοινωνική της λειτουργία με τρόπο έμμεσο, μέσα από τα όργανα του κράτους (Μπιτσάκης, 1981).

Ο Μπιτσάκης μας παραθέτει τις απόψεις των Μαρξ και Ένγκελς, ότι η διαφορετική σχέση με τα μέσα παραγωγής, ο καταμερισμός δηλαδή της εργασίας, φανερώνει ουσιαστικά τον διαχωρισμό μεταξύ πνευματικής και υλικής εργασίας. Έτσι η μορφή συνείδησης που απαντά στο πνευματικό πεδίο (ιδεολογία) και όχι στο υλικό (επιστήμη), μπορεί να απομακρυνθεί από τον κόσμο και να μετατραπεί σε καθαρή θεωρία. Με το νόημα αυτό η ιδεολογία είναι για τους δε «η ακρωτηριασμένη, αναστραμμένη, λειψή αντανάκλαση της πραγματικότητας. Είναι η άρνηση της αλήθειας, το μη επιστημονικό» (Μπιτσάκης, 1981, 14). Όλα αυτά μας θυμίζουν επιχειρήματα που αντιτάσσουν οι τεχνοκράτες, θετικιστές και ρεαλιστές απέναντι στη σημασία της φιλοσοφίας.

Παρατηρούμε λοιπόν με βάση τα όσα ειπώθηκαν ότι, η φιλοσοφία μπορεί να πάρει μορφή ουτοπίας, που ακόμα και τότε η ουτοπία εκφράζει πραγματικές ανάγκες που κάποτε ίσως ικανοποιηθούν. Σε αυτήν την περίπτωση, μπορεί να χαρακτηριστεί απλώς ως μορφή συνείδησης. Από την άλλη όμως, μπορεί η φιλοσοφία να γίνει επιστημονική, καθώς τροφοδοτείται από μια συγκεκριμένη κοινωνική πραγματικότητα κι έτσι δεν συνδέεται με το αφηρημένο, αλλά με το συγκεκριμένο. Εκφράζει αντικειμενικούς νόμους της κίνησης της πραγματικότητας, καθώς αναδεικνύει την πάλη των τάξεων και την αναγάγει σε πάλη ιδεών. Η φιλοσοφία δηλαδή, ως ύψιστη μορφή ιδεολογίας, απαντά στη σκέψη γύρω από τον κόσμο ευρύτερα, όχι όμως την αφηρημένη αβάσιμη σκέψη, αλλά αυτή που ξεκινά από το κοινωνικό γίνεσθαι. Για αυτό και θεωρείται, όχι μόνο ως μια μορφή συνείδησης, αλλά ως μορφή κοινωνικής συνείδησης. Έχει να κάνει λοιπόν με τον λόγο ενός έλλογου όντος, μέρος μιας κοινωνίας. Μια τέτοια σκέψη έχει τη δυνατότητα να γίνει υλοποιήσιμη. Η πραγμάτωση της όμως αυτή, εξαρτάται πλέον από την κυρίαρχη τάξη, αφού αυτή όπως είδαμε κατέχει και τα πνευματικά και τα υλικά μέσα επιβολής. Η φιλοσοφία λοιπόν είναι υπεύθυνη για το σχέδιο υλοποίησης, όχι όμως και για την ίδια την υλοποίηση.

Βέβαια, η αναζήτηση της γνώσης με την οποία καταπιάνεται η φιλοσοφία, αποκαλύπτεται και από την ίδια την ετυμολογία της λέξης. Μια τέτοιου είδους ανάλυση της φιλοσοφίας, μπορεί να χαρακτηριστεί κλασική κι έτσι να μην αποτελεί ισχυρό επιχείρημα για την σχέση της με την πράξη, οπότε όχι και τόσο χρήσιμη στην παρούσα εργασία. Παρ' όλα αυτά, αξίζει να την εξετάσουμε και από αυτήν την πλευρά.

Φιλοσοφία σημαίνει φιλία, αγάπη για τη σοφία (Τεγόπουλος-Φυτράκης, 1993). Η σοφία έπεται της γνώσης. Η ερμηνεία αυτή είναι πολύ κοντά σε εκείνην που της έδωσαν οι αρχαίοι Έλληνες φιλόσοφοι. Κατά τον Πυθαγόρα, φιλοσοφία είναι το κυνήγι της αλήθειας και αγάπη για τη σοφία. Όχι όμως και απόκτησης της, καθώς η σοφία αποτελεί προνόμιο μόνο των Θεών (Κουμάκης, 1981). Ο Πλάτωνας πορεύτηκε με την ίδια ερμηνεία, προσθέτοντας τη φιλομάθεια. Όπως γράφει στην Πολιτεία του, «όποιος ποθεί την αλήθεια, δε ποθεί μέρος της, αλλά ολόκληρη την αλήθεια και συνεπώς διψάει για μάθηση» (Σκουτερόπουλος, 2002). Στην προσπάθεια του να ανακαλύψει ο άνθρωπος την αλήθεια, μας λέει ο Howard ότι, «φιλοσοφία είναι να εξακολουθείς να απορείς και να ρωτάς γιατί, κάθε φορά που σου δίνεται μια απάντηση» (Howard, 2000). Για τον Πλάτωνα η φιλοσοφία ποτέ δε συζητεί τα πορίσματα των ειδικών επιστημών. Δεν τα κρίνει κατά πόσο είναι πραγματικά, αλλά ποια είναι η αποστολή τους στη ζωή. Να λοιπόν πόσο ξεκάθαρα φαίνεται η επαφή της φιλοσοφίας με την πραγματικότητα. Από αυτήν πηγάζει και μόνο αυτή μπορεί να την κρίνει, με την επιβεβαίωση ή απόρριψη. Ποιος είναι ο σκοπός, ο έσχατος σκοπός, όπως λέμε ιδέα. Γι' αυτό η φιλοσοφία του αποβλέπει πρώτα στη νόηση των ιδεών κι έπειτα δια μέσου αυτών στη νόηση και κρίση του κόσμου. Οι ιδέες αυτές μπορεί να είναι η ιδέα της αλήθειας, της ομορφιάς, της ηθικής,

του δικαίου κ.τ.λ. που ορίζουν την αποστολή της ζωής μας. Η συνολική έκφραση των ιδεών αυτών υποδηλώνει το πνεύμα. Στο πνεύμα, δηλαδή τη πραγμάτωση των ιδεών αυτών στη ζωή μας, οφείλει ο κόσμος την ύπαρξη του. Αν δεν υπήρχε το πνεύμα προς το οποίο μπορεί και πρέπει να κατευθύνεται ο κόσμος, δεν θα ήταν κόσμος αλλά χάος. Θα ήταν σωρός από τυχαία γεγονότα. Δεν είναι γιατί υπάρχει έσχατος σκοπός, κατεύθυνση προς το πνεύμα που δίνει έτσι νόημα και αξία στη ζωή μας. Αναφέρεται στον κόσμο ως όλο, γιατί ενώνεται κάτω από έναν ενιαίο τελικό σκοπό, τη πραγμάτωση των απολύτων αξιών (Τσάτσος, 1970). Η φιλοσοφία λοιπόν θεωρεί τον κόσμο, δηλαδή το όλο, δηλαδή το πνεύμα. Αλλιώς πάλι, το πνεύμα θεωρεί τον κόσμο, το πνεύμα θεωρεί το πνεύμα, δηλαδή τον εαυτό του. Συνεπώς, εδώ προκύπτει το αληθινό νόημα του «γνώθι σ αυτόν». Κατ επέκταση κι ο άνθρωπος για να φτάσει στη γνώση, πρέπει πρώτα να ξέρει την ίδια του γνωστική συνείδηση. Έτσι οδηγείται πάλι στο «γνώθι σ αυτόν». Επομένως η φιλοσοφία δε μας οδηγεί μόνο στη θεωρητική μας αυτοσυνειδησία, αλλά γεννά και τη πρακτική μας αυτοσυνείδηση, καθώς και την αρτίωση του ηθικού στοχασμού μας. Η πλατωνική λοιπόν φιλοσοφία στρέφεται γύρω από την ανεύρεση της αλήθειας στο κόσμο των ιδεών, μέσω της διαλεκτικής μεθόδου, την οποία θεωρεί ιδανική για όποιον θέλει να οδηγηθεί προς την αυτοσυνειδησία (Τσάτσος, 1970).

Στο σύστημα του Αριστοτέλη, μαθητή του Πλάτωνα, η φιλοσοφία σηματοδοτεί το ξεκίνημα από την απορία και τη κίνηση προς το ειδέναι. Αποκρίνεται στην επιθυμία του ανθρώπου να αποφύγει την άγνοια. Είναι ο δρόμος προς την καθαρή επιστημονική γνώση κι όχι εκείνην για χρηστικούς λόγους. Μέσα από τη φιλοσοφία οδηγούμαστε στη καθαρή γνώση, η οποία μπορεί να θεωρηθεί η εκπλήρωση του φυσικού προορισμού του ανθρώπου, «η επιθυμία της θεώρησης των ειδών». Η επιθυμία αυτή είναι καθολική κι αυτό ακριβώς τη κάνει να μην υποδουλώνεται σε κάποιον άλλον σκοπό. Να μην έχει άλλο όφελος παρά μόνο τη καθαρή γνώση. Με την εκπλήρωση αυτή θεωρεί ότι διευκολύνεται η προσπάθεια εξομοίωσης με τον Θεό. Συγκεντρωτικά λοιπόν για τον Αριστοτέλη, φιλοσοφία είναι η καθολική και φυσική τάση της ανθρώπινης ψυχής να υπερβεί την άγνοια της και να υψωθεί στη θεωρητική ενατένιση της οντολογικής θεμελίωσης της πραγματικότητας (Τσάτσος, 1970).

Με τη φιλοσοφία γίνεται κανείς γνώστης των πρώτων αρχών και αιτιών. Ενώ και ο Πλάτωνας και ο Αριστοτέλης συμφωνούσαν με αυτή τη παραδοχή, η οποία με άλλα λόγια φανερώνει πως η πρώτη φιλοσοφία ήταν φυσική, θεωρία του εξωτερικού κόσμου, μόνο ο δεύτερος την εξέλαβε ως αφητηρία. Κατέληξε στο ότι για να συγκροτηθεί η φιλοσοφία χρειάζεται να ξεκινήσει από την εμπειρία (Τσάτσος, 1970). Από την αρχή αυτή ξεκινάει μεταξύ άλλων και η ψυχολογία.

Παρατηρούμε λοιπόν ότι ενώ και για τους δύο αυτούς φιλοσόφους το νόημα της φιλοσοφίας είναι η αναζήτηση της αλήθειας, ο καθένας συγκροτεί ένα διαφορετικό σύστημα μέσα στο

οποίο λαμβάνει χώρα ο σκοπός αυτός. Αυτό συμβαίνει και μετέπειτα όπως μας φανερώνει η ιστορία της φιλοσοφίας. Παρ' ότι δεν είναι σκοπός της παρούσας μελέτης να καταδείξει τα φιλοσοφικά συστήματα, ήθελα να ξεκινήσω από τον Πλάτωνα γιατί, ο όρος φιλοσοφία απέκτησε τη κλασσική του σημασία μέσα στο δικό του σύστημα, καθώς και η διαλεκτική του αποτελεί μέχρι και σήμερα επιστημονική μέθοδο.

Αρκετά μεταγενέστεροι του Πλάτωνα και του Αριστοτέλη έρχονται να συμφωνήσουν μαζί τους για την έννοια της φιλοσοφίας. Για παράδειγμα ο Επίκουρος βλέπει τη μελέτη της φιλοσοφίας να βρίσκεται καθοδόν προς την αλήθεια, οπότε έτσι την καθιστά ως μια ενέργεια πνευματική και ποτέ έργο. Μερικά χρόνια αργότερα ο Heidegger ασπάστηκε τη σημασία αυτή, καθώς και ο Jaspers τόνισε ότι η ουσία της φιλοσοφίας βρίσκεται στη ζήτηση της αλήθειας και όχι στη κατοχή της (Κουμάκης, 1981).

1.2. Σχέση φιλοσοφίας και επιστήμης

Το πρόβλημα που ταλανίζει αενάως τη φιλοσοφία μέσα στην ιστορία της είναι, το αν εκείνη αποτελεί επιστήμη ή όχι. Η φιλοσοφία θεωρήθηκε εξ αρχής ως η κατ' εξοχήν επιστήμη καθώς, ύστερα από τις μυθολογικές ερμηνείες περί της φύσεως του κόσμου, ήρθε εκείνη πρώτη να ερευνήσει την ουσία του και συνάμα την ουσία του ανθρώπου. Ο λόγος που θεωρείται η μητέρα όλων των επιστημών είναι ίσως επειδή η φιλοσοφία δεν περιορίζει την έρευνα της σε συγκεκριμένα φαινόμενα, όπως κάνουν οι επιστήμες, αλλά στρέφεται προς το όλο του κόσμου. Οπότε περικλείει γνώσεις από διάφορα επιστημονικά πεδία. Ωστόσο κατά τον 19^ο αιώνα, η εντυπωσιακή πρόοδος των επιστημών και κυρίως των φυσικών, αμφισβήτησε και εναντιώθηκε στη μέχρι τότε κυρίαρχη αξία της (Θεοδωρακόπουλος, 1974). Πράγματι οι επιστήμες κυριάρχησαν προοδευτικά στο μεγαλύτερο μέρος των παραδοσιακών περιοχών της φιλοσοφίας. Ωστόσο αυτό, δεν συνεπάγεται την αντικατάσταση εκείνης από τις επιστήμες (Μπιτσάκης, 1981).

Απαραίτητη βεβαίως προϋπόθεση για να εκτιμηθεί σαφέστερα η σχέση φιλοσοφίας και επιστήμης είναι να καταδείξουμε τι είναι η επιστήμη. Σύμφωνα με τον Πατέλη, η επιστήμη είναι η συστηματική παραγωγή γνώσης της νομοτέλειας πραγμάτων, διαδικασιών και φαινομένων (Πατέλης, 1996). Η επιστήμη συγκλίνει με τη φιλοσοφία ως προς το ότι αποτελεί κι αυτή προσπάθεια διερεύνησης της αλήθειας και της γνώσης, που δεν αφορά όμως στη καθολική γενική γνώση του κόσμου, αλλά περιορίζεται σε ένα συγκεκριμένο αντικείμενο (Θεοδωρακόπουλος, 1974). Έτσι τα όρια της λειτουργίας μεταξύ επιστήμης και φιλοσοφίας δεν είναι απόλυτα. Αποτελούν και οι δύο τμήμα της κοινωνικής πρακτικής, καθώς είναι ενσωματωμένες στο κοινωνικό σύστημα, διεπόμενες από ταξικό χαρακτήρα και επίσης

επιζητούν την γνώση της πραγματικότητας. Λέγοντας ότι η επιστήμη αποτελεί τμήμα κοινωνικής πρακτικής εννοούμε, σύμφωνα με τον Μπιτσάκη (1981), ότι αναπτύσσεται με βάση την οικονομική δομή της κοινωνίας, στην οποία η κυρίαρχη τάξη επωμίζεται τα αποτελέσματα, ανεξάρτητα από τις προθέσεις των ίδιων των επιστημόνων. Αν και μπορεί λοιπόν μια ανακάλυψη, μέσα από την πράξη, να προκαλέσει επανάσταση στις σχέσεις παραγωγής, αυτή θα χρησιμοποιηθεί μονόπλευρα, αφού είναι δεδομένη η υποταγή της επιστήμης στα συμφέροντα της κυρίαρχης τάξης. Βλέπουμε δηλαδή, ότι λειτουργεί κι η επιστήμη, όπως προαναφέρθηκε, ως μορφή κοινωνικής συνείδησης. Σε κάθε περίπτωση όμως, οι επιστημονικές θεωρίες θεμελιώνονται σε μια ιδεολογική βάση, η οποία θα πρέπει να αναζητείται. Αυτή μπορεί να βρεθεί στις προθέσεις και τα κίνητρα των επιστημόνων, που όμως συχνά αποσιωπούνται κι έτσι καθίσταται δύσκολη η επισήμανση της ιδεολογίας. Φαίνεται από τα παραπάνω, η δυσκολία ύπαρξης καθαρής επιστήμης και καθαρής ιδεολογίας. Ο ρόλος της ιδεολογίας στη διατύπωση των βασικών ιδεών των επιστημών, είναι αναμφισβήτητος. Μάλιστα με βάση αυτήν γίνεται και η ερμηνεία των ευρημάτων μετέπειτα. Οπότε η φιλοσοφία και η ιδεολογία συλλέγουν στη συνέχεια, ότι οι ίδιες φύτεψαν στην επιστήμη, αλλά πολλαπλάσιο και καταξιωμένο με το «κύρος» της επιστήμης. Η επιστήμη λοιπόν από τη μια, υφίσταται την επίδραση της ιδεολογίας, από την άλλη όμως δημιουργεί και τη δική της. Με τον τρόπο αυτό, η επιστήμη αποτελεί τμήμα της ιδεολογίας, ενώ ταυτόχρονα είναι άμεση παραγωγική δύναμη (Μπιτσάκης, 1981).

Οι επιστήμες θεωρείται ότι ασχολούνται με το πώς και η φιλοσοφία με το τι. Η διάκριση όμως αυτή είναι σχετική, γιατί το «πώς» είναι η έκφραση του «τι» και το «τι» εξάγεται από το σύνολο της κοινωνικής πρακτικής, μέσα από τα δεδομένα των ειδικών επιστημών. Έτσι γίνεται φανερό ότι η φιλοσοφία μπορεί να διαποτιστεί από επιστημονικό χαρακτήρα, στο βαθμό που προϋποθέτει τις επιστήμες, ενώ όμως ταυτόχρονα τις υπερβαίνει, αφού διατυπώνει γενικούς νόμους της κίνησης της πραγματικότητας συνολικά (Μπιτσάκης, 1981).

Ωστόσο, η πορεία εξέλιξης των επιστημών, συμπεριλαμβανομένης της ψυχολογίας, όπως θα δούμε παρακάτω, παρουσιάζει κρίσιμα σημεία, όπου η επιστήμη υπόκειται σε ποιοτική μεταλλαγή, προσπαθώντας να ξεπεράσει την ιδεολογική της πλευρά και απαντάται πλέον με τον όρο «σύγχρονη επιστήμη». Οι κίνδυνοι που εγκυμονούν από μια τέτοια ενέργεια είναι να θεωρηθεί η πορεία της γνώσης μια γραμμική διαδικασία. Να ξεπεραστούν και εν τέλει να ξεχαστούν αρχές και όροι πρόιμοι της σημερινής μορφής της επιστήμης. Η σύγχρονη επιστήμη αναπτύχθηκε ως συγκεκριμένη και πεπερασμένη γνώση. Γνωρίζει ότι είναι ατελής κι ότι συλλαμβάνει μια πλευρά της πραγματικότητας. Συνεπώς αποτελεί την απόδειξη ότι η καθολική γνώση είναι αδύνατη και ακατόρθωτη για εκείνην. Αυτός είναι και ο λόγος που πολλοί «σύγχρονοι» επιστήμονες απεχθάνονται τη φιλοσοφία. Για τους ισχυρισμούς ότι σε αυτήν κρύβεται η απόλυτη γνώση. Δεν συνειδητοποιούν ότι η σχέση φιλοσοφίας και

επιστήμης είναι αμφίδρομη και πως ο ρόλος της μιας είναι συμπληρωματικός, ως προς τον ρόλο της άλλης. Έτσι μόνη της η «σύγχρονη επιστήμη» δεν μπορεί να υπερβεί και να αντικαταστήσει τον ρόλο της φιλοσοφίας στο έργο κατάκτησης της γνώσης.

Είναι λάθος, σύμφωνα με τον Θεοδωρακόπουλο, με τον οποίο συμφωνούμε, να ταυτίζουμε τη φιλοσοφία με την καθολική γνώση (Θεοδωρακόπουλος, 1974). Η φιλοσοφία, όπως προαναφέρθηκε, είναι πρωτίστως ένας διαφορετικός τρόπος σκέψης. Ο τρόπος αυτός είναι ο διαλεκτικός. Είναι ανοιχτή και δέχεται να συζητήσει προβλήματα που η επιστήμη ποτέ δε θα μπορέσει. Δεν της το επιτρέπει η φύση της. Εκείνη είναι για να αποδεικνύει αυτό που γνωρίζει, ενώ η φιλοσοφία μόνο δεικνύει τα νοήματα της, τα φανερώνει απλώς και καλεί τους ανθρώπους να τα σκεφτούν. Οι προτάσεις ή οι θέσεις της φιλοσοφίας δεν επιδέχονται απόδειξη ή διάψευση, με την έννοια του πειράματος της επιστήμης, αλλά η ίδια η πράξη, κοινωνική και επιστημονική τις επιβεβαιώνει ή τις αναιρεί (Μπιτσάκης, 1981). Τα προβλήματα συνεπώς που συζητάει η φιλοσοφία έχουν ζωτικό ενδιαφέρον για τον άνθρωπο και την ύπαρξη του. Αυτό δε σημαίνει ότι απαντάει σε αυτά με απόλυτο τρόπο. Συνδιαλέγεται μαζί τους, αφού έχει προηγηθεί η επιστήμη, διότι τα προβλήματα αυτά προκύπτουν μεταξύ ορίων επιστήμης και φιλοσοφίας. Για τον λόγο αυτόν επιβάλλεται να γνωρίζει κανείς σαφέστατα τι είναι επιστήμη, ώστε να μπορεί να φιλοσοφεί, μα και απόλυτη σαφήνεια για το που είναι τα όρια εκείνης, δεν μπορεί να γνωρίζει κάποιος αν δεν φιλοσοφεί (Θεοδωρακόπουλος, 1974). Ο Βεϊκος μας λέει ότι η φιλοσοφία μοιάζει μονάχα με την επιστήμη. Δεν είναι ούτε καθαρή θεωρία, ούτε καθαρή κριτική. Μας παραθέτει και την άποψη του James: « ένα συγκεντρωτικό όνομα για ερωτήματα που δεν έχουν απαντηθεί ικανοποιητικά. Μόλις αυτό συμβεί, οργανώνονται σε σώματα ειδικής επιστήμης και οριακά η διαδικασία αυτή διάσπασης της φιλοσοφίας σε ξεχωριστές αυτοτελείς επιστήμες, οδηγεί στη διάλυση της» (Βεϊκος, 1983, 24). Η άποψη αυτή μας οδηγεί στο συμπέρασμα ότι, οι ειδικές επιστήμες ενέχουν πάντα έναν φιλοσοφικό συλλογισμό.

Ο Βεϊκος μας πληροφορεί ότι, η σύγχρονη εποχή της ακμής της τεχνολογίας και της επιστήμης περιθωριοποιεί τη φιλοσοφία, με το επιχείρημα ότι δεν ικανοποιεί πια τις σημερινές απαιτήσεις του κόσμου. Για αυτόν μάλιστα τον λόγο, δεν επιτρέπει στη φιλοσοφία να συνταιριαστεί μαζί του, αν αυτή δεν υπηρετεί απλώς τις επιστήμες (Βεϊκος, 1983). Παρατηρείται δηλαδή πάλι η ανάγκη αξιολόγησης και συναγωνισμού της φιλοσοφίας με την επιστήμη, κάτι το οποίο εκφράζει πλάνη. Έχουμε λαθεμένη ιδέα, αν θεωρούμε ότι η προαιώνια αντίθεση των δύο, αφορά την κυριαρχία της μιας επί της άλλης. Η διαμάχη τους αφορά το ίδιο το αντικείμενο της καθεμιάς, το σύνολο των βασικών αρχών που καθορίζουν τον σκοπό και τη λειτουργία τους. Όμως εντοπίσαμε ότι ο φιλοσοφικός και ο επιστημονικός λόγος εξετάζουν την τάξη των πραγμάτων, σε φυσικό και κοινωνικό επίπεδο. Η διαφορά τους λοιπόν δεν βρίσκεται στο αντικείμενο μελέτης τους, αλλά στο κέντρο εστίασης πάνω στο ίδιο

αυτό αντικείμενο. Οι επιστήμες μελετούν την ειδική περιοχή, η οποία, όπως ειπώθηκε προσφέρει πεπερασμένη γνώση, λόγω του περιορισμού της αυτού, οπότε καθίσταται και σχετική, καθότι ισχύει μόνο για τα συγκεκριμένα αντικείμενα που μελετάει. Ενώ αντίθετα η φιλοσοφία αναζητεί και διατυπώνει γενικούς νόμους για την ύπαρξη και κίνηση της πραγματικότητας.

Βέβαια, πολύ σωστά ο Θεοδωρακόπουλος υπογραμμίζει ότι, η φιλοσοφία είναι κάτι που υπάρχει και μέσα στην επιστήμη και χωριστά από αυτήν, δίχως όμως ποτέ να την αγνοεί, γιατί τότε ξεπέφτει και γίνεται μύθος. Η επιστήμη χρειάζεται την φιλοσοφία γιατί χωρίς αυτήν καταλήγει σε κατάπτωση, όπως αντίστροφα και η φιλοσοφία χρειάζεται την επιστήμη για να μην υποπέσει στη μυθολογία. Μας επισημαίνει δηλαδή κι εκείνος την ανάγκη προϋπόθεσης των επιστημών για την εγκυρότητα και αντικειμενικότητα της φιλοσοφικής σκέψης. Ωστόσο, η αλληλεπίδραση των δύο δεν είναι αρκετή, αν δεν ξεκινά από την κοινωνική πραγματικότητα. Αφετηρία δηλαδή για την φιλοσοφία που εκφράζεται με την σκέψη, καθώς και για την επιστήμη που εκφράζεται με την πρακτική εφαρμογή, θα πρέπει να είναι η κοινωνική πράξη. Διαφορετικά και οι δύο, επιστήμη και φιλοσοφία, μπορούν εξίσου να οδηγηθούν στη μυθολογία (Μπιτσάκης, 1981). Ο Θεοδωρακόπουλος ακόμη, θεωρεί ότι ο πραγματικός ερευνητής συναντά πάντοτε προβλήματα φιλοσοφικά, γιατί κατά βάθος δεν υπάρχει πραγματική έρευνα χωρίς φιλοσοφικό συλλογισμό που οδηγεί σε προβληματισμό, αδιάφορο αν εκείνος απαντάει σε αυτά ή όχι ή αν απαντάει ορθά. Δεν γίνεται δηλαδή κάποιος να προβληματιστεί για την πράξη, χωρίς να έχει προηγηθεί η επανεξέταση της θεωρίας στην οποία στηρίχτηκε η πράξη (Θεοδωρακόπουλος, 1974). Θα μπορούσαμε λοιπόν να πούμε ότι η σχέση φιλοσοφίας και επιστήμης είναι αμφίδρομη, αλλά μη λησμονώντας ποτέ ότι και οι δύο χρειάζεται να ξεκινούν από τα εμπειρικά δεδομένα των ειδικών επιστημών, τα οποία όμως ταυτόχρονα υπερβαίνει η φιλοσοφία.

1.3. Σχέση ψυχολογίας και επιστήμης

Με βάση την ανάλυση που προηγήθηκε για τη σχέση επιστήμης και φιλοσοφίας, καθώς και τη φύση της επιστήμης, ερχόμαστε στο ερώτημα : Είναι επιστήμη η ψυχολογία; Αν η ψυχολογία είναι επιστήμη, αυτό θα σημαίνει όπως καταδείξαμε, ότι εμπερικλείει και τη φιλοσοφία μέσα της, χωρίς αυτό να δηλώνει ότι έτσι μειώνεται η επιστημονικότητα της, από την στιγμή που η θεωρητική της βάση, η ιδεολογία της στηρίζεται στην κοινωνική πρακτική. Διαφορετικά, θα αποτελεί έναν δικό της ξεχωριστό κλάδο, που δεν την εντάσσει μήτε στη φιλοσοφία, μήτε στις επιστήμες. Οι περισσότεροι μελετητές όμως δεν φαίνεται να συμφωνούν με τη διάκριση αυτή, αλλά αντίθετα έχουν τη τάση να παρερμηνεύουν την ουσία της φιλοσοφίας κι έτσι να την θεωρούν αρνητική επιρροή, όταν βρίσκεται κοντά στην

ψυχολογία. Έτσι η ψυχολογία αποκόπηκε από τη φιλοσοφία και μετατράπηκε σε ανεξάρτητη επιστήμη κατά τα μέσα περίπου του 19^{ου} αιώνα. Όμως η «νέα αυτή ψυχολογία» βρήκε πολλές αντιρρήσεις, τις οποίες θα δούμε στη συνέχεια.

Αξιοσημείωτο βέβαια είναι ότι η ανεξαρτητοποίηση αυτή δε σημαίνει ότι αποκόβεται εν γένει από την φιλοσοφία, όπως παρερμήνευσαν οι μεταγενέστεροι (Θεοδωρακόπουλος, 1974). Έτσι μεταξύ άλλων ο Herbart τον 19^ο αιώνα, έχοντας παρερμηνεύσει, από τη μια την ουσία της φιλοσοφίας και από την άλλη, την σημασία της ανεξαρτητοποίησης της ψυχολογίας, ανασκευάζει τη γνώμη του Kant, ότι τα μαθηματικά δεν είναι δυνατόν να εφαρμοστούν στη ψυχολογία. Με αυτόν τον συλλογισμό οδηγεί κι αυτός με την σειρά του την ψυχολογία περισσότερο πλησιέστερα στις φυσικές επιστήμες (Θεοδωρακόπουλος, 1974). Σύμφωνα με τον Hergenhahn, σήμερα οι περισσότεροι θα συμφωνούσαν ότι η ψυχολογία είναι μια συλλογή διαφορετικών στοιχείων, θεωριών, παραδοχών, μεθοδολογιών και στόχων για τη μελέτη της ανθρώπινης συμπεριφοράς (Hergenhahn, 2008).

Λογική συνέπεια της διαμόρφωσης της σύγχρονης ψυχολογίας είναι η αλλαγή του αντικείμενου της. Αυτό πλέον απαντά στη μελέτη της ανθρώπινης συμπεριφοράς, καθώς και των σκέψεων και των συναισθημάτων που την συμπληρώνουν (Hergenhahn, 2008). Διαχρονικό ωστόσο χαρακτηριστικό της ψυχολογίας, είναι η ποικιλομορφία. Στο μακρύ παρελθόν της, το οποίο ξεκινάει με την εποχή των Σοφιστών και του Σωκράτη, όπου στράφηκε το ενδιαφέρον από τον κόσμο στον άνθρωπο, δεν επικρατούσε μια θεωρία για το τι είναι ο άνθρωπος και πως διαμορφώνεται (Θεοδωρακόπουλος, 1974). Οι πεποιθήσεις ενός φιλοσόφου και του ρεύματος που δημιουργούσε, ήταν κυρίαρχες μέχρι να καταρριφθούν από τον επόμενο. Φτάνοντας στο έτος 1921 η ψυχολογία μετατράπηκε σε ανεξάρτητη επιστήμη, θεωρώντας ότι απέχει από την φιλοσοφία και δίνοντας έτσι ιδιαίτερη βαρύτητα στη φυσιολογία του ανθρώπου, αφού είχε προηγηθεί μεταξύ άλλων η τάση του Herbart, όπως προαναφέρθηκε, να οδηγήσει την ψυχολογία προς τις φυσικές επιστήμες. Ωστόσο και μετά από αυτήν τη «καινοτομία», κατά το 20^ο αιώνα, διαιωνιζόταν η ποικιλομορφία της ψυχολογίας, καθώς εμφανίστηκε ο συμπεριφορισμός, η ψυχανάλυση, η ψυχολογία της μορφής και η ανθρωπιστική ψυχολογία. (Hergenhahn, 2008). Κάθε μια από αυτές τις σχολές αντιμετωπίζει διαφορετικά τον άνθρωπο και χρησιμοποιεί διαφορετικές μεθόδους έρευνας. Εύλογα μια τέτοια κατάσταση οδήγησε στη μεθοδολογική κρίση της ψυχολογίας. Η ποικιλομορφία δηλαδή και οι αντιθέσεις που αυτή δημιουργεί, ήταν και ίσως είναι η αιτία που σύγχυζε και συγχύζει τους μελετητές για το που πρέπει να κατατάξουν τη ψυχολογία. Μάλιστα, σύμφωνα με τον Kuhn, τα πολυάριθμα αυτά στρατόπεδα της ψυχολογίας (συμπεριφοριστικά, λειτουργικά, γνωσιακά, νευροφυσιολογικά, ψυχαναλυτικά και ανθρωπιστικά) αποτελούν εμπόδιο στο να θεωρηθεί η ψυχολογία κανονική επιστήμη, και την

καθιστούν στο προ-παραδειγματικό στάδιο, έως ότου καταφέρει να ενοποιήσει τα διαφορετικά της αυτά στοιχεία (Staats, 1981, 1989, 1991). Αντίθετα κάποιοι άλλοι ψυχολόγοι υποστηρίζουν ότι είναι υγιής αυτή η ποικιλομορφία, διότι ανταποκρίνεται στην πολύμορφη ανθρώπινη φύση και στο γεγονός ότι κάθε άνθρωπος είναι μοναδικός (Hergenhahn, 2008).

Η ψυχολογία ως επιστήμη, εφόσον έχει περιορίσει το αντικείμενο της στη συμπεριφορά και όχι στο όλο του ανθρώπου, που μετέχει και μιας ψυχικής πραγματικότητας πέραν της υλικής, έχει αναπτύξει πολυάριθμες τεχνικές για να μελετάται καλύτερα η εγκεφαλική ανθρώπινη λειτουργία. Τέτοιες τεχνικές είναι: η ηλεκτροεγκεφαλογραφία, η μαγνητική τομογραφία, η υπολογιστική τομογραφία και η τομογραφία εκπομπής ποζιτρονίων. Όταν όμως στρεφόμεστε στους βαθύτερους προβληματισμούς της, μερικοί από τους οποίους είναι: ποιος είναι ο χαρακτήρας της ανθρώπινης φύσης, πώς σχετίζονται το πνεύμα και το σώμα, σε ποιο βαθμό τα αίτια της ανθρώπινης συμπεριφοράς είναι έμφυτα σε αντίθεση με τα εμπειρικά, ποια είναι η προέλευση της ανθρώπινης γνώσης, κατά πόσο η ανθρώπινη συμπεριφορά επιλέγεται ελεύθερα ή είναι προκαθορισμένη, δε μπορούμε παρά να αναφερόμαστε σε φιλοσοφικά ερωτήματα (Hergenhahn, 2008).

Αν και είναι φανερή η πολυφωνία για τη θέση της ψυχολογίας, σύγχρονοι μελετητές όπως ο Howard, δηλώνει ότι τα ερωτήματα που θα απασχολήσουν και θα προβληματίσουν όλους τους ανθρώπους κάποια στιγμή κατά τη διάρκεια της ζωής τους, είναι πρωτίστως φιλοσοφικά και αντιμετωπίζονται ως ψυχολογικά, ατομικά. Καταδεικνύει με τον συλλογισμό του αυτό ο Howard ότι, η φιλοσοφία θέτει ερωτήματα που προδήλως μας αφορούν όλους κι έτσι κατά κάποιο τρόπο, όλοι οι άνθρωποι γινόμαστε φιλόσοφοι όταν εξακολουθούμε να θέτουμε ένα «γιατί» για κάθε απάντηση που μόλις μας δόθηκε (Howard, 2000). Τα ερωτήματα αυτά, διεισδύουν στο ψυχολογικό φάσμα και το υπερβαίνουν. Ακόμη θεωρεί ότι η φιλοσοφία αποτελεί έναν μεθοδολογικό μηχανισμό άμεσα εφαρμόσιμο για την βελτίωση της ζωής μας (Howard, 2000). Για παράδειγμα, όταν κάνουμε λόγο για επανεξέταση πράξεων και αναστοχασμό του παρελθόντος, αναμφίβολα δανειζόμαστε στοιχεία ενός φιλοσοφικού τρόπου σύλληψης των πραγμάτων. Μάλιστα η αναζήτηση μιας διαλεκτικής ενότητας φιλοσοφίας και ψυχολογίας, τονίζεται και από τον Vygotsky, ο οποίος αναζητούσε την διαλεκτική μεταξύ μεθοδολογίας και πρακτικής, για τη δημιουργία ενός επιστημονικού συστήματος της ψυχολογίας (Δαφέρμος, 2002). Η μεθοδολογία βρίσκεται στον φιλοσοφικό τρόπο σκέψης και η πρακτική στην επιστημονική εφαρμογή.

Επιστρέφοντας στον Howard, αναφέρουμε την πεποίθηση του ότι, η ψυχολογία που δεν μπορεί να αντέξει τα φιλοσοφικά ερωτήματα δεν αξίζει να ζει (Howard, 2000). Είναι φανερό ότι έχει επηρεαστεί από τον Σωκράτη, ο οποίος έλεγε ότι, η ανεξέταστη ζωή δεν αξίζει σε άνθρωπο να τη ζει. Κατά ανάλογο δηλαδή τρόπο που ο άνθρωπος θα πρέπει να επανεξετάζει

τις ενέργειες του, να αναθεωρεί τις πεποιθήσεις του και να ανασυγκροτεί τον εαυτό του, ώστε να φτάσει όσο πιο κοντά είναι δυνατόν στην αυτογνωσία του, όσο είναι εν ζωή, έτσι και η ψυχολογία θα πρέπει να είναι ανοιχτή στη φιλοσοφία, να την μελετάει και να μελετείται από αυτήν, ίσως ακόμα και να συμπορεύονται, αν είναι δυνατό να κατανοήσουν μαζί πληρέστερα την ανθρώπινη φύση. Αν είναι ικανές μαζί να δώσουν απαντήσεις για το νόημα και τον σκοπό της ζωής. Αν η ψυχολογία φοβάται να δεχτεί την πρόκληση αυτή, τότε καλύτερα να μην υφίσταται ως επιστήμη.

Συμπερασματικά λοιπόν, με δεδομένο ότι η σύγχρονη ψυχολογία έχει περιορίσει το αντικείμενο της μελέτης της στα προϊόντα του ανθρώπινου νου, δηλαδή στις σκέψεις, τα συναισθήματα και τη συμπεριφορά του ανθρώπου, μπορεί να θεωρηθεί επιστήμη. Τα ερωτήματα βεβαίως που προηγούνται είναι φιλοσοφικά. Ακόμα, η σύγχρονη ψυχολογία θεωρείται επιστήμη γιατί παραδέχεται ότι μας δίνει γνώση πεπερασμένη, καθώς ασχολείται κυρίως με την υλική υπόσταση του ανθρώπου και όχι την άυλη. Επίσης την καθιστά επιστήμη το ότι χρησιμοποιεί τεχνικές έρευνας που αποδεικνύουν την ανθρώπινη λειτουργία. Ακόμα όμως και οι τεχνικές αυτές για να είναι αποτελεσματικές, χρειάζεται να βασίζονται σε έναν ορθά δομημένο τρόπο σκέψης. Ακόμη, όταν γίνεται προσπάθεια προσέγγισης της γνώσης για τον ψυχισμό του ανθρώπου, κατά ανάγκη στρεφόμαστε στη φιλοσοφία. Γίνεται πλέον ξεκάθαρη η αλληλεπίδραση μεταξύ φιλοσοφίας και επιστήμης που περικλείεται μέσα στη ψυχολογία. Η ψυχολογία είναι επιστήμη ανεξάρτητη, της οποίας όμως τα ευρήματα, πάντα στηρίζονται σε μια θεωρία. Όταν βρίσκεται σε σύγχυση και το κρίνει απαραίτητο, μπορεί να δεχθεί βοήθεια και να αποκτήσει περαιτέρω γνώση από τον φιλοσοφικό αναστοχασμό. Μάλιστα είναι μεγάλη πρόκληση και έχει ιδιαίτερο ενδιαφέρον, πως μπορεί ένας ψυχοθεραπευτής, στη πράξη πλέον, να βοηθήσει κάποιον χρησιμοποιώντας τα ψυχολογικά του εργαλεία, αλλά και μέσω μιας φιλοσοφικής στάσης απέναντι στα πράγματα της ζωής. Αυτό θα το εξετάσουμε στη συνέχεια.

1.4. Σχέση ψυχοθεραπείας και φιλοσοφίας.

Πέρα από τις τεχνικές νευροαπεικόνισης της ανθρώπινης συμπεριφοράς, η δυνατότητα εφαρμογής της ψυχολογικής γνώσης φαίνεται μέσα από την ψυχοθεραπεία. Η ψυχοθεραπεία θα μας απασχολήσει ιδιαίτερα στο επόμενο κεφάλαιο. Εδώ ας κρατήσουμε μονάχα ότι η ψυχοθεραπεία, σύμφωνα με τους Gelder, Lopez-Ibor, Andreasen (2008) είναι μέθοδος θεραπείας που χρησιμοποιείται για την αντιμετώπιση ψυχικών προβλημάτων ή διαταραχών κι άλλων προβλημάτων της ζωής, κυρίως μέσα από την συζήτηση και προπαντός τον αποκλεισμό των φαρμάκων. Η ψυχοθεραπεία διαμορφώνεται με βάση τις διάφορες ψυχολογικές θεωρίες που υπάρχουν. Σύμφωνα με το άρθρο των Walsh και Peterson οι

σημαντικότερες ψυχολογικές θεωρίες σχετίζονται στενά με φιλοσοφικά συστήματα. Για παράδειγμα αναλύουν τη σχέση της ψυχανάλυσης με το σύστημα του ιδεαλισμού, τον συμπεριφορισμό με τον εμπειρισμό και την ανθρωπιστική ψυχολογία με τον υπαρξισμό (Walsh & Peterson, 1985). Από αυτές τις θεωρίες, όπως ειπώθηκε, συγκροτήθηκαν τα διάφορα είδη ψυχοθεραπείας. Συνεπώς η φιλοσοφία δεν εμπλέκεται μόνο σε θεωρητικό επίπεδο ψυχολογίας, αλλά και σε πρακτικό, το οποίο ενδιαφέρει άμεσα έναν ψυχοθεραπευτή.

Προβλήματα που εκ πρώτης όψεως δεν φαίνονται να ανάγονται σε φιλοσοφική αναζήτηση, προβλήματα καθημερινά όπως είναι, οι δυσκολίες στην ανθρώπινη αλληλεπίδραση, ο χειρισμός μιας δύσκολης κατάστασης ή η λήψη μιας μελλοντικής κρίσιμης απόφασης, μπορούν κι αυτά να αντλήσουν κάτι από την φιλοσοφία, αν όχι την λύση τους. Αρκεί να μην λησμονούμε ότι η φιλοσοφία ξεκινάει από το κοινωνικό γίγνεσθαι. Για να ανταπεξέλθει σε αυτό η φιλοσοφική γνώση περιλαμβάνει λογική, ηθική, αξίες, νόημα, εκλογίκευση, λήψη αποφάσεων σε καταστάσεις με ρίσκο, καθώς και σε όλες τις εξαιρετικά πολύπλοκες καταστάσεις που χαρακτηρίζουν την ανθρώπινη ζωή. Ο όρος φιλοσοφία λοιπόν, δεν θα πρέπει να μας φαίνεται αφηρημένος, θεωρητικός, από την στιγμή μάλιστα που ο καθένας μας έχει μια φιλοσοφία πάνω στην ζωή, διαμορφωμένη με βάση τις εμπειρίες του (Marinoff, 2002). Την φιλοσοφία αυτή, μπορεί σταδιακά να την μετατρέψει σε στάση ζωής και τότε επιχειρείται το πέρασμα από την θεωρία στην πράξη. Σαφώς η φιλοσοφία αυτή διαφέρει από εκείνη των μεγάλων διανοητών, όμως αν αποπειραθούμε να την αναλύσουμε και να την αναπτύξουμε, θα κάνουμε συν τοις άλλοις ένα βήμα προς την καλλιέργεια κριτικής σκέψης για την πορεία της ζωής μας. Αυτή δηλαδή η διαδικασία επανεξέτασης με διαλεκτικό τρόπο, είναι κυρίως φιλοσοφική διαδικασία. Αυτό έκαναν και οι μεγάλοι σοφοί. Ασχολήθηκαν με θέματα, όπως τα παραπάνω, και άλλα σπουδαιότερα με ευρύτητα πνεύματος και σε βάθος, επηρεαζόμενοι από τα δεδομένα της εποχής τους, αφήνοντας σε μας μια ανεκτίμητη κληρονομιά, η οποία είναι και πρακτικά εφαρμόσιμη.

Η καλλιέργεια κριτικής σκέψης, αποτελεί πρόσφορο έδαφος για την καλλιέργεια ενός φιλοσοφικού τρόπου σκέψης πάνω στη ζωή και τα προβλήματα της. Επομένως, όταν μιλάμε για την συμβολή της φιλοσοφίας στην καθημερινότητα, εννοούμε την πρακτική εφαρμογή της, όπως αναδείχθηκε χιλιάδες χρόνια πριν. Αν λοιπόν δεν μπορέσουμε να αντλήσουμε από αυτήν λύσεις για τα προβλήματα μας, θα βρούμε ωστόσο, έναν τρόπο χειρισμού εκείνων, ώστε να μπορέσει να συνεχιστεί η ζωή μας (Marinoff, 2002). Η αξία της φιλοσοφίας φαίνεται να εκδηλώνεται και από τον Yalom μέσα από ένα πολύ περιεκτικό και λιτό ορισμό που έδωσε για την ψυχοθεραπεία. Την όρισε ως μια βαθιά και περιεκτική εξερεύνηση της πορείας και του νοήματος της ζωής του καθενός (Yalom, 2002). Το βάθος και η εξερεύνηση όμως συνεπάγονται έναν φιλοσοφικό τρόπο σκέψης.

2. ΧΡΟΝΟΛΟΓΙΚΗ ΕΞΕΛΙΞΗ ΤΗΣ ΘΕΡΑΠΕΙΑΣ ΤΗΣ ΨΥΧΗΣ ΚΑΙ ΤΗΣ ΠΟΡΕΙΑΣ ΤΗΣ ΨΥΧΟΛΟΓΙΑΣ

2.1. Η θεραπεία της ψυχής και σημαντικοί σταθμοί της ψυχολογικής γνώσης από τη πρωτόγονη κοινωνία μέχρι την ελληνιστική περίοδο.

Στο παρόν κεφάλαιο θα εξετάσουμε τις απαρχές της θεραπείας της ψυχής, την πορεία της μέσα στον χρόνο, επισημαίνοντας περιόδους σημαντικές για την εξέλιξη της, που οδήγησαν στη σημερινή της μορφή, που αποδίδεται με τον όρο «ψυχοθεραπεία». Βέβαια, το πεδίο της ψυχοθεραπείας εξακολουθεί μέχρι και σήμερα να αναπτύσσεται και να επεκτείνεται, οπότε η τωρινή του μορφή δεν είναι και η οριστική (Ford, 2007).

Η προσπάθεια να θεραπεύσει κανείς την ψυχή, προϋποθέτει ότι η ψυχή βρίσκεται υπό νοσηλεία. Συνεπώς, υπάρχει ασθένεια ψυχική, η οποία μέσω μελέτης της ιστορίας φαίνεται να έχει δεχθεί εξηγήσεις βιολογικές, ψυχολογικές και υπερφυσικές, τις οποίες θα εκθέσουμε. Η πρόωμη προσέγγιση της θεραπείας της ψυχής, μεταφράζεται ως, κάθε προσπάθεια αρωγής προς έναν άνθρωπο με ψυχική διαταραχή. Η χρήση της εμφανίστηκε από τις πρωτόγονες κιάλας μορφές κοινωνίας. Παρατηρούμε δηλαδή ότι τότε, σύμφωνα με τον Tylor (1994) επικρατούσε η αντίληψη ότι σε κάθε άνθρωπο ενυπάρχει η ψυχή, η οποία προσωρινά ή μόνιμα μπορούσε να εγκαταλείψει το σώμα. Έτσι σύμφωνα πάλι με τον ίδιο, ο ανιμισμός ή πνευματοκρατία, το γεγονός δηλαδή ότι πίσω από κάθε φυσικό φαινόμενο, υπάρχει ένα άυλο πνεύμα, ήταν χαρακτηριστικό της πρωτόγονης κοινωνίας. Οι ψυχές παρουσιάζονται ως λεπτά άυλα απεικασματα, ομοιώματα των ανθρώπων που μοιάζουν με τον αέρα και την σκιά και αποτελούν την αιτία της ζωής. Επίσης θεωρούνται αόρατες, αν κ γίνονται ορατές στους ανθρώπους υπό ορισμένες συνθήκες, όπως σε κατάσταση ύπνου ή εγρήγορσης (Tylor, 1994). Ως αντιπαράθεση στον ανιμισμό του Taylor, ο Λεκατσάς τονίζει ότι οι πρώτοι άνθρωποι δεν ήταν εξαρχής δυϊστές. Δεν διαχώριζαν τον εαυτό τους σε υλικό σώμα και άυλη ψυχή. Αντίθετα ταύτιζαν την ψυχή τους με επιμέρους μέλη του οργανικού σώματος, όπως το αίμα, το μυελό, το κεφάλι, το ήπαρ, την καρδιά, το σάλιο κ.τ.λ. (Λεκατσάς, 2000). Οι ψυχολογικές λοιπόν αντιλήψεις των ανθρώπων τότε ήταν αδιαχώριστες από τις αντιλήψεις για τον φυσικό κόσμο. Επομένως γίνεται φανερό ότι τότε οι άνθρωποι είτε περιέγραφαν τις ψυχικές τους διαδικασίες, είτε τον φυσικό κόσμο, χρησιμοποιούσαν την έννοια της «ψυχής».

Στις κοινωνίες αυτές, υπήρχε η πεποίθηση ότι, το αίτιο μιας ψυχικής διαταραχής οφείλεται σε υπερφυσικές δυνάμεις. Για αυτό αρμόδιοι για την αντιμετώπιση των δυνάμεων αυτών, δεν ήταν απλοί άνθρωποι, αλλά οι σαμάνες. Ο σαμανισμός άρχισε να χρησιμοποιείται για την περιγραφή των μαγικών τελετουργιών των πρωτόγονων φυλών της Σιβηρίας. Ήταν συμφιλιωμένος με την αντίληψη ότι οι ψυχές μπορούν να εγκαταλείψουν το σώμα του ανθρώπου και να περιπλανηθούν, να προκαλέσουν ασθένεια, παραφροσύνη ακόμα και

θάνατο (Δαφέρμος, 2010). Ο θεραπευτής όφειλε να αιχμαλωτίσει την ψυχή και να την επαναφέρει στο σώμα του ανθρώπου (Frazer, 1991). Επίσης καλούνταν να απελευθερώσει το σώμα εκείνου από τα «κακά πνεύματα» όταν εκείνα εισχωρούσαν μέσα του. Για να αναδειχθεί κάποιος σε σαμάνος από την κοινότητα, υποβαλλόταν σε συμβολικό θάνατο και η ψυχή του που εξερχόταν από το σώμα, πραγματοποιούσε εκστατικά ταξίδια και ερχόταν σε επαφή με τις ψυχές νεκρών ή με δαίμονες. Στις σαμανιστικές αυτές εμπειρίες, οι πρώτοι δυτικοί ερευνητές διέγνωσαν μορφές ψυχοπαθολογίας, όπως για παράδειγμα, επιληψία, υστερία, σχιζοφρένεια κ.α. (Walsh, 2001). Ωστόσο, οι σαμάνες δεν ήταν συνηθισμένοι ψυχικοί ασθενείς, καθώς μπορούσαν εκουσίως να φτάσουν σε κατάσταση έκστασης, έχοντας τον έλεγχο. Παρ' όλο που θεωρούνταν ασθενείς, οι σαμάνες γενικά ανταποκρίνονταν στο ρόλο του ιερέα, του ιατρού και του ψυχολόγου.

Οι σαμάνες είχαν τη δυνατότητα να χρησιμοποιήσουν τις γνώσεις και τις ικανότητες τους για να θεραπεύουν ψυχικές διαταραχές (Demetrio, 1967). Σημαντικό ρόλο στη σαμανιστική θεραπεία, κατέχει η δραματοποίηση συγκεκριμένων γεγονότων που συντελείται από τον σαμάνο και στην οποία λαμβάνει μέρος όχι μόνο ο ασθενής, αλλά όλη η κοινότητα. Κατά τη διάρκεια της σαμανιστικής τελετουργίας ο ασθενής εκφράζει τις τραυματικές εμπειρίες του, φτάνει στη συνειδητοποίηση των προβλημάτων και οδεύει έτσι προς την θεραπεία. Οι σαμανιστικές λοιπόν πρακτικές θεωρήθηκαν από πολλούς ερευνητές, ως οι πρώιμες μορφές κοινοτικής ψυχοσωματικής θεραπείας (Beck, 1967, Κατέρη & Πουρκός, 2006).

Έρευνες έχουν δείξει ότι οι χώρες της Αρχαίας Ανατολής, οι οποίες φαίνεται να έχουν επισκιαστεί από την Δύση, είχαν κι αυτές σημαντική ψυχολογική γνώση, η οποία αναδεικνύεται ίσως περισσότερο μέσω της ανθρωπιστικής σχολής ψυχοθεραπείας. Η σκέψη δηλαδή συνολικά στις χώρες αυτές, χαρακτηρίζεται από μια ολιστική θεώρηση και ερμηνεία της φύσης, της κοινωνίας και του ανθρώπου. Έτειναν στην απεικόνιση μιας δυναμικής αλληλεπίδρασης των φυσικών δυνάμεων που ενυπάρχουν στο μακρόκοσμο και τον μικρόκοσμο. Τόνιζαν την αλληλεξάρτηση των συμβάντων, και όχι την επιλεκτική απομονωτική εξέταση τους. Τελευταίο κοινό τους χαρακτηριστικό είναι ότι, ακόμα δεν γινόταν λόγος για τον δυϊσμό ψυχής και σώματος. Η παραπάνω λοιπόν, ολιστική μη αυστηρά αιτιοκρατική ερμηνεία για τον άνθρωπο και το περιβάλλον του, οριοθετείται από τους ανθρωπιστές, όπως θα δούμε στη συνέχεια.

Όσον αφορά τους τρόπους θεραπείας της ψυχής, στην Αρχαία Κίνα, στόχος ήταν η ψυχική υγεία του ανθρώπου μέσω της ισορροπημένης διαλεκτικής του Yang και Yin και των πέντε στοιχείων (νερό, φωτιά, ξύλο, μέταλλο, γη), από τα οποία αποτελείται ο κόσμος. Ακόμη υπακούοντας στον κομφουκιανισμό, οι αρχαίοι Κινέζοι έδιναν έμφαση στην εξωτερική συμπεριφορά του ανθρώπου. Για την ψυχική του υγεία ήταν σημαντική η εκούσια υποταγή

του σε ένα ιεραρχημένο σύστημα κοινωνικής οργάνωσης, έτσι ώστε να αποφεύγονται οι συγκρούσεις με τους άλλους ανθρώπους και να επικρατεί αρμονία. Στον αντίποδα του κομφουκιανισμού, ο ταοϊσμός εκφράζει την αρχή της μη- δράσης. Απορρίπτει την εκούσια παρέμβαση του ανθρώπου για την επίτευξη της ψυχικής ισορροπίας και εξυμνεί την αυθόρμητη, πηγαία φυσική ουσία του σύμπαντος. Με αυτό ο ταοϊσμός, δεν υπονοεί την αδράνεια, μα την απελευθέρωση του ατόμου από την ατομική του ταυτότητα, τα πάθη και την ενσωμάτωση του στην αιώνια πραγματικότητα (Δαφέρμος, 2010). Ο ινδικός πολιτισμός είναι προσανατολισμένος στο εσωτερικό του ανθρώπου και έτσι χρησιμοποιούνταν η πρακτική της αυτοανάλυσης και ενδοσκόπησης. Η yoga, ως σχολή της Ινδίας, συγκέντρωνε πρακτικές τεχνικές, οι οποίες βοηθούσαν στην ένωση της ατομικής ψυχής με το παγκόσμιο πνεύμα, τον Θεό. Επιπλέον η διδασκαλία του βουδισμού για τις τέσσερις ευγενείς αλήθειες, καθώς και για την αντίληψη περί μοναδικού εαυτού, ως ψευδαίσθηση, αξιολογήθηκε από αρκετούς δυτικούς ψυχολόγους ως πιθανολογικά εφαρμόσιμη στην ψυχοθεραπεία (Δαφέρμος, 2010).

Τον 3^ο π. Χ. αιώνα εμφανίστηκε η βιολογική αιτιολογία για την ψυχική ασθένεια. Αφού δηλαδή στην αρχαία Ελλάδα είχε προηγηθεί η μετάβαση από τον μύθο στο λόγο, επικράτησε η ρεαλιστική σκέψη, η οποία διακρίνει πλέον το φαντασιακό από το πραγματικό. Έτσι η απόπειρα εξήγησης των φαινομένων, γινόταν στηριζόμενη στο λόγο και όχι σε υπερφυσικές δυνάμεις, όπως πίστευαν οι πρωτόγονοι άνθρωποι. Με τον τρόπο αυτό, η μετάβαση αυτή συνδέθηκε με την πρόωμη εμφάνιση επιστημονικής γνώσης. Επιπλέον, οδήγησε στη συγκρότηση της εννοιολογικής, μέσω παραστάσεων και αισθητηριακών απεικασμάτων σκέψης, αντί της αφηρημένης που υπήρχε πρωύτερα, καθώς και στη διερεύνηση της ενδότερης συνοχής της ουσίας των πραγμάτων και όχι της επιφάνειάς τους (Δαφέρμος, 2010). Ο Ιπποκράτης λοιπόν διεπόμενος από αυτό το είδος σκέψης, ήταν εκείνος που απελευθέρωσε την ιατρική και την ψυχιατρική από τη μαγεία και θεώρησε ότι η ψυχική ασθένεια θα πρέπει να έχει φυσικά αίτια. Για εκείνον η κατάσταση του εγκεφάλου ήταν καθοριστικός παράγοντας για το αν ένας άνθρωπος ήταν φυσιολογικός ή όχι (Hergenhahn, 2008).

Πάντως και οι προσωκρατικοί, προγενέστεροι του Ιπποκράτη, πορεύτηκαν με τα παραπάνω χαρακτηριστικά σκέψης, μελετώντας την ψυχή. Την αντιλαμβάνονταν ως υλική δύναμη, με κοσμολογικό χαρακτήρα, που δίνει ζωή στον κόσμο. Συνεπώς η ψυχή, προσεγγίζονταν με νατουραλιστικό τρόπο και η ψυχολογική γνώση παρουσιάστηκε ως πτυχή της φυσικής φιλοσοφίας. Με την εμφάνιση των σοφιστών και του Σωκράτη, γίνεται η στροφή από την κοσμολογία στη διερεύνηση του ανθρώπου (Τσάτσος, 1970., Γεωργούλης, 1975). Οι σοφιστές υποστήριζαν την σχετικότητα της ανθρώπινης γνώσης. Όμως, ανέδειξαν τον αντιθετικό χαρακτήρα της ανθρώπινης σκέψης και εντόπισαν τη δύναμη του λόγου για την

ευταξία της ψυχής. Στον Σωκράτη (469-399 π. Χ.) οφείλουμε την μέθοδο της διαλεκτικής, που “γεννά” την αλήθεια, μιας αναμφισβήτητα πολύτιμης ψυχοθεραπευτικής τεχνικής, καθώς και την διαδικασία της αυτογνωσίας, τις οποίες θα εξετάσουμε παρακάτω. Αναφέρουμε εν συντομία ότι, ο Πλάτων (427-347 π. Χ.) πίστευε ότι η ψυχή είναι αιώνια, άφθαρτη και αθάνατη οντότητα που έχει ενδιάμεσο χαρακτήρα μεταξύ του κόσμου των ιδεών και του κόσμου των υλικών αντικειμένων, ενώ το σώμα θεωρείται θνητό, μεταβλητό, πολύμορφο. Γι αυτό, όταν η ψυχή και το σώμα είναι ενωμένα, η ψυχή θα πρέπει να άρχει επί του σώματος. Φαίνεται δηλαδή η ιδέα περί επικράτησης του άυλου επί του υλικού. Ο Αριστοτέλης αντίθετα συλλαμβάνει τον άνθρωπο ως ψυχοσωματική ενότητα, όπου σώμα και ψυχή αποτελούν μια ενιαία ουσία. Εκείνος υποστήριζε ότι, η ψυχή είναι αφετηριακή αρχή για την ουσία των έμβιων όντων, και όχι του φυσικού κόσμου γενικότερα. Με τον τρόπο αυτό έθεσε το ψυχοφυσιολογικό πρόβλημα, της σύνδεσης ψυχής και σώματος των έμβιων όντων. Επομένως μελέτησε την ψυχή υπό την οπτική της βιολογίας (Δαφέρμος, 2010). Η αριστοτελική ψυχολογία καταλαμβάνει ιδιαίτερη θέση στην ψυχολογία, καθώς ο Αριστοτέλης θεωρείται ο πρώτος φιλόσοφος που πραγματεύτηκε πολλά ζητήματα, τα οποία αργότερα μελετήθηκαν από εκείνη. Μάλιστα το έργο του «περί ψυχής», αποτελεί την πρώτη γνωστή συγκροτημένη απόπειρα συγγραφής ιστορίας της ψυχολογικής γνώσης (Hergenhahn, 2008).

Κατά την ελληνιστική εποχή, το ενδιαφέρον βρίσκεται στην αναζήτηση του βέλτιστου τρόπου ζωής των ανθρώπων και απαντάται στις φιλοσοφίες των επικούρειων, των στωικών και των σκεπτικιστών. Με τις φιλοσοφίες αυτές θα ασχοληθούμε αργότερα στον βαθμό που χρειάζεται, ώστε να φανεί η σχέση τους με την σύγχρονη ψυχολογική γνώση. Συνεπώς υπενθυμίζουμε ότι δεν είναι σκοπός της παρούσας εργασίας η ανάλυση των φιλοσοφικών ρευμάτων, παρά η σχέση τους με την σύγχρονη ψυχολογική γνώση και μεσολαβεί η πορεία που αυτή ακολούθησε για να έχει τη σημερινή μορφή της. Για αυτό, ας σημειώσουμε ότι, κατά την κλασσική αρχαιότητα εμφανίστηκε η σαφής διαφοροποίηση σώματος και ψυχής, καθώς και ότι, συγκροτήθηκαν θεωρίες που υποστήριζαν τη διαφοροποίηση αυτή, χωρίς όμως να κυριαρχεί ο φιλοσοφικός και επιστημολογικός δυϊσμός (Δαφέρμος, 2010).

2.2. Η θεραπεία της ψυχής και οι σημαντικοί σταθμοί της ψυχολογικής γνώσης, από την περίοδο του Μεσαίωνα μέχρι και τον 18^ο αιώνα.

Πάρα το πέρασμα από το μύθο στο λόγο που προηγήθηκε, κατά τον Μεσαίωνα, επανήλθε η υπερφυσική προσέγγιση των αιτών της ψυχικής ασθένειας και η προτιμώμενη θεραπεία αυτής ήταν κάποια μορφή εξορκισμού. Αυτό γιατί στη Χριστιανική Ευρώπη θεωρούσαν ότι, η μαγεία και δραστηριότητες τέτοιου είδους, ήταν υπολείμματα παγανισμού. Ωστόσο, το

κυνήγι των μαγισσών δεν εμφανίστηκε πριν από τον 14^ο αιώνα. Τότε η εκκλησία ανησύχησε ιδιαίτερα με τους μάγους και τις μάγισσες που ήδη υπήρχαν, ώστε άρχισε την μαζική θεσμοθετημένη δίωξη τους. Σύμφωνα με το “Malleus”, ένα από τα πιο δημοφιλή βιβλία της εποχής, τους βασάνιζαν μέχρι να ομολογήσουν τον όρκο και την πίστη τους στο διάβολο κι έπειτα τους έκαιγαν ζωντανούς ή τους απαγχονίζαν (Hergenhahn, 2008).

Οι επιστήμες και η φιλοσοφία την περίοδο εκείνη μετατρέπονται σε θεραπειίδες της θεολογίας, καθώς η εκκλησία παρουσιάστηκε ως θεσμοφύλακας της κεκτημένης γνώσης. Σχετικά με την ψυχή, την έβλεπαν ως εσωτερική θεόσταλη υπόσταση, αθάνατη, που συνδέεται με όλο το σώμα και όχι με επιμέρους μέρη του. Φαίνεται έτσι ότι η πλατωνική και ιδιαίτερα η νεοπλατωνική θεώρηση της ψυχής, άσκησε επιρροή στη θεμελίωση της χριστιανικής ψυχολογίας (Δαφέρμος, 2010).

2.2.1. Αναγέννηση.

Κατά τη διάρκεια της Αναγέννησης, μέσα 14^ο- 16^ο αιώνα, παράλληλα με το κυνήγι των μαγισσών, υπέφεραν και όσοι έπασχαν από ψυχική ασθένεια, καθώς θεωρούνταν θύματα μαγείας και τους είχαν έγκλειστους σε φρενοκομεία. Το πιο γνωστό από αυτά ήταν το «Μπέθλεμ», όπου εκεί οι τρόφιμοι ήταν αλυσοδεμένοι, υφίσταντο ξυλοδαρμούς, υποσιτίζονταν και αποτελούσαν μορφή διασκέδασης για το κοινό που τους επισκέπτονταν. Τον 16^ο περίπου αιώνα τροφοδοτήθηκε η αντιπαράθεση μεταξύ της αντίληψης για τα υπερφυσικά σατανικά αίτια έναντι των φυσικών, βιολογικών για την πρόκληση ψυχικής διαταραχής. Έτσι με πρωτοπόρο τον ιατρό Παράκελσο, απέκτησε ισχύ η ιδέα ότι «οι μάγοι» δε διακατέχονταν από υπερφυσικές διαβολικές δυνάμεις, αλλά ότι η αποκλίνουσα συμπεριφορά τους, την οποία επιδείκνυαν και οι ψυχικά διαταραγμένοι, οφειλόταν σε συναισθηματικά ή σωματικά προβλήματα. Ο ίδιος αν και απέρριπτε τη δαιμονολογία, πίστευε σε ένα «συμπαντικό πνεύμα» που διαπότιζε τη φύση. Όσο οι άνθρωποι κείτονταν αρμονικά προς αυτό το πνεύμα, ήταν υγιείς, διαφορετικά νοσούσαν. Ακόμη, πίστευε ότι η αρμονία του ανθρώπου με τη φύση, οπότε και η υγεία του, μπορούσε να επηρεαστεί από χημικές ουσίες, μαγνήτες και ουράνια σώματα. Παρά τις πεποιθήσεις του αυτές, είναι γνωστή και οικεία πλέον η ρήση του ότι υπάρχουν δύο ειδών ασθένειες στον άνθρωπο. Η σωματική και η ψυχική (Hergenhahn, 2008).

Έτσι παρ' όλο που από τον 16^ο αιώνα περίπου, γίνονταν προσπάθειες περιγραφής καταστάσεων που σήμερα ονομάζουμε διαταραχές συναισθήματος (κατάθλιψη), και προτάσεις θεραπείας τους, μόλις τον 18^ο αιώνα άνηψε η ιδέα ότι, τα άτομα που πάσχουν από ψυχική νόσο, χρήζουν ανθρώπινης βοήθειας. Ο πρώτος νόμος που επικύρωσε την ιδέα αυτή,

που μας παραπέμπει στο πως αντιλαμβάνονταν την θεραπεία της ψυχής οι πρώιμες μορφές κοινωνίας, ίσχυσε στη Τοσκάνη το 1774 (Ford, 2007). Αργότερα ο Pinel ενδιαφερόμενος για την ψυχική ασθένεια, έγραψε άρθρα, ασκώντας σημαντική επιρροή για έναν πιο ανθρωπιστικό τρόπο μεταχείρισης των ψυχικά ασθενών. Έτσι το 1793 διορίστηκε διευθυντής του ασύλου Μπισέτρ και μετέπειτα της Σαλπετριέρ στο Παρίσι. Απάλλαξε τους τροφίμους από τις αλυσίδες, τις αφαιμάξεις, ενθάρρυνε την εργασιοθεραπεία και ανέπτυξε κάποιες από τις σημερινές αρχές της ψυχοθεραπευτικής διαδικασίας. Ευγένεια προς τον ασθενή, προσφορά ζεστασιάς και αποκατάσταση της ελπίδας. Τα βήματα του ακολούθησαν ο William Tuke στη Βρετανία και ο Chiarugi στην Ιταλία ((Hergenhahn, 2008).

Ωστόσο, χρειάζεται να αναδείξουμε περαιτέρω πλευρές της Αναγέννησης, ώστε να κατανοηθεί καλύτερα η μετέπειτα πορεία της ψυχολογικής γνώσης. Αρχικά το κίνημα αυτό σηματοδοτεί τη μετάβαση από τον Μεσαίωνα στους Νέους Χρόνους, οι οποίοι έθεσαν τις θετικιστικές βάσεις στην ανάπτυξη της ψυχολογίας. Ήδη όμως, από τη μεταβατική αυτή περίοδο της Αναγέννησης, παρατηρείται ανάπτυξη των πόλεων που αγωνίζονταν εναντίον των φεουδαρχών, άνοδος της εμπορικής αστικής τάξης, καθώς και συσσώρευση του πλούτου. Έτσι εκπληρώθηκαν οι προϋποθέσεις για την ανάπτυξη πολλών πεδίων. Χαρακτηριστική είναι η άνθιση της βιοτεχνικής παραγωγής, δίνοντας έμφαση στην εμπειρική, τεχνική γνώση. Ωστόσο, η ανάδειξη αυτή της εμπειρικής, πειραματικής γνώσης, προώθησε την τάση διαφοροποίησης των επιμέρους επιστημών και τον αποχωρισμό τους από την φιλοσοφία (Δαφέρμος, 2010).

Επίσης, ευδοκίμησε η καλλιέργεια των καλών τεχνών, οι οποίες ενίσχυσαν την ανάπτυξη του ανθρωπισμού. Εκείνη λοιπόν η περίοδος είναι ιδιαίτερα γνωστή για την ανθρωποκεντρική της στροφή. Σε αντιδιαστολή με το μεσαιωνικό δυϊσμό ψυχής και σώματος, προτάθηκε το πρότυπο του πολύπλευρα αναπτυγμένου, καθολικού ανθρώπου. Την δυναμική αυτού ακριβώς του ανθρώπου, θέλησε να αναδείξει ο Leonardo da Vinci μέσα από τον πίνακα του. Ο σεβασμός της ατομικότητας και της πολυσχιδούς προσωπικότητας του ανθρώπου, ασπάστηκε αργότερα από το κίνημα της ανθρωπιστικής ψυχολογίας. Επιπλέον η ψυχολογική γνώση της εποχής, ανταποκρινόταν στην επανεμφάνιση του αριστοτελικού έργου «περί ψυχής». Οπότε η μελέτη της ψυχής εξακολουθεί να βασίζεται στην βιολογική προσέγγιση. Αξιοσημείωτο είναι ότι εκείνη την εποχή εμφανίστηκε για πρώτη φορά ο όρος “psychologia” (Thomas Freigius, 1575). Δεν θα επεκταθούμε σε επιμέρους μορφές της Αναγέννησης καθώς δεν το θεωρούμε χρήσιμο για τον σκοπό της παρούσας μελέτης.

2.2.2. Διαφωτισμός.

Έτσι περνάμε στη περίοδο των Νέων Χρόνων ή αλλιώς στα χρόνια του διαφωτισμού. Έχοντας ανοίξει ήδη ο δρόμος προς μια πιο αντικειμενική αναζήτηση σχετικά με τον κόσμο και τον άνθρωπο, τα έργα ατόμων, όπως ο Copernicus, ο Kepler, ο Galileo, ο Hobbes, ο Newton, ο Bacon και ο Descartes, μας εισαγάγουν στη περίοδο αυτή (Hergenhahn, 2008).

Ο Copernicus (1473-1543) μας είναι γνωστός για την ηλιοκεντρική θεωρία. Η κυριότερη συνεισφορά του Kepler (1571-1630) στην επιστήμη ήταν η επιμονή του ότι, όλες οι μαθηματικές αναγωγές πρέπει να επαληθεύονται από εμπειρική παρατήρηση. Ο Galileo (1564-1642), όπως και οι προηγούμενοι δύο, χρησιμοποιούσε και τόνιζε τη σημασία της εμπειρικής παρατήρησης, καθώς και την αξία του μαθηματικού συλλογισμού. Ως πλατωνικός υπεστήριζε ότι, οι αισθήσεις μπορούν να παράσχουν μόνο μια νύξη για τη φύση της πραγματικότητας, η τελική εξήγηση πρέπει να γίνει από την άποψη της λογικής τάξης πραγμάτων. Οι άνθρωποι δηλαδή, μπορούν να προσπελάσουν την αισθητηριακή εμπειρία μόνο με την ορθολογική σύλληψη των μαθηματικών νόμων. Ακολουθούμενος ο Newton (1642-1727), χρησιμοποιούσε κι εκείνος την μέθοδο της παρατήρησης, την μαθηματική παραγωγή και τον πειραματισμό, για την ανάπτυξη του παγκόσμιου νόμου της βαρύτητας. Γίνεται εμφανές ότι όλοι οι παραπάνω, χρησιμοποιώντας τις προαναφερθείσες μεθόδους έρευνας, αποτέλεσαν υπόδειγμα επιτυχίας για πολλούς μελετητές προερχόμενους από διαφορετικά πεδία. Συνεπώς η ορθολογική επιστήμη ανέβαινε στο προσκήνιο (Hergenhahn, 2008). Αργότερα ο Bacon (1561-1626) επέμεινε και τόνιζε ιδιαίτερα τα στοιχεία της παρατήρησης, για να προσδώσει σε κάτι επιστημονικό χαρακτήρα. Δυσπιστούσε προς τον ορθολογισμό, λόγω της έμφασης του σε λέξεις, επίσης προς τα μαθηματικά, λόγω της έμφασης τους σε σύμβολα. Έτσι εμπιστευόταν μόνο την άμεση παρατήρηση και καταγραφή της φύσης. Αυτός ο άκρατος εμπειρισμός σταδιακά έφτασε στον θετικισμό. Οπότε για εκείνον η επιστημονική γνώση, θα έπρεπε να συγκλίνει με την πρακτική, την άμεσα εφαρμόσιμη που δεικνύει η εμπειρία.

Στη συνέχεια ο Descartes (1596-1650), άσκησε ιδιαίτερα σημαντική επιρροή στο πεδίο της ψυχολογίας και πιο συγκεκριμένα στον κλάδο της ψυχοφυσιολογίας και της ψυχολογίας της συμπεριφοράς. Όπως οι παραπάνω, είχε και εκείνος την πεποίθηση ότι, η απόλυτη γνώση είναι πάντα μαθηματική γνώση. Απογοητευμένος από το πόρισμα του, ότι επί αιώνες οι φιλόσοφοι αναζητούν την αλήθεια, χωρίς να συμφωνούν μεταξύ τους για οτιδήποτε, κατέληξε στο συμπέρασμα ότι τα πάντα στη φιλοσοφία μπορούν να αμφισβητηθούν εκτός από ένα μόνο πράγμα. Το γεγονός ότι μπορούσε να αμφιβάλει. Η αμφιβολία συνεπάγεται σκέψη και συνεπώς ένα σκεπτόμενο όν. Έτσι κατέληξε στο γνωστό “cogito ergo sum” (Σκέφτομαι, άρα υπάρχω) και αναλύοντας τον συλλογισμό του περισσότερο, κατέληξε στη

θεώρηση των έμφυτων ιδεών της σκέψης. Ακόμη, με βάση αυτόν το συλλογισμό, απεφάνθη για τη ξεχωριστή φύση σώματος και ψυχής. Η υλική υπόσταση χαρακτηρίζεται από έκταση, αφού καταλαμβάνει χώρο, ενώ η πνευματική συνίσταται στη σκέψη, που δεν τη διακρίνει ούτε χώρος, ούτε ύλη. Είναι εντελώς ανεξάρτητη από το σώμα και όμως αλληλεπιδρά με αυτό. Έτσι ο Καρτέσιος αντιμετώπισε άμεσα το πανάρχαιο πρόβλημα «ψυχής- σώματος». Καθώς στηριζόταν σε λογικές, αλλά και φαινομενολογικές διαδικασίες, αντιλαμβανόταν τον υλικό κόσμο, τη συμπεριφορά των ζώων στο σύνολο της και μεγάλο μέρος της ανθρώπινης συμπεριφοράς, μηχανιστικά. Θεωρούσε τα νεύρα ως κοίλους σωλήνες, που περιείχαν λεπτά νήματα, τα οποία συνδέαν τους αισθητηριακούς υποδοχείς με τον εγκέφαλο. Τα νήματα αυτά συνδέονταν με τις κοιλίες του εγκεφάλου που ήταν γεμάτες ζωικά πνεύματα. Έτσι όταν τα ζωικά πνεύματα έρρεαν στους κατάλληλους μύες, τους ερέθιζαν και προκαλούσαν τη συμπεριφορά. Για τον λόγο αυτό, πίστευε ότι το ανθρώπινο σώμα λειτουργεί ως μηχανή, με τη βοήθεια των ζωικών πνευμάτων, ενώ το πνεύμα δεν υπόκειται σε τέτοιες υλικές αρχές. Παρουσιάζεται λοιπόν ως δυϊστής, και ο δυϊσμός του εξηγούνταν από την θεωρία της αλληλεπίδρασης μεταξύ σώματος και πνεύματος, που συμβαίνει σε μια μοναδική δομή του εγκεφάλου, το κωνάριο. Καθιέρωσε επομένως φιλοσοφικά και επιστημονικά, το πρόβλημα του δυισμού πνεύματος, αντί ψυχής, και σώματος. Εισήγαγε τον όρο της «συνείδησης» για την μελέτη του εαυτού, καθώς και της «αυτοσυνείδησης», χάριν πάλι του γνωστού συλλογισμού του (Δαφέρμος, 2010). Επίσης, ο Καρτέσιος ερευνώντας μηχανιστικά την αντανάκλαστική συμπεριφορά, μπορεί να θεωρηθεί ως η αρχή τόσο της θεωρίας περί ερεθίσματος- αντίδρασης, όσο και της ψυχολογίας της συμπεριφοράς. Ακόμη, οι πρακτικές έρευνες του στα ζώα, για να μάθει περισσότερα κατά αυτόν τον τρόπο και για τη λειτουργία του ανθρώπινου σώματος, τον καθιστά θεμελιωτή της φυσιολογικής ψυχολογίας. Συνολικά λοιπόν η φιλοσοφία του αναφέρεται συχνά, ως η αρχή της σύγχρονης ψυχολογίας. Έγινε εκτενέστερος λόγος για τις θεωρίες του Καρτέσιου, διότι, οι φιλοσοφικές θεωρίες που ακολούθησαν, του εμπειρισμού, του θετικισμού και του ορθολογισμού, ήταν κατά κάποιο τρόπο αντίδραση προς αυτόν, καταδεικνύοντας εναργέστερα το κύρος τους (Hergenhahn, 2008).

1.2.2.α. Εμπειρικοί φιλόσοφοι.

Εν συντομία αναφέρουμε το μοτίβο σκέψης των αντιπροσωπευτικότερων φιλοσόφων του εμπειρισμού, από τους οποίους προέκυψε η σύγχρονη ψυχολογία. Ο Hobbes (1588-1679), απλοποίησε την αντίληψη της φύσης του ανθρώπου του Καρτέσιου, κρατώντας μόνο τις μηχανιστικές αντιλήψεις, ο άνθρωπος δηλαδή ως μηχανή, αμφισβητώντας έτσι τις ιδεαλιστικές. Ο Locke (1632-1704), άσκησε κριτική στη θεωρία περί έμφυτων ιδεών,

αντιλέγοντας ότι ο άνθρωπος όταν γεννιέται είναι “tabula rasa” (λευκό χαρτί), εξαίροντας έτσι για άλλη μια φορά τη σημασία της αισθητηριακής εμπειρίας. Ο Berkeley (1685-1753), παρουσιάστηκε ως οπαδός του άκρατου εμπειρισμού. Εκτιμούσε όμως, ότι η υλιστική φιλοσοφία υπονόμει τη θρησκευτική πίστη κι έτσι αντιτάχθηκε στη παραδοχή ότι η ύλη υπάρχει. Για εκείνον : «υπάρχω σημαίνει να είμαι αντιληπτός». Υιοθέτησε την άποψη του υποκειμενικού ιδεαλισμού, την αναγνώριση της ύπαρξης ενός και μόνο ατομικού, αντιλαμβανόμενου και σκεπτόμενου υποκειμένου, η οποία θα δούμε στη συνέχεια, ότι χρησιμοποιήθηκε από τον Mach στην επιχειρηματολογία του υπέρ της «Νέας ψυχολογίας» (Δαφέρμος, 2010). Ουσιαστικά ο Berkeley δεχόταν την ύπαρξη εξωτερικής πραγματικότητας, μόνο μέσω της ικανότητας της αντίληψης, και όχι ότι αυτή συνίσταται σε αδρανή ύλη, όπως υποστήριζαν οι υλιστές. «το Είναι ταυτίζεται με το αντιλαμβάνεσθαι» (Hergenhahn, 2008). Φαίνεται ότι θέλοντας εκείνος να πατάξει τις αισθήσεις, τελικά τις εξύψωσε.

Ο Hume (1711-1776), ήθελε να δημιουργήσει μια επιστήμη της ανθρώπινης φύσης. Καθώς είχε εντυπωσιαστεί από τις φυσικές επιστήμες, θα χρησιμοποιούσε τα πειράματα και στην επιστήμη του ανθρώπου. Έτσι η γνώση θα βασίζεται στην εμπειρία μέσω προσεκτικής παρατήρησης. Συνεπώς δεχόταν την αποδεικτική γνώση και την εμπειρική. Η πρώτη, συσχετίζει ιδέες με ιδέες, όπως στα μαθηματικά. Η γνώση αυτού του είδους είναι αληθινή μόνο μέσω αποδεκτών ορισμών και δεν αναφέρεται απαραίτητα σε γεγονότα ή αντικείμενα εκτός του νου. Είναι προϊόν φαντασίας, το οποίο όμως αντιπροσωπεύει καθαρή και επακριβή σκέψη. Το δεύτερο είδος γνώσης βασίζεται στην εμπειρία και μόνο αυτή μπορεί να καθοδηγεί αποτελεσματικά τη συμπεριφορά μας στον κόσμο (Hergenhahn, 2008).

Ο James Mill (1773-1836), επηρεασμένος κι αυτός από τη φυσική του Newton, προσπάθησε να εφαρμόσει τις αρχές της, στη κατανόηση και λειτουργία του νου. Έτσι επέμενε ότι, κάθε νοητική εμπειρία, μπορούσε να αναλυθεί στις απλές ιδέες που τη συγκροτούν, με τη βοήθεια του νόμου του συνειρμού, κατά ανάλογο τρόπο που το σύμπαν μπορούσε να κατανοηθεί, ως αποτελούμενο από υλικά στοιχεία που συγκροτούνται από φυσικές δυνάμεις. Ο διάδοχος του, ο John Stuart Mill (1806-1873), παρά το γεγονός ότι δεν επιθυμούσε να ονομάζεται εμπειριστής, σε σχέση με τους προγενέστερους, προσπάθησε να «εκσυγχρονίσει» τον κλασικό εμπειρισμό, μέσω της λογικής επεξεργασίας της γνώσης. Η σύνδεση του εμπειρισμού με την ανάλυση της γλώσσας της επιστήμης, προετοίμασε την μετέπειτα εμφάνιση του λογικού θετικισμού, που επίσης συνέβαλε στην ισχυροποίηση της «Νέας ψυχολογίας». Από την άλλη όμως, απέρριψε την μηχανιστική αναγωγή του τρόπου κατανόησης λειτουργίας του νου και στη θέση της, πρότεινε τη δημιουργία «νοητικής χημείας», που αναδεικνύει τον ρόλο του υποκειμένου στη διαδικασία κατανόησης του συνειρμού (Δαφέρμος, 2010).

1.2.2.β. Θετικιστές φιλόσοφοι

Ο Auguste Comte (1798-1857), δεν περιορίστηκε στην φιλοσοφία του εμπειρισμού (απόκτηση γνώσης μέσω εμπειρίας), αλλά την προέκτεινε στη φιλοσοφία του θετικισμού. Σύμφωνα με αυτήν, η γνώση της πραγματικότητας δεν βρίσκεται απλά στα εμπειρικά δεδομένα, αλλά πρέπει να βασίζεται σε αυτά. Επέμενε να θεωρεί ως έγκυρες γνώσεις μόνο αυτές που παρέχει η εφαρμοσμένη επιστήμη, γι αυτό και προσπαθούσε να δημιουργήσει μια επιστήμη της ανθρώπινης συμπεριφοράς, χρησιμοποιώντας τις μεθόδους των φυσικών επιστημών. Συνεπώς φαίνεται ότι ο Comte ήθελε να θεμελιώσει μια διαφορετική από την ψυχολογία, νέα επιστήμη και όχι να επηρεάσει τη συγκρότηση της. Έβλεπε την επιστήμη μόνο ως μέσο βελτίωσης της κοινωνίας και συγκλίνοντας με την άποψη του Bacon, θεωρούσε ότι η γνώση δεν είναι σημαντική αν δεν έχει κάποια πρακτική σημασία. Συμφωνούσαν λοιπόν ότι η επιστήμη πρέπει να είναι πρακτική και μη θεωρητική (Hergenhahn, 2008). Ακόμη ο Comte ιεραρχώντας τις επιστήμες σε έναν κατάλογο, παρέλειψε την ψυχολογία, καθώς για εκείνον η μελέτη του νου, μέσω ενδοσκόπησης, υπάγεται στη μεταφυσική. Παρ' όλα αυτά αναγνώριζε δύο μεθόδους αντικειμενικής μελέτης του ατόμου. Την φρενολογία, μια προσπάθεια συσχέτισης των νοητικών φαινομένων με την ανατομία και τις διαδικασίες του εγκεφάλου και δεύτερον, την μελέτη του νου μέσω των προϊόντων του. Μέσω δηλαδή της μελέτης της φανεράς συμπεριφοράς του ατόμου και ιδιαίτερα της κοινωνικής. Συνεπώς σύμφωνα με τον Hergenhahn (2008), ο πρώτος τρόπος ανήγε την ψυχολογία στη φυσιολογία και ο δεύτερος στην κοινωνιολογία. Γίνεται έτσι αντιληπτό, ότι ένας άνθρωπος, ενδιαφερόμενος μόνο για έναν κλάδο της ψυχολογίας, την ψυχολογία της συμπεριφοράς που συνδέεται με την φυσιολογία, μπόρεσε να επηρεάσει τη μετέπειτα μετατροπή της ψυχολογίας στο σύνολο της. Βέβαια δεν ήταν μόνος του σε αυτήν τη προσπάθεια.

Ο Ernst Mach (1838-1916), εξίσου θετικιστής, οδήγησε κι αυτός την ψυχολογία πιο κοντά στην πειραματική επιστήμη. Ο τύπος του θετικισμού του Mach, απαντιόταν στην ισχύ των αισθήσεων. Οι αισθήσεις αποτελούν το τελικό αντικείμενο για κάθε επιστήμη, συμπεριλαμβανομένης της ψυχολογίας και όχι τα φυσικά γεγονότα που μπορούσαν να βιωθούν από οποιονδήποτε παρατηρητή. Με άλλα λόγια, τόσο ο Comte, όσο και ο Mach πίστευαν ότι οι επιστημονικοί νόμοι έχουν ισχύ και ότι αυτοί προκύπτουν από την εμπειρία. Ο πρώτος έδινε έμφαση στις εμπειρίες στις οποίες μπορεί κανείς να συμμετέχει από κοινού με άλλους, ενώ ο δεύτερος εστίαζε στις ιδιωτικές εμπειρίες, χωρίς να αρνείται τη μέθοδο της ενδοσκόπησης. Ο θετικισμός γενικότερα μετεξελίχθηκε σταδιακά σε λογικό θετικισμό, ο οποίος εν τέλει επηρέασε τη διαμόρφωση της ψυχολογίας δριμύτατα (Hergenhahn, 2008).

1.2.2.γ. ορθολογιστές φιλόσοφοι

Όπως είδαμε, οι εμπειριστές και οι θετικιστές στήριζαν κάθε γνώση στην εμπειρία. Έτσι υποβίβαζαν το νου στη θέση ενός παθητικού δέκτη, που ενεργοποιείται αυτόματα, βάσει των αισθήσεων. Οι ορθολογιστές αντίθετα παραδέχονταν την ύπαρξη ενός νου πολύ πιο ενεργητικού, ο οποίος δεν ενεργεί απλά βάσει αισθητηριακών δεδομένων, αλλά που επιπλέον νοηματοδοτεί τις πληροφορίες αυτές που δέχεται μέσω των αισθήσεων. Σαφής διάκριση μεταξύ εμπειρισμού και ορθολογισμού δεν υπάρχει. Είναι κυρίως θέμα έμφασης. Οι εμπειριστές τόνιζαν τη σημασία των αισθητηριακών πληροφοριών και προϋπέθεταν έναν σχετικά παθητικό νου, που έτεινε να λειτουργεί με μηχανιστικούς νόμους. Οι ορθολογιστές τόνιζαν τη σημασία έμφυτων δομών, αρχών, που προϋπέθεταν έναν ενεργητικό νου που δίνει νόημα στις πληροφορίες των αισθήσεων. Τώρα θα εξετάσουμε το έργο ορισμένων ορθολογιστών που επηρέασαν στη διαμόρφωση της σύγχρονης ψυχολογίας (Hergenhahn, 2008).

Ο Spinoza (1632-1677), εντυπωσιάστηκε από την καρτεσιανή φιλοσοφία, όμως διαφοροποίησε τη θέση του για τη σχέση πνεύματος- σώματος. Για εκείνον, το σώμα και το πνεύμα ήταν όψεις του ίδιου νομίσματος και συνεπώς αδιαχώριστες μεταξύ τους. Έτσι συνέδεσε την φυσιολογία και την ψυχολογία σε ένα ενιαίο σύστημα, χαρακτηρίζοντας το παραπάνω πρόβλημα ως ψυχοφυσιολογικό. Η ιδέα αυτή προέκυψε από τον πανθεισμό του. Έτσι ο Θεός είναι η φύση, σκέψη στηριζόμενη σε στωϊκή βάση, και χαρακτηρίζεται από ύλη και από πνεύμα. Για αυτό οι άνθρωποι κατά εκείνον είναι νοούσες υλικές ουσίες. Επιπλέον, αφού είναι μέρος της φύσης, υπόκεινται κι αυτοί σε νόμους, δηλαδή είναι προκαθορισμένοι. Οπότε ο Spinoza υιοθέτησε την ψυχική αιτιοκρατία έναντι της τελεολογίας, η οποία επικράτησε αργότερα για όλες τις ψυχολογικές διαδικασίες (Hergenhahn, 2008).

Ο Leibniz (1646-1716), απέρριψε τον καρτεσιανό δυϊσμό, καθώς και την αλληλεπιδρώσα σχέση πνεύματος-σώματος. Επέμεινε στην άποψη του ψυχοφυσιολογικού παραλληλισμού, που ορίζεται από κάποια προκαθορισμένη αρμονία. Η αρμονία αυτή, όπως και η αρμονία όλων των μονάδων, όλων δηλαδή των έμβιων όντων του σύμπαντος εξηγείται μέσω της έννοιας των «ασυνείδητων αντιλήψεων». Η έννοια αυτών παρουσίασε ενδιαφέρον στην ανάπτυξη της ψυχολογίας. Κάθε στιγμή δηλαδή δεχόμαστε εντυπώσεις, που δεν τις συνειδητοποιούμε και δεν τις αναστοχαζόμαστε, είτε γιατί είναι πολυάριθμες, είτε γιατί δεν μπορούμε να τις διακρίνουμε λόγω ομοιομορφίας. Εντούτοις σε αυτές οφείλουμε τα συγκεκριμένα αισθήματα και αντιλήψεις (Δαφέρμος, 2010).

Στη συνέχεια ο Reid (1710-1796), πίστευε ότι επειδή μπορούμε να βιώσουμε μόνο αισθητηριακές εντυπώσεις, όλα όσα μπορούμε να γνωρίζουμε θα πρέπει να βασίζονται σε αυτές. Πάνω σε αυτή την άποψη παρουσίασε τη φιλοσοφία του κοινού νου. Θεωρούσε ότι

μπορούμε να εμπιστευόμαστε τις εντυπώσεις μας από τον υλικό κόσμο, επειδή ο κοινός νους, μας υπαγορεύει να το κάνουμε. Έλεγε ότι είμαστε από τη φύση μας προικισμένοι με τις ικανότητες να αντιμετωπίσουμε τον κόσμο και να τον κατανοούμε. Πάνω σε αυτό θα επανέλθουμε παρακάτω. Για αυτό, υποστήριξε και τον άμεσο ρεαλισμό, την πεποίθηση ότι ο κόσμος είναι όπως τον βιώνουμε άμεσα. Μια πεποίθηση που επίσης θα τη ξανασυναντήσουμε (Hergenhahn, 2008).

Συνεχίζοντας συναντούμε τον Kant (1724-1804). Εκείνος επιχείρησε να αποδείξει ότι ορισμένες αλήθειες δε βασίζονται μόνο στην υποκειμενική εμπειρία, όπως υποστήριξε ο Hume. Διαπίστωσε ότι τα ίδια τα συστατικά που είναι απαραίτητα για να σκεφτεί κανείς, δε μπορεί να προέρχονται από την εμπειρία, αλλά ενδεχομένως να είναι *a priori*. Δεν αρνιόταν τη σημασία των αισθητηριακών δεδομένων, αλλά πίστευε ότι ο νους ως ενεργός θα πρέπει να προσθέτει κάτι σε αυτά, προκειμένου να επιτευχθεί γνώση. Εκεί λοιπόν έρχονται οι έμφυτες κατηγορίες σκέψης του νου, που τροποποιούν αυτό που έχει βιωθεί υποκειμενικά, δίνοντας του έτσι πληρέστερο νόημα. Τέτοιες έμφυτες κατηγορίες σκέψης ή έννοιες, αφορούσαν το χρόνο, το χώρο, την αιτιότητα, πιθανότητα κ.τ.λ. και ισχυριζόταν ότι, σε αυτές τις έμφυτες έννοιες οφείλουμε την ικανότητα γενίκευσης. Για εκείνον, οι γνώσεις μας δεν συνίστανται μόνο σε αισθητηριακές εντυπώσεις ή συνδυασμούς αυτών, αλλά πίστευε ότι αυτές οι εντυπώσεις σχηματίζονται από τις κατηγορίες της σκέψης και συνεπώς η φαινομενολογική εμπειρία μας, είναι το αποτέλεσμα του συνδυασμού των αισθήσεων και των κατηγοριών της σκέψης (Hergenhahn, 2008). Ή αλλιώς, η γνώση προκύπτει μέσω της συνένωσης νόησης και αισθήσεων. Η γνώση ξεκινά από τις αισθήσεις, κλιμακώνεται με τη διάνοια και ολοκληρώνεται με τον λόγο. Ο Kant διέκρινε την εμπειρική από την ορθολογική ψυχολογία. Η ορθολογική ψυχολογία ασπάζεται τη παραδοχή ότι η ψυχή είναι άυλη, άφθαρτη, αιώνια, αθάνατη υπόσταση που δίνει ζωή στο σώμα. Εκείνος δεν αμφισβήτησε την ύπαρξη μιας τέτοιας ψυχής, αλλά την δυνατότητα απόκτησης γνώσης για αυτήν, μέσω του αγνωστικισμού. Μόνο όμως με τον καθαρό λόγο είναι αδύνατο να επιτευχθεί κάτι τέτοιο, οπότε χρειάζεται να μελετάμε την ψυχή, υπό το πρίσμα της εμπειρίας και συνεπώς να δεχόμαστε μόνο την εμπειρική ψυχολογία ως επιστήμη για τη μελέτη των φαινομένων της συνείδησης. Επομένως αντιμετώπιζε με επιφύλαξη τη δυνατότητα της ορθολογικής ψυχολογίας να μελετά την ψυχή καθεαυτή. Μάλιστα ο ίδιος στο έργο του «Μεταφυσικά θεμέλια της φυσικής επιστήμης, 1957», θεωρούσε ότι η ψυχολογία δεν θα μπορέσει ποτέ να γίνει πειραματική επιστήμη, γιατί δεν είναι σε θέση να χρησιμοποιήσει τα μαθηματικά για τη διερεύνηση των εσωτερικών αισθήσεων. Οπότε θα παραμένει αποκλεισμένη από τις ακριβείς, φυσικές επιστήμες. Παρ' όλα αυτά, κατά τα μέσα του 19^{ου} αιώνα φάνηκε ότι, οι δυσκολίες αυτές ξεπεράστηκαν και η ψυχολογία μετετράπη σε πειραματική επιστήμη. Οι επιδράσεις του φιλοσόφου φάνηκαν ιδιαίτερα στην ανάπτυξη της γνωστικής ψυχολογίας (Δαφέρμος, 2010).

Μια άλλη μορφή που επηρέασε την ανάπτυξη της ψυχολογίας ήταν ο Herbart (1776-1841). Συμφωνούσε με την άποψη του Kant ότι, η ψυχολογία δε θα μπορούσε ποτέ να γίνει πειραματική επιστήμη, αλλά από την άλλη, θεωρούσε ότι οι δραστηριότητες του νου μπορούσαν να εκφραστούν μαθηματικά. Έτσι με αυτή την έννοια, η ψυχολογία μπορούσε τουλάχιστον να γίνει επιστήμη. Ήταν από τους πρώτους που χρησιμοποίησαν κάποιο μαθηματικό μοντέλο στη ψυχολογία. Πίστευε ότι στο νου υπάρχουν παραστάσεις- ιδέες, που αγωνίζονται για να αποκτήσουν συνείδηση. Όταν δεν τα καταφέρνουν οι ιδέες αυτές δεν παύουν να υπάρχουν, απλώς καθίστανται ασυνείδητες. Ο Herbart χρησιμοποίησε τον όρο «ουδό», ώστε να διακρίνει το όριο μεταξύ συνειδητού και ασυνείδητου. Κατά αυτόν τον τρόπο επιχείρησε να εκφράσει με μαθηματικά την παραπάνω σχέση. Συνεπώς παρά την άρνηση του ότι η ψυχολογία μπορούσε να εξελιχθεί σε πειραματική επιστήμη, η ποσοτική του προσέγγιση για τα νοητικά φαινόμενα, βοήθησαν στην υλοποίηση της εξέλιξης αυτής.

Κλείνοντας με τους ορθολογιστές, θα αναφερθούμε στον Hegel (1770-1831). Ο Hegel θεωρούσε το σύμπαν ως μια αλληλοσυσχετιζόμενη ενότητα, που την αποκαλούσε Απόλυτο. Για την αναζήτηση της γνώσης έτεινε προς τον Πλάτωνα. Οι αισθητηριακές εντυπώσεις μπορούν να γίνουν χρήσιμες μόνο αν εντοπίσουμε τις γενικές έννοιες των οποίων είναι δείγμα. Η διαλεκτική του διαδικασία περιελάμβανε μια θέση, μια αντίθεση και μια σύνθεση των δύο (Hergenhahn, 2008).

Σας υπενθυμίζω στο σημείο αυτό, ότι στην εισαγωγή αναφερθήκαμε στα επιστημονικά επιτεύγματα του 17^{ου} αιώνα που παρουσίαζαν πρακτική χρησιμότητα. Αφού λοιπόν εκθέσαμε τον τρόπο σκέψης σχετικά με την ανάπτυξη της επιστημονικής προόδου της περιόδου αυτής, λίγο νωρίτερα, καθώς και μετέπειτα, είναι πασιφανές η τάση της επιστημονικής γνώσης προς μια τεχνική, πρακτική γνώση, για επίλυση πρακτικών ζητημάτων. Η εμπειρία δηλαδή αποκτούσε υπεροχή έναντι της θεωρίας, καθώς και η ποσότητα έναντι της ποιότητας. Μάλιστα σύμφωνα με την άποψη του Hessen (1931), η εμφάνιση της νευτώνειας φυσικής συνδεόταν με τις οικονομικές και τις τεχνολογικές ανάγκες της αναδυόμενης αστικής τάξης. Μη ξεχνάμε ότι, σύμφωνα με τον Hergenhahn (2008), ειδικά η φυσική του Νεύτωνα αποτέλεσε πηγή έμπνευσης για πολλούς μεταγενέστερους, με χαρακτηριστικότερους τους: Καρτέσιο, James και John Stuart Mill, Herbart, των οποίων τα επιτεύγματα, αν ισχύει η άποψη του Hessen, επίσης δεν προορίζονταν για την επιστήμη καθεαυτή, όπως ενδεχομένως και των αντίλογων τους. Εύλογα λοιπόν μας λέει ότι οι επιστημονικές θεωρίες του 17^{ου} αιώνα συνδέονταν με τα τεχνικά και οικονομικά προβλήματα εκείνης της εποχής. Ακόμη, η κατεύθυνση της επιστημονικής γνώσης επηρεάστηκε και από τη μετάβαση της φεουδαρχίας στην κεφαλαιοκρατία. Η μετάβαση αυτή, όπως έχει ήδη ειπωθεί νωρίτερα, προκάλεσε τις οικονομικές και κοινωνικές συγκυρίες που ενέπλεξαν και τροποποίησαν τον χαρακτήρα της επιστημονικής γνώσης. Τότε επήλθε και η χειραφέτηση των επιστημών από την φιλοσοφία,

ξεκινώντας με τις φυσικές επιστήμες (Μηχανική, Αστρονομία κ.τ.λ.), προετοιμάζοντας έτσι και την χειραφέτηση της ψυχολογίας που ακολούθησε στα μέσα του 19^{ου} αιώνα (Δαφέρμος, 2010).

2.3. Η μετεξέλιξη και μετονομασία της «θεραπείας της ψυχής» σε «ψυχοθεραπεία» τον 19^ο αιώνα

Σύμφωνα με τον Richards (1992), στα μέσα του 19^{ου} αιώνα η διαμόρφωση της ψυχολογίας διέφερε σε Γερμανία, Βρετανία και Γαλλία. Καθεμία χώρα από αυτές, όπως μας λέει ο Danzinger (1990) ακολούθησε και ανέδειξε διαφορετικούς μεθοδολογικούς προσανατολισμούς στη μελέτη της ψυχολογίας. Παρατηρώντας λοιπόν ήδη την περιφρόνηση της φιλοσοφίας, την μεταστροφή του ενδιαφέροντος από την ψυχή, στη σκέψη και στη συνείδηση, καθώς και την αυξανόμενη τάση απόλειψης όρου που παραπέμπει στη σφαίρα του μεταφυσικού, η εμφάνιση του όρου «ψυχοθεραπεία» ακολουθεί ως λογική συνέπεια.

Η ψυχοθεραπεία ήρθε να αντικαταστήσει την διαδικασία θεραπείας της ψυχής, καθώς θεωρήθηκε πιο ταιριαστός όρος για να συνοδεύσει την πορεία εξέλιξης της ψυχολογίας. Στη Γερμανία επικράτησε η πειραματική έρευνα της φυσιολογίας των αισθήσεων, στη Βρετανία το μοντέλο έρευνας του Galton, βασισμένο στη χρήση στατιστικών τεχνικών και στη Γαλλία αναδείχθηκε η ιατρική, κλινική προσέγγιση της έρευνας. Όπως φαίνεται, η ψυχοθεραπεία πλέον βρίσκεται πλησιέστερα στην προσέγγιση της Γαλλίας. Εκεί στράφηκε επιπλέον στη θεραπεία, στο πεδίο της εφαρμοσμένης ψυχολογίας, μακριά από την επιστημονική ψυχολογία. Το ενδιαφέρον των ψυχολόγων κέντριζε η μελέτη, αλλά και η θεραπεία των παθολογικών καταστάσεων του ψυχισμού. Έτσι η ψυχολογία στη Γαλλία συνδέθηκε στενά με την ψυχιατρική και εστιάστηκε στη μελέτη των ασυνήθιστων ψυχικών καταστάσεων του ανθρώπου (Leahey, 2001). Νωρίτερα είδαμε τη συμβολή του Pinel, ως θεμελιωτή της σύγχρονης ψυχιατρικής, που προώθησε μια πιο ανθρωπιστική αντιμετώπιση και έναν αναδιοργανωμένο τρόπο λειτουργίας των ασύλων για τους ψυχικά πάσχοντες. Ήταν λοιπόν λογικό επόμενο, κατά την διάρκεια του 19^{ου} αιώνα, να επέλθει η προώθηση της ιατροκοποίησης της ψυχικής ασθένειας. Εδώ ταιριάζει ίσως και η άποψη του Jung (1990), ότι η ψυχοθεραπεία είναι τομέας της ιατρικής, η οποία αναπτύχθηκε μόλις τα τελευταία χρόνια, αποκτώντας μια ορισμένη αυτοτέλεια και η οποία όμως βασίζεται στη διαλεκτική διαδικασία και όχι στα φάρμακα. Λόγω του ιατρικού λοιπόν πρίσματος, κυριάρχησε η ιδέα ότι τα ψυχικά προβλήματα έπρεπε να μελετηθούν και να αντιμετωπιστούν με τις μεθόδους της φυσικής επιστήμης, εφόσον όπως καταδείξαμε και παραπάνω, αυτές θεωρούνταν επιτυχημένες. Με την εφαρμογή της μηχανοκρατίας, της αιτιοκρατίας και του θετικισμού, αναζητούσαν φυσικά αίτια για κάθε ανθρώπινη συμπεριφορά. Το αποτέλεσμα ήταν, για μια ακόμη φορά, να

επανέλθει η ιδέα του Ιπποκράτη και να δίνεται έμφαση στην έρευνα του εγκεφάλου για πιθανή εντόπιση βλαβών που να σχετίζονται με τις ψυχικές ασθένειες.

Η ύπνωση, ως μέθοδος θεραπείας ήταν πολύ δημοφιλής στη Γαλλία, ώστε σχηματίστηκαν δύο βασικές κατευθύνσεις έρευνας πάνω σε αυτήν. Μη ξεχνάμε ότι είχε προηγηθεί ο μεσμερισμός που έθεσε τις προϋποθέσεις για την έλευση της ύπνωσης στο πεδίο της ψυχοθεραπείας. Οι κατευθύνσεις ήταν, η σχολή της Nancy και η σχολή της κλινικής της Salpetriere, με διευθυντή τον Charcot. Στην πρώτη σχολή παράγοντας για να περάσει κάποιος σε κατάσταση ύπνωσης, αποτελούσε η λεκτική υποβολή, η ικανότητα πειθούς του υπνωτιστή. Οπότε η ύπνωση δεν αφορούσε αποκλειστικά και μόνο τα μη φυσιολογικά άτομα (Roback, 2004). Αντίθετα, ο Charcot, ενδιαφερόμενος για την υστερία και μελετώντας την, κατέληξε στο ότι η υστερία είναι αληθινή ασθένεια και όχι προσποίηση ασθένειας, όπως πίστευαν πολλοί γιατροί. Παρατηρώντας ότι τόσο η ύπνωση, όσο και η υστερία, συνοδεύονταν από τα ίδια συμπτώματα, θεώρησε ότι η επιδεκτικότητα στην ύπνωση, υποδήλωνε τη παρουσία υστερίας. Η πεποίθηση του ότι οι δεκτικοί στην ύπνωση διακρίνονταν από ψυχική παθολογία, τον έφερε σε οξεία αντιπαράθεση με τη σχολή της Nancy που υποστήριζε ότι, στην ύπνωση μπορούν να υποβληθούν και οι φυσιολογικοί (Hergenhahn, 2008, Δαφέρμος, 2010). Λόγω του ιατρικού μοντέλου ο Charcot αναζητούσε το νευρολογικό αίτιο της νόσου αυτής και καθότι δεν το εντόπιζε, παραιτήθηκε από την αντιπαράθεση, οπότε επικράτησε η σχολή της Nancy. Συνεχίζοντας ωστόσο ο ίδιος την έρευνα του, παρ' ότι εκφραστής της θετικιστικής ιατρικής, πλέον εικάζε ότι τα υστερικά συμπτώματα είχαν ψυχολογική μάλλον, παρά οργανική προέλευση. Έτσι παρατηρούμε από την μία, την αντίσταση στη παραδοχή ότι το αίτιο μια ασθένειας δεν γίνεται αντιληπτό από τις αισθήσεις μας κι όμως υπάρχει, και από την άλλη, το ερέθισμα για να εισαχθεί στο πεδίο της ψυχοθεραπείας, η μελέτη και η αναζήτηση ψυχικών αιτίων για την ανακούφιση σωματικών ή μη συμπτωμάτων μιας ασθένειας. Με την παράμετρο αυτή αποφάσισε να ασχοληθεί ο Freud κι έτσι η σύγχρονη ψυχοθεραπεία, όταν δηλαδή έγινε η ψυχολογία ανεξάρτητη πλέον επιστήμη, στα μέσα του 19^{ου} αιώνα, ξεκινά με την εφαρμογή της ψυχαναλυτικής θεωρίας του Freud.

Μαζί με τον Charcot λοιπόν, μαθήτευσε μεταξύ άλλων και ο Freud, ο οποίος επηρεάστηκε σημαντικά από την ιδέα του, ότι η σωματική ασθένεια μπορεί να έχει ψυχολογική προέλευση. Έτσι ο Freud άλλαξε προσανατολισμό από την νευρολογία και επικεντρώθηκε σε θέματα ψυχοπαθολογίας (Freud, 2006). Ξεκινώντας λοιπόν από τις κλινικές παρατηρήσεις και τη συμβολή του ιατρού Breuer για τη θεραπεία μέσω ύπνωσης και τη κάθαρση, αποφάσισε να θεραπεύσει υστερικούς. Χαρακτηριστική είναι η περίπτωση της Άννας Ο, ασθενής του Breuer. Με αφορμή εκείνην γεννήθηκε από τον Freud η μέθοδος του ελεύθερου συνειρμού το 1896, αφήνοντας έτσι πίσω την ύπνωση και αναδεικνύοντας την ψυχανάλυση ή αλλιώς την

ψυχολογία του ασυνειδήτου, που ιδρύθηκε επίσημα ως σχολή το 1895. Αν και η ψυχανάλυση στράφηκε κι ανέδειξε τα ψυχικά αίτια μιας ψυχικής διαταραχής, δεν έπαυε να υπάρχει ο ιατρικός προσανατολισμός. Πολλοί ήταν εκείνοι που έτειναν να εκλαμβάνουν τα ψυχολογικά προβλήματα σε αναλογία προς τις φυσικές ασθένειες. Κατά συνέπεια, μέχρι τα μέσα του 19^{ου} αιώνα η κυρίαρχη πεποίθηση ήταν ότι το αίτιο κάθε ασθένειας, συμπεριλαμβανομένης της ψυχικής, ήταν η διαταραγμένη φυσιολογία ή χημεία του εγκεφάλου (Hergenhahn, 2008). Η ίδια βέβαια φυσιοκρατική αντίληψη έχει εντοπιστεί και προηγούμενα, με τη συμβολή του εμπειρισμού και του θετικισμού, για το ευρύτερο πεδίο της ψυχολογίας, που έτειναν να περιορίσουν στην πειραματική ψυχολογία. Ο Freud έχοντας ιατρική εκπαίδευση, επιθυμούσε να εισάγει την επιστημονική αξιοπιστία στην ψυχολογική θεραπεία και συγκεκριμένα στη ψυχαναλυτική του θεωρία (Freud, 2006). Όχι όμως να την ισχυροποιήσει μόνο μέσω της ταύτισης της με την ιατρική. Μέσω δηλαδή χρησιμοποίησης μεθόδων των φυσικών επιστημών, γιατί όπως θα δούμε παρακάτω, στην Αμερική η φυσιοκρατική αυτή αντίληψη οδήγησε στην ιατροποίηση και αντικειμενοποίηση της ψυχανάλυσης. Έτσι θεωρήθηκε ότι μέσα σε ένα πιο κοινότυπο σταθερό πλαίσιο, όπως αυτό της ιατρικής, θα μπορούσε η ψυχοθεραπεία να γίνει επάγγελμα (Freedheim, 1992).

2.4. Η πορεία προς τη διαμόρφωση της σύγχρονης ψυχολογίας, κατά τον 19^ο αιώνα

Προτού προχωρήσουμε στις βασικές ψυχολογικές θεωρίες της ψυχολογίας, ως επιστήμη, και την συνεισφορά τους στη διαμόρφωση των βασικών σχολών ψυχοθεραπείας, κρίνουμε αναγκαίο να συνεχίσουμε την έκθεση των σημαντικότερων σταθμών στη πορεία της ψυχολογίας, μέχρι να ανεξαρτητοποιηθεί από την φιλοσοφία. Με την εξέταση αυτή, θα κατανοηθεί πληρέστερα η αιτία για την σημερινή μορφή της ψυχολογίας, μα και της ψυχοθεραπείας. Πρώτα από όλα, είναι σημαντικό να σκιαγραφήσουμε το πλαίσιο μέσα στο οποίο έλαβε χώρα η ισχύουσα μέχρι σήμερα εξέλιξη της ψυχολογίας.

Στις πρώτες δεκαετίες λοιπόν του 19^{ου} αιώνα, πραγματοποιήθηκε η βιομηχανική επανάσταση και ταυτόχρονα κυριάρχησαν οι κεφαλαιοκρατικές σχέσεις παραγωγής. Οι εξελίξεις αυτές προκάλεσαν αλλαγές σε κοινωνικό επίπεδο, καθώς ενδυνάμωσαν ακόμη περισσότερο οι σχέσεις παραγωγής μεταξύ των ανθρώπων, όπου η εργασία τους μετατράπηκε από δημιουργική σε νεκρή διαδικασία, προς όφελος συσσώρευσης της παραγωγής και κατά συνέπεια προς όφελος του κεφαλαίου. Ισχυροποιήθηκε η τάση εξατομίκευσης της κοινωνίας, όπου κυριαρχεί η αναζήτηση της ατομικής επιτυχίας στο πλαίσιο του ελεύθερου ανταγωνισμού, που δημιουργεί η ιδεολογία του φιλελευθερισμού (Βαζιούλιν, 2004). Επιπλέον, οι νέες αυτές ιστορικές συνθήκες επέφεραν αλλαγές και στον επιστημονικό χώρο. Σύμφωνα με τον Marx (1994), η κεφαλαιοκρατική παραγωγή δημιουργεί, για πρώτη φορά, τα

υλικά μέσα της έρευνας, της παρατήρησης και του πειραματισμού. Κατά συνέπεια, οι άνθρωποι της επιστήμης ωθήθηκαν σε αναζήτηση των καλύτερων πρακτικών εφαρμογών της επιστήμης τους, μέσα σε ένα κλίμα ανταγωνισμού. Έτσι εντατικοποιήθηκε η ανάπτυξη των εφαρμοσμένων πειραματικών επιστημών, αφού σε αυτές χρησιμοποιούνταν οι συγκεκριμένες μέθοδοι έρευνας.

Καθώς λοιπόν η τάση εμπειριοκρατίας και θετικισμού έχει ξεκινήσει ήδη από τον 17^ο αιώνα να παρατηρείται στο πεδίο της επιστήμης, είναι αναμενόμενη η εξέλιξη προς αυτήν τη κατεύθυνση. Έτσι πέραν της Μηχανικής, που θεωρούνταν πρωταρχική επιστήμη, άρχισε να αναπτύσσεται ένα ευρύτερο πλέγμα φυσικών πάντα επιστημών (Γεωλογία, Βιολογία, Χημεία κ.τ.λ.) (Kedron, 1985 παραπ. στον Δαφέρμο, 2010). Απόρροια αυτού, ήταν να θεωρηθούν αυτές οι νέο-εμφανισθείσες φυσικές επιστήμες το πρότυπο επιστημονικότητας, στο οποίο οι κοινωνικές επιστήμες θα υπάκουαν, αν ήθελαν να θεωρούνται επιστημονικές και παραδεκτές από τους εκπροσώπους του επιστημονικού χώρου. Φυσικά η ψυχολογία δεν έμεινε ανεπηρέαστη από τις επιστημονικές ανακαλύψεις του 19^{ου} αιώνα. Θα αναφέρουμε κάποια μόνο χαρακτηριστικά παραδείγματα επιστημονικών επιτευγμάτων, που την επηρέασαν ακόμη βαθύτερα στη διαμόρφωση της, διότι ουσιαστικά όλες οι ανακαλύψεις της συγκεκριμένης εποχής εξακολούθησαν να οδεύουν προς μια ακόμα εντονότερη τάση επικράτησης εξήγησης φαινομένων με βάση τις φυσικές επιστήμες. Άρα για το σκοπό μας, δεν κρίνεται σημαντική η ανάλυση απομονωμένων ανακαλύψεων.

Βλέπουμε λοιπόν ότι, ο Michael Faraday (1791-1867), δημιούργησε τη πρώτη ηλεκτρογεννήτρια, η ανακάλυψη της οποίας είχε μεγάλη σημασία για τον εξοπλισμό των πρώτων εργαστηρίων της ψυχολογίας. Συνεπώς εξυπηρετούσε της ανάγκες της πειραματικής μόνο ψυχολογίας και όχι της ψυχολογίας στο σύνολο της. Έπειτα η αρχή διατήρησης της ενέργειας, από τον Herman von Helmholtz (1821-1894), γνωστή ως, ο πρώτος νόμος της θερμοδυναμικής, όπου έδειξε ότι η ενέργεια ούτε δημιουργείται από το μηδέν, ούτε καταστρέφεται, αλλά αλλάζει μορφές ενέργειας, οδήγησε στην αμφισβήτηση της ευρέως διαδεδομένης αντίληψης, από την προσωκρατική ήδη εποχή, ότι ο άυλος νους ασκεί επίδραση σε ένα υλικό σώμα. Η απόπειρα εφαρμογής της αρχής αυτής στη ψυχολογία, συνέβαλε στη θεμελίωση μιας υλιστικής, αιτιοκρατικής ψυχολογίας (Hilgard, 1987). Με βάση δηλαδή την αρχή αυτή, επιχειρήθηκε η εξίσωση της υλικής με την άυλη φύση του ανθρώπου. Με άλλα λόγια καταργείται ο δυϊσμός ψυχής- σώματος.

Ακόμη, ο θετικισμός του Comte για την επιστήμη, στον οποίον προαναφερθήκαμε, που εδράζεται στην παρατήρηση και καταγραφή των γεγονότων, δίχως πρόσβαση στις γενεσιουργές αιτίες τους, απορρίπτει τον μεταφυσικό χαρακτήρα της ψυχολογίας εκείνης που στηρίζεται στην ενδοσκοπική ανάλυση του νου. Συνεπώς ακυρώνει μια από τις βασικότερες

μέχρι σήμερα, ποιοτικές μεθόδους έρευνας στο πεδίο της ψυχολογίας. Μαζί με τον Mach ισχυρίζονταν πως, οτιδήποτε δεν μπορεί να γίνει αντιληπτό από τις αισθήσεις μας, ανάγεται στη σφαίρα του μεταφυσικού, οπότε δεν έχει θέση στην επιστήμη, όπως και η διερεύνηση των πραγμάτων καθαυτών. Είναι πρόδηλο ότι, οι αντιλήψεις αυτές προωθούν την επιφάνεια της επιστήμης και για αυτό, δεν είναι τυχαίο που άσκησαν επίδραση στους Watson και Skinner, θεμελιωτές του συμπεριφορισμού και με μηδαμινό ενδιαφέρον για την φιλοσοφία, όπως θα δούμε παρακάτω, ότι ο σκοπός της επιστήμης είναι η πρόβλεψη και ο έλεγχος της συμπεριφοράς (Kitchener, 1996). Κάτι στο οποίο αντιστάθηκαν οι ανθρωπιστές ψυχολόγοι.

Επιπρόσθετα, κατά τη διάρκεια του 19^{ου} αιώνα σημειώθηκαν σπουδαία βήματα στο πεδίο έρευνας του εγκεφάλου που οδήγησαν στη διαμόρφωση της νευροεπιστήμης και της σύγχρονης ψυχολογίας. Ο Gall (1757-1828), εκπρόσωπος στον τομέα αυτό, απεφάνθη ότι ο εγκέφαλος είναι το όργανο του νου, οπότε στο έργο του η ψυχολογία παρουσιάζεται ως κλάδος της βιολογίας. Μια οικεία για την Αναγέννηση άποψη, όπου και τότε επικρατούσε εξίσωση του υλικού με το άυλο στοιχείο. Συνεχίζοντας ο Flourens (1794-1867) υποστήριξε ότι, οι ψυχικές διεργασίες είναι αποτέλεσμα της συνολικής λειτουργίας του εγκεφάλου ως ενός ενιαίου συστήματος. Διαιωνίζεται επομένως η τάση αντιμετώπισης των ψυχικών φαινομένων, σαν να είναι φυσικά.

Αφού λοιπόν όλοι οι παραπάνω είχαν ανοίξει τον δρόμο για την πειραματική ψυχολογία, η συμβολή του Weber (1795-1878) και του Fechner (1801-1887) ολοκλήρωσαν τη πορεία αυτή. Ο Hume και ο Kant είχαν κάνει ήδη γνωστό ότι αυτό που βιώνουμε διαφέρει από την ίδια την υλική πραγματικότητα. Επομένως, ήταν αποδεκτό από τους επιστήμονες ότι συνείδηση υπάρχει απλά διαφέρει. Επειδή όμως έκριναν ότι επιστήμη χωρίς μετρήσεις είναι αδύνατη, ο Weber, φυσιολόγος, επιχείρησε να μετρήσει τη συνείδηση, όπως μετριέται ο υλικός κόσμος. Το ενδιαφέρον του στρεφόταν γύρω από τις αισθήσεις της αφής και της κιναισθησίας (μυϊκής αίσθησης). Μέχρι τότε είχαν διεξαχθεί έρευνες για την όραση και την ακοή. Ερευνώντας εκείνος τις δερματικές και μυϊκές αισθήσεις των ανθρώπων, σε σχέση με το πώς τις νιώθουν, θα μελετούσε τη σύνδεση των νοητικών φαινομένων (συνείδηση του ερεθισμού) με τα φυσικά γεγονότα (αντίδραση του σώματος). Το συμπέρασμα του ότι, δεν υπήρχε αντιστοιχία ένα προς ένα μεταξύ αυτού που είναι υλικά παρόν και αυτού που βιώνεται ψυχολογικά, κατέληξε να ονομαστεί ο νόμος του Weber, ο πρώτος ποσοτικός νόμος στην ιστορία της ψυχολογίας. Εξέφραζε τη πρώτη συστηματική σχέση μεταξύ σωματικού ερεθισμού και ψυχολογικής εμπειρίας (Hergenhahn, 2008). Ο Weber όμως κατά τη γνώμη μας, μάλλον παρανόησε τη σημασία του νοητικού και την υποβίβασε στον υλικό κόσμο, μέσω του υλικού, σωματικού ερεθισμού. Πάρα ταύτα ο Fechner, επεξεργάστηκε τον νόμο αυτό, δημιουργώντας το πεδίο της ψυχοφυσικής. Ξεκινώντας από τη θεωρία διπλής όψεως για τον νου του Spinoza, επιθυμούσε να λύσει το πρόβλημα σώματος-ψυχής, με τρόπο που θα

ικανοποιούσε τους υλιστές επιστήμονες της εποχής του, όπως μας πληροφορεί ο Hergenhahn (2008). Συνεπώς μας προϊδεάζει ότι θα στραφεί σε έναν εμπειρικό, μετρήσιμο τρόπο, μακριά από την φιλοσοφία, όπως κι έκανε. Επινόησε μια εξίσωση που δείχνει ποσοτικά πόσο πρέπει να αλλάξει το σωματικό ερέθισμα για να αλλάξει και η ψυχολογική εμπειρία.

Συνολικά σύμφωνα με τον Hilgard (1987), υπήρξαν τρία βασικά χαρακτηριστικά της επιστήμης τον 19^ο αιώνα που επηρέασαν βαθύτατα τη διαμόρφωση της ψυχολογίας. Αυτά είναι ο αναγωγισμός, η μονοδιάστατη αναγωγή ενός γνωστικού αντικειμένου στα επιμέρους στοιχεία του, όπως για παράδειγμα επιχείρησε ο John Mill, για τη κατανόηση του νου, επηρεασμένος από τον Νεύτωνα. Επίσης ο ποσοτικοποίηση, με ηχηρό παράδειγμα το νόμο του Weber και τη ψυχοφυσική του Fechner που άνοιξαν το δρόμο για τη νομιμοποίηση της ποσοτικής έρευνας στη ψυχολογία, πάρα τις αρχικές αντιρρήσεις του Kant και του Comte. Τελευταίο χαρακτηριστικό θεωρήθηκε ο ολισμός, η θεωρία του πεδίου. Είχε δηλαδή ξεκινήσει να φαίνεται η αδυναμία της μονοδιάστατης, αναλυτικής προσέγγισης του γνωστικού αντικειμένου και στράφηκε η έρευνα στους γύρω παράγοντες και τους μεταξύ τους συσχετισμούς. Έτσι δημιουργήθηκε και η έννοια του «ψυχολογικού πεδίου του Lewin (1890-1947) (Δαφέρμος, 2010).

2.5. Η ψυχολογία ως επιστήμη

Οι Helmholtz, Weber και Fechner υπήρξαν πρωτοπόροι στην πειραματική ψυχολογία, όχι όμως και θεμελιωτές της. Τον τίτλο αυτό φέρει ο Wundt, ο οποίος το 1879 θεμελίωσε το πρώτο εργαστήριο ψυχολογίας στο Leipzig της Γερμανίας. Η εισαγωγή του εργαστηριακού χώρου στο πεδίο της ψυχολογίας, θεωρήθηκε καθοριστική για τον αποχωρισμό της ψυχολογίας από τη φιλοσοφία και τη μετατροπή της σε ανεξάρτητη επιστήμη. Το 1881, ίδρυσε το περιοδικό με τίτλο: Φιλοσοφικές μελέτες, το οποίο αποτέλεσε το πρώτο περιοδικό αφιερωμένο στη πειραματική ψυχολογία (Hergenhahn, 2008., Δαφέρμος, 2010).

Ο Wundt θεωρούσε ότι, η πειραματική έρευνα μπορεί να χρησιμοποιηθεί για τη μελέτη των στοιχειωδών ψυχικών διαδικασιών, αλλά δε μπορεί να χρησιμοποιηθεί για τη διερεύνηση των ανώτερων ψυχικών διαδικασιών (Hergenhahn, 2008). Συνεπώς συμφωνούσε κατά το δεύτερο μέρος με την άποψη του Kant, ότι τα μαθηματικά δε μπορούν να χρησιμοποιηθούν στην ψυχολογία. Ή διαφορετικά διαφωνούσε πάλι εν μέρει με τον Comte και Herbart ότι η ψυχολογία δε μπορεί να μετατραπεί σε πειραματική επιστήμη. Στην ουσία ο Wundt πίστευε ακράδαντα ότι η ψυχολογία είχε γίνει πειραματική επιστήμη, απλώς η μέθοδος του πειραματισμού είχε περιορισμένο ρόλο. Μπορούσε να χρησιμοποιηθεί για τις βασικές ψυχικές λειτουργίες, όχι όμως και για τις ανώτερες. Για αυτές πρότεινε τη «ψυχολογία των

λαών». Ωστόσο για εκείνον, ο ρόλος της πειραματικής ψυχολογίας ήταν ζωτικής σημασίας. Ως γνωστικό αντικείμενο της ψυχολογίας, ως επιστήμης, έβλεπε τη μελέτη της άμεσης εμπειρίας της συνείδησης. Η ψυχολογική του έρευνα εστιάστηκε στο πως τα άτομα περιέγραφαν τα επιμέρους στοιχεία της συνειδητής τους εμπειρίας. Επιχείρησε να αναδειξεί την ιδιαιτερότητα των ψυχικών διαδικασιών, όχι ερμηνευμένες ως φυσιολογικές διαδικασίες, αλλά ως συνυπάρχουσες με αυτές. Στη προσπάθεια μελέτης της άμεσης συνειδητής εμπειρίας του υποκειμένου, ο Wundt υιοθέτησε την ενδοσκόπηση ως μέθοδο ψυχολογικής έρευνας. Η μορφή όμως αυτή ενδοσκόπησης διαφέρει από την φιλοσοφική, καθώς δε βασιζόταν στην αυτοανάλυση και ανάλυση των εμπειριών της ζωής του ατόμου, αλλά έχει μη συστηματικό χαρακτήρα και εδράζεται στις παρατηρήσεις που γίνονται κάποιο χρονικό διάστημα μετά τα βιωμένα συμβάντα και εξαρτώνται σε μεγάλο βαθμό από τη μνημονική ικανότητα του υποκειμένου. Επιπλέον ο Wundt, μέσω της «ψυχολογίας των λαών», έδειχνε ότι αντιλαμβανόταν πως οι ανώτερες ψυχικές λειτουργίες (γλώσσα, νόηση κ.τ.λ.), δεν ήταν δυνατό να μελετηθούν με τις μεθόδους των φυσικών επιστημών, οπότε και μέσα στο χώρο ενός εργαστηρίου. Τουναντίον, πίστευε ότι θα πρέπει να χρησιμοποιηθούν άλλες μέθοδοι έρευνας (ιστορική μέθοδος, συγκριτική ανάλυση, επαγωγική παρατήρηση) (Goodwin, 2005).

Το γεγονός ότι ο Wundt υπήρξε θεμελιωτής της πειραματικής ψυχολογίας δεν θα πρέπει να ταυτίζεται με την ιδέα ότι εκείνος απέκοψε την ψυχολογία από τη φιλοσοφία. Όπως είδαμε ο ίδιος δεν ασχολήθηκε με εφαρμοσμένα πρακτικά ζητήματα, αλλά είχε καθαρά ακαδημαϊκό χαρακτήρα, ο οποίος δεν υπονόμει την αξία της φιλοσοφίας, όπως έκαναν οι θετικιστές και εμπειριοκρατίες. Αντιθέτως παραδέχτηκε ότι, η πειραματική μέθοδος δεν είναι πανάκεια για όλα τα ψυχολογικά ζητήματα, ρίχνοντας φώς στη ψυχολογία των Λαών. Σύμφωνα με την άποψη του Δαφέρμου (2010), την οποία ασπαζόμαστε, η συμβολή του Wundt, συνίσταται κυρίως στη διαφοροποίηση της ψυχολογίας από την φυσιολογία, καθώς εκείνος ασχολήθηκε με θέματα φυσιολογίας, αναδεικνύοντας την ανάγκη διαμόρφωσης ενός νέου επιστημονικού κλάδου, της ψυχολογίας. Για αυτό τα ευρήματα του, ενώ στηρίζονταν στο πεδίο της φυσιολογίας, τα παρουσίαζε ως ψυχολογία (Leary, 1979). Παράλληλα όμως δημιουργήθηκε και μια τάση σύγκλισης της υπάρχουσας πειραματικής ψυχολογίας με τη φυσιολογία. Επιπρόσθετα, ορθά παρατηρεί ο Leary (1979), πως η αντίληψη ότι η ψυχολογία έγινε επιστημονική, όταν απομακρύνθηκε από τη φιλοσοφία αποτελεί τη “μισή αλήθεια”, διότι έτσι υποβαθμίζεται η ουσιαστική θεωρητική συμβολή αρκετών φιλοσόφων στη διαμόρφωση της επιστημονικής ψυχολογίας. Κατά τη γνώμη μας, ούτε τη μισή αλήθεια αποτελεί, διότι θα φανεί παρακάτω ότι το φιλοσοφικό παρελθόν της ψυχολογίας είναι ζωντανό, παρ’ όλο που οι θετικιστές προσπάθησαν στις αρχές του 20^{ου} αιώνα, αλλά εξακολουθούν και σήμερα ακόμη να το αποσιωπούν.

Παρά τις απόψεις του Wundt για τις ανώτερες ψυχικές λειτουργίες, ο Ebbinghaus (1850-1909) ήταν ο πρώτος ψυχολόγος που μελέτησε πειραματικά τη μνήμη και τη μάθηση. Μια τέτοια ενέργεια ενίσχυσε για μια ακόμη φορά την καθολικότητα της εφαρμογής του πειραματισμού (Danzinger, 1979).

Ωστόσο ο Brentano (1838-1917), επέστρεψε στην ιδέα ότι η ψυχολογία ως επιστήμη, έχει για αντικείμενο της τη μελέτη των συνειδησιακών φαινομένων. Η πραξιακή του ψυχολογία εστίαζε στις λειτουργίες της συνείδησης (θέαση, ακρόαση, κρίση) και όχι στα συστατικά της στοιχεία, όπως έκανε ο Wundt. Παρατηρούσε ότι τα συνειδησιακά φαινόμενα δεν αποτελούν ένα απλό άθροισμα επιμέρους στοιχείων, αλλά εμφανίζονται ως ενότητα. Οι ιδέες του φαίνεται ότι προϋπέθεταν της εμφάνιση της φαινομενολογίας. Έτσι ο Brentano θεωρούσε την ψυχολογία όχι πειραματική, αλλά περιγραφική επιστήμη, μολονότι και η περιγραφή σε ορισμένες περιπτώσεις καθίσταται αδύνατη.

Μια ακόμη διαφορετική προσέγγιση της αντίληψης της ψυχολογίας ως επιστήμης, δόθηκε από τον Dilthey (1833-1911). Για εκείνον ήταν σημαντική η διάκριση που επικρατούσε στη Γερμανία μεταξύ «φυσικών επιστημών» και «επιστήμες του πνεύματος». Με βάση τον διαχωρισμό αυτό διέκρινε δύο τύπους ψυχολογίας. Σε αντιδιαστολή δηλαδή με τις ευρέως διαδεδομένες αντιλήψεις ότι η ψυχολογία αποτελεί εξ' ολοκλήρου φυσική επιστήμη, παρέθεσε την εξηγητική ψυχολογία να εδράζεται στο μοντέλο αυτό και εν συνεχεία, την περιγραφική ψυχολογία αφιερωμένη στις επιστήμες του πνεύματος. Η εξηγητική αναλύει την ψυχική ζωή σε επιμέρους στοιχεία (αισθήσεις, αντιλήψεις κ.τ.λ.) που συνενώνονται μεταξύ τους μέσω του νόμου των συνειρμών, ενώ η περιγραφική επιχειρεί να κατανοήσει τη συνολική δομή της ψυχικής ζωής του ανθρώπου (Δαφέρμος, 2010).

Γίνεται αντιληπτό από τα παραπάνω ότι, πριν ανεξαρτητοποιηθεί η ψυχολογία ως επιστήμη, δεν υπήρξε ομοφωνία, ούτε για το αντικείμενο της, ούτε για την μεθοδολογία στην οποία θα βασιζόταν από εδώ και πέρα. Έτσι, τα θέματα αυτά περιπλέχτηκαν ακόμη περισσότερο μετά την υποτιθέμενη ανεξαρτητοποίηση της. Επομένως, μήπως τελικά δεν ήταν ο Wundt που θεμελίωσε την ψυχολογία ως επιστήμη; Την ευρέως αυτή διαδεδομένη άποψη αμφισβητεί ο Gary Hatfield στο άρθρο του. Σύμφωνα με εκείνον, η παραδοχή ότι, τότε, το 1879, εμφανίστηκε η ψυχολογία ως επιστήμη, αποκρύπτει την θεωρητική συνέχεια της νέας πειραματικής ψυχολογίας με μια προηγούμενη φυσική φιλοσοφική ψυχολογία. Μας λέει ότι οι φυσικές επιστήμες, όπως η φυσική, η βιολογία και η χημεία δεν έχουν ημερομηνία ιδρύσεως. Σημειώνουν σημαντικά επιτεύγματα κατά την πάροδο του χρόνου, τα οποία σηματοδοτούν μετασχηματισμούς της προϋπάρχουσας γνώσης. Επισημαίνει ακόμη ότι οι ιστορικοί των επιστημών και αυτοί που τις εφαρμόζουν, όταν αναλογίζονται για το αντικείμενο τους, εκτιμούν γενικά ότι υπήρχε στην αρχαιότητα (Hatfield, 2002).

Ως παράδειγμα, παραθέτει την φυσική, λέγοντας ότι, υπήρχε στο αριστοτελικό πλάνο γνώσης και πως απείχε από τη μαθηματική αστρονομία, ένα αντικείμενο το οποίο μας πάει εξίσου πίσω στον αρχαίο κόσμο, στον Πτολεμαίο. Στη συνέχεια, οι ανακαλύψεις του Νεύτωνα οδήγησαν στην ανάπτυξη της φυσικής, που άφησε τους ζωντανούς οργανισμούς στη βιολογία και τα σκεπτόμενα όντα στη ψυχολογία. Οπότε τα επιτεύγματα του Νεύτωνα ήταν ένα είδος αρχής που αναγνώρισαν οι φυσικοί κι έτσι, θα ήταν ανόητο να πούμε ότι εκείνος την ξεκίνησε ως πεδίο, αφού υπήρχε ήδη από την εποχή του Αριστοτέλη. Στην ανάπτυξη της φυσικής επομένως συνέβαλε και ένα θεμελιώδες υπόβαθρο αρχών, προερχόμενο από τη φυσική φιλοσοφία του Αριστοτέλη. Συνεπώς ακόμα και στην εποχή του Νεύτωνα, η φυσική φιλοσοφία ήταν ένα άλλο όνομα για την φυσική. Με αυτήν τη σύντομη ιστορική έκθεση ο Hatfield (2002) θέλει να δείξει ότι τέτοιο φιλοσοφικό υπόβαθρο έχει κάθε επιστήμη, συμπεριλαμβανομένης της ψυχολογίας. Ένας από τους λόγους λοιπόν που κι εμείς θελήσαμε να δείξουμε την πορεία της ψυχολογίας μέσα στο χρόνο ήταν κι αυτός. Να καταδειχθεί δηλαδή η ύπαρξη της ως μέρος του φιλοσοφικού στοχασμού, ώστε φτάνοντας στον Wundt να φανεί ότι ήταν μια προσπάθεια μετάβασης της παλιάς φυσικής φιλοσοφικής ψυχολογίας σε μια νέα πειραματική ψυχολογία.

Είδαμε ότι θεμελιώδης πηγή της ψυχολογίας θεωρήθηκε το έργο «περί ψυχής» του Αριστοτέλη. Η αριστοτέλεια ψυχολογία περιελάμβανε τη μελέτη ζωτικών λειτουργιών που ανταποκρίνονταν στην ψυχή και τη μελέτη των αισθητηριακών λειτουργιών που ανταποκρίνονταν στο σώμα. Μεταγενέστεροι του, συνέχισαν τη μελέτη αισθητηριακών λειτουργιών και πρόσθεσαν τις γνωστικές λειτουργίες, υπό τη μελέτη της ψυχής. Η ψυχολογία του Καρτέσιου αντίθετα, ή οποία είπαμε ότι αποτελεί την απαρχή της σύγχρονης ψυχολογίας, μελετούσε τις αισθήσεις, τις γνωστικές λειτουργίες και τις διαστάσεις του νου, που είναι διαθέσιμες στην ανθρώπινη συνείδηση. Παρατηρεί λοιπόν ο Hatfield ότι, παρ' όλο που προτάθηκε η μελέτη προϊόντων του νου, μέσω παρατήρησης και πειραματισμού, παρέλειψαν ότι ο νους παραμένει άυλος. Κατά συνέπεια από το δεύτερο μισό του 18^{ου} αιώνα, εκδίδονταν εγχειρίδια ψυχολογίας στα οποία έβρισκε κανείς πρώιμα ποσοτικά πειράματα στα φαινόμενα της αίσθησης. Συμπεραίνει ότι, αυτή η ραγδαία ταχύτητα των εξελίξεων από τον 18^ο αιώνα και μετά ήταν που δημιούργησε την εντύπωση ότι μια νέα επιστήμη ανακαλύφθηκε.

Επιστρέφοντας στη πορεία της ψυχολογίας, ως επιστήμης, παράλληλα με τις παραπάνω αντιπαραθέσεις στη Γερμανία, η θεωρία του Δαρβίνου (1809-1882) στη Βρετανία, ότι χάρη στη φυσική επιλογή εξελίσσονται τα είδη, έστρεψε το ενδιαφέρον στις βιολογικές προσεγγίσεις της κληρονομικότητας. Η στροφή αυτή άσκησε σημαντική επίδραση στη διαμόρφωση της ψυχολογίας τις πρώτες δεκαετίες του 20^{ου} αιώνα. Εξαπλώθηκαν νατουραλιστικές προσεγγίσεις για την ψυχική ανάπτυξη. Επιπλέον η αναγωγή στη φυσική

επιλογή για την εξέλιξη ανέτρεψε τις τελεολογικές και ιδεαλιστικές προσεγγίσεις της φύσης, καθιερώνοντας μια ιδιότυπη βιολογική αιτιοκρατία. Επίσης επηρέασε τη διαμόρφωση του λειτουργισμού, ένα από τα σημαντικότερα ψυχολογικά ρεύματα, που άκμασε στις ΗΠΑ. Ακολουθούμενος ο Spencer (1820-1903), επιχείρησε να εφαρμόσει τις εξελικτικές θεωρίες στη μελέτη των ψυχολογικών φαινομένων. Έτσι παρουσίασε την ψυχολογία ως τη μελέτη προσαρμογής των οργανισμών στο περιβάλλον τους, με αποτέλεσμα για εκείνον, να γίνεται η συμπεριφορά αντικείμενο μελέτης, αντί της μέχρι τότε μελέτης της συνείδησης. Κατά εκείνον, ο ψυχισμός είναι κι αυτός μέσο προσαρμογής του οργανισμού στο εξωτερικό περιβάλλον και επιχείρησε να τον αξιολογήσει, μελετώντας την έννοια της “νοημοσύνης”, την οποία ο ίδιος εισήγαγε στη ψυχολογία. Έκρινε ότι η εξέλιξη των οργανισμών κατευθύνεται από απλούστερες σε πιο σύνθετες, πληρέστερες μορφές ανάπτυξης. Έτσι δική του ήταν η αντίληψη ότι στον ανταγωνισμό βιώνουν οι ισχυρότεροι, η οποία βρήκε μεγάλη απήχηση στις ΗΠΑ και πλέον σε ολόκληρο το Δυτικό κόσμο. Η επεξεργασία της έννοιας της νοημοσύνης από τον Galton (1822-1911), κατέληξε στην διερεύνηση της στατιστικής, ώστε να δημιουργηθούν τεστ μετρήσεως των ψυχολογικών χαρακτηριστικών των ανθρώπων (Δαφέρμος, 2010).

2.5.1. Η “νέα ψυχολογία” στις ΗΠΑ

Στα τέλη του 19^{ου} αιώνα εμφανίστηκε η “νέα ψυχολογία” στις ΗΠΑ, που ήταν προσανατολισμένη στην εφαρμοσμένη πειραματική έρευνα. Οπότε ανταποκρινόταν μόνο στο πεδίο της πειραματικής θετικιστικής επιστήμης. Εκεί κυριαρχούσε η τάση εξειδίκευσης της πρακτικής γνώσης. Μεγάλη επίδραση, όπως προείπαμε, στην ανάπτυξη της αμερικανικής ψυχολογίας, άσκησε η δαρβινική θεωρία της εξέλιξης, συνυφασμένη με το ρεύμα του λειτουργισμού, την εξέταση της προσαρμογής των ανθρώπων στο περιβάλλον, τη συμπεριφορά τους. Οι οπαδοί του λειτουργισμού θεωρούσαν ότι η ψυχολογία δεν αποτελεί “καθαρή” επιστήμη, αλλά πρακτική με εφαρμογές στη καθημερινότητα (Hergenhahn, 2008). Αντικείμενο της «νέας ψυχολογίας» ήταν η μελέτη του νου. Σημαντική μορφή θεωρήθηκε ο William James (1842-1910), ο οποίος έθεσε ένα ευρύ φάσμα θεμάτων που απασχολούν μέχρι και σήμερα την ψυχολογία: λειτουργία του εγκεφάλου, συνήθειες, προσωπικότητα, προσοχή, μνήμη κ.α. Ο ίδιος μαζί με τον Lange (1834-1900), θεμελίωσαν μια καινούρια αντίληψη για τα συναισθήματα, γνωστή ως «η θεωρία των συναισθημάτων των James και Lange», θεωρώντας ότι οι φυσιολογικές αντιδράσεις είναι η αιτία και όχι το αποτέλεσμα των συναισθημάτων.

Σε αντιπαράθεση με τον λειτουργισμό ήρθε ο δομισμός, με βασικό εκπρόσωπο τον Titchener (1867-1927). Οι υποστηρικτές του δομισμού επιχειρούσαν να μελετήσουν τα επιμέρους

στοιχεία της συνείδησης. Έτσι παρ' όλο που υιοθετήθηκε η ερευνητική μέθοδος του Wundt, ο Titchener επηρεάστηκε κυρίως από τον θετικιστικό τρόπο σκέψης. Ασπάστηκε την άποψη του Mach, ότι όλες οι επιστήμες έχουν ως αντικείμενο τη μελέτη επιμέρους πτυχών της ανθρώπινης εμπειρίας. Με αυτόν το συλλογισμό έκρινε ότι, η φυσική και η ψυχολογία διαφέρουν μεταξύ τους, μόνο στο γεγονός ότι εξετάζουν διαφορετικές πτυχές της ανθρώπινης εμπειρίας. Εν τέλει ο Titchener, απέρριψε τις αρχές της ψυχικής αιτιότητας και της δημιουργικής σύνθεσης, στις οποίες υπαγόταν το θεωρητικό σύστημα του Wundt και υιοθέτησε τη θετικιστική αντίληψη ότι σκοπός της επιστήμης είναι η παρατήρηση και η περιγραφή των στοιχείων της εμπειρίας και των μεταξύ τους συσχετισμών (Danzinger, 1979). Ακόμη είναι σημαντική η μνεία στον Hall (1844-1924), που διαμόρφωσε το οργανωτικό πλαίσιο ανάπτυξης της αμερικανικής ψυχολογίας. Διαδραμάτισε σημαντικό ρόλο στη καθιέρωση της ψυχολογίας ως επιστήμης. Εστίασε επομένως αποκλειστικά και μόνο στον εμπειρισμό, που έτσι τον ανέδειξε ως μοναδικό τρόπο διεξαγωγής μιας επιστημονικής έρευνας.

Σταδιακά από τη μελέτη της συνείδησης έγινε το πέρασμα στη μελέτη του νου, το πείραμα κατέλαβε τη θέση της ενδοσκοπικής μεθόδου και κυριάρχησαν τα ψυχομετρικά τεστ. Αυτό που είναι σημαντικό να κρατήσουμε είναι ότι, στις ΗΠΑ αναπτύχθηκε μονοδιάστατα η εφαρμοσμένη έρευνα εις βάρος της ακαδημαϊκής βασικής έρευνας. Προηγούμενα αναφέραμε τρεις βασικές κατευθύνσεις της ψυχολογικής έρευνας. Τα μοντέλα αυτά συμβαδίζουν με το κοινωνικό-ιστορικό πλαίσιο της χώρας στην οποία διαμορφώθηκε το καθένα. Όμως αυτό που φάνηκε είναι ότι, ανεξάρτητα από το εσωτερικό συγκείμενο της καθεμιάς από αυτές, η κεφαλαιοκρατία, ευνόησε ιδιαίτερα την πρόοδο των φυσικών επιστημών μέσω της παραγωγής των κατάλληλων μέσων για αυτές. Ενώ αντίθετα δεν ανέπτυξε και δεν βοήθησε καμία ποιοτική μέθοδο να ανθίσει, ώστε η μεταφυσική ψυχολογία να έχει και αυτή κάποιο κύρος και επιχειρήματα να στηρίξει την έρευνα της, οπότε περιθωριοποιήθηκε.

Ένας από τους σημαντικότερους μετασχηματισμούς του αντικειμένου της ψυχολογικής γνώσης έγινε από τον Freud, που είδαμε ωρύτερα, για τη μελέτη του ασυνειδήτου. Ωστόσο η έννοια αυτή δεν ήταν τελεσίδικη. Στη Ρωσία ήταν αρκετά ανεπτυγμένη η ψυχολογία, η συγκλίνουσα στις φυσικές επιστήμες. Αμφισβητούνταν η μέθοδος της ενδοσκόπησης, μέχρι που ο Bekhterev το 1991 την απέρριψε προτείνοντας τη δημιουργία μιας νέας ψυχολογίας στη βάση αντικειμενικών μεθόδων πειραματικής έρευνας. Αντικείμενο της ψυχολογικής έρευνας σύμφωνα με εκείνον, δεν πρέπει να είναι η συνείδηση, αλλά η συμπεριφορά. Η άποψη αυτή μας θυμίζει τον λειτουργισμό που συνοδευόταν από την δαρβινική θεωρία της προσαρμογής των οργανισμών στο περιβάλλον. Επομένως η ψυχολογία της συμπεριφοράς ή συμπεριφορισμός που προέκυψε δε θα πρέπει να θεωρείται κάτι εντελώς καινούριο, παρά επέκταση των υπαρχουσών τάσεων (Hergenhahn, 2008). Παρ' όλα αυτά ο Watson

θεωρήθηκε θεμελιωτής της σχολής αυτής. Όμως είχε προηγηθεί ο Pavlov (1849-1936), φυσιολόγος, που ισχυριζόταν ότι είχε εντοπίσει τον τρόπο λειτουργίας του εγκεφάλου, μέσω της ανάλυσης των αντανακλαστικών και πρέσβευε την πειραματική αντικειμενική μέθοδο μελέτης. Ο Watson επηρεάστηκε από τον φυσιολόγο Loeb, καθώς είχε καταδείξει ότι η συμπεριφορά των απλών οργανισμών μπορεί να εξηγηθεί ως αυτομάτως προκαλούμενη από ερεθίσματα. Ο Watson, όπως οι περισσότεροι Ρώσοι ψυχολόγοι, απέρριπταν την ενδοσκόπηση και ενδιαφέρονταν για την εξήγηση της φυσιολογίας υποκάτω της συμπεριφοράς, ιδιαίτερα μάλιστα για τη φυσιολογία του εγκεφάλου. Η επιρροή του Pavlov αλλά ιδιαίτερα της φυσιολογίας τον οδήγησαν στη θέση ότι, το έργο του πρώτου πάνω στο εξαρτημένο αντανακλαστικό μπορούσε να χρησιμοποιηθεί για να εξηγηθεί τόσο η ανθρώπινη συμπεριφορά, όσο και η συμπεριφορά των ζώων. Επεξεργάστηκε πλήρως μια ψυχολογία ερεθίσματος- αντίδρασης για να διατυπώσει τη πρόβλεψη και τον έλεγχο αντί της εξήγησης της συμπεριφοράς ως στόχους της συμπεριφοριστικής ψυχολογίας. Ακόμη ασχολήθηκε κι εκείνος με το πρόβλημα πνεύμα-σώμα. Μέχρι τότε υπήρχαν ήδη τέσσερις απόψεις για τη σχέση σώματος- πνεύματος. Η μια ήταν η άποψη της αλληλεπίδρασης του Descartes και μερικές φορές του James. Μια δεύτερη ήταν ο ψυχοφυσικός παραλληλισμός, κατά τον οποίο τα νοητικά και τα σωματικά γεγονότα είναι παράλληλα χωρίς να αλληλεπιδρούν. Σε μια τρίτη άποψη, τα νοητικά γεγονότα είναι υποπροϊόντα σωματικών γεγονότων, δίχως πρόκληση συμπεριφοράς, ή αλλιώς τα σωματικά γεγονότα προκαλούν νοητικά, αλλά όχι το αντίστροφο, γνωστή ως επιφαινομεναλισμός. Η τελευταία ήταν η συνηθέστερα υποστηριζόμενη άποψη κατά την εποχή του. Τέταρτη ήταν η άποψη του υλικού μονισμού, την οποία και υιοθέτησε ο Watson. Απέρριπτε δηλαδή την ολοκληρωτική ύπαρξη νοητικών γεγονότων (συνείδησης). Αυτός είναι ο ριζοσπαστικός συμπεριφορισμός ο οποίος αντιπαρτασσόταν στον μεθοδολογικό συμπεριφορισμό του McDougal (1871-1938) που πίστευε ότι μπορεί κανείς να μελετά τα νοητικά γεγονότα αντικειμενικά, παρατηρώντας την επίδραση τους στη συμπεριφορά. (Hergenhahn, 2008). Μήπως τελικά ο ριζοσπαστικός συμπεριφορισμός του Watson σηματοδότησε την μετατροπή της ψυχολογίας σε ανεξάρτητη επιστήμη;

Μολονότι είχε γίνει η ψυχολογία ανεξάρτητη επιστήμη, ήδη από το 1930, όπως μας πληροφορεί ο Laurence D. Smith (1981), γινόταν συζήτηση επανασύνδεσης μεταξύ ψυχολογίας και φιλοσοφίας στην ψυχολογική βιβλιογραφία. Ο Watson έθετε το ερώτημα: “ο καλύτερος δεσμός της ψυχολογίας είναι με την φιλοσοφία ή τις φυσικές επιστήμες;”. όπου και πάλι η συζήτηση του θέματος αυτού δεν ήταν σπάνια μεταξύ 1905-1910. ο J. MacBride Sterrett σημείωνε συμπτώματα της απόσχισης με τη φιλοσοφία, όπως το ότι εργασίες πειραματικής ψυχολογίας δημοσιοποιούνται υπό τον τίτλο φυσιολογία, ότι η APA (American Psychological Association) έπαψε να συνεργάζεται με την APA (American Philosophical Association) η οποία ιδρύθηκε το 1901, γιατί σύμφωνα με τον ιστορικό Daniel J. Wilson

(1990), οι φιλόσοφοι στην Αμερική ένιωθαν κατώτεροι σε σύγκριση με τους ψυχολόγους και γι αυτό αποφάσισαν να ιδρύσουν τη δική τους εταιρία. Βέβαια το αίσθημα αυτό κατωτερότητας από τη πλευρά της φιλοσοφίας το διέψευσε αργότερα ο Ruckmich (1912), δείχνοντας ότι μέχρι τις πρώτες δεκαετίες του 20^{ου} αιώνα στα πανεπιστήμια της Αμερικής υπήρχε μια φιλική σχέση μεταξύ ψυχολογίας και φιλοσοφίας. Εν πάση περιπτώσει ο Sterrett έκρινε ότι η επεκτατική πολιτική της “νέας ψυχολογίας”, κινδύνευε να την διαχωρίσει και από την ιστορία, την ηθική και τη λογική εκτός της μεταφυσικής. Τασσόταν μαζί με τον Munsterburg και άλλους, υπέρ της επανένωσης της με την φιλοσοφία, καθώς τόνιζε τη χρήση ενδοσκοπικής μεθόδου για τη μελέτη γεγονότων της συνείδησης. Τα γεγονότα αυτά δεν θα μπορούσαν ποτέ να μελετηθούν από τη φυσιολογία και την βιολογία. Έκρινε ότι είναι αποπροσανατολιστική η απομάκρυνση της ψυχολογίας από την φιλοσοφία γιατί τόνιζε ότι ουσιαστικά όλες οι επιστήμες βασίζονται σε φιλοσοφικές προϋποθέσεις. Ο James Rowland Angell, καθηγητής του Watson, αφού αναγνώριζε ότι η ψυχολογία είχε φιλοσοφικό και βιολογικό χαρακτήρα, πρότεινε ότι εκείνη μπορούσε να συντελέσει την ενοποίηση φιλοσοφικού και επιστημονικού ενδιαφέροντος. Μάλιστα αυτή την ενοποίηση την έβλεπε ως την αποστολή της ψυχολογίας. Ο Sterrett όμως παρατήρησε ότι οι πειραματικοί ψυχολόγοι των εργαστηρίων, όπως ο Watson και ο Thorndike όχι απλά δεν ενδιαφέρονταν για τη φιλοσοφία, αλλά αμφέβαλαν για την αξία της. Συνεπώς η αποστολή της ψυχολογίας κατά τον Angell έμενε ανεκπλήρωτη. Οπότε μέχρι το 1930, υποστηριζόταν σθεναρά η ανεξαρτητοποίηση της ψυχολογίας (Hatfield, 2002).

Ωστόσο, στην προεδρική του ομιλία στην Αμερικανική ψυχολογική εταιρία το 1938, ο Dashiell, περιέγραψε την επιστροφή της ψυχολογίας στη φιλοσοφία, όχι για το περιεχόμενο, αλλά για την μεθοδολογία και τη λογική της. Το 1939 στο περιοδικό “Psychological Review”, μεταξύ άλλων, έγραφαν ότι όταν η ψυχολογία άφησε τη φιλοσοφία πλήρωσε το τμήμα της αποκοπής της από τη λογική, αλλά αυτό το πρόβλημα ήταν ήδη προς επίλυση. Ακόμα διάβαζε κανείς και σε φιλοσοφικά περιοδικά, ότι το πρόβλημα αυτό θα πάψει να υφίσταται. Για να γίνει λοιπόν η επανένωση μεταξύ ψυχολογίας- φιλοσοφίας, θα πρέπει να υπάρξει ανάπτυξη και στα δύο αυτά πεδία. Πιο συγκεκριμένα, στην ψυχολογία έχουν επιτευχθεί επιστημονικά κατορθώματα και έτσι αφού έχει πλησιάσει περισσότερο το χώρο της πειραματικής επιστήμης, δεν είναι πλέον ευάλωτη στις φιλοσοφικές προσμειξείς. Παράλληλα, η περαιτέρω ανάπτυξη του συμπεριφορισμού για την έλευση του νεο-συμπεριφορισμού είναι συνδεδεμένη με μεθοδολογικά προβλήματα. Οπότε η επανένωση αυτή είναι επιθυμητή από τους νεο-συμπεριφοριστές, με την έννοια, να ξεπεραστεί ο ακραίος συμπεριφορισμός του Watson. Η φιλοσοφία από την άλλη, οφείλει να αναπτύξει ένα νέο είδος φιλοσοφίας με επιστημονικό προσανατολισμό. Το αποτέλεσμα θα είναι μια ψυχολογία μέσα σε μια επιστημονικά προσανατολισμένη φιλοσοφία. Ο Hatfield λοιπόν μας λέει ότι για

τον Russell, η φιλοσοφία θα πρέπει να πάψει να αναζητά την απόλυτα γνώση, γιατί αυτή ανήκει σε άλλο κόσμο και αντί αυτού να γίνει τμηματική και προσωρινή, όπως η επιστήμη.

Η απάντηση άρχισε να δίνεται με την εμφάνιση του λογικού θετικισμού. Η επιρροή των θετικιστών Comte και Mach που είχαν προσπαθήσει να κάνουν τις επιστήμες να ασχολούνται μόνο με όσα είναι άμεσα παρατηρήσιμα, είχε φανεί. Τελικά όμως αναγνωρίστηκε ως μη ρεαλιστική. Έτσι χρειαζόταν να βρεθεί ένας τρόπος με τον οποίο η επιστήμη (ψυχολογία) να χρησιμοποιεί τη θεωρία (φιλοσοφία), χωρίς να κινδυνεύει να πέσει στη μεταφυσική εικοτολογία. Ο τρόπος αυτός ήταν ο λογικός θετικισμός. Με βάση αυτόν, η επιστήμη διαχωρίστηκε σε δύο μεγάλα πεδία. Το εμπειρικό και το θεωρητικό. Έχουμε έτσι τους όρους παρατήρησης που αναφέρονται στα εμπειρικά γεγονότα και τους θεωρητικούς όρους που προσπαθούν να εξηγήσουν αυτό που παρατηρείται. Για τον λογικό θετικισμό η ύψιστη αυθεντία ήταν οι εμπειρική παρατήρηση και οι θεωρίες υπολογίζονταν μόνο όταν βοηθούσαν στο να εξηγηθεί το παρατηρούμενο. Αν αδυνατούσαν απορρίπτονταν, όσο εμπειριστατωμένες κι αν ήταν. Τον λογικό θετικισμό τον ασπάστηκε μια ομάδα φιλοσόφων στη Βιέννη (ο κύκλος της Βιέννης) γύρω στο 1924 (Hergenhahn, 2008). Η σκέψη τους βασιζόταν στον θετικιστή Mach κι έτσι επιθυμούσαν την ενοποίηση της επιστήμης και απέρριπταν κι εκείνοι την πνευματική ορολογία. Ο μαρξιστής κοινωνιολόγος Otto Neurath, δεν περιορίστηκε σε αυτά και ήρθε να αμφισβητήσει την ύπαρξη επιθυμητής φαινομενιστικής βάσης δεδομένων, εννοώντας τον κώδικα επικοινωνίας στην ψυχολογία. Ένιωθε ότι ένα τέτοιο υπέδαφος ήταν επικίνδυνο γιατί βρισκόταν πολύ κοντά με την ιδεαλιστική μεταφυσική. Φοβόταν ότι η φαινομενιστική γλώσσα θα τροφοδοτούσε ακόμη περισσότερο τη γερμανική σκέψη για τη διάκριση μεταξύ φυσικών και επιστημών του πνεύματος. Ισχυριζόταν ότι, ο διαχωρισμός αυτός εναντιωνόταν στη κοινωνική πρόοδο και δεν ήθελε να συμβάλλει ο κύκλος της Βιέννης σε αυτή τη κατάσταση. Επίσης ο Karl Popper που αλληλεπιδρούσε με τα μέλη του κύκλου, τόνισε ότι καμία επιστημονική πρόταση δεν είναι τελεσίδικα αληθινή. Πάρα όμως το γεγονός ότι οι παρατηρήσεις μπορεί να είναι παραπλανητικές, θα πρέπει να εκφράζονται σε μια γλώσσα επιβεβαιωτική της αντικειμενικότητας, παρά φαινομενιστική. Έτσι ο κύκλος της Βιέννης αφού εξίσωνε όλες τις επιστήμες, το 1930 υιοθέτησε μια οικουμενική γλώσσα της επιστήμης, τον φυσικαλισμό. Τον οποίο προώθησαν οι Carnap και Hempel. Κατά αυτόν, θα πρέπει κάθε ψυχολογική φράση να μπορεί να μεταφραστεί στη γλώσσα της φυσικής, χωρίς να απαιτείται όμως αναλογία ένα προς ένα. Η υιοθέτηση του φυσικαλισμού, ως τη βάση της ενοποιημένης επιστήμης ολοκλήρωσε τη σύνδεση του λογικού θετικισμού, ως φιλοσοφικό ρεύμα, με την ψυχολογία. Δεν απέκλειε τις πνευματικές έννοιες κ αρχές, εντούτοις όμως σύμφωνα με τον Stevens (1951, pp. 39-40), το δόγμα του φυσικαλισμού φαίνεται ότι στόχευε κατευθείαν εναντίον της ψυχολογίας. Έκρινε ότι είχε συνεπαγωγές ανυπολόγιστης αξίας όταν φράσεις που αφορούσαν ψυχικές καταστάσεις, μεταφράζονταν σε φράσεις στη γλώσσα

της φυσικής. Οπότε δεν χρειάζονται δύο διακριτά διαφορετικές γλώσσες για να περιγράψουν τη φυσική και την ψυχολογία. Αυτό θεωρούσε ότι είναι το επιχείρημα του λογικού θετικιστή για να υποστηρίξει ότι η ψυχολογία πρέπει να είναι λειτουργική και συμπεριφοριστική. Ενδιαφέρον παρουσιάζει το γεγονός ότι ο Moritz Schlick, αναγνωρισμένος ως αρχηγός του κύκλου της Βιέννης, ισχυριζόταν ότι ο φυσικαλισμός είναι πράγματι εμπειρισμός. Για αυτό θεωρούσε ότι θα έπρεπε να τον μεταχειρίζονται περισσότερο ως ένα παράδειγμα μεταξύ άλλων, παρά ως φιλοσοφικό κίνημα. Έτσι ο ίδιος σιγά σιγά απομακρύνθηκε από τον κύκλο. Παρατηρούμε δηλαδή ότι εκείνος συνειδητοποιούσε ότι ουσιαστικά πάλι ο θετικισμός επικρατούσε στη ψυχολογία και ο φυσικαλισμός ήταν μια επινόηση για παραπλανητικό σκοπό.

Απευθυνόμενοι λοιπόν σε όσους έχουν την άποψη ότι η ψυχολογία μετατράπηκε σε επιστήμη με την εμφάνιση του συμπεριφορισμού του Watson και του θετικισμού με τον πειραματισμό, ο Hatfield (2002), μας παραθέτει την άποψη του Roback, ο οποίος αντιμετώπιζε τους φιλοσόφους, ως άτομα του πνεύματος που συνέβαλλαν εξίσου για τη δημιουργία της βάσης πάνω στην οποία μπορούμε και συζητάμε για τη πιθανότητα, τα χαρακτηριστικά και την ελπίδα δημιουργίας μιας ψυχολογίας της συμπεριφοράς. Για εκείνον εύλογα προκύπτει το συμπέρασμα ότι η περίοδος εκείνη ήταν η εισαγωγή της ψυχολογίας σε μια πειραματική φάση που την απελευθέρωσε από την φιλοσοφία. Επισήμανε όμως ότι κάθε επιστήμη, συμπεριλαμβανομένης της ψυχολογίας, υπόκειται σε φιλοσοφική εξέταση, από τη στιγμή που καταπιάνεται με τον προσδιορισμό του αντικειμένου μελέτης της και την μεθοδολογία στην οποία υπακούει. Επομένως, επειδή η ψυχολογία συνέχισε να αναπτύσσεται και να υπάρχουν προβληματισμοί γύρω από αυτές τις παραμέτρους, θεωρούμε ότι αναμφίβολα υπέβασκε η φιλοσοφική σκέψη και τότε.

Πάντως θεωρείται ότι η εμφάνιση του νέο-συμπεριφορισμού έγινε όταν ο συμπεριφορισμός συνδυάστηκε με το λογικό θετικισμό. Σημαντικοί εκπρόσωποι του ήταν ο Tolman (1886-1959), ο Hull (1884-1952) και ο Skinner (1904-1990). Αυτοί εστίασαν στη συμπεριφορά, καθώς επίσης απέρριψαν και αντικατέστησαν τη μέθοδο της ενδοσκόπησης με το μεθοδολογικό σόφισμα του λογικού θετικισμού, τον φυσικαλισμό. Στη πραγματικότητα όμως, μας λέει ο Hatfield, ότι και οι τρεις απείχαν σημαντικά από τον φυσικαλισμό. Αρχικά ο Tolman δεν υιοθέτησε τον φυσικαλισμό, αφού επέμενε να εξηγεί τη συμπεριφορά μέσω μιας ψυχολογικής γλώσσας. Ακόμη συμφωνούσε με τον Watson ότι οι θεμελιώδεις εξηγήσεις στη ψυχολογία μπορούν να γίνουν μέσω νευροφυσιολογικών όρων. Ο Hull επέμενε στον αποκλεισμό των πνευματικών αντιλήψεων για την εξήγηση της συμπεριφοράς, ενώ ο φυσικαλισμός κείτονταν φιλικά προς αυτές και τέλος ο Skinner και τους πνευματικούς όρους απέρριπτε και δεν συμφωνούσε με την αναγωγή στη γλώσσα της φυσικής (Hatfield, 2002). Η

στάση τους όμως παρέμενε θετικιστική και προς αυτή τη πορεία στόχευαν για την περαιτέρω ανάπτυξη της ψυχολογίας.

Η επόμενη λοιπόν περίοδος ανάπτυξης της ψυχολογίας ως επιστήμης, την φέρνει σύμμαχο με την γνωστική επιστήμη. Καθώς η επιρροή του ριζοσπαστικού συμπεριφορισμού μειωνόταν, εμφανίστηκε μια αναθερμασμένη τάση προς τη γνωστική ψυχολογία (Hergenhahn, 2008). Ο Hatfield (2002) μας λέει πως υπήρχε η άποψη ότι από το 1920 μέχρι τα μέσα του 1950 ο συμπεριφορισμός κρατούσε σε απόσταση από τη πειραματική ψυχολογία τα γνωστικά κεφάλαια μελέτης, στην Αμερική. Σύμφωνα με τον Hergenhahn (2008), ο Miller επιχειρηματολογούσε ότι η σύγχρονη γνωστική ψυχολογία εκκίνησε κατά τη διάρκεια ενός συμποσίου για τη θεωρία της πληροφορίας και την τεχνητή νοημοσύνη που επηρέασε την εξέλιξη της θεωρίας αυτής το 1956. Η γνωστική ψυχολογία περιλαμβάνει θέματα όπως η μνήμη, η διαμόρφωση εννοιών, η προσοχή, η έλλογη σκέψη, η επίλυση προβλημάτων, η κρίση και η γλώσσα. Ωστόσο, η παραπάνω άποψη για τον περιορισμό των γνωστικών μελετών αμφισβητείται από τον Hatfield (2002). Οι οπαδοί της ψυχολογίας της μορφής, W. Kohler και K. Koffka, ήταν αντίθετοι με τον συμπεριφορισμό που μελετούσε τη σκέψη και την αντίληψη με φαινομενολογικές μεθόδους. Ακόμη, σε πολλά κεφάλαια προσπαθούσαν να περιγράψουν την αντίληψη μέσα από έννοιες, όπως χρόνος αντίδρασης κ.τ.λ. Επίσης στο μακρύ παρελθόν της ψυχολογίας, δινόταν έμφαση σε κάποια μορφή γνωστικής διεργασίας. Μα και μετέπειτα στην ανάπτυξη της ψυχολογίας ως επιστήμης, είναι γνωστό ότι, η σχολή του δομισμού και του λειτουργισμού επικεντρώνονταν στη πειραματική μελέτη των γνωστικών διεργασιών. Το πόρισμα των παρατηρήσεων αυτών είναι ότι το να ισχυρίζεται κανείς ότι η ψυχολογία εκείνη την περίοδο έγινε περισσότερο γνωστικά προσανατολισμένη ή ακόμα χειρότερα ότι πιο μπροστά δεν υπήρχε ως ξεχωριστό πεδίο, είναι ανακριβές, καθώς η ψυχολογία ως επιστήμη ήταν σχεδόν πάντα, με μια περίοδο εξαίρεσης του ακραίου συμπεριφορισμού, γνωστικά προσανατολισμένη (Hergenhahn, 2008).

Είναι γεγονός ότι η ακμή των υπολογιστών και οι συζητήσεις γύρω από την επεξεργασία πληροφοριών την δεκαετία του 1950, έπλασαν καινούρια μοντέλα και αναλογίες, που μπορούσαν να χρησιμοποιηθούν από ψυχολόγους για τη δόμηση θεωριών περί επίλυσης προβλημάτων και άλλων γνωστικών ή θεμάτων αντίληψης. Έτσι η εξέλιξη αυτή εκτός ψυχολογίας, κατόρθωσε να την επηρεάσει τόσο πολύ, ώστε να αναδυθεί η ψυχολογία επεξεργασίας πληροφοριών. Οι υποστηρικτές της πίστευαν ότι, τόσο ο ανθρωπινός νους όσο και τα προγράμματα υπολογιστών είναι γενικά συσκευές επίλυσης προβλημάτων. Επομένως έψαχναν για ομοιότητες μεταξύ υπολογιστών και ανθρώπων και στη βάση αυτή τροποποιούσαν προηγούμενους όρους. Ο όρος «εισερχόμενο δεδομένο», αντικαθιστά τον όρο «ερέθισμα», ενώ ο όρος «εξερχόμενο έργο», αντικαθιστά τον όρο, «αντίδραση» και «συμπεριφορά». Το είδος αυτό της ψυχολογίας συγκαταλεγόμενο στη γνωστική ψυχολογία,

ασχολείται με λίγα λόγια, με το πώς οι άνθρωποι προσλαμβάνουν πληροφορίες και πως τελικά τις αξιολογούν, ώστε να δράσουν. Στη προσπάθεια τους αυτή συνεργάστηκαν με φιλοσόφους, ανθρωπολόγους, γλωσσολόγους, νευροεπιστήμονες, μηχανικούς και επιστήμονες υπολογιστών, δημιουργώντας έτσι τη γνωστική επιστήμη (Hergenhahn, 2008).

Η γνωστική επιστήμη όμως αυτή καθαυτή, μας λέει ο Hatfield (2002) στη κλασική της διατύπωση είναι ένα μείγμα τεχνητής νοημοσύνης και γλωσσολογίας, πλησιάζοντας μεν κάποιες περιοχές της γνωστικής ψυχολογίας, προσπαθώντας δε να συνδεθεί και με τη νευροεπιστήμη, κάποιες φορές. Επίσης, η θεωρητική βάση της παραδοσιακής γνωστικής επιστήμης βρίσκεται στην πεποίθηση ότι η ψυχολογία των ανθρώπων και των ζώων συμβαίνει μέσα από υπολογιστικές διαδικασίες, ανάλογες δηλαδή με αυτές του υπολογιστή. Ως αποτέλεσμα η γνωστική ψυχολογία δεχόταν πρόκληση από τη γνωστική επιστήμη και τη νευροεπιστήμη, η οποία όμως τελικά απεδείχθη ακίνδυνη, αφού σύμφωνα με την άποψη διακεκριμένου ψυχολόγου στο άρθρο του Hatfield (2002), αυτό που συγκροτεί την ψυχολογία ενωμένη, παρά την ποικιλία θεμάτων που την απασχολούν, είναι η πειραματική της προσέγγιση. Η χρήση στατιστικών αναλύσεων και η συγκρότηση θεωριών που προκύπτουν με βάση αυτά, είναι κομβικές αξίες για την ψυχολογία. Μπορεί πράγματι να εισέρχεται σε άλλα πεδία επιστήμης, αλλά η συμβολή αυτών των άλλων φιλτράρεται πάντα από τους ψυχολόγους, ώστε να μην αλλοιώνει την ψυχολογική ματιά. Ακόμη λοιπόν κι αν κάποιος θεώρησε ότι αυτό ήταν το βήμα που μετέτρεψε την ψυχολογία σε επιστήμη αποκόπτοντας την από την φιλοσοφία, πάλι απατώνται κατά τη γνώμη μας. Με την έννοια ότι η ψυχολογία μπορεί να εξελίχθηκε προς μια πειραματική και θετικιστική κατεύθυνση, αλλά αυτό δε σημαίνει απαραίτητα ότι αποκόπηκε και από την φιλοσοφία.

Συμπερασματικά, αναγνωρίζουμε την ύπαρξη της ψυχολογίας στην αρχαιότητα και το γεγονός ότι οι πρώτοι άνθρωποι που δίδασκαν ψυχολογία ήταν φιλόσοφοι. Η διαφορά της με την σημερινή σύγχρονη ψυχολογία έγκειται στη μορφή και την κατεύθυνση της με βάση την ανάπτυξη της κοινωνίας. Τότε, όταν αποτελούσε μέρος του φιλοσοφικού στοχασμού, η γνώση της στρεφόταν γύρω από τις ευρύτερες γνώσεις ενός ανθρώπου για τη ζωή, όπου μέσα σε αυτές συγκαταλέγονταν γνώσεις για την ανθρώπινη φύση. Στη συνέχεια μελετήθηκε από την βιολογική ματιά, που την είχε εισαγάγει νωρίτερα ο Αριστοτέλης, η οποία βρισκόταν σε στενή σχέση με την φυσιολογία. Συνεπώς η ψυχολογία συνεχώς μετατρέποταν σε κάτι διαφορετικό από αυτό που ήταν πριν, μέχρι να φτάσει στη σημερινή της μορφή. Επηρέαστηκε, όπως είδαμε, από πολλά φιλοσοφικά ρεύματα, όμως ο σημαντικότερος σταθμός που κρίνουμε ότι την επηρέασε ώστε να ξεκινήσει η πορεία της προς τον επιστημονικό χώρο είναι οι εξελίξεις του 17^{ου} αιώνα. Για αυτό και επιμείναμε στην ανάδειξη του κοινωνικο-ιστορικού πλαισίου της περιόδου εκείνης και μετά. Πιο συγκεκριμένα, αναφερόμαστε στις ανακαλύψεις του Νεύτωνα, όχι όμως υπό την οπτική που τις εξέτασε ο

Hatfield στο άρθρο του. Με την έννοια δηλαδή της φιλοσοφίας για τη φύση, του θεωρητικού θεμελίου πάνω στο οποίο αργότερα βασίστηκαν οι μαθηματικές μετρήσεις. Γιατί όπως φάνηκε, όσοι επηρεάστηκαν από τον Νεύτωνα, αναφέρονταν μόνο στη χρήση του πειραματισμού και της μέτρησης και όχι στο θεωρητικό υπόβαθρο πίσω από αυτά. Εμείς θεωρούμε σημαντική τη συμβολή των φυσικών επιστημών, όχι λόγω των πειραματικών τους μεθόδων, αλλά χάρη στο θεωρητικό οικοδόμημα της σκέψης τους, το οποίο δυστυχώς οι σύγχρονοι ψυχολόγοι φαίνεται να έχουν παρακάμψει. Διαφορετικά ίσως προσδίδανε στην ψυχολογία περισσότερο ποιοτικό προσανατολισμό, από ότι ποσοτικό. Αφού όμως και η θεμελίωση της, ως επιστήμη, επήλθε μέσα σε ένα κεφαλαιοκρατικό σύστημα που κυριαρχεί η ποσότητα έναντι της ποιότητας, μας δείχνει ότι και η ψυχολογία ακολούθησε την ίδια κατεύθυνση. Μέσα σε αυτές τις συνθήκες απαξιώθηκε ίσως η διάκριση και η υιοθέτηση ενός φιλοσοφικού τρόπου σκέψης, που σου δημιουργεί συνεχώς νέα ερωτήματα, από την εντόπιση της πειραματικής μεθόδου, όπως περιφρονητικά ειδώθηκε και η ύπαρξη της ψυχής μας, αφού δεν μπορούμε να την εντοπίσουμε.

Ακόμη η φιλοσοφία του Καρτέσιου ήταν εκείνη που με τις θέσεις της τροφοδότησε τον αντίλογο που οδήγησε την ψυχολογία στην ανεξαρτητοποίηση της. Απομακρύνθηκε ακόμα περισσότερο από την μελέτη της ψυχής και έστρεψε την προσοχή στη συνείδηση. Η αντίληψη αυτή θεωρούμε ότι έπαιξε καθοριστικό ρόλο για τη θεμελίωση του πειραματισμού ως μεθόδου μελέτης. Καταπαύστηκαν όλοι με τη μελέτη των προϊόντων του νου, λησμονώντας ότι ο νους παραμένει άυλος και ως εκ τούτου η μελέτη του δεν μπορεί να γίνει με υλικά μέσα. Από ότι φαίνεται όμως προκειμένου να θεωρηθούν επιστήμονες θυσιάζουν τη γνώση και την προσαρμόζουν στα μέτρα τους. Είναι πολύ πιο έντιμο για την ίδια τη γνώση να πουν οι εκπρόσωποι της ότι δεν ξέρουμε και όχι να προσπαθούν να εξελίξουν την επιστήμη μονόπλευρα. Ο αρχαίος κόσμος αναγνώριζε ότι ο άνθρωπος δεν είναι μόνο σώμα, οι σύγχρονοι όμως ολοένα οδεύουν προς αυτή την κατεύθυνση. Αν συνεχίσουν όμως είναι προτιμότερο να μετονομάσουν την ψυχολογία σε επιστήμη της συμπεριφοράς και των γνωστικών διεργασιών. Γιατί όσον αφορά το πεδίο αυτό, πράγματι έχουν γίνει σημαντικές έρευνες, όλες αυτές όμως μπορούμε να πούμε ότι αντανακλούν στην ψυχή; Μπορούν δηλαδή να θεραπεύσουν την ψυχή; Αν όχι τότε μάλλον κάτι δεν έχει πάει καλά. Ας πάψουμε λοιπόν να αναζητούμε τα όρια, πότε έγινε επιστήμη και ας δούμε πότε η ψυχολογία πρόσφερε γνώση και όχι επιστημονικούς τίτλους. Εξάλλου κανείς δεν μας εγγυάται ότι δεν θα τροποποιηθεί ακόμα περισσότερο, καθώς τα βασικά θέματα που την απασχολούν εξακολουθούν να μένουν αναπάντητα. Γι αυτό από όσα στάδια εξέλιξης κι αν περάσει, κανένα δεν μπορεί να σβήσει και να την αποκόψει από το φιλοσοφικό παρελθόν της. Ωστόσο είδαμε ότι η φιλοσοφία του εμπειρισμού την απομάκρυνε από την μελέτη της ψυχής, καθώς θεωρούσε ότι έτσι ανήκει στο πεδίο του μεταφυσικού. Συνέβαλε στο να γίνει επιστήμη και σήμερα οι επιστήμονες

ισχυρίζονται ότι η μελέτη της ψυχής ανήκει στην παραψυχολογία. Συνεπώς και η φιλοσοφία θα πρέπει να μελετάται με κριτική σκέψη. Σε καμία περίπτωση δεν υποστηρίζουμε ότι όλα τα ρεύματα ήταν διαφωτιστικά για την εξέλιξη της ανθρωπότητας. Αυτό θα το δούμε σε κάποιο βαθμό και στη συνέχεια, εντοπίζοντας το φιλοσοφικό υπόβαθρο που βρίσκεται πίσω από κάθε σύγχρονη θεωρία. Το σίγουρο είναι ότι και στις μέρες μας που η ψυχολογία έχει αναπτυχθεί μονόπλευρα, πειραματικά, μπορεί κανείς με προσεκτική μελέτη να εντοπίσει την φιλοσοφική σκέψη στην οποία εδράζεται η κάθε εφαρμόσιμη θεωρία.

2.6. Βασικές ψυχολογικές θεωρίες της σύγχρονης πλέον ψυχολογίας.

2.6.1. Ο Sigmund Freud και η ψυχανάλυση

ο Freud πρωτοπόρος στην «θεραπεία μέσω του λόγου», εισήγαγε πολλές καινούριες έννοιες στη θεραπεία. Όμως κυριότερη όλων για την ψυχανάλυση, αλλά και για την ψυχοθεραπεία ήταν η θεωρία του για τον ασυνείδητο νου. Μάλιστα κατέληξε στην άποψη ότι σε αυτόν ενυπάρχουν μηχανισμοί άμυνας. Έδινε ιδιαίτερη σημασία στις πρώιμες εμπειρίες και σχέσεις των ανθρώπων, εστιάζοντας στις τραυματικές. Τα τραυματικά αυτά γεγονότα απωθούνται (μηχανισμός άμυνας) στο ασυνείδητο αλλά κάνουν αισθητή την ύπαρξή τους μέσω των τωρινών συμπτωμάτων μιας ψυχικής διαταραχής. Έτσι οι στόχοι της ψυχοθεραπείας για τον Freud είναι να βοηθήσει τον ασθενή να κατορθώσει να ανακαλέσει στη μνήμη του την απωθημένη αυτή εμπειρία, να υπερβεί δηλαδή την «αντίσταση» και να εξετάσει λογικά τις πρώιμες τραυματικές εμπειρίες (Hergenhahn, 2008). Αποκαθίσταται λοιπόν η υγεία κάποιου όταν μπορέσουμε να εισέλθουμε στο ασυνείδητο και το κάνουμε συνειδητό. Θα δούμε πιο αναλυτικά παρακάτω τα μέσα που χρησιμοποιεί η ψυχαναλυτικά προσανατολισμένη ψυχοθεραπεία.

Παρατήρησε ότι οι απωθημένες αναμνήσεις σχετίζονταν με σεξουαλικές εμπειρίες της παιδικής ηλικίας και βασιζόταν στο να γιατρέψει τις εμπειρίες αυτές. Αργότερα όμως αποφάνθηκε ότι τα συμπτώματα της νεύρωσης δεν σχετίζονταν άμεσα με πραγματικά βιώματα, αλλά με φαντασιώσεις επιθυμιών (Freud, 2006). Έτσι ασχολήθηκε και ανέπτυξε θεωρίες για τα ψυχοσεξουαλικά στάδια ανάπτυξης, τη δομή της προσωπικότητας και τις ενορμήσεις, τη θεωρία των ενστίκτων. Οι θεωρίες του αυτές όμως δεν προήγαγαν την ανάπτυξη της ψυχοθεραπείας. Ανάλογη τύχη είχε και το ψυχαναλυτικό ύφος της θεραπευτικής σχέσης, με την στερεοτυπική εικόνα του καναπέ και τον αναλυτή να βρίσκεται έξω από το οπτικό πεδίο του ασθενούς, πίσω του, ώστε να αντιμετωπίζεται με ουδετερότητα. Πάρα ταύτα ο Freud πίστευε στη συμπόνια προς τον ασθενή, τη σημασία ερμηνειών που συμβάδιζαν με το επίπεδο ενόρασης και κατανόησης του πελάτη, καθώς και στην αρμονική

σχέση μεταξύ αναλυτή και ασθενή (Ford, 2007). Απόρροια της μεγάλης σημασίας που έδινε στη σχέση ήταν η δημιουργία των όρων μεταβίβαση και αντιμεταβίβαση.

2.6.2. Η εξάπλωση και η διάσπαση της ψυχανάλυσης

Με τις ψυχαναλυτικές ιδέες του Freud πορευτήκαν μεταγενέστεροι, όπως ο Jung, ο Adler, ο Ferenczi και Rank. Οι καινοτόμες ιδέες όμως που εισήγαγαν αποτέλεσαν αιτία για τον διαχωρισμό τους από την παραδοσιακή ψυχανάλυση. Ο Jung αναζητούσε να αναπτύξει μια πιο ολιστική προσέγγιση που θα αγκάλιαζε και την ψυχή και την επιστήμη. Οπότε δίνοντας εκείνος έμφαση στη σύζευξη ψυχολογικού και πνευματικού, θρησκευτικού στοιχείου, ανέπτυξε τη ψυχοθεραπευτική του σχολή, την «αναλυτική ψυχολογία» (Ford, 2007). Η χαρακτηριστικότερη και συνάμα αμφισβητήσιμη έννοια που εισήγαγε ήταν εκείνη του «συλλογικού ασυνείδητου». Αυτό αποτελεί την καταγραφή κοινών εμπειριών των ανθρώπων ανά τους αιώνες. Θεωρείται ως μια κληρονομημένη προδιάθεση για συναισθηματική αντίδραση σε ορισμένες κατηγορίες εμπειριών (Hergenhahn, 2008).

Επίσης, η ολιστική προσέγγιση ανταποκρινόταν και στις θεωρίες του Adler για την ανθρώπινη φύση και ψυχοπαθολογία και τελικά η συμβολή του φάνηκε να έχει ιδιαίτερη σημασία για την περαιτέρω ανάπτυξη της ψυχοθεραπείας, με στραμμένο το βλέμμα προς τις ανθρωπιστικές ψυχοθεραπείες. Τόνιζε τον ρόλο της οικογένειας και των κοινωνικών σχέσεων για την πρόκληση, επιδείνωση και διατήρηση ψυχολογικών προβλημάτων. Τόνιζε εξίσου την μοναδικότητα του ατόμου, μιλώντας για τον «δημιουργικό εαυτό» και παράλληλα την αδιαιρετότητα του από το περιβάλλον της κοινωνίας και της πολιτισμικής κληρονομιάς του (Ford, 2007).

Ο Ferenczi εντόπισε κι ανέδειξε τον κρίσιμο παράγοντα της ψυχοθεραπείας. Ο παράγοντας αυτός ο οποίος θεωρήθηκε από μόνος του ιαματικός είναι η θεραπευτική σχέση. Πρότεινε ότι ο αναλυτής θα πρέπει να είναι ενεργός, αυθεντικός και να μεταδίδει ζεστασιά, αντιμετωπίζοντας τον ασθενή ισοδύναμο με τον εαυτό του κατά τη θεραπευτική διαδικασία. Μπορούμε λοιπόν να πούμε ότι ο Ferenczi ήταν υπέρμαχος της ενσυναίσθησης στη θεραπευτική σχέση (Ford, 2007). Επιπλέον πρότεινε ότι οι ψυχαναλυτές θα πρέπει να υποβάλλονται οι ίδιοι σε προσωπική ανάλυση, για να αποκτήσουν περισσότερο έλεγχο πάνω στα συναισθήματά τους, οπότε και να τα ελέγχουν, αποφεύγοντας έτσι το φαινόμενο της αντιμεταβίβασης και τέλος να είναι ικανοί να μπουν στη θέση του ασθενή ευκολότερα.

Η συνεισφορά του Otto Rank στη ψυχοθεραπεία βρίσκεται στο γεγονός ότι εκείνος ενδιαφέρθηκε για βραχείες θεραπείες, οι οποίες να εστιάζουν στο εδώ και τώρα της σχέσης μεταξύ αναλυτή και ασθενή κατά την ψυχοθεραπεία. Ένα στοιχείο το οποίο εφαρμόζεται ευρέως από τις ανθρωπιστικές σχολές. Σε συνεργασία με τον Ferenczi ανακάλυψαν

περαιτέρω τη φύση της θεραπευτικής σχέσης. Η προσφορά και των δύο στο πεδίο της ψυχοθεραπείας, όπως και του Adler νωρίτερα επηρέασαν βαθύτατα τις ανθρωπιστικές και υπαρξιστικές ψυχοθεραπείες (Ford, 2007).

2.6.3. Η διαπροσωπική θεωρία του Sullivan.

Ο Harry Stack Sullivan απομακρύνθηκε από τις φροϋδικές θεωρίες και ανέπτυξε τη θεωρία του για την ανάπτυξη της προσωπικότητας βασισμένος στις σχέσεις συγγένειας. Όπως ο Rank, απέδιδε κι εκείνος κεντρική θέση για την υγιή ψυχολογική ανάπτυξη, στη σχέση μητέρας και βρέφους. Θεωρούσε ότι η κάλυψη της πρώιμης ανάγκης για το αίσθημα ασφάλειας του βρέφους από μέρους της μητέρας, έπαιζε σημαντικό ρόλο για την μετέπειτα ικανότητα διαχείρισης του άγχους του παιδιού. Η μητέρα δηλαδή ήταν υπεύθυνη να εμφυσήσει στο παιδί αίσθημα διαπροσωπικής ασφάλειας που αργότερα ενδυνάμωνε τη πίστη του παιδιού στον εαυτό του. Έτσι προέκυψε «η διαπροσωπική ψυχανάλυση» και η «διαπροσωπική ψυχοθεραπεία» (Ford, 2007).

2.6.4. Η Anna Freud και η Melanie Klein για την ψυχανάλυση των παιδιών.

Η Anna, κόρη του Freud μελέτησε παιδιά κυρίως και οι απόψεις της ήρθαν σε σύγκρουση με εκείνες της Klein, η οποία επίσης μελετούσε παιδιά. Η Anna εξακολούθησε να δίνει βάση στα ψυχοσεξουαλικά στάδια ανάπτυξης του παιδιού, ενώ η Klein στράφηκε στις πρώιμες ενδοψυχικές τους εμπειρίες. Αναγνώρισε τον ρόλο του παιχνιδιού ως μέσο για την είσοδο στον εσωτερικό κόσμο του παιδιού (Hergenhahn, 2008). Στις μέρες μας επεκτάθηκε η αναγνώριση αυτή και συνάμα με την ενίσχυση της ανθρωπιστικής προσέγγισης, δημιουργήθηκε το ψυχόδραμα, το role play και το θεατρικό παιχνίδι ως ψυχοθεραπευτικές τεχνικές.

2.6.5. Ο Winnicott και η έννοια της υποτροπής.

Μεταξύ άλλων ο Winnicott ανέπτυξε την ιδέα της υποτροπής στην ψυχοθεραπεία. Έβλεπε την ψυχοθεραπεία ως την προετοιμασία για την επανάκτηση μιας σχέσης, καθιστώντας την ικανή να αναπτυχθεί υγιώς. Όποτε λοιπόν διακοπτόταν η προσπάθεια αυτή υγιούς ανάπτυξης, θεωρούσε ότι παρουσιαζόταν υποτροπή, «λάθος» στη διαδικασία. Πάλι η σχέση αυτή αποκατάστασης σχετιζόταν με την μητρική φροντίδα προς το βρέφος. Με την προσπάθεια

αποκατάστασης δηλαδή των σχέσεων του ενήλικα προσπαθούσε να πλάσει στο μυαλό τους μια νέα «καλή» πρόιμη μητρική φροντίδα που τους έλλειπε (Ford, 2007).

2.6.6. Η θεωρία δεσμού του Bowlby.

Οι παραπάνω ιδέες για τη σημασία της σχέσης μεταξύ μητέρας- βρέφους αποτέλεσαν τροφή για τον Bowlby ο οποίος ανέπτυξε τη θεωρία δεσμού. Διέκρινε τρία είδη σχέσεων μεταξύ μητέρας και βρέφους. Τον ασφαλή δεσμό, τον ανασφαλή και τον αποφευκτικό. Θεωρούσε ότι το είδος του δεσμού που είχε αναπτυχθεί πρώιμα ήταν καθοριστικό για τις μετέπειτα σχέσεις που θα ανέπτυξε ο ενήλικας πλέον στη διάρκεια της ζωής του. Η θεωρία αυτή δεσμού εφαρμόζεται συχνά από διαφόρων ειδών ψυχοθεραπευτικές προσεγγίσεις (Ford, 2007)

Όσον αφορά την προώθηση της ψυχοθεραπείας, αυτές ήταν οι κυριότερες θεωρίες με βάση την ψυχανάλυση. Σαφώς υπάρχουν κι άλλοι αξιόλογοι μελετητές όπως η Horney, Kohut κ.α. που όμως δεν άσκησαν αξιοπρόσεκτη επιρροή στο πεδίο της ψυχοθεραπείας. Στη συνέχεια θα εξετάσουμε σημαντικές θεωρίες για την ψυχοθεραπεία από διαφορετικές όμως σχολές που ακολούθησαν της ψυχανάλυσης.

2.6.7. Συμπεριφοριστικές και γνωστικές θεωρίες για ένα διαφορετικό είδος ψυχοθεραπείας.

Παράλληλα με την ψυχαναλυτική ψυχοθεραπεία, βασιζόμενη στο ασυνείδητο, τις πρώιμες εμπειρίες και τα ένστικτα, προέκυψε ένα διαφοροποιημένο είδος ψυχοθεραπείας, μακριά από την ενδοσκόπηση. Η νέα αυτή προσέγγιση προωθήθηκε στο χρονικό διάστημα 1910 - 1920, δανειζόμενη θεωρίες πειραματικής και γνωστικής ψυχολογίας (Ford, 2007). Εύρος θεραπειών, όπως η συμπεριφοριστική, η γνωστική, αλλά και θεραπείες, όπως γνωσιακή και λογικο-συναισθηματική, που εμπεριέχουν συνδυασμό θεωριών, συγκαταλέγονται στο είδος αυτό ψυχοθεραπείας. Στόχος της προσέγγισης αυτής είναι να παραχθούν αλλαγές στη δομή των υπαρχουσών αντιλήψεων για τον κόσμο και συμπεριφορών, ώστε να ξεπεραστούν τα συμπτώματα και να λυθεί το παρόν πρόβλημα. Προσπαθεί να αντικαταστήσει τον δυσλειτουργικό τρόπο σκέψης και πράξης με έναν λειτουργικό και ευπροσάρμοστο.

Το θεμέλιο των θεωριών για την συμπεριφορά, που χρησιμοποιείται από αυτές τις θεραπείες, βρίσκεται στους Watson, Pavlov και Skinner που ανέπτυξαν κυρίως θεωρίες μάθησης. Τις σημαντικότερες από αυτές για την ανάπτυξη της ψυχοθεραπείας θα τις εξετάσουμε στη

συνέχεια. Παρατηρήθηκε περίπου στα τέλη του 1970, ότι η φύση των θεωριών αυτών, περιόριζε την εφαρμογή τους σε συγκεκριμένα προβλήματα. Για παράδειγμα οι φοβίες, τις οποίες μελέτησαν πολλοί συμπεριφοριστικοί θεραπευτές, κατέληξαν να τις αντιμετωπίσουν αποτελεσματικά με συγκεκριμένες τεχνικές, οι οποίες όμως δεν είχαν το ίδιο αποτέλεσμα σε ευρύτερες ψυχικές καταστάσεις, όπως την κατάθλιψη

Συμπεραίνουμε λοιπόν εδώ, ότι το αρχικό αίτημα για την αναζήτηση ψυχοθεραπείας αλλάζει, οπότε αντίστοιχα αλλάζει και ο σκοπός της. Αυτό όμως από ότι φάνηκε, δε σημαίνει ότι η μια προσέγγιση είναι ολοκληρωτικά καλύτερη από την άλλη. Επίσης να σημειωθεί ότι οι συμπεριφοριστές δεν έδιναν προσοχή στη θεραπευτική σχέση και την είχαν υποτιμήσει, για να φανεί η έντονη αντίθεση τους με την ψυχαναλυτική ψυχοθεραπεία. Ωστόσο τα τελευταία χρόνια έχει αναγνωριστεί η αξία της και από αυτήν τη προσέγγιση (Ford, 2007).

Όσον αφορά τις γνωστικές θεραπείες, ο Albert Ellis και ο Aaron Beck, που εξασκούσαν το επάγγελμα του ψυχαναλυτή, άρχισαν κατά το 1950 να μελετάνε τον τρόπο σκέψης των ανθρώπων. Ο Ellis ανέπτυξε το ABC πρότυπο, σύμφωνα με το οποίο η ενεργοποίηση παρελθόντων γεγονότων στη ζωή κάποιου, προκαλεί επώδυνες συναισθηματικές επιπτώσεις, λόγω των εσωτερικών παράλογων πεποιθήσεων που έχει συνδέσει με το γεγονός αυτό. Λόγω δηλαδή του τρόπου με τον οποίον έχει ερμηνεύσει το συγκεκριμένο γεγονός. Συνεπώς κατέληξε στη μεσολάβηση των πεποιθήσεων αυτών, ώστε να νιώσει καλύτερα το άτομο. Το 1993 έγινε γνωστή η θεραπεία του ως λογικο-συναισθηματική συμπεριφοριστική θεραπεία. Συνεχίζοντας ο Beck την ιδέα αυτή, πρότεινε ότι οι γνώσεις που ήδη έχουμε επηρεάζουν τα συναισθήματα μας, τη συμπεριφορά μας και τις φυσιολογικές αντιδράσεις του σώματος μας. Ανέπτυξε την έννοια του γνωστικού «σχήματος». Αυτό βασίζεται σε παρελθούσες εμπειρίες, οι οποίες εκλεκτικά μας οδηγούν σε αντιλήψεις και εικόνες για το πώς είναι τα πράγματα στον κόσμο, ενισχύοντας το σχήμα που μας κατέχει. Κατέληξε στην άποψη ότι, καθώς το γνωστικό «σχήμα» ανήκει στο συνειδητό μας, μπορούμε να παρέμβουμε και να το αλλάξουμε (Ford, 2007).

Για τον Beck ο ρόλος του θεραπευτή είναι να δημιουργήσει μια συνεργατική συμμαχία επίλυσης προβλημάτων με τον πελάτη, να του διδάξει πως δουλεύει η γνωστική θεωρία για να βοηθηθούν και οι δύο στην εύρεση πιο βοηθητικών «σχημάτων», που απαιτούν όμως και έμπρακτη εφαρμογή. Πάρα ταύτα, ακόμα η θεραπευτική σχέση από μόνη της δεν είχε την βαρύτητα που απέκτησε αργότερα στο διευρυμένο πεδίο της ψυχοθεραπείας, στο οποίο ίσχυαν και επεκτάθηκαν τα συμπεράσματα των Ellis και Beck (Ford, 2007).

2.6.8. Η ανθρωπιστική προσέγγιση.

Η αντιπαράθεση των δύο προηγούμενων ψυχοθεραπευτικών κατευθύνσεων, της ψυχανάλυσης και του συμπεριφορισμού, οδήγησε στην ανάπτυξη μιας τρίτης κατεύθυνσης, της ανθρωπιστικής ή αλλιώς της «τρίτης δύναμης». Η προσέγγιση αυτή εμφανίστηκε στις αρχές της δεκαετίας του 1960 και δεν θα πρέπει να την θεωρήσουμε ως «σωτήρια λύση» της αντιπαράθεσης, παρά ως μια νέα οπτική στην ψυχολογία κι έτσι την συγκρότηση μιας ακόμη σχολής ψυχοθεραπείας, με τις ρίζες της να βρίσκονται στη ψυχανάλυση (Ford, 2007). Σύμφωνα με τους ανθρωπιστές ψυχολόγους, οι δύο προγενέστερες σχολές αγνοούσαν σημαντικά ανθρώπινα γνωρίσματα. Από την μία, οι ψυχαναλυτές επικεντρώνονταν σε συναισθηματικά διαταραγμένους ανθρώπους, που από μη φυσιολογικούς προσπαθούσαν να τους καταστήσουν φυσιολογικούς μέσα από τεχνικές. Από την άλλη, οι συμπεριφοριστές χρησιμοποιώντας τεχνικές δανειζόμενες από τις φυσικές επιστήμες, αντιμετώπιζαν τους ανθρώπους ως ρομπότ, παραβλέποντας την μοναδικότητα τους. Σε αντίθεση λοιπόν με αυτά, η ανθρωπιστική προσέγγιση αντιμετωπίζει τους ανθρώπους ως υγιείς, που όμως τους βοηθάει για να γίνουν υγιέστεροι. Εξαίρει την μοναδικότητα των ατόμων και εστιάζει στις θετικές τους πλευρές, όχι στις αρνητικές. Πιστεύει στην υποκειμενική πραγματικότητα, την οποία θεωρεί ότι πρέπει να λαμβάνει υπόψη του ένας θεραπευτής για να κατανοήσει το αίτιο πίσω από τη συμπεριφορά κάποιου. Δέχεται ότι οι άνθρωποι είναι ελεύθεροι να επιλέξουν τον δικό τους τύπο ύπαρξης και συνεπώς αντιτάσσεται στην αιτιοκρατία με την παραδοσιακή έννοια, των πρώιμων εμπειριών και των παρελθοντικών συνδέσεων. Στρέφεται στο εδώ και τώρα της θεραπευτικής σχέσης. Επειδή λοιπόν δεν την ικανοποιεί η μέχρι τώρα κατανόηση και επεξήγηση της ανθρώπινης φύσης, αλλά και επειδή απορρίπτει την πρόβλεψη και τον έλεγχο της ανθρώπινης συμπεριφοράς, ως στόχους της ψυχολογίας, θεωρεί ότι η μελέτη των ανθρώπων δεν ανήκει στο χώρο των φυσικών επιστημών, όπως τείνουν να τη κατατάξουν (Hergenhahn, 2008). Για τον λόγο αυτόν, οι άνθρωποι δεν θα πρέπει να μελετούνται όπως τα αντικείμενα και η ψυχοθεραπεία θα πρέπει να αποκτήσει έναν πιο ανθρώπινο χαρακτήρα που θα βλέπει τον άνθρωπο στην ολότητα του. Οι ανθρωπιστές λοιπόν βρίσκονται πιο κοντά σε έναν αρχαιοελληνικό τρόπο σύλληψης της ψυχολογίας και του αντικειμένου της, παρά στον σύγχρονο.

Στόχος της ανθρωπιστικής ψυχοθεραπείας είναι να βοηθήσει όσο μπορεί περισσότερο τον κάθε άνθρωπο να φτάσει πιο κοντά στην εκπλήρωση της έμφυτης τάσης του. Την πραγματοποίηση του δυναμικού του, όπως θεωρεί ο Maslow. Να πλησιάσει όσο μπορεί περισσότερο στην αυτοπραγμάτωση του, να καλύψει μεγάλο βαθμό ειλικρινούς γνώσης για τον εαυτό του (Hergenhahn, 2008). Για να γίνει το εγχείρημα αυτό, χρειάζεται το άτομο να εμπλακεί σε μια διαδικασία εμπριθούς αναζήτησης του εαυτού, στρέφοντας τον καθρέπτη προς τα μέσα, αλλά και αναζήτησης του εαυτού μέσα στον κόσμο. Ο εαυτός δηλαδή για τους

ανθρωπιστές, δεν μπορεί να αποκοπεί από τον κόσμο που τον περιβάλλει. Θα πρέπει να κατανοηθεί ως μια διαλογική σχέση μεταξύ του ιδίου και του κόσμου (Hersen et al., 2002).

Η Τρίτη δύναμη όπως είπαμε πηγάζει από την ψυχανάλυση, μετά-φρουδική κυρίως, αλλά επιπλέον ανάγεται στα φιλοσοφικά συστήματα του ρομαντισμού και κυρίως του υπαρξισμού (Hergenhahn, 2008). Η φιλοσοφία των ρευμάτων αυτών μας παραπέμπει στους αρχαίους Έλληνες, στους οποίους μάλλον ανατρέχουμε για να κατανοήσουμε καλύτερα κάθε ψυχοθεραπευτική σχολή, επομένως για να κατανοήσουμε γενικότερα την ψυχοθεραπεία. Εξάλλου αυτός είναι και ο πυρήνας της παρούσας εργασίας, ο οποίος θα εξεταστεί στο επόμενο κεφάλαιο. Επιπρόσθετα η ανθρωπιστική προσέγγιση επηρεάστηκε από την φαινομενολογία και κατά βάση την καθαρή φαινομενολογία του Husserl, στην οποία το άτομο είναι στραμμένο προς τα μέσα, προσπαθώντας να ανακαλύψει την ουσία της συνειδητής του εμπειρίας. Αυτού του είδους λοιπόν η φαινομενολογία, οδήγησε στην υπαρξιστική ψυχολογία. Το έργο του Heidegger, μαθητή του Husserl, «Είναι και χρόνος», το 1927 θεωρείται γενικά η σύνδεση μεταξύ υπαρξιστικής φιλοσοφίας και υπαρξιστικής ψυχολογίας (Hergenhahn, 2008). Θα αναφερθούμε στη συνέχεια και σε άλλες σημαντικές μορφές του υπαρξισμού. Προς το παρόν λοιπόν θα αναφέρουμε ότι με βάση την υπαρξιστική ψυχολογία, προέκυψε η ανθρωπιστική με την συμβολή του Abraham Maslow. Βλέπουμε επομένως εδώ συνοπτικά, πόσες επιρροές δέχτηκε η ανθρωπιστική ψυχοθεραπεία για να έχει τη μορφή που έχει σήμερα.

Η ανθρωπιστική ψυχοθεραπεία, ασπαζόμενη την πελατοκεντρική θεωρία του Carl Rogers, καθιέρωσε επιτέλους την σημασία της θεραπευτικής σχέσης. Το ανθρώπινο είδος αντιμετωπιζόταν ως κατά βάση κοινωνικό κι έτσι αναγνωρίστηκε η αλληλεπίδραση των ανθρώπων ως παράγοντας δυνητικά ψυχοπαθολογικός. Συνεπώς η ίδια η θεραπευτική σχέση απομονωμένη αποτέλεσε παράγοντα σημαντικό για την έκβαση της ψυχοθεραπείας. Σύμφωνα με τον Rogers, ο θεραπευτής έπρεπε να καταβάλλει μια ενεργό προσπάθεια να κατανοήσει και να αποδεχθεί την υποκειμενική πραγματικότητα του πελάτη, για να συντελεσθεί κάποια πρόοδος. Οι ιδέες για την θεραπευτική σχέση υπήρχαν όπως είδαμε στην ψυχαναλυτική ψυχοθεραπεία, αλλά μόνο μέσω της ανθρωπιστικής επικυρώθηκαν (Ford, 2007). Οι εισηγήσεις του Rogers για την ψυχοθεραπεία θεωρήθηκαν επαναστατικές, καθότι εξάλειψε τις ανάγκες για διάγνωση, για την αναζήτηση αιτιών της δυσλειτουργίας και για κάθε τύπο χαρακτηρισμού των διαταραχών (Hergenhahn, 2008). Παρ' όλα αυτά οι αρχές του για την ψυχοθεραπεία επικράτησαν και έγιναν αποδεκτές από τις περισσότερες ψυχοθεραπευτικές σχολές.

Επειδή όπως προαναφέρθηκε η ανθρωπιστική προσέγγιση δέχτηκε επιρροές από την φιλοσοφία του υπαρξισμού, θα αναφέρουμε εδώ κάποια στοιχεία της υπαρξιστικής ψυχοθεραπείας. Οι υπαρξιακοί θεραπευτές εκπαιδεύτηκαν κι εκείνοι ως ψυχαναλυτές, αλλά κατέληξαν να πιστεύουν ότι πολλές από τις βασικές αρχές του Freud αδυνατούσαν να συλλάβουν την πραγματικότητα της καθημερινής ζωής και τη θεραπεία. Φυσικά δεν αρνούνται ότι οφείλουν τις γνώσεις του σε εκείνον, ούτε όμως ότι βρήκαν εναλλακτικές διατυπώσεις για την ανθρώπινη φύση, στο έργο του υπαρξιακού φιλοσόφου Martin Heidegger, οι οποίες έδειχναν να παρέχουν πληροφορίες για τη νοοτροπία του κλινικού έργου, επιτρέποντας στους θεραπευτές να κατανοήσουν αμεσότερα και ακριβέστερα τις θεραπευτικές διαδικασίες. Το είδος αυτό ψυχοθεραπείας απαιτεί και ενθαρρύνει μια δυνατή αυθόρμητη συναισθηματική σχέση, που να μην αποφεύγει, για να μην πούμε υποθάλλει την ιδέα της αποσύνθεσης. Για να γίνει πιο κατανοητό, η υπαρξιστική προσέγγιση εισάγει καινούριες έννοιες και αρχές στην ψυχοθεραπεία, όπως είναι «το άγχος του θανάτου», «η ευθύνη», «η αυθεντικότητα», «η ύπαρξη». Μολονότι οι αρχές αυτές γενικά δεν ήταν καλοδεχούμενες από πολλούς θεραπευτές, οι ανθρωπιστές κείτονταν κάπως πιο φιλικά απέναντι τους. Εντούτοις πολλά κλινικά χαρακτηριστικά της υπαρξιστικής προσέγγισης έχουν αποτελέσει σημαντικά κομμάτια των ψυχοδυναμικών, υποστηρικτικών ακόμα και γνωσιακών-συμπεριφοριστικών θεραπειών (Hersen et al., 2002).

Μια από τις θεωρητικές βάσεις της υπαρξιστικής ψυχολογίας, που βρίσκεται στους Martin Heidegger, Ludwig Binswanger, Viktor Frankl, Martin Buber, Rollo May, Yalom κ.α., στις οποίες πατάει και η ανθρωπιστική ψυχοθεραπεία είναι η άποψη ότι η ανθρώπινη ύπαρξη αντιμετωπίζεται ως ολότητα. Σύμφωνα με τον Heidegger, το «είμαι» σημαίνει υπάρχω και το υπάρχω δηλώνει μια δυναμική διαδικασία. Το να υπάρχει κανείς ως άνθρωπος σημαίνει να υπάρχει με τρόπο διαφορετικό από οτιδήποτε άλλο. Να επιλέγει, να αξιολογεί, να δέχεται, να απορρίπτει και να διευρύνει. Η ύπαρξη λοιπόν, είναι μια ενεργός διαδικασία και οι άνθρωποι δεν είναι στατικοί οργανισμοί, αλλά γίνονται πάντα κάτι διαφορετικό από εκείνο που προϋπήρξαν. Με άλλα λόγια, υπάρχω σημαίνει καθίσταμαι διαφορετικός, αλλάζω. Υφίσταται έτσι η προσωπική ελευθερία του καθενός, η οποία όμως δέχεται και κάποιους περιορισμούς που δεν ελέγχονται από τον άνθρωπο. Ωστόσο, ανεξάρτητα από τις περιστάσεις της ζωής ενός ανθρώπου, ο ίδιος φιλοδοξεί να τις υπερβεί. Να μην γίνεται θύμα αυτών και υποχείριό τους. Να διακατέχεται από αγωνιστικό πνεύμα που καταπιάνεται με τη μεταμόρφωση των περιστάσεων της ζωής, ασκώντας την ελεύθερη βούληση του. Ακόμη, είναι σημαντική η αναζήτηση του ανθρώπου για το προσωπικό νόημα της ζωής του. Με όσα δεινά κι αν βρεθεί αντιμέτωπος ο άνθρωπος, αυτό δε σημαίνει ότι θα καταστραφεί. Ενστερνίζονται οι υπαρξιστές την παραδοχή του Nietzsche: «ότι δεν με σκοτώνει, με κάνει πιο δυνατό». Η δύναμη αυτή πηγάζει από την ανεύρεση νοήματος και τον προσδιορισμό θετικής χροιάς,

ακόμα και σε αρνητικές εμπειρίες. Με αυτόν τον τρόπο τονίζεται και η ελεύθερη επιλογή. Επιλέγοντας, μεταβάλλουμε τα νοήματα, τις αξίες, την ερμηνεία περιστάσεων (Hergenhahn, 2008). Μόνο ο θάνατος ακυρώνει την επιλογή. Ουσιαστικά γίνεται λόγος για αυτό που πολλοί θεραπευτές λένε «αναπλασιώση».

Βεβαίως εντοπίζονται και διαφορές μεταξύ υπαρξιστικής και ανθρωπιστικής προσέγγισης, αλλά εμείς θα αναφερθούμε μόνο σε όσες χρειάζεται για να φανεί το διαφορετικό κέντρο εστίασης των δύο ειδών ψυχοθεραπείας. Οι υπαρξιστές επιμένουν πολύ στο νόημα του θανάτου για την ανθρώπινη ύπαρξη. Δεν δίνουν θετική χροιά στην ανθρώπινη φύση, όπως οι ανθρωπιστές, αλλά την θεωρούν ουδέτερη, αφού ανάλογα την επιλογή της, θα στραφεί στο καλό ή στο κακό. Διότι είναι αλήθεια ότι οι παραπάνω θεωρίες μπορούν να χρησιμοποιηθούν για να εξυπηρετήσουν συμφέροντα εις βάρος άλλων. Είναι κι αυτές, όπως πολλές άλλες, εργαλεία που μπορούν να χρησιμοποιηθούν χρηστά ή και όχι. Για αυτόν τον λόγο μάλιστα να μη λησμονούμε ότι και ο ίδιος ο υποστηρικτής τους, ο Heidegger, ήταν αφοσιωμένος στον ναζισμό και αναμειγμένος στις δραστηριότητες του ναζιστικού καθεστώτος (Hergenhahn, 2008). Επίσης, ίσως πάλι λόγω αυτής της άποψης για τη φύση του ανθρώπου, να μην συμφωνούν με τον χαρακτηρισμό του «πελάτη» αναφερόμενοι στα άτομα που ζητούν θεραπεία και να προτιμούν τον αρχικό όρο «ασθενής». Εν πάση περιπτώσει, στόχος της υπαρξιστικής ψυχοθεραπείας είναι να δημιουργήσει έναν άνθρωπο ανθηρό. Αυτό σημαίνει να μπορεί ο άνθρωπος να ζει, στοχαζόμενος το πεπερασμένο, τα όρια της ύπαρξης του. Να συμφιλιωθεί δηλαδή με την βεβαιότητα ότι κάποια μέρα θα πεθάνει. Όταν θα έχει αντιμετωπίσει επιτυχώς αυτήν την συνειδητοποίηση, τότε θα έχει ενεργοποιηθεί να ασκήσει την ελευθερία του για να δημιουργήσει μια ύπαρξη με νόημα. Τότε λοιπόν ο θεραπευτής αξιολογεί ότι ο άνθρωπος έμαθε να ζει αυθεντικά (Hergenhahn, 2008). Παρατηρούμε δηλαδή ότι, ο στόχος δημιουργίας μιας ζωής με νόημα, μέσω άσκησης της ελευθερίας, συμπληρώνεται με τον στόχο της ανθρωπιστικής προσέγγισης παραπάνω, για την εκπλήρωση όσο το δυνατόν πληρέστερα του ανθρώπινου δυναμικού του καθενός.

2.6.9. Οι θεωρίες της μορφολογικής ψυχολογίας

Οι βάσεις της σχολής αυτής βρίσκονται πάλι στην ψυχανάλυση. Αναπτύχθηκε το 1940 και καθιερώθηκε αρχικά από τους Frederic Perls, την γυναίκα του Laura Perls και τον Paul Goodman (Ford, 2007). Έχει δεχθεί επιρροές από την ανθρωπιστική σχολή, καθώς πιστεύει σε μια ολιστική προσέγγιση μελέτης του ανθρώπου. Συνεπώς ενέχει στοιχεία και της υπαρξιστικής προσέγγισης. Διαφορετικά η σχολή αυτή ονομάζεται «Gestalt» που στα γερμανικά, λόγω του ιδρυτή της, σημαίνει όλο, μορφή. Το δεύτερο γιατί στηρίζεται στην εξής θεωρία. Οι ψυχολόγοι της μορφής, θεωρούν ότι οι άνθρωποι δεν είναι παθητικοί αποδέκτες

των περιβαλλοντικών ερεθισμάτων γύρω τους, αλλά ενεργοί που οργανώνουν εκείνοι την αντίληψη τους. Η αντίληψη δηλαδή διαιρείται σε δύο μέρη. Στη μορφή, που είναι καθαρή, ενιαία και αποτελεί το κύριο αντικείμενο της προσοχής, και στο υπόβαθρο που είναι διάχυτο και αποτελείται από όλα όσα δεν προσέχουμε. Την διαίρεση αυτή την ονομάζουν σχέση μορφής- πλαισίου. Αυτό που ήθελαν να τονίσουν οι ψυχολόγοι της σχολής αυτής, είναι ότι ανάλογα την προσοχή μας διαμορφώνεται η μορφή και το πλαίσιο (Hergenhahn, 2008). Επομένως αυτά δεν είναι σταθερά και παίζει ρόλο η υποκειμενικότητα. Η θεωρία αυτή μας παραπέμπει στη σημασία της υποκειμενικής πραγματικότητας των ανθρωπιστών. Επιπλέον η παρούσα σχολή βασίζεται στη θεωρία της υγιούς λειτουργίας του ανθρώπινου οργανισμού, που έχει δυνατότητα αυτό-ρύθμισης. Με αυτό εννοούν από την μια, την ικανότητα του ανθρώπου να παίρνει από το περιβάλλον του ότι έχει ανάγκη, υπονοώντας την κάλυψη βιολογικών, αλλά και συναισθηματικών, ψυχολογικών αναγκών, ενώ από την άλλη, να αποβάλλει ότι χρειάζεται, ότι δεν του είναι απαραίτητο, ώστε να επέρχεται η ισορροπία. Συνεπώς οι υγιείς άνθρωποι από την φύση τους, πέρα από τις βιολογικές τους ανάγκες, θέλουν να καλύψουν τις ανάγκες να ακουστούν, να υποστηριχθούν, να αναπαραχθούν, να κοινωνικοποιηθούν. Αντίστοιχα όμως θέλουν και να μιλήσουν, να εξωτερικεύσουν τα συναισθήματά τους, να κλάψουν, να αγγίξουν. Έτσι αναδεικνύεται για άλλη μια φορά ότι το άτομο είναι άρρηκτα συνδεδεμένο με το περιβάλλον του και ότι έτσι, δηλαδή ολιστικά, θα πρέπει να αντιμετωπίζεται. Κατά τους ψυχολόγους λοιπόν της μορφής, η θεωρία της υγιούς λειτουργίας είναι έμφυτη στον καθένα και συμβαίνει μέσω μιας διαδικασίας ανάπτυξης που ενδεχομένως μπορεί να παρεμποδιστεί και να διακοπεί. Εκτιμούν ότι η διαδικασία αυτή χαρακτηρίζεται από επτά στάδια. Πρώτα είναι η ενημερότητα, επίγνωση, μετά έρχεται η αποσαφήνιση της ανάγκης ή του ενδιαφέροντος και ακολουθεί η εκτίμηση των φυσικών συνθηκών. Έτσι περνάμε στη δράση, μετά στην επαφή, ύστερα στην αφομοίωση και τέλος στην απομάκρυνση. Διακοπή μπορεί να προκληθεί σε οποιοδήποτε στάδιο και ο ρόλος του θεραπευτή είναι να εντοπίσει πιο είναι το επίμαχο στάδιο και πως συντελέστηκε η διακοπή αυτή (Hersen et al., 2002).

Πάρα ταύτα όμως, σκοπός της θεραπείας είναι η συνεχώς αυξανόμενη επίγνωση. Ο θεραπευτής δηλαδή της μορφολογικής προσέγγισης δεν θα εστιάσει μόνο στα συμπτώματα και την αλλαγή συμπεριφοράς, αλλά αντίθετα θα προσπαθήσει να τα δει μέσα από ένα ολιστικό πρίσμα, ως τις προσπάθειες κάποιου που προσπαθεί να αντιμετωπίσει τις αντιμαχόμενες ανάγκες του ή τις ανάγκες του που αντιτίθενται στις απαιτήσεις του περιβάλλοντος. Η αλλαγή καθ' αυτόν τον τρόπο προκύπτει ξαφνικά, ως αποτέλεσμα της αυξανόμενης επίγνωσης. Η αλλαγή λοιπόν εδώ είναι παράδοξη, καθώς δεν προκύπτει λόγω της προσπάθειας για αλλαγή, αλλά έρχεται μέσα από την προσπάθεια του ατόμου να ανακαλύψει βαθύτερα και να ζει πληρέστερα την οποιαδήποτε τρέχουσα εμπειρία. Επομένως

η αυξανόμενη επίγνωση οδηγεί σε αλλαγές και νέες βλέψεις για την συμπεριφορά και αλληλεπίδραση. Αυτή καθιστά το άτομο ικανό να δέχεται εμπειρίες, να τις διακρίνει και να πράττει ανάλογα (Hersen et al., 2002). Διαπιστώνουμε λοιπόν ότι κι αυτού του είδους η θεραπεία, όπως και η ανθρωπιστική βλέπουν τον άνθρωπο κατά βάση ως καλό, καθώς η σημαντικότερη παρώθηση στη ζωή του είναι η έμφυτη τάση για υγιή λειτουργία και η έμφυτη τάση για αυτοπραγμάτωση αντίστοιχα.

Αξίζει λοιπόν να συγκρατήσουμε με βάση τα όσα ειπώθηκαν, ότι η συμβολή του Freud στην ψυχοθεραπεία είναι αδιαμφισβήτητη, κάτι το οποίο αναγνωρίζουν όλες οι ψυχοθεραπευτικές προσεγγίσεις. Θεωρήθηκε ιδρυτής και πατέρας της «θεραπείας μέσω του λόγου», η οποία ύστερα μετονομάστηκε κι έγινε γνωστή ως ψυχοθεραπεία. Ο όρος δηλαδή «ψυχοθεραπεία», δηλώνει την ιατρική χροιά, αφού προσδιορίζει ότι κάτι νοσεί και χρειάζεται θεραπεία. Συγκεκριμένα η ψυχή. Δεν μας γνωστοποιεί όμως τον τρόπο με τον οποίο γίνεται η θεραπεία. Το πώς αυτό, μπορεί μερικώς να εξηγηθεί από τον όρο «ψυχανάλυση», καθώς όπως προαναφέρθηκε, ο τρόπος ίασης βρίσκεται στον λόγο (Pivnicki, 1969). Μάλιστα εξηγείται μερικώς και όχι απολύτως, διότι όπως έγινε φανερό με την εμφάνιση διαφόρων προσεγγίσεων, προστέθηκαν στοιχεία σημαντικά για την έκβαση της ψυχοθεραπείας, συμπληρωματικά στην κυρίαρχη θέση που έχει ο λόγος.

2.7. Η εφαρμογή της ψυχοθεραπείας πριν και μετά τον Β' Παγκόσμιο Πόλεμο στην Αμερική

Η ψυχοθεραπεία ως επίσημη πλέον μέθοδος θεραπείας, εφαρμόστηκε για πρώτη φορά σε ψυχιατρικές κλινικές, το χρονικό διάστημα 1920- 1939. Τότε εφαρμόζαν την ψυχοδυναμική κατεύθυνση, καθώς ήταν η πρώτη που αναπτύχθηκε και είχε συνδεθεί άμεσα με την ψυχοθεραπεία. Επίσης την ίδια χρονολογική περίοδο, κέρδισε θέση στα πανεπιστημιακά κέντρα συμβουλευτικής, ώστε οι σπουδαστές σε αυτά να δέχονται ψυχολογική υποστήριξη για τα προβλήματα τους, ενώ ταυτόχρονα να εκπαιδεύονται πάνω σε θεραπευτικές τεχνικές, καθώς τότε είχε ανθίσει και η συμπεριφοριστική θεραπεία.

Πάρα ταύτα, το γεγονός που επικύρωσε την ψυχοθεραπεία σαν όρο, αλλά και σαν πρακτική μέθοδο ήταν οι επιπτώσεις μετά την λήξη του Β' Παγκοσμίου πολέμου (Pivnicki, 1969). Με τον πόλεμο αναγνωρίστηκε η ψυχολογική επίδραση παραγόντων, όπως χρόνιο άγχος και βίωση καταστάσεων τρόμου και βίας, στη συμπεριφορά και λειτουργικότητα των ατόμων. Εκτιμάται ότι τουλάχιστον δύο εκατομμύρια άνθρωποι θα χρειάζονταν ψυχιατρική ή ψυχολογική θεραπεία. Έγινε πασιφανές ότι ο οποιοσδήποτε θα μπορούσε να εμφανίσει ψυχολογικά ή προβλήματα συμπεριφοράς, κάτω από συγκεκριμένες συνθήκες. Συνεπώς

καταρρίφθηκε ο μύθος του «αδύναμου χαρακτήρα» (Farrell & Appel, 1944, παραπ. στο Freedheim, 1992). Ίσως λοιπόν φαίνεται ότι το συμπέρασμα αυτό προώθησε όχι απλά την ψυχοθεραπεία, αλλά την ανθρωπιστικά προσανατολισμένη ψυχοθεραπεία, καθώς μετά τον πόλεμο προέκυψαν πολλές θεραπείες προς αυτήν την κατεύθυνση (Ford, 2007). Κατά την διάρκεια του πολέμου ιδρύθηκε σχολή στρατιωτικής νευροψυχιατρικής, όπου εκεί εκπαιδεύονταν αρχικά ψυχίατροι, αλλά στη συνέχεια ψυχολόγοι και κοινωνικοί λειτουργοί, στην τέχνη της ψυχοθεραπείας. Βλέπουμε δηλαδή την έμφαση που δόθηκε στην ψυχοθεραπεία εκείνη την εποχή, η οποία εξακολούθησε να βρίσκεται στο προσκήνιο και μεταπολεμικά, αφού η κυβέρνηση δαπανούσε πολλά δολάρια για να την εντάξει σε σχολές και στο σύστημα δημόσιας υγείας (Freedheim, 1992). Αυτή ίσως η εξάπλωση και προώθηση της ψυχοθεραπείας να τροφοδότησε και την ποικιλομορφία της. Σήμερα υπάρχουν και ασκούνται περίπου 400 διαφορετικά είδη ψυχοθεραπείας. Είναι άραγε πράγματι απαραίτητη και εποικοδομητική η διάσπαση της σε τόσες σχολές; Κι αν όντως είναι, τότε γιατί κάποιες προωθούνται περισσότερο και κάποιες λιγότερο;

Μέχρι τώρα έχουμε εξετάσει τις σπουδαιότερες θεωρίες και θεραπείες, που διαμόρφωσαν τις σημαντικότερες ψυχοθεραπευτικές σχολές από την πρωτόγονη κοινωνία μέχρι τις μέρες μας. Λείπει ακόμα να δούμε το πώς συντέθηκαν οι σχολές αυτές, για να φτάσουν στη δημιουργία της συνθετικής ψυχοθεραπείας. Ωστόσο πριν από αυτό, θεωρώ ότι είναι καίριο σημείο να προσδιορίσουμε με περισσότερη σαφήνεια το αντικείμενο της ψυχοθεραπείας.

2.8. Προσδιορισμός του αντικειμένου της ψυχοθεραπείας.

Θα περίμενε κανείς ότι εφόσον έχουμε εξετάσει διεξοδικά την πορεία της ψυχοθεραπείας με τις κυριότερες θεωρίες της, είναι δυνατόν να αποφανθούμε για τον ορισμό της. Αν παρατηρήσουμε την κάθε σχολή, θα δούμε ότι υπάρχουν μεταβλητές που διαφοροποιούν ίσως κάθε φορά τον προσδιορισμό της ψυχοθεραπείας. Για παράδειγμα το αίτημα κάποιου όταν αναζητά ψυχοθεραπεία, συνδέεται άρρηκτα με τον σκοπό αυτής (Ford, 2007). Συνεπώς κάθε σχολή προσδιορίζει την ψυχοθεραπεία ανάλογα με τις δικές της ανάγκες. Επιπλέον όπως καταδείξαμε, έχουν διαφορετικές πεποιθήσεις και ακολουθούν διαφορετικά αξιώματα σχετικά με την ανθρώπινη φύση, την ψυχοπαθολογία και ακολούθως την αλλαγή.

Ένα επίσης μείζον πρόβλημα για τον σαφή ορισμό της ψυχοθεραπείας είναι το γεγονός ότι έχει στενή, περίπλοκη και συχνά μη ξεκάθαρη σχέση με την συμβουλευτική. Παρ' όλο που η ψυχοθεραπεία και η συμβουλευτική είναι διαφορετικές, πάντα υπάρχει μεταξύ τους μια περιοχή ακαθόριστης αλληλοεπικάλυψης (Gelder, Lopez, Ibor, Andreasen, 2008, 2).

Μάλιστα η ιδιαίτερη αυτή σχέση μεταξύ συμβουλευτικής και ψυχοθεραπείας, εντοπίζεται στα χαρακτηριστικά της θεραπευτικής, συμβουλευτικής σχέσης. Πιο συγκεκριμένα: Η ζεστασιά και η ανταπόκριση από την πλευρά του συμβουλευτικού ψυχολόγου, η δημιουργία ενός κλίματος τέτοιου, μέσα στο οποίο να μπορούν να εκφραστούν ελεύθερα τα συναισθήματα και η ελευθερία του πελάτη από κάθε είδος πίεσης ή αναγκασμού (Μαλικιώση- Λοίζου, 2009, 16) ανταποκρίνονται εξίσου και στη θεραπευτική σχέση, όπως εισηγήθηκε ο Rogers.

Μολονότι λοιπόν είναι δύσκολο να ορισθεί η ψυχοθεραπεία, παραθέτω εδώ τον επικρατέστερο ορισμό που έχει δοθεί από την Ευρωπαϊκή Ένωση Ψυχοθεραπείας (E.A.P., 2003). «Η άσκηση της ψυχοθεραπείας είναι μια με νόημα και ενδιαφέρον προγραμματισμένη θεραπεία των ψυχοκοινωνικών, ψυχοσωματικών και ταραχών της συμπεριφοράς ή καταστάσεων πόνου, με επιστημονικές ψυχοθεραπευτικές μεθόδους, μέσω της αλληλεπίδρασης ανάμεσα σε ένα ή περισσότερα άτομα που συνομιλούν και έναν ή περισσότερους ψυχοθεραπευτές, με σκοπό την ανακούφιση των ενοχλήσεων, την αλλαγή στάσεων/νοοτροπιών και την προαγωγή της ωριμότητας, της ανάπτυξης και της υγείας του θεραπευμένου ατόμου. Αυτό απαιτεί και μια γενική και μια ειδική εκπαίδευση». Ωστόσο, ο Rinvicki, (1969) θεωρεί ότι το σημερινό νόημα της ίδιας της λέξης «ψυχοθεραπεία», μοιάζει φτωχό σε σχέση ίσως με το νόημα που είχε την εποχή του Πλάτωνα. Η πεποίθηση του αυτή μάλλον πηγάζει από τον ίδιο τον Πλάτωνα, ο οποίος έβλεπε την ψυχή ως την αιτία της ζωής, τη δύναμη να αναπνέεις και να αναβιώνεις. Με αυτήν την ερμηνεία, η ψυχοθεραπεία ίσως είχε το νόημα της θεραπείας που επαναφέρει τη ζωή. Θεραπεύω συνήθιζε να σημαίνει: αναλαμβάνω και περιμένω, φροντίζω και καλλιεργώ, βοηθώ/χρησιμεύω, αναζητώ και πιστεύω. Αντίστοιχο νόημα λοιπόν έχει και η θεραπεία. Στον παραπάνω ορισμό ποιο είναι το νόημα της θεραπείας; Τι σημαίνει; Και επίσης τι σημαίνει το πρώτο συνθετικό ψυχο- ; Είναι σημαντικές παράμετροι που θεωρώ ότι χρειάζονται περαιτέρω διευκρίνιση, την οποία θα επιχειρήσουμε στη συνέχεια.

2.9. Η ενοποίηση της ψυχοθεραπείας.

Η ενσωμάτωση θεωριών στο πεδίο της ψυχοθεραπείας, αποτελεί ένα ξεχωριστό κεφάλαιο στην πορεία ανάπτυξης της, το οποίο κέρδισε προσοχή και έγινε ενδιαφέρον μελέτης στις αρχές περίπου του 1980. Έρευνες πάνω στο πεδίο αυτό διεξάγονταν και νωρίτερα, αλλά εκείνη την δεκαετία κορυφώθηκαν, δίνοντας του το όνομα «συνθετική ψυχοθεραπεία» (Freedheim, 1992). Αυτή αφορά στη χρήση και στον συνδυασμό των πιο αποτελεσματικών θεωρητικών και πρακτικών στοιχείων διαφόρων ψυχοθεραπευτικών σχολών, επιτείνοντας τη συμβολή της ένωσης, ώστε να ταιριάζει με τις ανάγκες ευρύτερου ποικιλόμορφου πληθυσμού

που αναζητά θεραπεία. Συνεπώς έτσι και το αποτέλεσμα της θεραπείας θα θεωρείται πληρέστερο και ίσως ικανοποιητικότερο (Freedheim, 1992., Hersen et al., 2002).

Για να φτάσει όμως η ψυχοθεραπεία στο σημείο αυτό χρειάστηκε να ξεπεράσει πολλά εμπόδια. Πρωταρχικός παράγοντας με ανασταλτική δράση, αποτελούσε το γεγονός ότι οι πρώιμοι ιδρυτές προσεγγίσεων στη ψυχοθεραπεία, οι μετέπειτα θεραπευτές και σπουδαστές ήταν υπερβολικά απρόθυμοι να μάθουν από διαφορετική σχολή πέραν της δικής τους. Κάθε σχολή ψυχοθεραπείας είχε αναπτυχθεί σε κατάσταση απομόνωσης σε σχέση με τις άλλες σχολές. Έτσι είχε ευνοηθεί ένα κλίμα εχθρότητας ανάμεσα στους υποστηρικτές διαφορετικών σχολών, τόσο έντονο που τους εμπόδιζε να επωφεληθούν από κλινικές και θεωρητικές καινοτομίες, όταν αυτές προέρχονταν από συνάδελφο ανταγωνιστικής σχολής. Μάλιστα λόγω της στάσης τους αυτής, κρατούσαν μακριά από τις καινοτόμες ιδέες και πρακτικές και τους ασθενείς τους. Ο Michael Mahoney το 1985 εκτιμούσε ότι το σχίσμα αυτό στο πεδίο της ψυχοθεραπείας δεν ανταποκρινόταν στην κλινική πραγματικότητα, η οποία ουδέποτε ξεχώρισε και κατέστησε ανώτερη κάποια σχολή σε σχέση με τις υπόλοιπες. Επομένως η αντιπαλότητα αυτή πιθανόν να εξυπηρετούσε πολιτικές σκοπιμότητες. Επιπλέον αυτή η ξεροκέφαλη και επίμονη συμπεριφορά των εκπροσώπων της κάθε σχολής, αντιβαίνει την κατά τα' άλλα ευάρεστη διάθεση των ψυχοθεραπευτών να μάθουν και να αξιοποιήσουν τις εξελίξεις που συντελέστηκαν στο χώρο των κοινωνικών επιστημών, την φιλοσοφία, τη θεολογία, τις τέχνες και τη λογοτεχνία (Hersen et al., 2002). Πράγματι αυτή η αντίφαση ισχύει μάλλον και στις μέρες μας.

Τελικά, η αντιπαλότητα αυτή έπαψε να υπάρχει όταν μια μικρή ομάδα σπουδαστών και νοσοκομειακών γιατρών επιχείρησε να διαβεί τα σχισματικά όρια των διαφορετικών σχολών, κατορθώνοντας έναν εποικοδομητικό διάλογο ανάμεσα στα μέλη τους. Στόχος ήταν η σύνθεση των καλύτερων και αποτελεσματικότερων αρχών και μεθόδων σε ένα νέο είδος ψυχοθεραπείας, που από τη σύνθεση αυτή θα ανέπτυσσε καινούριες θεωρίες και πρακτικές θεραπείας. Όλες λοιπόν οι θεραπείες που είναι αποτέλεσμα σύνθεσης αρχών ή πρακτικών μοιράζονται κοινό σκοπό.

Πρώιμες κλινικές προσπάθειες ενοποίησης μεταξύ συμπεριφορισμού και ψυχανάλυσης σε μια προσέγγιση εισηγήθηκαν το 1967 από τον Bernard Weitzman, τον οποίον ακολούθησαν αργότερα κι άλλοι. Το συμπέρασμα που ξεπήδησε από τις προσπάθειες αυτές ήταν ότι, ασυνείδητοι παράγοντες ψυχοπαθολογικοί μπορούν να βελτιωθούν μέσω συμπεριφοριστικών μεθόδων, μαζί με ψυχοδυναμική εξερεύνηση και ερμηνεία. Το 1984 δημοσιοποιήθηκε για πρώτη φορά συζήτηση ενοποίησης πέραν των δύο παραπάνω σχολών. Έτσι το 1993 δημοσιοποιήθηκαν ενοποιητικά μοντέλα ψυχοθεραπείας που περιλάμβαναν στοιχεία ανθρωπιστικά, γνωστικά, οικογενειακών συστημάτων.

Ο τρόπος με τον οποίο μπορούν να συντεθούν οι διαφορετικές προσεγγίσεις εντοπίζεται σε τρεις μορφές. Μέσω του τεχνικού εκλεκτισμού, των κοινών παραγόντων και της θεωρητικής ενοποίησης. Ο τεχνικός εκλεκτισμός είναι ο περισσότερο κλινικά και τεχνικά προσανατολισμένος τρόπος ενοποίησης. Αφορά σε τεχνικές και μεσολαβήσεις που αντλούνται από δύο ή περισσότερα ψυχοθεραπευτικά συστήματα. Όταν εφαρμόζεται ενοποίηση με βάση τους κοινούς παράγοντες, αυτό που συμβαίνει είναι αναγνώριση συγκεκριμένων αποτελεσματικών συστατικών οποιασδήποτε σχολής. Για την διαμόρφωση του τρόπου αυτού, συνυπολογίστηκε η ιδέα του Jerome Frank το 1961, όλα τα συστήματα ψυχολογικής θεραπείας μοιράζονται σταθερά κοινά χαρακτηριστικά, όπως κοινωνικά επικυρωμένες τελετουργίες, την παροχή της ελπίδας και την δημιουργία προσδοκίας για την ζωή που ενθαρρύνει τον πελάτη. Τέλος η θεωρητική ενοποίηση αναφέρεται ως η πιο περίπλοκη και εξεζητημένη μέθοδος της συνθετικής ψυχοθεραπείας. Χρήστες της μεθόδου αυτής βασίζονται στη σύνθεση αρχών για την λειτουργία της προσωπικότητας, την ψυχοπαθολογία και την ψυχολογική αλλαγή που προέρχονται από δύο ή περισσότερα παραδοσιακά συστήματα. Αυτές οι συνθετικές θεωρίες εξηγούν την συμπεριφορά και την εσωτερική εμπειρία με όρους κυκλικής αλληλεπίδρασης. Εξετάζουν δηλαδή πως περιβαλλοντικές, υποκινούμενες, γνωστικές και συναισθηματικές μεταβλητές επηρεάζουν και δέχονται επιρροές η μια από την άλλη. Ένας από τους γνωστότερους τύπου θεραπείας που εμπίπτει στη μορφή αυτή ενοποίησης είναι η γνωστική- συμπεριφοριστική.

Φάνηκε ότι έπαιξαν πολλοί παράγοντες ρόλο, ώστε να οδηγηθεί η ψυχοθεραπεία στο στάδιο αυτό της σύνθεσης. Θα συνοψίσουμε εδώ κάποιους από αυτούς. Η βελτιωμένη ποιότητα των αποτελεσμάτων της ψυχοθεραπείας, ταυτόχρονα με την έλλειψη εμφανούς διαφοροποίησης μεταξύ των υπάρχουσών θεραπειών, δημιούργησε μια επιφύλαξη γύρω από το πεδίο της ψυχοθεραπείας. Ακόμη, ο αυξανόμενος ρυθμός των συγκεκριμένων θεραπειών που βρίσκονταν σε διαθεσιμότητα είχε ως αποτέλεσμα, ένα συνεχώς αυξανόμενο κύμα θεωριών και τεχνικών, από το οποίο θα μπορούσε να προκύψει η σύνθεση, καθώς διαπιστωνόταν ο απεριόριστος αριθμός των παραλλαγών. Επίσης το ενδιαφέρον για βραχύχρονες θεραπείες, συνοδευόμενο από την ανάπτυξη περισσότερων θεραπειών στοχευόμενες στο πρόβλημα, ανέδειξε τις ομοιότητες ανάμεσα στις θεραπείες. Έτσι λοιπόν δρομολογήθηκε η ανάπτυξη της συνθετικής ψυχοθεραπείας, ως το αποτέλεσμα της σύνθεσης θεωρητικών αρχών και κλινικών τεχνικών που προέρχονται από δύο ή περισσότερες παραδοσιακές σχολές ψυχοθεραπείας, σε μια νέα θεραπευτική προσέγγιση (Hersen et al., 2002)

3. ΒΑΣΙΚΕΣ ΚΑΤΕΥΘΥΝΣΕΙΣ ΤΗΣ ΨΥΧΟΘΕΡΑΠΕΙΑΣ ΚΑΙ ΟΙ ΦΙΛΟΣΟΦΙΚΕΣ ΚΑΤΑΒΟΛΕΣ ΤΟΥΣ.

Στο κεφάλαιο αυτό θα διακρίνουμε όλες τις παραπάνω ψυχολογικές θεωρίες σε τέσσερις βασικές κατευθύνσεις, ώστε να κατανοηθεί καλύτερα το εύρος εφαρμογών της ψυχοθεραπείας. Στη συνέχεια θα ασχοληθούμε με τις φιλοσοφικές απαρχές των θεωριών που απαρτίζουν τον πυρήνα της κάθε κατεύθυνσης και διαμορφώνουν την ταυτότητα της. Προτού ξεκινήσουμε όμως, θα ήθελα να εξετάσουμε την έννοια του λόγου, ιδωμένη φιλοσοφικά, και αυτό γιατί όπως φάνηκε παραπάνω η θέση του λόγου στη ψυχοθεραπεία κατέχει εξέχοντα ρόλο.

3.1. Η φιλοσοφική έννοια του λόγου και το βαθύτερο νόημα του στην ψυχοθεραπεία.

Ο λόγος, αποτελεί την βάση της φιλοσοφίας του Σωκράτη και του Πλάτωνα, καθώς και προγενέστερων. Μερικοί δηλαδή από τους προσωκρατικούς βασίστηκαν σε αυτόν για να θεμελιώσουν την θεωρία τους. Παρατηρούμε έτσι, ότι ξεκίνησαν από τον όρο «λόγος», ο οποίος στη σφαίρα της καθημερινής ζωής σημαίνει «λόγια, φράσεις» κι επομένως το αφηρητικό τους σημείο ήταν οικείο σε όλους. Παράλληλα όμως, ο ίδιος όρος στην φιλοσοφική γλώσσα, ανταποκρίνεται στο νόημα και την αρμονία των πραγμάτων (Πατέλης, 2009). Φαίνεται λοιπόν ακόμη κι από αυτό το παράδειγμα, ότι η φιλοσοφία βλέπει, αλλά διαπερνά την καθημερινότητα της κοινωνίας, δημιουργώντας ένα ευρύτερο πλαίσιο ερμηνείας του όρου «λόγος». Έτσι ξεκινάει από το ειδικό για να το υπερβεί και να φτάσει στο γενικό, το οποίο είναι εξίσου πραγματικό κι όχι ουτοπικό. Συνεπώς η φιλοσοφία χρησιμοποιεί την επαγωγική μέθοδο, η οποία κάθε άλλο παρά θεωρητική δεν είναι.

Οι προσωκρατικοί αναζήτησαν να μάθουν την αντικειμενική αλήθεια, το απόλυτο για την φύση του κόσμου. Θεωρούσαν τις αισθήσεις αναξιόπιστες για το έργο αυτό, καθώς εκείνες είναι φευγαλέες και μεταβλητές, οπότε ούτε αληθινές είναι, ούτε δείχνουν την αντικειμενική αλήθεια, την ουσία των όντων. Έτσι αποφάνθησαν ότι η αλήθεια βρίσκεται πέρα από τις αισθήσεις. Είναι κάτι υπεραίσθητό. Ως υπεραίσθητό δεν το αισθανόμαστε, αλλά το εννοούμε. Είναι απλώς νοητό. Προϋπόθεση για να είναι κάτι νοητό, είναι το υποκείμενο που νοεί, δηλαδή ο νους. Ο νους λοιπόν νοεί την αλήθεια (Τσάτσος, 1970). Ο νους βρίσκεται εν δυνάμει μέσα στο λόγο ή αλλιώς θα λέγαμε ότι αποτελεί την ανώτερη έκφραση του λόγου. Έτσι ο «λόγος» είναι η αντίθεση σε καθετί το ασυναίσθητο, το ανενεργό και ανεύθυνο, το παράλογο και άμορφο στον κόσμο των ανθρώπων (Πατέλης, 2009)

Ο Ηράκλειτος αναφέρεται στον λόγο, ως τον νόμο της αιώνιας ροής. Για εκείνον όλα στον κόσμο περνούν αδιάκοπα. Η ουσία είναι ροή. «Τα πάντα ρεῖν». Το μόνο που δεν αλλάζει είναι ο νόμος της αιώνιας αλλαγής. Η αλλαγή έχει δύο εκφάνσεις. Γένεση και καταστροφή. Από την ανυπαρξία περνάει στην ύπαρξη και από την ύπαρξη ξαναγυρνάει στην ανυπαρξία. Τα πράγματα που αλλάζουν είναι αισθητά. Η διαδικασία όμως ροής μπορεί να συλληφθεί μόνο νοητά. Θα επανέλθουμε σε αυτόν τον διαχωρισμό αργότερα.

Αντίθετα για τον Παρμενίδη, ο λόγος είναι ο νόμος της αιώνιας στασιμότητας. Παρατήρησε ότι το μη όν είναι λογικά ασύλληπτο. Μόλις συλληφθεί το μη όν από τον λόγο, τη σκέψη, γίνεται κίόλας όν. Αισθητά δεν υπάρχει, αλλά δεν μπορεί να υπάρχει ούτε για τη σκέψη, καθώς από τη στιγμή που εκείνη τον συλλαμβάνει παύει να είναι μη όν και μετατρέπεται σε όν. Δηλαδή ο λόγος του δίνει ύπαρξη. Συνεπώς πως κάτι έρχεται από την ανυπαρξία στην ύπαρξη, αφού ανυπαρξία δεν υπάρχει; Ανάλογα, πως το μη όν γίνεται όν, αφού το μη όν δεν υπάρχει; Για αυτό ο Παρμενίδης έβλεπε τον λόγο ως τον νόμο της αιώνιας στασιμότητας. Λειτουργεί λοιπόν ο λόγος εδώ, ως ρυθμιστικός κανόνας που προσδίδει ενότητα. Στην αντιγνωμία αυτή παρουσιάστηκε ο Εμπεδοκλής προσπαθώντας να ενώσει τους δύο παραπάνω νόμους. Θεώρησε ότι η ουσία είναι πάντοτε αναλλοίωτη, αλλά ότι υπάρχει διαρκής μεταβολή, μόνο αν εκλάβουμε ότι γένεση και καταστροφή είναι απλά τρόποι για να εκφραστεί η κίνηση της αναλλοίωτης ουσίας. Εν τέλει για όλες αυτές τις σκέψεις αποφάνθηκε ο Αναξαγόρας. Έκρινε ότι η σχέση αυτή δεν μπορεί να προσδιοριστεί παρά από τον λόγο του σύμπαντος, τον νοῦ. Έτσι ανέδειξε τον δυισμό πνεύματος. Από την μία ο νοῦς και από την άλλη η κόσμος. Σύμφωνα λοιπόν με εκείνον, ο νοῦς βάζει τάξη και αρμονία στον κόσμο (Τσάτσος, 1970). Αυτόν ακριβώς τον συλλογισμό επανέφερε ο Σωκράτης κατά την αττική περίοδο δράσης του. Γίνεται φανερό λοιπόν πώς η φιλοσοφία ξεκινώντας από τα λόγια μεταξύ των ανθρώπων, πέρασε στον λόγο του σύμπαντος και στον νοῦ.

Ο Σωκράτης αντιτάχθηκε στη φιλοσοφία των σοφιστών, υποστηρίζοντας ότι το χάος των δοξασιών τους στη ζωή των ανθρώπων, θα το ξεδιαλύνει ο νοῦς. Εκείνος, ως υπερατομική αρχή που τον διέπει τάξη, θα λειτουργήσει ως νόμος στο χάος των εμπειριών και των αντιλήψεων που έχουμε για αυτές. Παρατηρείται δηλαδή και πάλι η υπεροχή του λόγου, έναντι της ύλης. Ο Σωκράτης δεν αγνόησε την ανακάλυψη των σοφιστών, την ανάδειξη του υποκειμένου, αλλά διαφοροποιήθηκε στον τρόπο που συλλαμβάνει το υποκείμενο αυτό, τη φύση του. Θεώρησε λοιπόν ότι για να δρα ο νοῦς σε ένα υποκείμενο, αυτό θα πρέπει να μην είναι μόνο μια ψυχοφυσική ύπαρξη, όπως θεωρούσαν οι σοφιστές, αλλά ένα όν λογικό. Ένα υποκείμενο που να λειτουργεί κατά λογικούς νόμους. Συνεπώς για τον Σωκράτη ο άνθρωπος αντιμετωπίζεται και ως έλλογο όν, πέρα από την ψυχοφυσική του ύπαρξη. Ένα τέτοιο όν μπορεί να προχωρήσει σε κάτι

αντικειμενικό, σε μια αλήθεια που ισχύει γενικά. Θεωρούσε ότι η λογική είναι μια και ισχύει για όλους. Υπάρχει κάποιο στοιχείο κοινό σε όλους, η λογική λειτουργία.

Βέβαια το σημείο αυτό χρειάζεται να το προσαρμόσουμε στα σημερινά δεδομένα. Χάρη στην εξέλιξη της βιολογίας και της ψυχιατρικής, μπορούμε στις μέρες μας να αναγνωρίσουμε αν κάποιος γεννιέται με προσβεβλημένη την λογική του λειτουργία ή ακόμα ότι κατά τη διάρκεια της ζωής του μπορεί να του συμβεί ένα ατύχημα, το οποίο θα του στερήσει την δυνατότητα για λογική σκέψη. Εν πάση περιπτώσει, στην πλειοψηφία τους οι άνθρωποι έχουν έμφυτη την λογική ικανότητα, αφού είναι έλλογα όντα, ανεξάρτητα αν την καλλιεργούν ή όχι, καθώς αυτό είναι θέμα παιδείας. Έτσι λοιπόν ο άνθρωπος έχει την ικανότητα βιολογικά, να συλλαμβάνει αλήθειες σταθερές, αντικειμενικές, γενικές, να διατυπώνει λογικά νοήματα, επιστημονικά, που τα παραδέχεται κάθε άλλη έλλογη συνείδηση. Η υπεροχή αυτή, την οποία οφείλει ο άνθρωπος στο νου του, μας παραπέμπει στο τελικό πλέον πόρισμα της προσωκρατικής φιλοσοφίας, ότι το πνεύμα κυριαρχεί του υλικού κόσμου (Τσάτσος, 1970).

Αφού λοιπόν μόνο το λογικό υποκείμενο είναι εκείνο που μπορεί να φτάσει στη γνώση, χρειάζεται να δούμε πως θα το επιτύχει αυτό. Ο Σωκράτης μας λέει μέσω της «έννοιας». Τι σημαίνει όμως έννοια; Ο καθένας από μας έχει την δική του αντίληψη για κάποιο αντικείμενο. Όμως όσο κι αν διαφέρουν οι αντιλήψεις μας, υπάρχουν και κάποια κοινά σημεία, όπου οι αντιλήψεις συμπίπτουν. Σε αυτά τα κοινά σημεία βρίσκεται η αλήθεια, η γνώση η αντικειμενική. Τα κοινά αυτά σημεία απαρτίζουν μια ενότητα που έχει γενικό κύρος, χωρίς να αλλάζει από άτομο σε άτομο και από στιγμή σε στιγμή. Οι άνθρωποι για να καταλήξουν σε «έννοιες» κι από εκεί στη γνώση, πρέπει πρώτα να ξέρουν την ίδια τους τη γνωστική συνείδηση. Έτσι αναπόφευκτα οδηγούνται στην αυτογνωσία, το «γνώθι σε αυτόν», να κατέχουμε τον εαυτό μας γνωστικά. Οπότε με αυτόν τον τρόπο, η αυτογνωσία λειτουργεί ως μεθοδολογικός κανόνας. Μέσα από αυτή τη διαδικασία γνωριμίας με τον εαυτό μας, θα διαπιστώσουμε την σχετικότητα του, την ανεπάρκεια του και την ανάγκη για περαιτέρω συνεργία με άλλες συνειδήσεις, ώστε να αποκτήσουμε γνώση. Επομένως, διαλεκτικά κανείς ζητάει και βρίσκει την γνώση, μέσω της συν-δημιουργίας των «εννοιών». Προϋπόθεση όμως για να διαλεχτεί είναι να γνωρίσει την ίδια του την γνωστική συνείδηση (Τσάτσος, 1970).

Ας κάνουμε λοιπόν τώρα πιο προσιτή την φιλοσοφία του Σωκράτη στην ψυχοθεραπεία. Η ομολογία ότι ο λόγος έχει κυρίαρχη θέση στην ψυχοθεραπεία, δείχνει με βάση τα όσα λέει ο Σωκράτης, ότι η ψυχοθεραπεία βλέπει τον άνθρωπο ως έλλογο όν. Στηρίζεται και απευθύνεται στη λογική του φύση. Κατανοεί βεβαίως την άλογη, την αποδέχεται, αλλά για την εξέλιξη του ατόμου αναζητά να ενισχύσει το λογικό του. Φυσικά το ίδιο ισχύει

και για τον θεραπευτή. Όταν δηλαδή αναφερόμαστε στη θεραπεία μέσω του λόγου, δεν είναι δυνατό, οι συμμετέχοντες σε αυτήν, θεραπευτής- πελάτης, να μην έχουν την βιολογική ικανότητα λογικής σκέψης.

Επιπλέον, κυρίως στην ανθρωπιστική προσέγγιση της ψυχοθεραπείας, αναφέραμε ότι δεν υφίσταται ο διαχωρισμός του θεραπευτή ως γνώστη, από τον πελάτη ως ασθενή ή που πλανάται, αλλά ότι αντίθετα είναι συνταξιδιώτες, όπως τονίζει ο Yalom, όπου κανείς δεν είναι άτροπος από τις εγγενείς τραγωδίες της ύπαρξης (Yalom, 2002). Συνεπώς και οι δύο μαζί ψάχνουν για την αλήθεια. Κατά παρόμοιο λοιπόν τρόπο, θεραπευτής και πελάτης αναζητούν τις «έννοιες» μέσα από τον διάλογο, που θα τους οδηγήσουν στην αλήθεια. Για να μπορέσουν να συνδιαλλάξουν γνώμες, απαιτείται ο καθένας να γνωρίζει καλά τον εαυτό του. Ως εκ τούτου, ευλόγως στην ψυχοθεραπεία τονίζεται σχεδόν πάντα το «γνώθι σε αυτόν» και η αξία του για τον κάθε άνθρωπο, καθώς η αυτογνωσία αποτελεί κι έναν από τους στόχους της ψυχοθεραπείας. Δεδομένου ότι έχουν κοινό στοιχείο την λογική λειτουργία, μολονότι ο τρόπος δράσης της είναι υποκειμενικός, μπορούν να νοούν και συνεπώς να φτάσουν στην αλήθεια. Επομένως, αν ένας άνθρωπος στερείται τον λόγο, με την έννοια της λογικής σκέψης, η σκέψη του εκμηδενίζεται (Τσάτσος, 1970). Έτσι αδυνατεί να είναι αυτό που του όρισε η φύση να είναι, άνθρωπος, έλλογο ον. Έτσι εξίσου αδυνατεί να εξελιχθεί, οπότε παραμένει ζώο. Καταδείχθηκε λοιπόν ότι, όπως ο λόγος για την αρχή και τη λειτουργία του κόσμου ανταποκρινόταν στο ρόλο ενός ρυθμιστικού ενωτικού κανόνα, κατά ανάλογο τρόπο στην ψυχοθεραπεία, καθορίζει τον τρόπο, καθώς και την φύση όσων εμπλέκονται σε αυτήν και φυσικά την πορεία της.

Ουσιαστικά, μέσα από την συνομιλία θεραπευτή- πελάτη, αναδεικνύεται μια από τις σπουδαιότερες μεθόδους της ψυχοθεραπείας, η διαλεκτική, η μέθοδος των ερωταποκρίσεων του Σωκράτη που την ενστερνίστηκε και ο μαθητής του ο Πλάτων. Κατά την διάρκεια αυτής, ο συνομιλητής καλείται να απαντήσει σε ένα γενικό ερώτημα για την φύση ενός πράγματος. Για παράδειγμα, ποια είναι η φύση της δικαιοσύνης. Όταν απαντά δέχεται ένα ή περισσότερα ερωτήματα των οποίων την απάντηση γνωρίζει και διαπιστώνει ότι αναιρεί την αρχική του γνώμη. Μέσα τελικά από διαδοχικές αυτό-αναιρέσεις και ενδοσκόπηση, καταλήγουν σε κάποιες «έννοιες» ή «ιδέες», κατά τον Πλάτωνα, οπότε σε κάποιες αλήθειες. Η αλήθεια λοιπόν βρίσκεται μέσα στον πελάτη και ο θεραπευτής προσπαθεί να την εκμαιεύσει. Γι' αυτό διαφορετικά η σωκρατική μέθοδος καλείται μαιευτική. Απαραίτητη όμως συνιστώσα για αυτό το εγχείρημα, είναι ο λόγος, μέσα από την καθημερινή χρήση του ως ομιλία. Εξάλλου όποιος σκέφτεται σύμφωνα με τις επιταγές του λόγου, της ειδοποιούς διαφοράς του ανθρώπου με τα άλλα όντα, η σκέψη του θα είναι εξ' ανάγκης ορθή. Επειδή όμως στην ψυχοθεραπεία καταλυτικό ρόλο έχει η πράξη, πέρα από την θεωρία, όταν η σκέψη ενός ανθρώπου είναι ορθή, υποτάσσεται στο

λογικό του, τότε αντίστοιχα ορθή μπορεί να είναι και η πράξη του. Ανεξάρτητα αν εκείνος την επιλέξει ή όχι.

Σε ένα ακόμη βαθύτερο επίπεδο ανάλυσης της θέσης του λόγου μέσα στην ψυχοθεραπεία, κρίνεται αναγκαία η κατανόηση της «συνομιλίας» μεταξύ θεραπευτή και πελάτη. Δεν εξαντλείται δηλαδή η κατανόηση της, μόνο από το γεγονός ότι δεν πρόκειται για μια απλή συζήτηση, καθώς ο θεραπευτής είναι ένας ειδικά εκπαιδευμένος άνθρωπος που δεν λέει απλώς τη γνώμη του, αλλά η συνομιλία αυτή έχει πιο εμβριθές νόημα. Το νόημα αυτό θα προσπαθήσω να αναδείξω ευθύς αμέσως. Η συνομιλία είναι το ζητούμενο της ψυχοθεραπείας, με την εξής έννοια: θεραπευτής και πελάτης να συνευρεθούν στον κοινό κόσμο. Αυτό σημαίνει για τον θεραπευτή να μην ακούει μόνο με τα αυτιά του, αλλά και με το σώμα του. Το σώμα του να ανταποκρίνεται στη φωνή και τα λόγια του πελάτη. Όλος να τον ακούει και όλος να του μιλάει (Ασημάκης, 2001). Για να γίνει πιο κατανοητό αυτό, θα σας παραθέσω ένα παράδειγμα από την μουσική. Όταν κάποιος παίζει κιθάρα, το αποτέλεσμα δεν έγκειται μόνο στα δάχτυλα του που κινούν τις χορδές, αλλά στο όλο του ως άνθρωπος. Το ίδιο ισχύει και για κάποιον που τρέχει στο στίβο. Δεν μετέχουν μόνο τα πόδια του, αλλά η θέληση του, η αγωνία του, η προσπάθεια που έχει καταβάλει μέχρι τώρα, η επιθυμία του. Όταν λοιπόν αναφερόμαστε στο σώμα του θεραπευτή, δεν αναφερόμαστε στο φυσικό του σώμα, αλλά στο νοήμον. Η συνομιλία δεν είναι κάτι άλλο από το σώμα, κάτι το γλωσσικό-πνευματικό. Η συνομιλία είναι η σωματώση του σώματος, του νοήμονος σώματος (Ασημάκης, 2001). Για να καταστεί πιο οικείος ο συλλογισμός αυτός, ο Ασημάκης και οι συνεργάτες τους παράθεσαν το παράδειγμα της προσφώνησης. Σύμφωνα με αυτό, ο Ιάπωνας σκηνοθέτης του θεάτρου Toshiharu Takeuchi, τοποθετούσε δύο ανθρώπους αντικριστά, όπου ο πρώτος προσφωνεί τον δεύτερο με μια σύντομη φράση: «θα πάμε βόλτα το βράδυ;». κατόπιν ο δεύτερος του γυρνάει την πλάτη και ο πρώτος προσφωνεί στην πλάτη του. Το νόημα είναι ο δεύτερος να γυρίσει και να απαντήσει μόνο όταν πραγματικά νιώσει ότι ο πρώτος προσφωνεί εκείνον. Η προσφώνηση δηλαδή σημαίνει ότι κανείς με την φωνή του επιδρά στον συνομιλητή του και τον μεταβάλλει. Αυτό συμβαίνει όταν κανείς δεν θέλει απλώς να εκφράσει το δικό του συναίσθημα και την δική του γνώμη, αλλά όταν ξεχνά το συναίσθημα του και θέλει να «αγγίξει» τον συνομιλητή του. Δεν αρκεί λοιπόν ο δεύτερος να διαπιστώσει πως προσφωνείται, ακούγοντας το όνομα του, αλλά χρειάζεται το νοήμον σώμα του συνομιλητή του, το οποίο αναφέρεται στο δικό του να τον αγγίξει, να τον διαπεράσει και να επενεργήσει πάνω του, όταν αυτός το προσδεχτεί. Σε αυτήν λοιπόν την ανάλυση της διαδικασίας της «συνομιλίας», συμμετέχουν όχι μόνο τα λόγια του ενός προς τον άλλον, αλλά ο νους του ενός δίνει λόγο στον νου του άλλου.

Με παρόμοιο τρόπο οι συγγραφείς, εξηγούν την μεταβίβαση. Στην πραγματικότητα αυτή δεν συμβαίνει ποτέ, όμως πολλές φορές η φωνή του πελάτη δεν προσφωνεί τον θεραπευτή, αλλά κάποιον κοντά ή μακριά από αυτόν. Αντίστοιχα και ο θεραπευτής θα πρέπει να αναρωτιέται και να ελέγχει αν όταν μιλάει στον πελάτη του, προσφωνεί πραγματικά τον ίδιο. Η ψυχοθεραπευτική λοιπόν συνομιλία επιτυγχάνεται, όταν ο ένας θα μιλήσει στον άλλο και μόνον σε αυτόν, κι εκείνος με την σειρά του θα ακούσει τον πρώτο και μόνον αυτόν (Ασημάκης, 2001).

Το μέσο επικοινωνίας λοιπόν στην συνομιλία είναι η φωνή. Η φωνή είναι πνοή, εμπνεόμενος αέρας. Συνεπώς ακούγεται η φωνή μου, επειδή αναπνέω. Τι είναι δηλαδή η αναπνοή; Μια ζωτική λειτουργία του οργανισμού. Την ζωτικότητα της όμως αυτήν που την οφείλει; Το ερώτημα αυτό αναπόδραστα μας παραπέμπει στους Αρχαίους Έλληνες. Η ίδια η λέξη ανα-πνέω, δηλώνει πνέω ξανά. Την αρχική λοιπόν πνοή του ανθρώπου, σύμφωνα με τα λεγόμενα στα ορφικά έπη, την φέρνουν οι άνεμοι και μπαίνει μέσα στο σώμα μας από το σύμπαν, όταν αναπνέουμε (Αριστοτέλης, 2006). Πνέω στην αρχαία γλώσσα θα πει ψύχω. Η πνοή λοιπόν στην οποία ο άνθρωπος χρωστά την φωνή του, πηγάζει από την ψυχή του (Ασημάκης, 2001). Επιστρέφοντας στον Ηράκλειτο θα λέγαμε κατά αντιστοιχία ότι, η φωνή από μόνη της είναι το αισθητό. Η φωνή που επενεργεί στον συνομιλητή, συλλαμβάνεται μόνο νοητικά. Γι' αυτό μιλήσαμε και προηγουμένως για νοήμον σώμα, το οποίο γίνεται προσιτό μέσω του λόγου, με την έννοια όμως του νοήματος, όπως είπαμε στην αρχή. Είναι δηλαδή κάτι άυλο, που αυτό όμως δίνει την ουσία. Επομένως πέρα από ότι υλικό φαίνεται, υπάρχει μια ουσιαστική υπόσταση που δεν φαίνεται, αλλά που νοείται και προσδίδει ενότητα. Μια τέτοια υπόσταση είναι και η ψυχή. Η ψυχή δηλαδή είναι ο τρόπος με τον οποίον ο άνθρωπος ουσιώνεται, αυτό σημαίνει ότι ενσαρκώνεται, οπότε έχει σώμα, αλλά και λόγο, αφού είναι άνθρωπος. Μέσω δηλαδή της ύπαρξης της ψυχής, που συλλαμβάνεται μόνο νοητικά, σώμα και λόγος περισυλλέγονται στην συνέχεια τους (Ασημάκης, 2001). Χάρη στον λόγο του, μπορεί ο άνθρωπος να νοήσει την ψυχή του. Συνεπώς εδώ ξεετάζαμε τον λόγο, όχι με την έννοια της διάνοιας, αλλά εκείνη του εν δυνάμει νου. Αναφερόμασταν λοιπόν στην εξέλιξη του λόγου, που όταν μπορεί να νοεί, τότε έχει φτάσει τον νου. Από την ψυχή του όμως, πηγάζει ο λόγος του. Άρα είναι πασιφανές ότι λόγος και ψυχή είναι αλληλένδετα και αλληλεπιδρούν.

Από την παραπάνω ερμηνεία γίνεται κατανοητό ότι η ψυχολογική παρέμβαση που γίνεται στην σκέψη, στην αντίληψη, στη δράση, στη στάση ενός ανθρώπου απέναντι στη ζωή γενικότερα, δε σχετίζεται μόνο με την λογική του, αλλά με την συνολική του υπόσταση, δηλαδή και με την ψυχή του. Συνεπώς ο άνθρωπος, όπως μας λένε και κάποιοι σύγχρονοι θεραπευτές, χρειάζεται να μεριμνήσει για την ψυχή του, να την φροντίζει, να

την υπηρετεί. Κι έτσι ξαναγυρνάμε πάλι στο νόημα που είχε το ρήμα θεραπεύω στην αρχαία μας γλώσσα, όπως αναφέρθηκε προωύτερα. Να λοιπόν γιατί μιλάμε για ψυχοθεραπεία. Η θεραπεία της ψυχής προσβλέπει στα πάντα (Ασημάκης, 2001). Η ψυχή ακολουθώντας τις επιθυμίες στρέφεται προς την ύλη, ακολουθώντας τον λόγο κοιτάζει προς τον «κόσμο των ιδεών». Όταν λειτουργεί ως αίσθηση, στρέφεται προς την ύλη και τότε πηγαίνει προς το ρευστό, το πάντα σχετικό, που για τέρμα έχει κάτι ανάξιο. Όταν λειτουργεί ως λόγος, τότε στρέφεται προς το νοητό, το αμετάβλητο, το απόλυτο, που έχει το αξιότατο τέρμα, το αγαθό. Έτσι τραβηγμένη φαίνεται πως θα σχισθεί στα δύο κι έτσι θα πάψει να είναι η ενιαία συνείδηση, που όλα τα θεωρεί και τα πράττει. Για αυτό ο Πλάτωνας αρέσκειται να παρομοιάζει την ψυχή με άρμα, όπου είναι ζεμένα δύο άλογα ορμητικά και που το τραβούν προς αντίθετους δρόμους μέχρι να το κομματιάσουν. Πάρα ταύτα όμως η ψυχή μπορεί να ζήσει ενιαία, γιατί δεν έχει μόνο αντίθετες τάσεις. Μια ενέργεια μέση, ο θυμός, το θυμοειδές, το ενδιάμεσο στοιχείο που τιθασεύει τις ορμές και τις διοχετεύει προς τον χώρο των ιδεών, προς τον λόγο, είναι αρμόδιο για την ισορροπία της ψυχής (Τσάτσος, 1970). Στον κάθε άνθρωπο λοιπόν μέσα, παλεύουν αντίρροπες δυνάμεις και καθήκον του θεραπευτή είναι να εντοπίσει και να ενισχύσει αυτό το ενδιάμεσο στοιχείο, το βουλευτικό, κατά τον Πλάτωνα, που επιφέρει την αρμονική συνύπαρξη τους.

3.2. Η ψυχοδυναμική κατεύθυνση.

Η κατεύθυνση αυτή της ψυχοθεραπείας απαρτίζεται από τα κοινά στοιχεία που απαντώνται σε όλες τις ψυχαναλυτικές σχολές, παραδοσιακές και μη. Τα στοιχεία αυτά είναι τα εξής: ο αναλυτής αντιμετωπίζεται από τον αναλύμενο ως κάποιο πρόσωπο από το οικείο περιβάλλον του (μεταβίβαση). Έτσι η σχέση μεταξύ αναλυτή- αναλύμενου γίνεται μια πειραματική πραγματικότητα. Ακόμη οι δράσεις του ασθενή, στα πλαίσια της θεραπείας και έξω από αυτά, αποτελούν επαναλαμβανόμενα μοτίβα του παρελθόντος του. Αυτός είναι άλλος ένας τρόπος να εξεταστεί η επίδραση του παρελθόντος στο παρόν. Ένα άλλο κοινό κομβικό στοιχείο είναι ότι ο άνθρωπος δρα και σε ένα άλλο μη συνειδητό επίπεδο. Τέλος η πεποίθηση στην ιδέα ότι οι άνθρωποι διακατέχονται από την επιθυμία να κατανοούν τους εαυτούς τους, γιατί όταν έχουν αυτογνωσία, μπορούν να οδηγήσουν σε αλλαγές τον τρόπο σκέψης τους, των δράσεων τους και των συναισθημάτων τους. Η τελευταία αυτή αρχή δεν τονίζεται ούτε υποστηρίζεται επαρκώς, με την έννοια ότι αυτή η εσωτερική αναζήτηση αλληλεπικαλύπτει το ασυνείδητο, το οποίο αν τελικά μας είναι γνωστό, ακυρώνει το σώμα της ψυχανάλυσης (Hersen et al., 2002).

Από τα παραπάνω στοιχεία προκύπτει ότι γεννιέται ένα ιδιαίτερο είδος σχέσης μεταξύ αναλυτή και ασθενή, που βιώνουν την αμοιβαία επιθυμία να μάθουν, να εξετάσουν βαθιές και συχνά επώδυνες συναισθηματικά πλευρές της ζωής τους ασθενή. Έτσι η προσέγγιση αυτή δίνει τόση βαρύτητα στη σχέση μεταξύ αναλυτή και ασθενή, καθώς αυτή από μόνη της, αν κατανοηθεί θα αποτελέσει βαθιά γνώση για παρελθούσες σχέσεις του αναλυόμενου και πως μπορεί να τις επηρεάσει τώρα. Είναι ευθύνη του αναλυτή να διδάξει στον ασθενή ότι το γεγονός ότι τον βλέπει σαν κάποιο οικείο του πρόσωπο, απορρέει από τον ίδιο τον ασθενή κι έπειτα ο αναλυτής τον βοηθάει να κατανοήσει την τωρινή του συμπεριφορά.

Τέσσερις είναι οι βασικές τεχνικές που χρησιμοποιεί η ψυχοδυναμική κατεύθυνση, εκτός της μεταβίβασης- αντιμεταβίβασης στην οποία ήδη αναφέρθηκα. Η μέθοδος του ελεύθερου συνειρμού, που ανακαλύφθηκε από τον Freud, φάνηκε να είναι ιδιαίτερα βοηθητική. Όταν δηλαδή ο ασθενής δεχτεί ενθάρρυνση από τον αναλυτή να ξεκινάει να λέει ότι του έρχεται στο μυαλό, χωρίς να λογοκρίνει τα λεγόμενα του, εκείνος αποκαλύπτει πολλών ειδών πληροφορίες, καταλήγοντας και στην αποκάλυψη μιας τραυματικής πρώιμης εμπειρίας. Έτσι φτάνει στο σημείο αυτό συνειδητά και με την βοήθεια του αναλυτή το επανεξετάζει με λογικό τρόπο. Καθώς ο αναλυτής βοηθάει τον ασθενή να εξετάσει τις σκέψεις του, τα συναισθήματα του και πως αυτά επηρεάζουν την τωρινή του ζωή, οφείλει να ακούει προσεχτικά τι λέει ο αναλυόμενος, ώστε να εντοπίσει το συμβολικό νόημα των λέξεων που πιθανώς χρησιμοποιεί ο ασθενής. Θυμηθείτε, το νοήμον σώμα του ενός, επιδρά στο νοήμον σώμα του άλλου. Για παράδειγμα, αν ο ασθενής μιλά για παιδάκια ή σκυλάκια που χρειάζονται αγάπη, ίσως έτσι να αναπαριστά τον εαυτό του και να μιλά για την δική του ανάγκη.

Μια άλλη τεχνική είναι η ανάλυση των ονείρων του ασθενή. Τα όνειρα θεωρούνται ο δρόμος για το ασυνείδητο. Ενώ ο ασθενής περιγράφει το όνειρο του στον αναλυτή, το έκδηλο δηλαδή περιεχόμενο, ο αναλυτής προσπαθεί να το ερμηνεύσει. Να αποκαλύψει δηλαδή και να κατανοήσει το λανθάνον περιεχόμενο του.

Η τέταρτη τεχνική είναι ίσως και η σπουδαιότερη, η άρρηκτα συνδεδεμένη με τον λόγο, καθώς αφορά τον ιδιαίτερο τρόπο χρήσης του, ώστε να διευκολύνει την επικοινωνία μεταξύ αναλυτή και ασθενή που αποτελεί κορωνίδα για την γενικότερη έκβαση της θεραπείας. Σύμφωνα με τους Hersen et al (2002), ο αναλυτής χρησιμοποιεί γλώσσα αντιπαραθετική, διευκρινιστική και βεβαίως ερμηνευτική. Κατά αντιστοιχία, ο αναλυτής διατηρεί ένα ζεστό κλίμα ασφάλειας και μέσα σε αυτό φέρνει τον ασθενή ενώπιον παρατηρήσεων και πληροφοριών. Δεν αντιπαρατίθεται δηλαδή στον ίδιο τον ασθενή, αλλά αντίθετα τον φέρνει αντιμέτωπο με πρόσφατες για εκείνον αποκαλύψεις και όψεις

των συναισθημάτων, των σκέψεων του κ.τ.λ. Το κάνει αυτό, όχι για να εναντιωθεί σε αυτές ο ασθενής, αλλά για να προβληματιστεί και τελικά να προχωρήσει άλλο ένα βήμα προς τον δρόμο της αυτογνωσίας. Συνεχίζοντας, ο αναλυτής ζητάει από τον ασθενή να συλλογιστεί για κάποια ίσως επιθυμία του, κάτι που ζήτησε από τον αναλυτή και να αναρωτηθεί για την πρόθεση των λεγομένων του. Κατά πόσο δηλαδή χρησιμοποιεί προσχήματα αντί να πει αυτό που πραγματικά επιθυμεί ή σκέφτεται. Επίσης στα πλαίσια του διευκρινιστικού λόγου είναι και η επανάληψη των λεγομένων του ασθενή από τον αναλυτή, ώστε ο δεύτερος να είναι σίγουρος ότι καταλαβαίνει ορθά τον πρώτο. Κλείνοντας με τον ερμηνευτικό λόγο, ο αναλυτής προσπαθεί να βοηθήσει τον ασθενή να κατανοήσει με ακρίβεια το πώς σκέφτεται και γιατί σκέφτεται με αυτόν τον τρόπο. Οπότε κατ' επέκταση γιατί συμπεριφέρεται και νιώθει αναλόγως. Έτσι προσπαθεί να του δείξει ότι με την ερμηνεία, εμπλεκόμεστε αναπόφευκτα στη διαδικασία λειτουργίας του ασυνείδητου και στην πλήρη ερμηνεία εξηγεί γιατί και πως το ασυνείδητο ενεργοποιείται. Συνεπώς η ερμηνεία περιλαμβάνει ανάλυση του συνειδητού (σκέψεις), καθώς και του ασυνείδητου.

3.2.1. Το φιλοσοφικό υπόβαθρο της ψυχοδυναμικής κατεύθυνσης.

Εξετάζοντας τώρα το φιλοσοφικό υπόβαθρο της ψυχοδυναμικής κατεύθυνσης, αξίζει να αναφερθούμε συντόμως στη σχέση του πρωτοπόρου αυτής με τους αρχαίους Έλληνες. Ο λόγος γίνεται για τον Freud τον οποίο έλκυε η κουλτούρα και ο πολιτισμός της κλασικής Ελλάδας. Το κλίμα του πνεύματος που επικρατούσε στην Δυτική Ευρώπη, τον 19^ο αιώνα, ήταν επηρεασμένο από τους αρχαίους Έλληνες και δεν άφησε μεταξύ άλλων διανοούμενων της εποχής, ανέπαφο τον Freud (Butler, 1935).

Η ελληνική και η λατινική γλώσσα αποτέλεσαν μέρος της πρώιμης εκπαίδευσης του. Στο γυμνάσιο διδασκόταν τις τραγωδίες του Σοφοκλή. Και το 1873, στις απολυτήριες εξετάσεις του Γυμνασίου, του ζητήθηκε να μεταφράσει στίχους από τον Οιδίποδα Τύραννο. Κατά τη διάρκεια των σπουδών του στο Πανεπιστήμιο της Βιέννης, παρακολουθούσε μαθήματα του καθηγητή Franz Brentano, ο οποίος παρέδιδε μεταξύ άλλων, μαθήματα για την φιλοσοφία του Αριστοτέλη. Ο Freud προτάθηκε από τον Brentano στον Theodor Gomberz, καθηγητή κλασικής φιλολογίας στο Πανεπιστήμιο της Βιέννης, για την μετάφραση φιλοσοφικών έργων, εκείνων του Πλάτωνα (Merlin, 1945). Έτσι ο Freud μέσω της τριβής, εντυπωσιάστηκε από την πλατωνική φιλοσοφία και ξεχώρισε το «Συμπόσιο», το οποίο, όπως θα δούμε παρακάτω αποτέλεσε έμπνευση των θεωριών του. Στη συνέχεια ο Freud σύστηνε και σε άλλους που ενδιαφέρονταν να διαβάσουν ένα καλό βιβλίο, βιβλία για την ιστορία της αρχαίας

φιλοσοφίας. Επίσης, σε όλη την διάρκεια της ζωής του ήταν βαθύτατα εντυπωσιασμένος από την μελέτη της αρχαίας ιστορίας, δείχνοντας ταυτοχρόνως ιδιαίτερη τέρψη για τις αρχαιολογικές ανακαλύψεις, όπως εκείνες της Κνωσού στην Κρήτη, της Ακροπόλεως κ.α.

Για την δόμηση των ψυχαναλυτικών του θεωριών είναι χαρακτηριστικές οι επιρροές του από τις τραγικές φιγούρες της ελληνικής μυθολογίας και του δράματος. Έτσι προέκυψε το οιδιπόδειο σύμπλεγμα, καθώς και ο όρος «ναρκισσισμός», που αναφέρεται σε σεξουαλική διαστροφή και έχει τις ρίζες του στον ελληνικό μύθο του Νάρκισσου.

Ακόμη, είναι αξιοσημείωτη η επιρροή του για την θεωρία των ενορμήσεων ζωής και θανάτου. Μελετώντας το «Συμπόσιο» του Πλάτωνα, ο Freud φάνηκε να ταυτίζει την ενόρμηση της ζωής με τον έρωτα. Το 1910 αναφέρθηκε στον έρωτα ως τον «διατηρούντα παράγοντα όλων των ζωντανών πραγμάτων». Συνέδεσε τον έρωτα με μια ενέργεια, που την ονόμασε λίμπιντο και της απέδιδε ζωτική αλλά και σεξουαλική χροιά. Θεωρούσε ότι η ενέργεια αυτή ενεργοποιείται για να ικανοποιήσει ανάγκες και έτσι να επιμηκύνει την ζωή, φτάνοντας σε ένα σημείο απουσίας αναγκών, αντικατοπτρίζοντας την πλήρη ικανοποίηση. Μια τέτοια κατάσταση όμως, ονομάζεται θάνατος. Έτσι εκτός από τις ενορμήσεις ζωής, υπάρχει και η ενόρμηση του θανάτου (Freud, 1905). Η ερμηνεία που τελικά της προσέδωσε ως δύναμη ζωής είναι πλησιέστερη στην πλατωνική ερμηνεία του έρωτα, η οποία βέβαια αποκτά βαθύτερο νόημα, όπως αποκαλύπτεται στο «Συμπόσιο».

Εκεί ο έρωτας παρουσιάζεται ως μια εκδήλωση γενικότερου φαινομένου. Της ορμής που έχει η ανθρώπινη φύση να ξεπεράσει τον εαυτό της, να εντοπίσει και να πραγματοποιήσει μέσα της και γύρω της ορισμένες αξίες απαραίτητες για την ολοκλήρωση της (Συκουτρής, 204c-206a). Μέσα από τον διάλογο μεταξύ Πλάτωνος και Αγάθωνος, αποδεικνύεται ότι ο έρωτας είναι κίνηση, κίνηση προς ανώτερη μορφή ύπαρξης, προς πραγματοποίηση αξιών. Ως τέτοια, δεν περιορίζεται εντός των ορίων της θνητής φύσης και δεν αποτελεί ικανοποίηση φυσικής ανάγκης. Έτσι ο έρωτας είναι φαινόμενο ανθρώπινο προς την αφετηρία του, χωρίς να έχει χαρακτήρα αποκλειστικά ψυχολογικό ή κοινωνικό, αλλά κατεξοχήν μεταφυσικό (Συκουτρής, 199c-201c). Εδώ λοιπόν έγκειται το παραπάνω βήμα του Πλάτωνα, σε σχέση με την θεώρηση του Freud. Στον Πλάτωνα ο έρωτας δεν είναι κατάσταση στατική, αλλά λειτουργία δυναμική, μεσολαβούσα κίνηση μεταξύ δύο κόσμων, της αμάθειας και της επιστήμης (Συκουτρής, 201c-202b), ή αλλιώς του σκότους και του φωτός. Κατ' εκείνον, μέσα στον έρωτα υπάρχει το αίσθημα της απουσίας των αξιών, αλλά και η κίνηση προς αυτές. Κίνηση προς το ωραίο και αφού ωραίο και αγαθό στην πλατωνική και την κοινή αντίληψη των Ελλήνων συμπίπτουν, πρόκειται για κίνηση προς την ενδεή αρετή. Η σχέση αυτή προς ότι δεν έχεις αλλά ποθείς, δεν είναι σχέση

εξωτερική, στην οποία το αντικείμενο της αγάπης αντιτάσσεται προς το εγώ ως κάτι αλλότριο, αλλά είναι σχέση συγγένειας, εσωτερική, όπου ο δέκτης της αγάπης σου είναι κομμάτι του εγώ σου, το καλύτερο ίσως που σου ανήκε κάποτε. Οπότε δεν θα το αποκτήσεις, αλλά θα το ανακτήσεις. Για αυτό ο έρως είναι γιός της Πενίας και του Πόρου. Η φτώχεια, η έλλειψη και η διαρκής προσπάθεια εύρεσης διεξόδου. Μέσα του λοιπόν έχει όχι μόνο την στέρηση, αλλά και την πραγματοποίηση του ιδανικού του. Από την μητέρα Πενία έχει κληρονομήσει τις στέρησεις και την ασχήμια. Από τον πατέρα την επαύξηση και χρησιμοποίηση των πνευματικών δυνάμεων, την ζωτικότητα που χαρακτηρίζει τον ερωτευμένο. Έτσι όλη του η ζωή είναι διαρκής παλίρροια μεταξύ ζωής και θανάτου, θαλερότητας και μαρασμού, ελπίδων και απογοητεύσεων, όπως γενικώς η ζωή κάθε πνευματικού ανθρώπου που η ορμή της ψυχής του υπερβαίνει τα όρια της θνητής του ύπαρξης κι όμως εκπηγάζει από αυτήν (Συκουτρής, 203b-204c).

Θα μπορούσαμε να αναλύσουμε πολύ εκτενέστερα την θεώρηση του πλατωνικού έρωτα, αλλά σκοπός εδώ είναι να αναδείξουμε το φιλοσοφικό υπόβαθρο ευρύτερα της ψυχοδυναμικής προσέγγισης και όχι της φροϋδικής. Ωστόσο εσκεμμένα έκανα λόγο για τον έρωτα στην πλατωνική αντίληψη, καθώς η παραπάνω ερμηνεία αυτού είναι ακόμα πλησιέστερη στην θεώρηση της ανθρώπινης φύσης, κατά την ανθρωπιστική προσέγγιση. Όπως δηλαδή στον Πλάτωνα λειτουργεί ο έρως ως κινητήριο δύναμη, αν μπορούμε να το πούμε έτσι, για περαιτέρω εξέλιξη της ανθρώπινης φύσης, συμπεριλαμβανομένης της αισθητής και της υπεραισθητής του υπόστασης, κατά παρόμοιο τρόπο, ο Maslow αναφέρθηκε στην έμφυτη τάση πραγμάτωσης του δυναμικού του ανθρώπου στην ολότητα της ύπαρξης του. Είχε μια ολιστική προσέγγιση για τον άνθρωπο, θεωρώντας ότι εκείνος ολοκληρώνεται όταν εκπληρώσει το σύνολο των βιολογικών, ψυχικών και νοητικών του δυνατοτήτων. Συνεπώς η τάση αυτή ενέχει μεταφυσικό χαρακτήρα, καθώς δεν είναι δυνατό ο άνθρωπος να εξαντλήσει το σύνολο της ύπαρξης του στον αισθητό κόσμο. Πιθανόν δηλαδή οι ανθρωπιστές να προσάρμοσαν στην δική τους θεωρία τον συλλογισμό του Πλάτωνα ότι, αν όλη η ζωή είναι μια τάση προς έναν έσχατο σκοπό, προς το κορύφωμα της το αγαθό, τότε και όλη η ζωή είναι ένας μεγάλος έρωτας του αγαθού (Τσάτσος, 1970, 125). Οι ανθρωπιστές επομένως, κατανόησαν καλύτερα το βαθύτερο νόημα του πλατωνικού έρωτος εν συγκρίσει με τον Freud και τους οπαδούς του και όπως θα δούμε στη συνέχεια ο υπαρξισμός θίγει το ζήτημα της «παλίρροιας» που εκπηγάει από την μεικτή ανθρώπινη φύση.

Εξετάζοντας λοιπόν τις τάσεις της ανθρώπινης φύσης, υπό φιλοσοφικό πρίσμα, μπορούμε να ερμηνεύσουμε και να κατανοήσουμε τις διάφορες αλλαγές και αντιφάσεις στον τρόπο σκέψης και δράσης μας. Έτσι, αποκτούμε επίγνωση του τι μας συμβαίνει και σταδιακά μειώνεται η ταραχή μας, απέχοντας σημαντικά από το σημείο εμφάνισης

ψυχοπαθολογίας. Η φιλοσοφική επομένως θεώρηση του ανθρώπου, έγινε με βάση πραγματικούς ανθρώπους κι όχι ιδεατούς. Ξεκίνησε από την παρατήρηση και προοδευτικά προχώρησε στο μεταφυσικό πεδίο. Έτσι το πρακτικό όφελος που έχει μια φιλοσοφική προσέγγιση, είναι η διαμόρφωση στάσης απέναντι σε ότι μας συμβαίνει. Σύμφωνα με αυτήν θα είναι και οι πράξεις μας. Για αυτό είναι τόσο σημαντικό το πώς σκεφτόμαστε τα πράγματα γύρω μας, ποια θεωρία έχουμε ή αλλιώς φιλοσοφία, η οποία είδαμε πόσο αρμονικά συνδέεται με την πράξη. Η γνώση φιλοσοφίας επομένως, μας βοηθάει στον τρόπο αντιμετώπισης της πραγματικότητας, με την παροχή ψυχολογικών εργαλείων, όπως καλλιέργεια ψυχραιμίας, συναισθηματικής αποφόρτισης, υπομονής, πίστης στον εαυτό μας και στους ανθρώπους γενικότερα.

Παρατηρήσαμε προηγουμένως ότι η ψυχοδυναμική προσέγγιση στο σύνολο της συγκεντρώνεται γύρω από τέσσερις κοινές αρχές, στις οποίες υπακούν οι εκπρόσωποι της. Η κυριότερη από αυτές, της οποίας οι βάσεις ανάγονται στη φιλοσοφία είναι η εξής: Η δράση του ανθρώπου δεν περιορίζεται μόνο σε ένα συνειδητό επίπεδο, αλλά προεκτείνεται και σε ένα υπερβατικό ή ασυνείδητο επίπεδο, όπως ονομάστηκε από τον Freud και που είναι γνωστό μέχρι σήμερα.

Πριν εξηγήσουμε την σημασία του ασυνείδητου, χρειάζεται να υπογραμμίσουμε το γεγονός ότι ο Freud και οι οπαδοί της ψυχοδυναμικής κατεύθυνσης πιστεύουν σε έναν δυισμό. Στον δυισμό της ανθρώπινης δράσης. Στο σύνολο του δηλαδή ένας άνθρωπος διέπεται από χαρακτηριστικά που του είναι γνωστά, συνειδητά, αλλά και από κάποια που δεν τα γνωρίζει κι έτσι πολλές φορές νιώθει ότι πράττει ασυνείδητα. Θερμoί υποστηρικτές του δυισμού υπήρξαν ο Πλάτωνας, αλλά και ο Αριστοτέλης, παρ' όλο που στην εξέλιξη της θεωρίας του διαφοροποιήθηκε από τον δάσκαλο του.

Ο Πλάτωνας λοιπόν επηρεασμένος από τους πυθαγόρειους και πιστός μαθητής του Σωκράτη πίστευε ότι η αντικειμενική γνώση θα πρέπει να βρίσκεται σε κάτι αμετάβλητο, πέρα από τις αισθήσεις. Έτσι παραδέχτηκε την ύπαρξη ενός αισθητού και ενός υπεραισθητού κόσμου. Για εκείνον, όπως και για τον Σωκράτη, που εξετάσαμε παραπάνω, ο Λόγος έχει κυρίαρχη θέση, καθώς αποτελεί προϋπόθεση για να φτάσει κανείς στον νου και να μπορέσει να νοήσει την αλήθεια, κάτι υπεραισθητό. Από την στιγμή που ο άνθρωπος ως έλλογο όν μπορεί εν δυνάμει να φτάσει στη νόηση, αυτό σημαίνει ότι μέσα του ενυπάρχει η ύλη και το πνεύμα, το υλικό σώμα και η ασώματη ψυχή. Εν τούτοις ο Πλάτωνας πιστεύει στον δυισμό του σύμπαντος, αισθητός κόσμος από την μια, «κόσμος των ιδεών» από την άλλη, καθώς ανάλογα πιστεύει και στον δυισμό της ανθρώπινης ύπαρξης, υλικό σώμα μεν, άυλη ψυχή δε.

Στη συνέχεια ο Αριστοτέλης διαιωνίζει την ύπαρξη του δυισμού της ζωής. Στο σύστημα του κάθε όν, όπως και ο άνθρωπος, αποτελείται από ύλη και μορφή. Η δεύτερη αποτελεί την ουσία για τον Πλάτωνα, την ιδέα, χωρίς όμως εδώ να υποβιβάζεται η ύλη. Η ύλη είναι δυνάμει ον, χωρίς να είναι πραγματικό ον. Κλείνει εντός της δυνατότητας που τις επιτρέπουν να φτάσει ως την πραγματικότητα, αν συντρέξουν ορισμένοι όροι. Η ενέργεια που χρειάζεται η ύλη για να γίνει πραγματικό ον προέρχεται από την μορφή. Στη μορφή βρίσκεται η πηγή της ζωής της ύλης. Όσο η ύλη γίνεται μορφή, τόσο πλησιάζει στην ουσιαστική ύπαρξη. Η ύλη χωρίς την μορφή θα ήταν μόνο μια δυνατότητα για ύπαρξη, όπως και η μορφή χωρίς την ύλη, θα ήταν μια ενέργεια, που θα της έλλειπε εκείνο στο οποίο θα έπρεπε να επενεργήσει. Παρ' όλη δηλαδή την υπεροχή της μορφής έναντι της ύλης, για να υπάρξει η γένεση χρειάζεται απαραίτητως την μορφή και την ύλη. Η ουσία λοιπόν υπάρχει εκεί όπου συνθέτονται ύλη και μορφή. Τότε γεννιέται κι ο άνθρωπος.

Ο Αριστοτέλης πλατωνικός στην ρίζα του, δεν αρνείται φυσικά πως η μορφή είναι ον και ουσία, αλλά αρνείται σε αυτήν την ουσία την αυθυπαρξία. Με αυτή την παρατήρηση θέλω να πω ότι σαφώς και υπήρξαν διαφορές μεταξύ των παραπάνω φιλοσοφικών συστημάτων, αλλά σκοπός μας εδώ, όπως έχω ξαναπεί δεν είναι να αναλύσουμε τα φιλοσοφικά συστήματα, παρά να συγκεντρώσουμε τις αρχές που άσκησαν επίδραση στην εξέλιξη των ψυχολογικών θεωριών και ως εκ τούτου και της ψυχοθεραπείας. Τέτοια αρχή είναι η ύπαρξη του δυισμού σώματος-ψυχής, ύλης-μορφής, συνειδητού-ασυνειδητού.

Αμέσως τώρα με την επεξήγηση του ασυνειδήτου θα φανεί ότι η πλατωνική επιρροή ήταν μάλλον ισχυρότερη. Στο ασυνειδητο επίπεδο βρίσκονται οι τραυματικές εμπειρίες του ανθρώπου που τις έχει απωθήσει, καθώς είναι οδυνηρές και δεν είναι έτοιμος να τις αντιμετωπίσει. Τα βιώματα αυτά όμως δεν ξεχνιούνται. Αντιθέτως, συνεχίζουν να υπάρχουν και για να γίνει αισθητή η ύπαρξη τους, προκαλούν συμπτώματα που είναι αντιληπτά στο συνειδητό επίπεδο. Ο μόνος τρόπος για να εκλείψουν τα συμπτώματα αυτά και να καταστεί ο άνθρωπος υγιής, είναι να αντιμετωπίσει το απωθημένο, επώδυνο υλικό, να το κάνει δηλαδή συνειδητό και να ασχοληθεί μαζί του λογικά (Hergenhahn, 2008). Συνεπώς η γνώση που θα βοηθήσει τον ασθενή να επανακάμψει κρύβεται μέσα του κι έτσι η θεραπεία εστιάζει στο ασυνειδητο, ή με πλατωνικούς όρους στην ψυχή του.

Όπως δηλαδή στην ψυχοδυναμική προσέγγιση, βρίσκεται το ασυνειδητο στο επίκεντρο, έτσι κι ο Πλάτωνας θεωρούσε ότι ο άνθρωπος, αν θέλει να μάθει την αλήθεια και να αποκτήσει γνώση για το είδος του, θα πρέπει να στραφεί στην κατανόηση της ψυχής του. Στην κατανόηση του άφθαρτου, του άυλου και του αιώνιου, που δεν το βλέπουμε με τις αισθήσεις μας, όπως ακριβώς δεν βλέπουμε και το ασυνειδητο, που όμως από εκεί, όπως

και από την ψυχή μας, πηγάζουν οι ενέργειες και τα συναισθήματα μας που εκδηλώνονται στον επίγειο κόσμο και στα οποία ένας θεραπευτής προσπαθεί να παρέμβει. Ακόμη ο Πλάτων επηρεασμένος και πάλι από την πυθαγόρεια ιδέα για την αθανασία της ψυχής, θεωρούσε ότι κάθε γνώση είναι έμφυτη και μπορεί να επιτευχθεί μόνο μέσω ενδοσκόπησης, μέσω δηλαδή της έρευνας των εσωτερικών εμπειριών του ατόμου. Πρόκειται για μια μέθοδο ευρείας εφαρμογής στο πεδίο της ψυχοθεραπείας. Συνεπώς για τον φιλόσοφο, η γνώση προέρχεται από ανάμνηση των εμπειριών που είχε η ψυχή, πριν εισέλθει στο σώμα (Hergenhahn, 2008).

Η ψυχοδυναμική σχολή μπορεί να μην δέχεται την αθανασία της ψυχής και τον τρόπο με τον οποίο η γνώση κρύβεται εντός της, τουναντίον δέχεται την αθανασία του ασυνειδήτου και πιστεύει ότι η γνώση κρύβεται σε αυτό, χωρίς όμως να εξηγεί το γιατί να βρίσκεται εκεί. Επιπλέον ασπάζεται την ενδοσκόπηση ως μέθοδο που θα φέρει την γνώση στον συνειδητό αισθητό κόσμο. Η μέθοδος αυτή την οποία χρησιμοποιούν όλες οι ψυχοθεραπευτικές σχολές, άλλες λιγότερο, όπως η γνωστική- συμπεριφοριστική και άλλες περισσότερο, όπως η ψυχοδυναμική, είναι άρρηκτα συνδεδεμένη με την γνωστή σε όλους αυτογνωσία.

Είναι λοιπόν κατά την γνώμη μας, ολοφάνερο το φιλοσοφικό υπόβαθρο της ψυχοδυναμικής σχολής, όσον αφορά τον δυϊσμό συνειδητού- ασυνειδήτου και της μεθόδου της ενδοσκόπησης. Παρ' όλα αυτά η σύγχρονη ψυχολογία, ενώ δέχεται και διδάσκει ως επιστημονική την θεωρία περί ασυνειδήτου, χωρίς να έχει αποδειχτεί πειραματικά η ύπαρξη του, αρνείται ή παραμελεί την ύπαρξη της ψυχής, με το επιχείρημα ότι δεν έχει αποδειχτεί η ύπαρξη της. Για ποιόν λόγο κρατά η ψυχολογία αυτήν τη στάση;

Κλείνοντας με την ψυχοδυναμική κατεύθυνση, αντιλαμβανόμαστε μέσα από αυτήν την διερεύνηση ότι, θεωρίες που φαινομενικά δείχνουν να μην έχουν σημεία σύγκλισης, μπορούν τελικά μέσω των φιλοσοφικών καταβολών τους να συνυπάρξουν και να συνταιριαστούν. Καταλήγουμε συνεπώς εδώ σε δύο συμπεράσματα. Από την μία, προδήλως οι φιλοσοφικές ρίζες των ψυχολογικών θεωριών είναι διάχυτες και από την άλλη οι ρίζες αυτές έχουν την δυνατότητα να τις κάνουν συναγωνιστικές και όχι ανταγωνιστικές. Η μελέτη τους μπορεί να προσφέρει βαθύτερη γνώση σε έναν ψυχοθεραπευτή, αλλά και σε όποιον ενδιαφέρεται πραγματικά να γνωρίσει την ανθρώπινη φύση. Έτσι ίσως και ο διαχωρισμός της ψυχοθεραπείας σε περισσότερες από 400 σχολές να αποδειχθεί περιττός και ανούσιος. Τα όρια επομένως μεταξύ τους γίνονται όλο και πιο αμυδρά κι έτσι όλο και περισσότερο θα μπορούσε να αφηθεί πίσω η

έμμονη προσκόλληση σε μια συγκεκριμένη προσέγγιση. Η φιλοσοφία έτσι θα λέγαμε ότι βοηθάει τους πνευματικούς ορίζοντες των ίδιων των θεραπευτών να διευρυνθούν.

3.3. Η γνωστική-συμπεριφοριστική κατεύθυνση.

Επόμενη ψυχοθεραπευτική προσέγγιση είναι η γνωστική-συμπεριφοριστική θεραπεία (CBT). Η πρακτική αυτή είναι αποτέλεσμα της ενοποίησης θεωρητικών αρχών από δύο ή περισσότερα παραδοσιακά ψυχολογικά συστήματα, όπως αναφέρθηκε παραπάνω και ως τέτοια, εξηγεί την συμπεριφορά σε συνάρτηση με το περιβάλλον.

Κεντρική ιδέα στην προσέγγιση αυτή είναι ότι, ο προσδιορισμός και η αλλαγή μη εξυπηρετικών, δυσλειτουργικών σκέψεων και συμπεριφορών του πελάτη, επιφέρει μείωση των συμπτωμάτων, συναισθηματική ισορροπία και βελτίωση της λειτουργικότητας του (Hersen et al., 2002). Αυτή στηρίχθηκε στην πεποίθηση ότι η άποψη και η στάση κάποιου απέναντι σε μια κατάσταση ή γενικά στα πράγματα γύρω του, οφείλεται στο πώς σκέφτεται για αυτά και στο ότι, η ποιότητα της σκέψης καθορίζει και την ποιότητα του συναισθήματος που είναι συνδεδεμένο με αυτήν την σκέψη. Η βάση δηλαδή της προσέγγισης αυτής μας θυμίζει την θεωρία σχημάτων του Beck και την λογικο-συναισθηματική θεωρία του Ellis. Δεν μας κάνει εντύπωση αυτή η σύνθεση γνωστικών θεωριών με συμπεριφοριστικές, όπως θα δούμε στη συνέχεια, καθώς τονίσαμε από την αρχή ότι πρόκειται για μια προσέγγιση που είναι δημιουργήμα σύνθεσης επιμέρους θεωριών.

Η γνωστική-συμπεριφοριστική θεραπεία χαρακτηρίζεται από την ενεργή συμμετοχή του πελάτη και του θεραπευτή. Μαζί διαλέγουν τους θεραπευτικούς στόχους, συζητούν και συναποφασίζουν για το πώς αυτοί θα κατορθωθούν (Ασημάκης, 2001). Ο θεραπευτής δηλαδή εξαρχής εξηγεί στον πελάτη του ότι δεν γνωρίζει τα πάντα και ότι για να λυθούν τα προβλήματα του απαιτείται συνεργασία μεταξύ τους. Έπειτα ο θεραπευτής αναλαμβάνει να διδάξει στον πελάτη τα γνωστικά μοντέλα, ώστε με την βοήθεια του θεραπευτή να καταλάβει ο πελάτης την αιτιολογία, αλλά κυρίως την διατήρηση των προβλημάτων του. Η παρατήρηση λοιπόν από μέρος του πελάτη, είναι παράγοντας κλειδί, για να ξεπεράσει εκείνος με την βοήθεια του θεραπευτή τις δυσκολίες του. Αφού εντοπίσουν και οι δύο την αιτιολογία των συμπτωμάτων, για να νιώσει ανακούφιση ο πελάτης θα πρέπει να δοκιμάσει καινούριες εμπειρίες, για να μάθει να εξετάζει τον κόσμο υπό το πρίσμα των νέων αυτών εμπειριών (Hersen et al., 2002).

Βλέπουμε λοιπόν ότι εδώ, εν αντιθέσει με τις περισσότερες θεραπείες, υπερέχει η πράξη και η σκέψη έναντι του συναισθήματος, καθώς θεωρεί ότι το συναίσθημα είναι παράγωγο της σκέψης (Ασημάκης, 2001). Με άλλα λόγια, όταν ο πελάτης δοκιμάζει νέες εμπειρίες, νέα ερεθίσματα, του δίνεται η ευκαιρία να τα συνδέσει με έναν θετικότερο τρόπο σκέψης, οπότε και με θετικό συναίσθημα. Να αλλάξει δηλαδή το σχήμα που ήδη έχει, την εικόνα που έχει διαμορφώσει για τα πράγματα γύρω του, μέσω της οποίας γνωρίζει τον κόσμο (Ford, 2007). Εισάγει λοιπόν ο θεραπευτής τον πελάτη σε μια διαδικασία αυτοπαρατήρησης των στάσεων και των σκέψεων του και αφού εντοπίσει και αντιληφθεί ποιες δεν είναι βοηθητικές, προσπαθεί μαζί με τον θεραπευτή να τις αναδομήσουν. Με αυτόν τον τρόπο οι πελάτες μαθαίνουν εμπράκτως με τον καιρό να εφαρμόζουν τις αρχές της CBT με όλο και λιγότερη καθοδήγηση, ώστε τελικά να γίνονται οι ίδιοι θεραπευτές του εαυτού τους, διατηρώντας την «ιδιότητα» αυτή και μετά το πέρας της θεραπείας (Hersen et al., 2002).

Στο σημείο αυτό εκδηλώνεται η συμβολή των συμπεριφοριστικών θεωριών, με την κλασική εξαρτημένη μάθηση να καταλαμβάνει περίοπτη θέση, καθώς προσπαθεί ο θεραπευτής να μάθει στον πελάτη να συνδέει ένα ουδέτερο μέχρι τότε ερέθισμα με μια θετική σκέψη και σχήμα. Επίσης εξίσου σημαντική εκτιμάται και η συντελεστική μάθηση, η οποία στηρίζεται στην γνώμη ότι, οι συμπεριφορές τείνουν να εκδηλώνονται αυθόρμητα και ο έλεγχος τους προκύπτει από τις συνέπειες που επέρχονται. Έτσι οι συμπεριφορές που καταλήγουν να έχουν θετικά αποτελέσματα, έχουν την τάση να επαναλαμβάνονται, ενώ όσες καταλήγουν σε αρνητικά, να αποφεύγονται (Hersen et al., 2002). Για το θετικό τους δηλαδή αποτέλεσμα φαίνεται να χρειάζονται οι νέες εμπειρίες, που είδαμε νωρίτερα, ώστε το άτομο να πάρει ευχαρίστηση και να τις επαναλάβει ή να είναι αυτές που θα τον βοηθήσουν σε μια μελλοντική ενδεχόμενη δύσκολη στιγμή.

Αξίζει λοιπόν να σημειώσουμε ότι, η γνωστική-συμπεριφοριστική θεραπεία δεν ασχολείται με το πόσο αληθινό είναι κάτι, αλλά πόσο δυσλειτουργικό. Οπότε δεν ψάχνει τις πηγές των προβλημάτων εκείνων που έρχονται για θεραπεία, αλλά βασιζόμενη στο τώρα προσπαθεί να τα επουλώσει. Η προσέγγιση αυτή έχει επικρατήσει να θεωρείται και η κυρίαρχη ψυχολογία, μολονότι έχει παρατηρηθεί ότι έχει συγκεκριμένο φάσμα εφαρμογής.

3.3.1. Το φιλοσοφικό υπόβαθρο της γνωστικής-συμπεριφοριστικής θεραπείας.

Οι φιλοσοφικές ρίζες της γνωστικής-συμπεριφοριστικής θεραπείας, βρίσκονται σύμφωνα με την υπάρχουσα βιβλιογραφία, στην στωική φιλοσοφία. Αυτή ανήκει στους μετακλασικούς χρόνους και παρ' όλο που το πνεύμα της συνέπεσε να συγγενεύει με την νοοτροπία του ρωμαϊκού κόσμου και την ισχύ της Ρώμης επί του κόσμου, θα διαπιστώσουμε ότι τελικά πηγάζει από καθαρά ελληνικές πηγές.

Η στωική σχολή ήταν μια από τις πολυάριθμες σχολές της σωκρατικής φιλοσοφίας. Ιδρυτής της ο Ζήνων, ο οποίος μαζί με τον Χρύσιππο, τον Επίκτητο, τον Κικέρωνα, που κατά βάση ήταν νεοπλατωνιστής, τον Σενέκα και τον Μάρκο Αυρήλιο, υπήρξαν μερικοί από τις σημαντικότερες μορφές του ρεύματος αυτού. Αφετηρία για τους στωικούς αποτελεί ο κυρίαρχος Λόγος. Για εκείνους ο άνθρωπος αντιμετωπίζεται ως έλλογο ον, που η συνείδηση του κυβερνάται από τον λόγο του κι έτσι μπορεί να φτάσει στην γνώση, καθώς και στην ορθή πράξη. Η βάση δηλαδή του Σωκράτη και του Πλάτωνα είναι πασιφανής. Οι στωικοί όμως απέδωσαν ευρύτερες ιδιότητες στον λόγο. Θεωρούσαν ότι αυτός δεν μπορεί να περιοριστεί μόνο μέσα στα λογικά όντα κι έτσι επέκτειναν την κυριαρχία του. Ο λόγος βρίσκεται παντού. Αποκαλύπτεται έτσι η πανταχού παρουσία του, ως ρυθμιστικός νόμος. Ας μας επιτραπεί εδώ να σημειώσουμε ότι, η αντίληψη αυτή περί λόγου μας παραπέμπει πίσω στους φυσικούς φιλοσόφους. Οπότε φαίνεται πάλι η αλληλεπίδραση και η συνέχεια των φιλοσοφικών συστημάτων, όπως και των ψυχολογικών θεωριών. Στην φιλοσοφία όμως των στωικών το παν είναι η ύλη. Εδώ απομακρύνονται από την σωκρατική-πλατωνική βάση τους, όπως και η συμπεριφοριστική-γνωστική θεραπεία απομακρύνθηκε από την εις βάθος εξέταση των προβλημάτων του πελάτη. Ωστόσο ο λόγος είναι ο νόμος που προσδιορίζει ότι γίνεται στην ύλη, στο σύμπαν. Για αυτό ο λόγος είναι παντού, γιατί όπου υπάρχει ύλη, υπάρχει και ο λόγος που την ρυθμίζει. Σύμφωνα με τον Χρύσιππο, αντιπροσωπεύει ο λόγος τον καθολικό νόμο της ζωής και τονίζει πως είναι η αρχή της ζωής και πως όλα κυβερνούνται από αυτόν. Αλλιώς οι στωικοί τον αποκαλούν ειμαρμένη, αφού θεωρούν ότι ο λόγος είναι αιτία όσων γίνονται στον κόσμο, καθώς και του τρόπου με τον οποίο αυτά γίνονται. Έτσι φαντάζει για αυτούς ως μια απόλυτη νομοτέλεια που κυβερνά τον κόσμο (Τσάτσος, 1970).

Καθώς λοιπόν η ζωή αναπτύσσεται μέσα σε ένα νομοτελειακό καθεστώς, όπου το οποιοδήποτε στοιχείο της πραγματικότητας εντάσσεται μέσα σε αυτήν υπό απαράβατους κανόνες και υπάρχει για κάποιο συγκεκριμένο λόγο, εμείς οι άνθρωποι δεν μπορούμε να αμφισβητούμε τον τρόπο λειτουργίας του κόσμου. Έτσι ο Επίκτητος κατέληξε στο συμπέρασμα, που αποτελεί μια από τις βασικές αρχές της στωικής φιλοσοφίας, ότι, «Δεν μας ενοχλούν τα ίδια τα πράγματα, τα γεγονότα που συμβαίνουν, αλλά ο τρόπος με τον οποίον σκεφτόμαστε για αυτά». Συνεπώς και τα συναισθήματα μας πηγάζουν τελικά από τις ιδέες

και τις κρίσεις μας. Να λοιπόν πού στηρίχτηκαν ο Ellis και ο Beck για τις θεωρίες τους. Επιπλέον οι Ανατολικές φιλοσοφίες, όπως είναι ο ταοϊσμός και ο βουδισμός, έχουν σαν κεντρικό τους αξίωμα, την πεποίθηση ότι τα συναισθήματα είναι βασισμένα στις ιδέες.

Την πρώτη αυτή αρχή της στωικής φιλοσοφίας, την οποία ασπάστηκε και η CBT, την ακολούθησε μια δεύτερη εξίσου σημαντική. Εκφραστής της πάλι ο Επίκτητος έλεγε ότι «Κάποια πράγματα εξαρτώνται από μας, ενώ κάποια άλλα όχι». Το νόημα που ήθελε να δώσει σε αυτήν την κατά τα άλλα γνωστή σε όλους μας αρχή, είναι να τονίσει το πού και σε ποια πράγματα μπορεί η ανθρώπινη δύναμη να παρέμβει και να προκαλέσει αλλαγές. Τι είναι δηλαδή αυτό που υπόκειται στις δυνάμεις και τον έλεγχο μου και τι όχι. Παραδεχόταν ότι εξωτερικά γεγονότα, κυρίως πηγές πλούτου και υπόληψης, είναι στα χέρια της μοίρας, οπότε οι άνθρωποι πρέπει να μάθουν να αντιμετωπίζουν τις δυσκολίες και τις κακουχίες που τους συμβαίνουν, δίχως να επιδεικνύουν ηττοπάθεια. Αντίθετα, αυτό το οποίο εμπίπτει στο φάσμα των δυνατοτήτων μας, δεν είναι τίποτα άλλο από την κρίση και την γνώμη μας. Την ίδια πεποίθηση με τους Στωικούς φάνηκε να έχει αργότερα, τον 17^ο αιώνα ο Καρτέσιος. Πίστευε ότι εντελώς στην εξουσία μας τίποτα άλλο δεν είναι, παρά οι σκέψεις μας. Αφού έχουμε κάνει ότι καλύτερο μπορούσαμε απέναντι στα πράγματα που μας είναι εξωτερικά, κι ακόμα δεν είμαστε ευτυχισμένοι, αυτό που λείπει, είναι σχετικά με μας απόλυτα αδύνατο (Descartes, 1974). Έτσι το να εκπαιδευτεί κανείς στην στωική φιλοσοφία σημαίνει να μάθει ποια πράγματα είναι στο χέρι του και ποια δεν είναι. Αυτό έχει σαν λογικό επόμενο την καλλιέργεια συνεχούς αυτογνωσίας κάποιου πάνω στις σκέψεις και στις κρίσεις, που θα τον οδηγήσει στο να κρατάει μια φιλοσοφική στάση απέναντι στη ζωή. Θα μάθει δηλαδή να δέχεται και να αποδέχεται ότι κάποια πράγματα δεν μπορεί να τα ελέγξει. Όσον αφορά τα συναισθήματα, αφού είδαμε ότι και αυτά συνδέονται με την κρίση, όταν απορροφηθούμε από κάποιο εξωτερικό γεγονός και το αφήσουμε να μας επηρεάσει, παραμελώντας την πεποίθηση ότι, εμείς δεν μπορούμε να κάνουμε κάτι για το ίδιο το γεγονός, τότε αφήνουμε και το συναίσθημα μας απροστάτευτο. Αυτό διαταράσσεται, αφού διαταράχθηκε και η κρίση μας, αφήνοντας μας να ασχοληθούμε και να εμπλακούμε συναισθηματικά με κάτι το οποίο είναι πέρα από τον έλεγχο μας. Κάτι τέτοιο λοιπόν μόνο απώλεια μπορεί να προκαλέσει (Robertson, 2010).

Αυτό επομένως που οφείλει να κάνει ένας «μαθητευόμενος» στη στωική φιλοσοφία μας λέει ο Επίκτητος, είναι να κάνει το καλύτερο που περνάει από το χέρι του και να αφήσει τα υπόλοιπα στη φύση. Σύμφωνα με τους στωικούς με αυτόν τον τρόπο μαθαίνει κανείς να ζει με κουράγιο και αποκτά σοφία. Μάλιστα ο Robertson μας αναφέρει ότι μοντέρνοι θεραπευτές αναγνωρίζουν έναν τέτοιο τρόπο σύλληψης του κόσμου και δράσης των ανθρώπων μέσα σε αυτόν, να αποτελεί την βάση των Ανώνυμων Αλκοολικών και άλλων θεραπευτικών προσεγγίσεων αυτό-βοήθειας. Προσπαθούν δηλαδή να καταλάβουν και να αποδεχτούν ποια

πράγματα δεν μπορούν να αλλάξουν, οπότε σε αυτά η συναισθηματική εκδήλωση μόνο πόνο μπορεί να φέρει, να αποκτήσουν κουράγιο για να αλλάξουν όσα μπορούν και αποδώ και στο εξής να γνωρίζουν πάντα την διαφορά. Πάντως είναι γεγονός ότι μέχρι σήμερα οι εξαρτήσεις στο σύνολο τους, αντιμετωπίζονται συνήθως με μεθόδους στις οποίες κυριαρχεί η γνωστική-συμπεριφοριστική θεραπεία (Robertson, 2010).

Επιστρέφοντας πάλι στον στωικισμό, το δόγμα του Ζήνωνα ήταν να ζουν οι άνθρωποι ακολουθώντας την φύση, εννοώντας να διαχωρίζουν τι υπόκειται στον δικό τους έλεγχο και τι όχι (Robertson, 2010). Το δόγμα αυτό πιθανόν να εξηγεί γιατί η γνωστική-συμπεριφοριστική θεραπεία δεν ασχολείται με την αιτία των προβλημάτων των ανθρώπων. Προσοχή εδώ, δεν εννοούμε να καταπιαστεί με την ανάλυση του παρελθόντος, αλλά να εντοπίσει το αίτιο, ώστε να φροντίσει να μην επαναληφθεί στο μέλλον. Επηρεασμένη δηλαδή από τον στωικισμό δέχεται ότι τα προβλήματα που προκλήθηκαν στον κάθε άνθρωπο, είναι ανεξάρτητα των δικών του ενεργειών. Κάποια ανώτερη δύναμη, η φύση, ο Λόγος τα προκάλεσε και συνεπώς εμείς οι άνθρωποι δεν μπορούμε να παρέμβουμε σε αυτά παρά μόνο στην αντιμετώπιση τους που στρέφεται γύρω από το δικό μας λογικό. Εδώ πάλι τονίζεται το έλλογο όν, η ειδοποιός διαφορά του ανθρώπου έναντι των άλλων ζώων. Συνεπώς και αυτό το είδος ψυχοθεραπείας αν και αρχικά φαίνεται να εστιάζει στο τι είναι δυσλειτουργικό τελικά επικεντρώνεται στο έλλογο στοιχείο. Οπότε πιστεύει ότι μόνο το λογικό είναι ικανό να απελευθερώσει τον άνθρωπο από τα προβλήματα του και μάλιστα πάλι μέσα από την αυτογνωσία που αναπόδραστα επιτυγχάνεται και μέσω ενδοσκόπησης. Άρα όταν ο θεραπευτής ζητά από τον πελάτη να παρατηρεί τον εαυτό του, ουσιαστικά του ζητάει να μπει σε μια διαδικασία ενδοσκόπησης.

Οι πεποίθηση στωικισμού και CBT ότι δεν μπορούν να αλλάξουν τα γεγονότα, αλλά οι ιδέες μας πάνω σε αυτά, αναδεικνύει την ικανότητα και δυνατότητα επιλογής των ανθρώπων, καθώς και της λήψης ευθύνης απέναντι στις σκέψεις μας κι έτσι την δύναμη του ανθρώπου για σταδιακή αλλαγή. Η επιλογή σύμφωνα με τους στωικούς είναι μέσα στις ανθρώπινες δυνάμεις κι όλες οι πράξεις των εξαρτώνται από τις επιλογές τους (Hergenhahn, 2008). Πρωταρχική λοιπόν σημασία για να αλλάξει κανείς τη γνώμη ή την στάση που έχει για κάτι, είναι να επιλέξει την ίδια την αλλαγή. Η έμφαση αυτή στην επιλογή μας θυμίζει την θεώρηση των ανθρωπιστών και κυρίως των υπαρξιστών για την ανθρώπινη φύση, ότι ο άνθρωπος ο ίδιος επιλέγει για την πορεία του. Επίσης συνδέεται με την στάση του θεραπευτή στον πελάτη του, καθώς είπαμε προηγουμένως ότι απαιτείται συνεργασία κι έτσι μόνος του ο θεραπευτής δεν μπορεί να κάνει τίποτα. Χρειάζεται ο πελάτης να επιλέξει να βοηθηθεί. Αφού λοιπόν το επιλέξει αυτό, ο πελάτης εισέρχεται με τον θεραπευτή στην γνωστική αντιμετώπιση. Του μαθαίνει να διαχωρίζει τις εσωτερικές του σκέψεις από τα εξωτερικά γεγονότα. Μαθαίνει δηλαδή τι μπορεί να αλλάξει και τι δεν είναι δυνατό. Έτσι μαθαίνει σιγά-σιγά να ελέγχει τις

αιφνίδιες αυτόματες σκέψεις, καθώς συνειδητοποιεί ότι αυτές προέρχονται από την δική του υποκειμενική στάση και όχι από τα αντικειμενικά γεγονότα. Για παράδειγμα, όταν κάποιος βρίσκεται ενώπιον πολλών ανθρώπων και σκέφτεται ότι θέλουν το κακό του και ότι θα κριτικάρουν τα λεγόμενα του, συνειδητοποιεί σταδιακά ότι αυτές είναι προσωπικές του σκέψεις που πηγάζουν από την δική του στάση ότι οι άνθρωποι είναι κακοί και όχι από την αντικειμενική αλήθεια ότι οι άνθρωποι είναι πράγματι κακοί. Για αυτό λένε οι θεραπευτές στους πελάτες τους όταν νιώθουν άσχημα με μια κατάσταση, να μη κατηγορούν την κατάσταση την ίδια, αλλά την αξία που προσδίδουν εκείνοι σε αυτήν. Έτσι το πόρισμα του Επίκτητου είναι ότι αν θέλει κανείς κάτι καλό, να το πάρει από τον ίδιο του τον εαυτό. Η απόκτηση αυτό-ελέγχου και αυτογνωσίας για έναν άνθρωπο είναι το καλύτερο δώρο που μπορεί να αποκτήσει (Robertson, 2010).

Επιπλέον η γνωστική-συμπεριφοριστική θεραπεία έχει ως κοινό με τους στωικούς την έννοια των ασκήσεων και την εκπαίδευση κάποιου πάνω σε τρία αλληλεπιδρώντα αντικείμενα. Οι στωικοί θεωρούσαν ότι για να μάθει κανείς να ζει σύμφωνα με τις θεμελιώδεις στωικές αρχές, θα πρέπει να εκπαιδευτεί σε πνευματικές ασκήσεις. Για να δείξουν την δύναμη και σημασία της άσκησης, την παραλλήλιζαν με την σωματική άσκηση. Όπως δηλαδή μέσω της φυσικής άσκησης γίνεται κανείς πιο μυώδης και πιο δυνατός, έτσι μέσω της πνευματικής άσκησης, ενισχύει κανείς το μυαλό του και τον λόγο του, αλλά και την ψυχή του. Έτσι λοιπόν ο Μάρκος Αυρήλιος τόνισε ότι κάποιος οφείλει να εκπαιδευτεί πάνω σε τρία αντικείμενα. Στην πεποίθηση του σχετικά με τον κόσμο, στην δράση του μέσα στην κοινωνία, της οποίας είναι μέλος, και στη γνώση για τον εαυτό του. Παρατηρούμε ότι οι τρεις αυτές μεταβλητές αντιστοιχούν με τα τρία επίπεδα στα οποία παρεμβαίνει ένας θεραπευτής της CBT. Προσπαθεί να βρει την αξία που δίνει ο θεραπευτής στα πράγματα γύρω του, τις δυσλειτουργικές του συμπεριφορές και σκέψεις που προκαλούν και τα άσχημα συναισθήματα και εν τέλει την αλλαγή αυτών μέσω προσπάθειας γνωριμίας με τον εαυτό τους.

Η παρέμβαση αυτή πάνω στο κομμάτι της συμπεριφοράς τώρα από μέρους του θεραπευτή γίνεται ακολουθώντας συγκεκριμένες τεχνικές. Οι πιο συχνά χρησιμοποιούμενες είναι η συστηματική απευαισθητοποίηση, η αποστροφή και η θετική ή αρνητική ενίσχυση. Επίσης ο θεραπευτής αναθέτει συγκεκριμένες εργασίες για το σπίτι στον πελάτη του, τις οποίες θα συζητήσουν μαζί στην επόμενη συνεδρία τους (Ασημάκης, 2001).

Εκτός από την δεσπόζουσα στωική συμβολή στη διαμόρφωση της γνωστικής-συμπεριφοριστικής θεραπείας, μικρότερο μέρος καταλαμβάνει η φαινομενολογία. Η προσπάθεια δηλαδή που καταβάλει ο θεραπευτής να εντοπίσει και να κατανοήσει το υποκειμενικό νόημα που δίνει στα πράγματα ο πελάτης του, ώστε να βοηθήσει στην αλλαγή του, διευκολύνεται από τις προσωπικές αναφορές του πελάτη. Καθώς λοιπόν η

φαινομενολογία εστιάζει στο υποκειμενικό νόημα που δίνει ο καθένας στα βιώματα του, για να τον κατανοήσει καλύτερα, έτσι και η γνωστική-συμπεριφοριστική θεραπεία δίνει έμφαση στις αυτό-αναφορές του πελάτη για τα βιώματα του και για το πώς σκέφτεται για αυτά. Εστιάζει συνολικότερα στο πώς δομεί τον κόσμο μέσα του, ώστε να κατανοήσει πώς μπορεί αυτή η δομή να επηρεάζει το συναίσθημα και την συμπεριφορά του και να προβεί στις κατάλληλες μεθόδους βοήθειας (Ασημάκης, 2001). Με αυτόν τον τρόπο εμφανίζεται πάλι το φαινόμενο, διαφορετικές ψυχοθεραπευτικές προσεγγίσεις να έχουν κοινό φιλοσοφικό υπόβαθρο. Οι επιρροές δηλαδή της φαινομενολογίας και του υπαρξισμού που γίνονται ορατές και στην παρούσα θεραπεία αλλά και στην ανθρωπιστική που θα ακολουθήσει μετέπειτα.

Παρατηρούμε λοιπόν ότι και η γνωστική-συμπεριφοριστική προσέγγιση διέπεται από βάθος, καθώς επικεντρώνεται στο λογικό ενός ανθρώπου, στην διαδικασία αυτογνωσίας και ενδοσκοπήσης που είναι συνδεδεμένη με αυτό. Πάρα ταύτα όμως κατατάσσεται στις βραχύχρονες θεραπείες, οι οποίες δεν προσφέρονται για έρευνα των προβλημάτων εις βάθος, αλλά αντί αυτού χρησιμοποιούνται συγκεκριμένες τεχνικές. Επιπλέον φαίνεται ότι η γνωστική-συμπεριφοριστική θεραπεία, εμπεριέχοντας συμπεριφοριστικές θεωρίες που συγκροτούνται στις σχέσεις ερέθισμα-αντίδραση και αίτιο-αποτέλεσμα, όταν ερευνούν τον άνθρωπο και τη δράση του, μάλλον τον θεωρεί σαν μια ρυθμιζόμενη μηχανή. Βρίσκοντας τα κατάλληλα ερεθίσματα τον ελέγχει και επομένως έτσι υποτιμάει το ανθρώπινο είδος και αδιαφορεί για την ψυχή του. Δηλαδή χωρίς να το συνειδητοποιεί ίσως, υποτιμάει τον λόγο του, αλλά έπειτα απαιτεί από το άτομο να βασιστεί σε αυτόν. Θεωρητικά μόνο φαίνεται να εκτιμά την λογική του, καθώς τον κατευθύνει. Τον προτρέπει να ενισχύσει την γνωστική του ικανότητα, αλλά μόνο σύμφωνα με τις δικές της υποδείξεις. Εάν η πρόκληση μιας πράξης είναι καθαρά θέμα του κατάλληλου ερεθίσματος, τότε οι άνθρωποι περιορίζονται στο να κάνουν τα πάντα απλά για να ανταμειφθούν ή να αποφύγουν τον πόνο (Marinoff, 2002). Επομένως στην πράξη, πού φαίνεται η προσπάθεια του ανθρώπου για αυτογνωσία;

Όλες αυτές οι αντιφάσεις οφείλονται πιθανόν στο φιλοσοφικό τους υπόβαθρο. Οι στωικοί με το να θεωρήσουν τον λόγο ως αιτία για τα πάντα, αυτομάτως εκφύλισαν τη φύση του. Δεν είναι δυνατόν δηλαδή ο λόγος να είναι υπεύθυνος για το κακό που υπάρχει στον κόσμο. Έτσι και οι άνθρωποι μπορούσαν να πράττουν ανήθικα πράγματα, παρά τον λόγο, και να ισχυρίζονται ότι υπεύθυνη για αυτά είναι η έλλογη φύση τους. Προκλήθηκε συνεπώς σύγχυση για την ανθρώπινη φύση, για το καλό και το κακό. Ακόμη είδαμε ότι η λογική ενός ανθρώπου είναι αλληλένδετη με την ψυχή του. Το σύστημα όμως των στωικών ήταν υλιστικό. Δεν υπάρχει για εκείνους η ψυχή (Hergenhahn, 2008). Οπότε πώς υπάρχει ο λόγος στους ανθρώπους και πώς αυτός είναι παράλληλα συνδεδεμένος με την γνώση και το κακό; Για τους λόγους αυτούς αποκαλύπτεται ότι η στωική σχολή παρ' όλη την πλατωνική της βάση, στη συνέχεια προχώρησε στις δικές της θεωρήσεις, αφήνοντας την κοινωνία απαίδευτη

για την στωκρατική φιλοσοφία. Έτσι οι στωικοί έχουν μείνει στην ιστορία περισσότερο ως ρήτορες και όχι ως φιλόσοφοι. Όρο που και οι ίδιοι τον απέρριπταν και ως εκ τούτου αντιτίθονταν στην πρακτική φιλοσοφία ή την γνήσια αγάπη για την σοφία. Συνεπώς η στωική σχολή ανήκει περισσότερο στις κλασικές σχολές ρητορικής, παρά στην φιλοσοφία με την στωκρατική έννοια της λέξης (Robertson, 2010).

Για άλλη μια φορά λοιπόν αναδεικνύεται η έντονη επιρροή της φιλοσοφίας στη διαμόρφωση ψυχολογικής θεωρίας και πρακτικής. Μόνο που στην προκειμένη περίπτωση, η ψυχοθεραπευτική αυτή προσέγγιση, αντιμετωπίζει τον άνθρωπο με έναν πολύ απλοϊκό τρόπο, μένοντας στην επιφάνεια των πραγμάτων, ενώ ίσως η αρχική της πρόθεση να μην ήταν τέτοια. Επομένως έχουν υπάρξει και φιλοσοφικά ρεύματα τα οποία δεν ευνόησαν την γνώση να συνεχίσει. Συνεπώς παντού σε όλα τα πεδία, υπάρχουν αυτοί που προχωρούν την γνώση κι εκείνοι που την καθιστούν στάσιμη, για να μη πούμε ότι την εκφυλίζουν. Η ρητορεία πάντως των στωικών ταιριάζει με το αξίωμα της CBT ότι δεν ενδιαφέρεται για το αληθινό. Όπως και να έχει, αυτό που είναι απορίας άξιο είναι το γιατί ευνοείται και προωθείται μια προσέγγιση που έχει ένα τόσο αμφιλεγόμενο υπόβαθρο, αλλά και που την ίδια αν κάποιος την εξετάσει προσεκτικότερα, μπορεί να εντοπίσει τις αντιφάσεις της.

Πέρα όμως από την απομόνωση του φιλοσοφικού ρεύματος των Στωικών και του συνταιριάσματος του ιδίου με την πρακτική της CBT, φαίνεται πόσο πολύ το συγκεκριμένο είδος ψυχοθεραπείας βασίζεται στην φιλοσοφία, ως μορφή κοινωνικής συνείδησης. Είδαμε ότι η γνωστική- συμπεριφοριστική προσέγγιση στηρίζεται στην σκέψη. Στην σκέψη που πηγάζει από την κοινωνική πραγματικότητα κι έπειτα στην αλλαγή αυτής, ώστε να ανταποκρίνεται καλύτερα πάλι στην πραγματικότητα. Με άλλα λόγια πρόκειται για την θεωρία που έχει πλάσει κάποιος από τα δεδομένα της πραγματικότητας για την πραγματικότητα. Συνεπώς η CBT υπολογίζει την φιλοσοφία εκείνη που ξεκινάει από την κοινωνική πραγματικότητα και την εξαιρεί με το να την βλέπει ως παράγοντα αλλαγής, για την ψυχική ισορροπία του ατόμου. Η νέα θεωρία που προσπαθεί να διαμορφώσει στην σκέψη του πελάτη, βασίζεται κι αυτή στην πραγματικότητα. Άρα άθελα της η CBT διαμορφώνει μια επιστημονική φιλοσοφία. Η μεθοδολογία που χρησιμοποιεί, να επαναξιολογεί τις αρχές και αξίες του ατόμου, απαντάει σε έναν φιλοσοφικό, διαλεκτικό τρόπο σκέψης. Παρ' όλο λοιπόν που το συγκεκριμένο είδος θεραπείας δείχνει να στρέφεται γύρω από την συμπεριφορά, το μετρήσιμο, την πράξη, καταδεικνύει με θαυμαστό τρόπο, το πόσο σημαντικό είναι να έχουμε ως αφετηρία μας μια ορθή θεωρία, στην οποία θα προσαρμόζονται οι πράξεις μας. Αν και με μια βραχεία εξέταση, φαίνεται ότι η γνωστική- συμπεριφοριστική προσέγγιση ενδιαφέρεται μόνο για το αποτέλεσμα, και οι υποστηρικτές της θέλουν να απέχουν από την φιλοσοφία, αποτελεί ωστόσο αντιπροσωπευτικό παράδειγμα

της σημασίας και της συνδεσιμότητας μεταξύ θεωρίας και πράξης, φιλοσοφίας και επιστήμης.

3.4. Η οικογενειακή θεραπεία, εισαγωγή και το ξεκίνημα της.

Η οικογενειακή θεραπεία αποτελεί μια από τις βασικές προσεγγίσεις ψυχοθεραπείας. Η οικογένεια είναι ο σημαντικότερος θεσμός της κοινωνίας μας. Συμβάλλει στη μετάδοση των κοινωνικών αξιών και κανόνων, εδραιώνει το σύστημα αξιών στο οποίο υπακούουν τα μέλη της, τόσο μέσα στο οικογενειακό περιβάλλον, όσο και έξω από αυτό. Η οικογένεια ικανοποιεί τις ηθικές, οικονομικές, συναισθηματικές και άλλες ιδιαίτερες ανάγκες των μελών της. Εξάλλου αυτή γεννά τα πιο συγκλονιστικά, βαθύτερα, προσωπικά και τα πλέον αποκαλυπτικά συναισθήματα μας. Μέσα στο περιβάλλον της δηλαδή βιώνονται και θετικά, αλλά και απομονωτικά συναισθήματα. Η οικογένεια αποτελεί παγκόσμιο θεσμό, που έχει στόχο την παιδεία, την κοινωνικοποίηση και την εκπαίδευση των νέων μελών της στις διαπροσωπικές σχέσεις. Ακόμη εκείνη σχετίζεται άμεσα με το κοινωνικό πλαίσιο στο οποίο λειτουργεί κι έτσι προετοιμάζει τους νέους σύμφωνα με τις απαιτήσεις της κοινωνίας (Ζαφείρης, Ζαφείρη, Μουζακίτης, 1999).

Ωστόσο, καθώς η οικογένεια συσχετίζεται με την κοινωνία που την περιβάλλει, οι αλλαγές σε αυτήν δεν θα μπορούσαν να μην επιδράσουν και στην οικογένεια. Έτσι ο σύγχρονος τρόπος ζωής άλλαξε τη δομή της οικογένειας, συμβάλλοντας στην αλλοτρίωση των σχέσεων. Ο ανταγωνισμός, ο εγωκεντρισμός, η έλλειψη εμπιστοσύνης, οι ξενόφερτες συνήθειες, είναι κάποιοι από τους παράγοντες που αποδυνάμωσαν τις παραπάνω αρχές, για τις οποίες αγωνίζονταν τα μέλη της οικογένειας, ώστε να συνυπάρχουν αρμονικά. Έτσι έγιναν συχνό φαινόμενο μέσα στην οικογένεια, οι εντάσεις, οι κρίσεις και τα προβλήματα που απέκτησαν διαστάσεις τέτοιες, ώστε να χρήζουν επαγγελματικής ψυχολογικής βοήθειας. Λογικό επόμενο μιας τέτοιας κατάστασης, ήταν να στραφεί η προσοχή από το «άρρωστο/ προβληματικό» άτομο, στο σύνολο της οικογένειας του (Ζαφείρης, Ζαφείρη, Μουζακίτης, 1999).

Ήδη από την εποχή του ο Freud, παρ' όλο που εφαρμόζε ατομική θεραπεία, αναγνώριζε ότι η αιτία του προβλήματος θα μπορούσε να βρίσκεται σε κάποιο άλλο μέλος της οικογένειας και όχι στον ίδιο τον ασθενή. Έτσι εισήγαγε την ιδέα μόνο της «ανάμειξης της οικογένειας» στην θεραπεία των μελών της, γιατί στην πράξη, αποθάρρυνε την παρέμβαση επαγγελματιών ψυχικής υγείας στην εσωτερική λειτουργία της οποιασδήποτε οικογένειας. Κάτι τέτοιο αποτελούσε τότε ταμπού.

Στη συνέχεια ο Adler ήταν εκείνος που εστίασε στη σημασία της κοινωνίας για την ανάπτυξη του ατόμου. Συνεπώς ανέδειξε και ενέπλεξε τον ρόλο της οικογένειας στη διαμόρφωση του ατόμου. Αν και οι δύο ψυχαναλυτές προσέγγισαν, απείχαν πολύ από τον κορμό της οικογενειακής θεραπείας. Εκείνη όμως υπολογίζει σήμερα την «Ατομική ψυχολογία» του Adler για το έργο της (Ασημάκης, 2001).

Η οικογενειακή θεραπεία εμφανίστηκε ως μέθοδος ψυχοθεραπείας στα τέλη του 1940 και στις αρχές του 1950. Πρώτη φορά εφαρμόστηκε σε οικογένεια ατόμων με σχιζοφρένεια. Την προώθησε το γεγονός ότι επαγγελματίες από διάφορα πλαίσια ψυχικής υγείας, ένιωθαν απογοητευμένοι από τις καθιερωμένες ψυχιατρικές μεθόδους σε άτομα με προβλήματα συμπεριφοράς και σε παιδιά με μη ψυχωτικές διαταραχές τα οποία παρακολουθούνταν στις κλινικές φροντίδας παιδιών. Κάθε φορά που προσπαθούσαν να θεραπεύσουν ένα άτομο, υπήρχε ένα μέρος του προβλήματος που δεν εμφανιζόταν.

Για την διαμόρφωση των βασικών αρχών της οικογενειακής θεραπείας, σημαντικό ρόλο έπαιξαν οι παρατηρήσεις του ανθρωπολόγου, Gregory Bateson, του Haley και του Donald Jackson, για τον ιδιαίτερο τύπο επικοινωνίας που εμφανιζόταν μέσα στην οικογένεια των παιδιών με σχιζοφρένεια. Παρατηρήθηκε δηλαδή, ότι το μήνυμα ερχόταν σε αντίφαση με το πλαίσιο μέσα στο οποίο εκείνο δινόταν (θεωρία διπλού δεσμού). Μέχρι και σήμερα υπάρχουν προσεγγίσεις που στοχεύουν στην τροποποίηση προβληματικών μοντέλων επικοινωνίας που χρησιμοποιούνται στην οικογένεια. Ακόμη στα μέσα του 1940 ο ψυχίατρος Whitaker, καθιέρωσε τεχνικές, που σήμερα είναι πλέον δεδομένες στην οικογενειακή θεραπεία, όπως η παρατήρηση των μελών της οικογένειας, η οικογένεια συνεδριών, η ζωντανή εποπτεία και η επεξεργασία της υπόθεσης με τον συν-θεραπευτή κατά την διάρκεια της θεραπευτικής διαδικασίας. Επιπλέον, το 1950, ο Bell, καθηγητής ψυχολογίας, έκανε λόγο για προβληματικά πρότυπα αλληλεπίδρασης σε οικογένειες εφήβων με προβλήματα συμπεριφοράς. Τον ίδιο χρόνο διεξήχθησαν πειράματα πάνω στα δυναμικά που αναπτύσσονται στην οικογένεια. Έτσι σταδιακά ο ψυχίατρος Bowen, άρχισε να διαμορφώνει την αντίληψη ότι η οικογενειακή θεραπεία προσέγγιζε τον πελάτη ως ένα σύστημα. Αυτός ήταν και ο λόγος που άρχισε να παραπέμπει ολόκληρη την οικογένεια σε έναν θεραπευτή. Επίσης αναφέρθηκε στην διεργασία με βάση την οποία μεταδίδεται από γενιά σε γενιά η δυσλειτουργία που υπάρχει σε μια οικογένεια. Το 1964 η Virginia Satir, κοινωνική λειτουργός εξέδωσε το βιβλίο της για την οικογενειακή θεραπεία, που έγινε αποδεκτή πλέον ως θεραπευτική μέθοδος. Σε αυτό αναδείκνυε την σημασία επίγνωσης, κατανόησης και έκφρασης των συναισθημάτων κατά την διαδικασία της θεραπευτικής αλλαγής. Για τον ψυχίατρο όμως Salvador Minuchin, και τις έρευνες του το 1960, προκλήθηκε αμφισβήτηση των παραπάνω και ως αντίλογο πρόβαλλε την δομή της οικογένειας. Τα στοιχεία δηλαδή που καθορίζουν την υγεία ή την παθολογία αυτής είναι τα όρια μέσα στην οικογένεια, οι

συμμαχίες ανάμεσα στα υποσυστήματα και η κατανομή της εξουσίας στο εσωτερικό της οικογένειας (Ζαφείρης, Ζαφείρη, Μουζακίτης, 1999).

Οι θεωρίες για την οικογενειακή αλληλεπίδραση διευρύνθηκαν, τροποποιήθηκαν και μετασχηματίστηκαν, ώστε να εφαρμόζονται σε ένα ευρύτερο φάσμα προβλημάτων. Την δεκαετία του 1970 παρακολουθούνταν οικογένειες από θεραπευτές οι οποίοι είτε επικεντρώνονταν κυρίως στο άτομο, είτε στην οικογένεια, κάνοντας περιστασιακά ατομικές συναντήσεις με κάποια από τα μέλη της. Σήμερα υπάρχει συνδυασμός των δύο αυτών τάσεων. Τα τελευταία χρόνια οι ειδικοί της οικογενειακής θεραπείας παροτρύνουν τους θεραπευτές του κλάδου να χρησιμοποιούν τις έννοιες της συστημικής θεωρίας, που θα εξηγήσουμε ευθύς αμέσως, προκειμένου να κατανοήσουν καλύτερα την οικογένεια (Ζαφείρης, Ζαφείρη, Μουζακίτης, 1999).

3.4.1. Βασικές έννοιες της οικογενειακής θεραπείας.

Η οικογενειακή θεραπεία, όπως θα έχει γίνει αντιληπτό, παρέχει στον ειδικό τη δυνατότητα να παρατηρήσει και να προσεγγίσει θεραπευτικά τα άτομα μέσα στο πλαίσιο των πιο στενών προσωπικών τους σχέσεων. Το κέντρο εστίασης του θεραπευτή βρίσκεται στην οικογένεια, αντιλαμβανόμενη ως ενότητα, ενιαίο σύνολο. Στοχεύει στο να παρατηρεί όσο το δυνατόν περισσότερα μέλη της κι όχι ατομικά, το υποδεικνυόμενο από την οικογένεια μέλος, ως ασθενής. Εδώ δεν υφίστανται ατομικά προβλήματα, παρά μόνο οικογενειακά. Σύμφωνα με αυτήν τη προσέγγιση, τα ψυχολογικά προβλήματα αναπτύσσονται μέσα στην οικογένεια. Η οικογένεια τα διατηρεί και τα καλλιεργεί. Προϋπόθεση για την καλύτερη κατανόηση αυτών των προβλημάτων, αποτελεί η κατανόηση των αλληλεπιδραστικών μοτίβων επικοινωνίας και συμπεριφοράς που περιτριγυρίζουν το πρόβλημα (Ford, 2007).

Η οικογένεια μπορεί να γίνει αντιληπτή ως μια ολιστικά οργανωμένη οντότητα που συνιστά κάτι περισσότερο από το άθροισμα των μερών της. Η έννοια της ολότητας υποδηλώνει ότι είναι ανεπαρκής η προσπάθεια κατανόησης ενός συστήματος, όταν το χωρίζουμε σε μικρότερα μέρη που το συγκροτούν και τα μελετούμε ξεχωριστά. Επίσης εξίσου ελλιπές είναι να μελετήσουμε μια συγκεκριμένη δράση που λαμβάνει χώρα στο σύστημα, χωρίς να γνωρίζουμε τη σχέση της με το σύνολο των συναλλαγών του συστήματος. Συνεπώς τα μέλη μιας οικογένειας επηρεάζουν και επηρεάζονται από το περιβάλλον τους, καθώς επίσης ο ένας επιδρά πάνω στον άλλον, έμμεσα ή άμεσα. Για τον λόγο αυτόν μιλάμε για σύστημα.

Κάθε σύστημα, όπως για παράδειγμα η φύση, αναπτύσσει πάντα μηχανισμούς, ώστε να επιτυγχάνεται αρμονία, ένα επίπεδο ισορροπίας που ονομάζεται ομοιόσταση. Ο τρόπος με τον οποίο μια οικογένεια προσπαθεί να επιλύσει τα προβλήματα της, μπορεί να κατανοηθεί, ως ο μοναδικός της τρόπος με τον οποίο προσπαθεί να διατηρήσει την ομοιόστασή της, ανεξάρτητα αν προκαλούνται προβλήματα στο εσωτερικό των μελών της.

Μέσα στο οικογενειακό σύστημα παρατηρούνται υποσυστήματα. Το υποσύστημα των γονέων χαρακτηρίζεται από συγκεκριμένες αρμοδιότητες και ευθύνες προς το υποσύστημα των αδερφών, που αντίστοιχα διέπεται από τα δικά του χαρακτηριστικά. Ανάμεσα στα υποσυστήματα της οικογένειας σχηματίζεται μια ιεραρχημένη διάταξη και ασκούνται επιρροές που επιδρούν στις μεταξύ τους σχέσεις. Ακόμη, κάθε οικογένεια θέτει τα όριά της. Καθορίζει δηλαδή ποια μέλη συμμετέχουν σε τι και με ποιόν τρόπο ή κάτω υπό ποιες προϋποθέσεις. Τα σαφή και διαπερατά όρια διασφαλίζουν την υγιή λειτουργία της οικογένειας, αποτρέπουν την σύγχυση και συμβάλλουν στην διατήρηση ενός σταθερού κλίματος μέσα στην οικογένεια. Μέσω των ορίων ελέγχεται η εισροή και εκροή πληροφοριών και ρυθμίζεται η ροή τους. Όταν το οικογενειακό σύστημα είναι ανοιχτό, επιτρέπει την ροή των πληροφοριών. Διαφορετικά οι οικογένειες που περιορίζουν την ροή αυτή μετατρέπονται σε κλειστά συστήματα (Ζαφείρης, Ζαφείρη, Μουζακίτης, 1999).

Αυτές λοιπόν είναι οι βασικότερες έννοιες που χρησιμοποιεί η οικογενειακή συστημική θεραπεία. Βλέπουμε ότι προέρχονται από τους πρόδρομους που ασχολήθηκαν με την μελέτη της οικογένειας και τελικά αθροίστηκαν στην πιο ευρέως χρησιμοποιούμενη συστημική θεραπεία οικογένειας. Βεβαίως μπορεί κανείς να χρησιμοποιήσει και άλλες προσεγγίσεις οικογενειακής θεραπείας. Όλες όμως συμφωνούν ότι, το πρόβλημα έχει εδραιωθεί και διατηρηθεί από μοτίβα συμπεριφοράς που προέκυψαν από ανεπαρκείς, σφετεριστικές, δυσλειτουργικές διαπροσωπικές σχέσεις (Sledge & Hersen, 2002).

3.4.2. Το φιλοσοφικό υπόβαθρο της οικογενειακής θεραπείας.

Η ολιστική αυτή προσέγγιση στην οποία στηρίζεται η οικογενειακή θεραπεία και κυρίως η συστημική μέθοδος, συναντάται στην έσχατη μορφή της, στην φιλοσοφία του υπαρξισμού και κατ' επέκταση στις ανθρωπιστικές- υπαρξιστικές προσεγγίσεις ψυχοθεραπείας.

Ωστόσο η πηγή της βρίσκεται ακόμη πιο πίσω χρονικά. Συγκεκριμένα σας θυμίζω την ρήση του Ηράκλειτου: «Τα πάντα ρεΐ». Ο Ηράκλειτος πίστευε ότι δεν υπάρχει τίποτα μόνιμο πουθενά στο σύνολο της ύπαρξης. Τα πάντα είναι ροή, διαδικασία. τα πάντα αλλάζουν και γίνονται κάτι άλλο, διαφορετικό σε σχέση με αυτό που ήταν προωότερα. Εντούτοις, τα πάντα αλληλοσυνδέονται μεταξύ τους και αλληλοεπηρεάζονται, εφόσον το οποιοδήποτε στοιχείο στον κόσμο δεν μπορεί να οριστεί ξεχωριστά από τα πράγματα και το πλαίσιο που το περιβάλλει (Howard, 2000). Συνεπώς ο άνθρωπος εμπλεκόμενος σε αυτό το γίνεσθαι, πώς θα μπορούσε να είναι ατόπιος και ακέραιος; Για αυτό ο Ηράκλειτος αμφισβητούσε το απόλυτο των ορίων μεταξύ εαυτού και κόσμου. Την οπτική του για την ασταμάτητη ροή που υπάρχει στον κόσμο, μας την αποτυπώνει μέσω της εικόνας ενός ποταμού. Έλεγε ότι «Κανείς δεν μπορεί να μπει δύο φορές στο ίδιο ποτάμι, γιατί το ρεύμα φέρνει συνεχώς νέα νερά πάνω του» (Ηράκλειτος, 1999), έτσι κι ο αποδέκτης των νερών αυτών δεν είναι ο ίδιος. Την δεύτερη φορά τα νερά είναι άλλα κι έτσι τον καθιστούν κι αυτόν αλλιώτικο.

Η οπτική αυτή, σύμφωνα με τον Howard, όντας εφαρμόσιμη στην ψυχοθεραπεία, δείχνει ότι κάποιος δεν μπορεί να παρατηρήσει να είναι ο ίδιος δύο φορές. Δεν μπορεί να παρατηρήσει δύο φορές έναν πανομοιότυπο εαυτό (Howard, 2000). Επομένως αυτή η αέναη κίνηση πραγμάτων στον κόσμο, έχει αντίκτυπο και στον εαυτό, καθιστώντας τον έτσι μεταβλητό και όχι μια σταθερή ουσία. Είναι περισσότερο μια μεταβλητή «X», στον χώρο της αλγεβρας, παρά μια σταθερά. Ο εαυτός υφίσταται αλλαγές, με την έννοια ότι επηρεάζεται από τις συνθήκες και το περιβάλλον μέσα στο οποίο αναπτύσσεται. Για αυτό τελικά ο εαυτός δεν διαμορφώνεται μέσα από το περιβάλλον του, αλλά με το περιβάλλον του. Όπως το ποτάμι δεν μπορεί να διαχωριστεί από το περιεχόμενο του, γιατί η ροή του νερού και το περιβάλλον στο οποίο αυτό κυλάει, οφείλονται για την ύπαρξη του, έτσι με την ίδια έννοια δεν μπορούμε να διαχωρίσουμε τα άτομο από το γύρω του περιβάλλον, αν θέλουμε πραγματικά να το κατανοήσουμε. Τόσο ζωτικό ρόλο διαδραματίζει. Το πλαίσιο μορφοποιεί το άτομο (Howard, 2000).

Συνεπώς οι θεραπευτές για αυτόν τον λόγο υιοθετούν μια ολιστική προσέγγιση. Για να κατανοήσουν ένα άτομο καλύτερα, θα πρέπει να γνωρίσουν τα υπόλοιπα μέλη της οικογένειας του, καθώς και το οικογενειακό του περιβάλλον συνολικά. Σε αυτά θα βρουν κομμάτια του εαυτού του. Επίσης θα μπορούσαν να γνωρίσουν τους στενούς του φίλους, τους δασκάλους του κτλ., για να έχουν μια ακόμη πιο ολιστική εικόνα.

Ολιστική αντίληψη για το άτομο εξέφρασε και ο Πλάτων, υποστηρίζοντας την με πολλούς τρόπους. Όντας εκπρόσωπος του ιδεαλισμού, τόνιζε την υπεροχή του πνεύματος, του υπεραισθητού, έναντι του αισθητού. Συνεπώς πίστευε ότι ο άνθρωπος

αποτελούμενος από αισθητό σώμα και υπεραισθητή ψυχή, δεν μπορεί να κατανοηθεί πλήρως όσο είναι προσκολλημένος στην μία από τις δύο υποστάσεις του, όσο βρίσκεται δηλαδή στον αισθητό κόσμο. Έτσι κείτονταν προς μια πιο ολιστική προσέγγιση του ανθρώπου που ανταποκρινόταν στην κατανόηση της ψυχής του, στην απελευθέρωση της ψυχής του από τα δεσμά του σώματος, καθώς και της μηδαμινότητας του ατόμου σε σχέση με την απεραντοσύνη της ύπαρξης (Τσάτσος, 1970).

Επιπλέον, ο ολιστικός τρόπος αντιμετώπισης του ανθρώπου, φαίνεται και από ένα πιο καθημερινό επιχείρημα του ιδίου. Ο Πλάτων έδινε ιδιαίτερη σημασία στην ποιότητα της κοινωνίας, στο πολίτευμα της με το οποίο γαλουχείται κανείς, ώστε να διαμορφώσει τον εαυτό του. Προσωπική ανάπτυξη δεν νοείται, χωρίς την ανάπτυξη της κοινωνίας της οποίας είναι κάποιος μέλος. Για τον φιλόσοφο, η προσωπική ανάπτυξη του νέου δεν διαχωριζόταν από τα καθήκοντα που είχε προς την κοινωνία του, από τον τρόπο συμμετοχής του στα κοινά, ο οποίος έδειχνε το πολιτικό του φρόνημα. Η ψυχολογία σήμερα, όπως και τότε οι άνθρωποι, θεωρούσαν ότι οι βάσεις της προσωπικής αυτής ανάπτυξης των νέων βρίσκονταν στην ανατροφή τους. Έτσι είναι φανερό και η εμπλοκή της οικογένειας για το επίπεδο προσωπικής ανάπτυξης, δηλαδή αρχών, ήθους, στάσεων, εκπαίδευσης, υγείας, των νέων μελών της (Howard, 2000).

Όπως μας λέει λοιπόν ο Πλάτωνας στην «Πολιτεία» του, ο άνθρωπος που αντιστοιχεί σε κάποιο πολίτευμα. Θα είναι κάπως ανάλογος με αυτό. Έτσι με λίγα λόγια, σε ένα δημοκρατικό πολίτευμα, οι άνθρωποι είναι ελεύθεροι, με αδέσμευτη έκφραση γνώμης, όπου ο καθένας έχει την εξουσία να κάνει ότι θέλει. Ένα τέτοιο πολίτευμα είναι ευχάριστο, άναρχο και παρδαλό, που αντιμετωπίζει τους πάντες με ένα είδος ισότητας, ίσους και μη ίσους. Αυτό το πλαίσιο λοιπόν δεν θα πρέπει να παραβλέπεται, όταν θέλουμε να εξετάσουμε έναν άνθρωπο επαρκώς. Γιατί μέσα σε αυτό εκείνος αλλάζει μέσα του (Howard, 2000). Στο δημοκρατικό δηλαδή πολίτευμα που εξετάζουμε με βάση τον Πλάτωνα, ο άνθρωπος μπορεί να παραδοθεί στις μη αναγκαίες επιθυμίες, ξελογιάζεται και παρασύρεται από εκείνους που του προσφέρουν ικανοποίηση τέτοιων επιθυμιών. Θεωρεί τον εαυτό του ίσο με τον πατέρα του, με τον δάσκαλο του, χωρίς ντροπή, φόβο ή σεβασμό. Με την παραμικρή υποψία ότι κάποιος καταπιέζεται, αγανακτεί, δεν το ανέχεται και στρέφεται ενάντια στους νόμους, γραπτούς και άγραφους, ώστε να μην έχει κανέναν πάνω από το κεφάλι του (Σκουτερόπουλος, 2002, 557b-558). Τα χαρακτηριστικά του αυτά, αποκαλύπτουν και το επίπεδο της προσωπικής του ανάπτυξης. Το οποίο βεβαίως εκδηλώνεται και στους τομείς της οικογενειακής ζωής, των διαπροσωπικών σχέσεων, της εργασίας κτλ.

Σε ένα διαφορετικό είδος πολιτεύματος, όπως την τυραννία, ο εαυτός κάποιου θα μορφοποιηθεί αλλιώς. Εκεί ο ένας ασκεί την εξουσία και αναλαμβάνει τον ρόλο του αρχηγού. Αν και αρχικά τον κηρύττει ο λαός, αυτός μόλις συνειδητοποιήσει την δύναμη που πλέον κατέχει, φέρεται σαν απόλυτος μονάρχης. Υποτάσσεται στο άλογο της ψυχής του, υποκύπτοντας στην ικανοποίηση κάθε πάθους. Έτσι κάνει τα πάντα για να αποκτήσει περισσότερα. Περισσότερα πλούτη, ηδονή, δόξα κ.α. εις βάρος του λαού. Συνεπώς ένας τέτοιος άνθρωπος θα φέρει την αθλιότητα και την αδικία στην κοινωνία. Μια τέτοια κατάσταση θα διασπάσει τους πολίτες. Θα είναι εκείνοι που θέλοντας να έχουν την εύνοια των αρχόντων, ώστε να δέχονται απολαβές, θα κάνουν τα θελήματα εκείνων, καθιστώντας τους εαυτούς τους συνεργούς για το κακό της κοινωνίας. Άλλοι θα κρατήσουν το ήθος τους ψηλά και τις αρχές τους ακλόνητες, προσπαθώντας έτσι να αντιπαλέψουν την εξουσία, ενώ άλλοι, είτε λόγω άγνοιας, είτε λόγω απελπισίας, θα πράττουν ατιμίες. Κλοπές, διαρρήξεις, θα γίνονται ιερόσυλοι, σωματέμποροι και θα δωροδοκούνται (Σκουτερόπουλος, 2002, 573-576). Σε ποια κατηγορεί θα ενταχθεί ο κάθε άνθρωπος, εξαρτάται από την ανατροφή του, την προσωπική του ανάπτυξη, η οποία όμως είπαμε εξαρτάται από την κοινωνία. Οπότε η σχέση κοινωνίας- εαυτού είναι αμφίδρομη. Ο άνθρωπος επηρεάζει και επηρεάζεται από αυτήν, καθώς το ίδιο συμβαίνει και με την συναναστροφή του με τα άτομα της κοινωνίας του.

Καταλήγουμε λοιπόν ότι, στο σύστημα του Πλάτωνα το άτομο αντιμετωπίζεται ολιστικά. Εκείνος δεν συμφωνούσε με τον πρόσφατο διαχωρισμό του επιπέδου της προσωπικής ανάπτυξης κάποιου, από τον τρόπο με τον οποίο αποκρίνεται απέναντι στην κοινωνία. Ο εαυτός δεν επηρεάζεται απλώς, αλλά διαμορφώνεται από την κοινωνία, καθώς και η κοινωνία από τον εαυτό. Για εκείνον επομένως, είναι αδύνατο ένας ηθικός νέος να φέρεται ανήθικα απέναντι στους νόμους της κοινωνίας. Για αυτό λοιπόν στην οικογενειακή θεραπεία αντιμετωπίζεται το άτομο ολιστικά, όπου ζητείται συμμετοχή των μελών της οικογένειας του. Γιατί αν σήμερα το παραπάνω παράδειγμα συμβαίνει, οι θεραπευτές θα πρέπει να αναζητήσουν τους λόγους στην οικογένεια του συγκεκριμένου νέου, αλλά μάλλον και στα σημαντικά πρόσωπα γύρω του, καθώς και στην ποιότητα της κοινωνίας στην οποία αυτός αναπτύσσεται.

Ο Αριστοτέλης ήταν εκείνος που είπε ότι ο άνθρωπος είναι ζώο κοινωνικό και πολιτικό. Αυτό σημαίνει ότι από την φύση του ένας άνθρωπος κείται προς άλλους ανθρώπους και σύμφωνα με τον Howard, μέσω αυτή της συσχέτισης με τους γύρω του ο άνθρωπος, μαθαίνει περισσότερα από ότι μέσω της ενδοσκόπησης και της απομόνωσης.

Έτσι ο Αριστοτέλης δίνει έμφαση στην έννοια της κοινωνίας για την ανάπτυξη του ατόμου. Για εκείνον, όπως και για τον Πλάτωνα, η προσωπική ανάπτυξη επιτυγχάνεται

μέσω της κοινωνίας. Μια κοινωνία, για να λειτουργήσει, χρειάζεται πολιτική. Χρειάζεται δηλαδή έναν καλά οργανωμένο τρόπο δράσης των πολιτών για το κοινό καλό, συγκεκριμένα θέματα που έχουν σχέση με τα κοινά και φυσικά την συμμετοχή των πολιτών, ώστε να εκφράσουν την γνώμη τους σε θέματα που τους αφορούν όλους, ο Αριστοτέλης συνδέει άρρηκτα μεταξύ τους την κοινωνική και την πολιτική φύση του ανθρώπου. Συνεπώς η ανάπτυξη της κοινωνικής φύσης γίνεται συνάμα με την πολιτική κι έτσι οι δύο μαζί αποτελούν κομμάτι της προσωπικής ανάπτυξης του καθενός. Για αυτό ο Αριστοτέλης υποστήριζε ότι βρίσκουμε τους εαυτούς μας, όχι μόνοι μας στην μοναξιά, κοιτάζοντας στο εσωτερικό μας, ούτε μέσω σχέσεων εμπιστοσύνης σε ζευγάρια, αλλά μέσα στην κοινωνία, την πόλη και την οικογένεια μας. Σε ομάδες δηλαδή μέσα στις οποίες οι άνθρωποι γεννιούνται, αναπτύσσονται, ωριμάζουν και εξακολουθούν να είναι μέλη εκείνων (Howard, 2000).

Θεωρούσε ότι αυτή η ολιστική προσέγγιση του ατόμου ήταν η πλέον κατάλληλη, γιατί μέσα στις ομάδες αυτές βρίσκει κανείς τον εαυτό του μέσω της ενεργούς συμμετοχής, της εμπλοκής στην λειτουργία της. Αναλαμβάνει ευθύνες, ακολουθεί κανόνες, σχηματίζει κρίση, μαθαίνει την έννοια του μοιράσματος και του δούναι λαβείν. Φαίνεται επομένως ότι για τον Αριστοτέλη η πράξη έχει κυρίαρχη ρόλο για την βαθύτερη κατανόηση του εαυτού. Μάλιστα, η πράξη αυτή μπορεί να πραγματοποιηθεί μόνο μέσα στην κοινωνία και σε μικρότερες υποομάδες στις οποίες ανήκει ο άνθρωπος από την στιγμή της γέννησης του μέχρι το τέλος της ζωής του (Howard, 2000). Για αυτόν λοιπόν τον λόγο οι οικογενειακοί θεραπευτές σήμερα εστιάζουν, όχι μόνο στον τρόπο επικοινωνίας μεταξύ των μελών μιας οικογένειας, αλλά επιμένουν στην ανακάλυψη και έπειτα στην αλλαγή των δυσλειτουργικών μοτίβων συμπεριφοράς, ανάμεσα στα μέλη της.

Συνεχιστής της ολιστικής προσέγγισης του ατόμου τον 16^ο αιώνα, υπήρξε ο Χομπς. Θεωρούσε ότι η κοινωνία είναι το θεμέλιο για την ατομική ταυτότητα, την ανάπτυξη και την ευζωία. Εκείνος δεν εξέτασε το οικογενειακό πλαίσιο, αλλά επικεντρώθηκε απευθείας στο κοινωνικό, καθώς το ερώτημα που τον ταλάνιζε ήταν πώς μπορούν οι άνθρωποι να συνυπάρχουν και να συνεργάζονται χωρίς διενέξεις μέσα σε μια κοινωνία. Τελικά κατέληξε στο συμπέρασμα ότι, κάτι τέτοιο θα μπορούσε να επιτευχθεί μόνο μέσω μιας κεντρικής εξουσίας. Ο Howard σχολιάζει ότι η άποψη αυτή ακούγεται ίσως φασιστική, γιατί η εμπειρία έχει δείξει ότι η εξουσία είναι σκληρή και ακλόνητη. Το νόημα όμως που έδινε ο Χομπς στην εξουσία είναι ότι εκείνη υποδεικνύει ένα «συμβόλαιο», που αν τηρείται από τους πολίτες θα επικρατεί η τάξη (Howard, 2000). Την παρουσιάζει δηλαδή σαν κάτι αναγκαίο κι όχι σαν κάτι καλό ή κακό. Πίστευε λοιπόν ότι εάν οι άνθρωποι αναγνωρίζουν μια κοινή ισχυρή εξουσία, τότε υπακούουν σε αυτήν και τα πηγαίνουν καλά μεταξύ τους. Τα όρια δηλαδή που όλοι σέβονται περιορίζουν τις

προστριβές (Marinoff, 2002). Παρ' όλο λοιπόν που κι ο Χομπς ακολούθησε την ολιστική προσέγγιση του ατόμου, μεγαλύτερη μπορεί να θεωρηθεί η συμβολή του στην οικογενειακή θεραπεία, σχετικά με την έννοια των ορίων. Εκείνος ανέδειξε πόσο σημαντική είναι η ύπαρξη σαφών κανονισμών, με ίδια ισχύ για όλους, ώστε να αποφεύγονται οι διαμάχες. Για να υπακούουν όμως όλοι σε αυτούς, θα πρέπει να ασκούνται από κάποια εξουσία που εμπνέει κύρος και δέος. Έτσι λοιπόν δείξαμε στην αρχή του κεφαλαίου πόσο σημαντική είναι η ύπαρξη και η τήρηση σαφών ορίων μέσα στην οικογένεια, ώστε να αποφεύγεται η σύγχυση και να επικρατεί η ισορροπία. Η εξουσία που θα πρέπει να ορίζει τα όρια αυτά είναι οι γονείς. Ειδικά όταν έχουν να κάνουν με ανήλικα παιδιά. Όταν αυτά ενηλικιωθούν μπορούν μαζί με τους γονείς να βάζουν όρια στην οικογένεια, γιατί όπως είπε και ο Χομπς η ουσία είναι στο να αναγνωρίζουν οι άνθρωποι την αξία αυτών για να τα τηρούν κιάλας. Όσο τα παιδιά είναι ανήλικα θεωρείται ότι, δεν έχουν την ωριμότητα για να δουν την λειτουργικότητα των ορίων, που και τότε όμως εκτιμούν την ύπαρξη τους, παρ' όλο που αντιδρούν σε αυτά. Με τα όρια νιώθουν ασφάλεια και τους βοηθούν στο να δημιουργούν τον αντίλογο τους. Αν δεν υπάρχουν αυτά, οι έφηβοι δεν έχουν κάτι στο οποίο να αντιπαρατεθούν, κάτι που να τους δείχνει ξεκάθαρα τι επιτρέπεται και τι όχι, ασχέτως αν θα συμμορφωθούν με αυτό, κι έτσι συγχύζονται αποπροσανατολίζονται και είναι πιθανό να ψάξουν διέξοδο, μέσω παραβατικής συμπεριφοράς, χρήσης ουσιών κ.α. (Παπαδιώτη-Αθανασίου, 2000). Κάτι ανάλογο λοιπόν εννοούσε πιθανόν κι ο Hobbes όταν έλεγε ότι, «Κατά την διάρκεια της περιόδου, που οι άνθρωποι ζουν χωρίς δημόσια εξουσία, για να τους εμπνέει δέος, τότε βρίσκονται στην κατάσταση, η οποία καλείται πόλεμος» (Marinoff, 2002).

Επιστρέφοντας στην εξέταση των φιλοσοφικών προδρόμων της ολιστικής προσέγγισης, σειρά έχει ο Spinoza, ο οποίος χαρακτήρισε ως πλάνη την αίσθηση διαχωρισμού του εαυτού από τα γύρω που τον περιβάλλουν. Η οπτική του ήταν παρόμοια με εκείνη του βουδισμού και του ινδουισμού, που προσπαθούσαν να αναδείξουν την πλάνη αυτή. Ωστόσο, η ολιστική προσέγγιση του Spinoza επεκτάθηκε στο σύμπαν. Το έβλεπε σαν μια ολότητα, που την έχει διασπάσει η δική μας λογική για να μπορέσει να την κατανοήσει, χωρίς όμως εκείνο να είναι πράγματι διασπασμένο σε κομμάτια που αλληλεπιδρούν. Οπότε τα πάντα μέσα σε αυτό αποτελούν ενότητα. Έτσι η τάση για διαχωρισμό του ανθρώπου από τον κόσμο γύρω του, εξυπηρετεί μονάχα την ανάγκη της λογικής που θέλει να τα ταξινομήσει όλα, ώστε να τα κατανοήσει. Της είναι πιο εύκολη η διαδικασία αυτή διάσπασης. Ο Spinoza πίστευε ότι μόνο μέσω μιας τέτοιας ολιστικής θεώρησης του σύμπαντος, μπορεί ο άνθρωπος να βρει το νόημα και τον σκοπό της ύπαρξης του (Howard, 2000). Από το σημείο αυτό φαίνεται ότι μας παραπέμπει στον υπαρξισμό και την ανθρωπιστική προσέγγιση, οπότε θα επανέλθουμε σε εκείνον στην συνέχεια. Μέχρι

τώρα εξετάσαμε τους σημαντικότερους φιλοσόφους που είχαν μια ολιστική προσέγγιση για τον άνθρωπο, χωρίς όμως να αναφερθούμε στους ανθρωπιστές και στους υπαρξιστές, που εκείνη ήταν το θεμέλιο της φιλοσοφίας τους. Προτίμησα να εξετάσω τις θεωρίες εκείνων, όταν θα ασχοληθούμε με τις πηγές της ανθρωπιστικής προσέγγισης, καθώς ταιριάζουν περισσότερο σε αυτήν. Όταν λοιπόν εξετάσουμε και την τελευταία αυτή προσέγγιση θα φανεί ότι η οικογενειακή θεραπεία ενέχει στοιχεία ανθρωπιστική θεραπείας, όπως τελικά σχεδόν όλες οι προσεγγίσεις. Πριν από αυτό όμως, ας εξετάσουμε έναν ακόμη μηχανισμό ή μέθοδο που χρησιμοποιείται στην οικογενειακή θεραπεία και πηγάζει από την φιλοσοφία.

Ο λόγος γίνεται για την μέθοδο τριγωνοποίησης που προτάθηκε από τον Bowen. Εισήγαγε την άποψη ότι, το τρίγωνο συμβολίζει την συναισθηματική δομική διάταξη τριών ανθρώπων και αποτελεί τον θεμέλιο λίθο για κάθε συναισθηματικό σύστημα. Σχηματίζεται στην εξής περίπτωση: Όταν σε ένα σύστημα δύο ανθρώπων υπάρχει άγχος, ανικανότητα των ατόμων να διαφοροποιηθούν από τα υπόλοιπα μέλη της οικογένειας, να βρουν δηλαδή την δική τους ταυτότητα, τότε η δυάδα τραβά μέσα στο σύστημα έναν τρίτο. Το κάνει αυτό γιατί ένας τρίτος, μη άμεσα εμπλεκόμενος με το σύστημα των δύο, δεν είναι πιεστικός κι έτσι θα ανακουφίσει την δυάδα (Ζαφείρης, Ζαφείρη, Μουζακίτης, 1999). Για παράδειγμα η μητέρα μιας οικογένειας δεν μπορεί να επικοινωνήσει με τον σύζυγο της, δεν νιώθει από εκείνον στήριξη κι έτσι στρέφεται προς τον γιό της. Του εκφράζει τις σκέψεις της, τα συναισθήματα της, περιμένοντας από εκείνον την στήριξη που δεν της δείχνει ο σύζυγος της. Η μητέρα δηλαδή, με μη συνειδητό τρόπο, τραβάει τον γιό της μέσα στη σχέση εκείνης και του συζύγου της, σχηματίζοντας έτσι ένα τρίγωνο. Ο γιός προσπαθεί να ανταπεξέλθει στα καθήκοντα του ως «πατέρας», ώστε να ανακουφιστεί η μητέρα του. Δημιουργείται δηλαδή με αυτόν τον τρόπο μια λανθασμένη ισορροπία, αν μπορούμε να περιγράψουμε έτσι την καινούρια κατάσταση. Γιατί ναι μεν οι γονείς δεν τσακώνονται μεταξύ τους, αφού η μητέρα παίρνει την προσοχή που χρειάζεται και φαινομενικά είναι όλοι ικανοποιημένοι, αλλά μέχρι πότε θα αντέξει ο γιός σε ρόλο πατέρα; Οπότε σε μια τέτοια περίπτωση, ο θεραπευτής καλείται να επαναφέρει τους σωστούς ρόλους στα αρμόδια πρόσωπα. Μόνο τότε η οικογένεια θα είναι υγιής.

Η μέθοδος τώρα αυτή της τριγωνοποίησης πηγάζει από τον Πυθαγόρα. Ο φιλόσοφος αυτός και συνάμα μαθηματικός πίστευε στην ισχύ των αριθμών. Για εκείνον ο λόγος είναι αριθμός. Καταλαβαίνουμε από αυτό ότι, δεν έβλεπε τα μαθηματικά ως ένα μάθημα εκπαίδευσης, ξεκομμένο από την κατανόηση της ζωής και του σύμπαντος. Αντιθέτως πίστευε στις σχέσεις μεταξύ των αριθμών, στην αρμονία που δημιουργούσαν, η οποία θεωρούσε ότι μπορεί να βοηθήσει στην κατανόηση της αρμονίας του σύμπαντος. Ο

Πυθαγόρας τότε μαζί με τους συναδέλφους του, ανακάλυψε αριθμητικές σχέσεις που μπορούσαν να περιγράψουν φαινόμενα της ζωής. Μέσω του πυθαγόρειου θεωρήματος, μέσω των συσχετίσεων που δημιουργούνται από τις μετρήσεις των πλευρών του, κατέληξε στην τριγωνοποίηση ως μέθοδο, ιδανική για την μέτρηση σχέσεων. Θεώρησε δηλαδή ότι οι σχέσεις που αναπτύσσονται στη ζωή μας, τα φαινόμενα που παρουσιάζονται σε αυτήν, κανόνες που ρυθμίζουν την ζωή μας, μπορούν να έχουν ένα πιο ολοκληρωμένο αποτέλεσμα, αν τις εξετάσουμε στη βάση μιας τριγωνικής σχέσης. Φυσικά από αυτό φαίνεται ότι ο Πυθαγόρας υιοθετούσε μια ολιστική προσέγγιση για τα πράγματα. Μέσω της τριγωνικής σχέσης ανέδειξε ότι όταν θέλουμε να μάθουμε κάτι, το μυστικό δεν είναι η ανάλυση της ουσίας του, αλλά πως συνδέεται με τα γύρω του. Ποιους παράγοντες λοιπόν θα βάλουμε στις άλλες δύο πλευρές του τριγώνου, ώστε η εξίσωση που θα προκύψει να μας δείξει την αλληλοσυσχέτιση (Howard, 2000). Έτσι λοιπόν ξεκίνησε η μέθοδος της τριγωνοποίησης, που όπως είδαμε έχει εφαρμογές και στην ψυχοθεραπεία.

Εδώ έγινε για άλλη μια φορά έκδηλο το γεγονός, ότι η φιλοσοφία μπορεί να αποτελέσει μορφή κοινωνικής συνείδησης. Ξεκινά από τα δεδομένα της πραγματικότητας, καθώς παρατηρεί τι συμβαίνει στη φύση, τι συμβαίνει στην κοινωνία και έπειτα ψάχνει κοινά σημεία μεταξύ τους, ώστε να δει αν, πού και με ποιόν τρόπο συνδέονται. Αφού το κατορθώσει αυτό, είναι σε θέση να δημιουργήσει γενικούς νόμους επιβεβαιωμένους από την πραγματικότητα. Θέτει δηλαδή η φιλοσοφία ως αρχή της τα δεδομένα των ειδικών επιστημών, της φυσικής, της γεωμετρίας, της κοινωνιολογίας και της ψυχολογίας. Προσπαθεί να μεταφράσει τις παρατηρήσεις της από το ένα πεδίο στο άλλο, χωρίς όμως να προσκολλάται στο θέμα της γλώσσας, όπως έκαναν οι επιστήμονες μετέπειτα. Τις σταθμίζει, όπως θα λέγανε σήμερα οι σύγχρονοι ψυχολόγοι για την αξιολόγηση ενός τεστ που θέλουν να το εφαρμόσουν σε διαφορετικό πληθυσμό. Έπειτα τις υπερβαίνει, σχηματίζοντας καθολικούς νόμους και ολοκληρώνοντας εν τέλει την λειτουργία της. Ο καθολικός νόμος στην προκειμένη περίπτωση, είναι η ύπαρξη επιρροής του πλαισίου πάνω σε οποιονδήποτε έμψυχο οργανισμό.

3.5. Η ανθρωπιστική ψυχοθεραπεία και οι βασικές θεωρίες της.

Η τελευταία και σπουδαιότερη κατά την γνώμη μας, κατεύθυνση της ψυχοθεραπείας είναι η ανθρωπιστική. Έχουμε ήδη αναφέρει στο προηγούμενο κεφάλαιο κάποιες από τις βασικές αρχές της, οπότε εδώ θα σας υπενθυμίσω μερικές από αυτές, ενώ θα συμπληρώσω και με κάποιες καινούριες, επιτυγχάνοντας μια πιο αναλυτική εξέταση της προσέγγισης αυτής.

Το κυρίαρχο χαρακτηριστικό της σχολής αυτής είναι ο ανθρώπινος χαρακτήρας της, ο οποίος έγινε φανερός στην πράξη, μέσω της προσωποκεντρικής προσέγγισης. Η προσωποκεντρική ή αλλιώς, μη κατευθυνόμενη, πελατοκεντρική προσέγγιση, προτάθηκε από τον Carl Rogers. Ο Rogers ενδιαφερόταν ιδιαίτερα για την θεραπευτική διαδικασία, αναζητώντας καινούριες πρακτικές εφαρμογές στην ψυχοθεραπεία (Hergenhahn, 2008). Η προσέγγιση του θεωρείται ο κύριος εκπρόσωπος της ανθρωπιστικής ψυχοθεραπείας, καθώς συγκεντρώνει μέσα της στοιχεία, όπως την αληθινή, ισότιμη και κατά το δυνατό ισοδύναμη σχέση μεταξύ θεραπευτή και πελάτη (Ασημάκης, 2001). Η σχέση αυτή θα πρέπει να διέπεται από αίσθημα ασφάλειας, ζεστασιάς και εμπιστοσύνης. Τα στοιχεία αυτά θεμελιώνουν και την συμβουλευτική προσέγγιση κι έτσι από πολλούς ο Rogers θεωρείται ο «πατέρας της συμβουλευτικής». Πίστευε ότι ο πελάτης ξέρει τι τον πονάει, οπότε ο θεραπευτής καλείται να τον ακολουθήσει, ώστε να κατευθύνει ο πρώτος την διαδικασία με την βοήθεια του δεύτερου κι όχι το αντίστροφο, που γίνεται σε προσεγγίσεις όπου ο θεραπευτής θεωρείται ειδήμονας. Εδώ θεραπευτής και πελάτης είναι συνταξιδιώτες, όπως μας λέει κι ο Yalom, εκπρόσωπος της υπαρξιστικής ψυχολογίας. Πορεύονται μαζί κι έτσι ο θεραπευτής ελέγχει τις καταστάσεις που διευκολύνουν την σχέση κι όχι τον ίδιο τον πελάτη (Μαλικιώση- Λοΐζου, 2009).

Σύμφωνα πάλι με τον Rogers, θα πρέπει να υπάρξουν από μέρος του θεραπευτή τρεις επιπλέον συνθήκες. Η «άνευ όρων» αποδοχή της ανθρώπινης οντότητας του πελάτη, όχι της συμπεριφοράς, ως σεβαστής και αξιότιμης. Ο θεραπευτής δηλαδή, θα πρέπει να βλέπει τον άνθρωπο στην ολότητα του, χωρίς να τον διασπά σε μικρότερα κομμάτια, αξιολογώντας τα μεμονωμένα. Αντιθέτως, χρειάζεται να δεχτεί ότι το σκοτεινό σημείο του πελάτη είναι κι αυτό δικό του, αποτελεί μέρος του εαυτού του και δεν είναι κάτι ξένο που έρχεται από έξω. Η αποδοχή αυτή από τον θεραπευτή, αναπαριστά την κοινωνία. Έτσι αν την κατορθώσει ο θεραπευτής, θα μειώσει την αίσθηση απομόνωσης του πελάτη και θα τον ενθαρρύνει να επανενταχθεί στην κοινωνία του, από την οποία πιθανώς να είχε περιθωριοποιηθεί. Παράλληλα θα τον βοηθήσει με την προσπάθεια του να αποδεχτεί ο ίδιος τον εαυτό του. Ακόμη απαιτείται γνησιότητα. Η ικανότητα δηλαδή του θεραπευτή να έχει επίγνωση των εσωτερικών του εμπειριών και τον έλεγχο αυτών, καθώς παρακολουθεί και προσπαθεί να κατανοήσει τις εμπειρίες του πελάτη του. Στο στοιχείο αυτό προστίθεται επίσης η διαφάνεια, αυθεντικότητα. Καθώς ο θεραπευτής είναι σε θέση να διακρίνει τα δικά του εσωτερικά συναισθήματα από εκείνα του πελάτη του, οφείλει να γνωρίζει πότε αυτά τον εμποδίζουν στο να είναι ανοιχτός, προσιτός και επικοινωνιακός με τον πελάτη του. Για παράδειγμα, προκαταλήψεις, στερεότυπα, γενικεύσεις, ταξικές διακρίσεις είναι οι συνηθέστεροι παράγοντες που παρεμποδίζουν την διαφάνεια του θεραπευτή. Αυτή αποτελεί ένα από τα δυσκολότερα γνωρίσματα που πρέπει να έχει ένας

θεραπευτής γιατί είναι υποχρεωμένος, πέρα από την προεργασία με τον δικό του εαυτό, να αναγνωρίζει συναισθήματα που του γεννιούνται σε κάθε στιγμή της θεραπείας (Ασημάκης, 2001). Εξίσου απαραίτητη είναι η ικανότητα ενσυναισθητικής αναγνώρισης της υπαρξιακής και συναισθηματικής κατάστασης του πελάτη. Η ενσυναίσθηση, ερμηνευμένη ως την δυνατότητα του θεραπευτή να μπει στην θέση του πελάτη και να δει με τα δικά του μάτια, να βιώσει τα συναισθήματα του, έχοντας την πρόθεση να τα απαλύνει και να τον ανακουφίσει, αποτελεί τον πιο βασικό παράγοντα της διαδικασίας και της έκβασης της ψυχοθεραπείας (Μαλικιώση- Λοϊζου, 2009).

Επιπροσθέτως, η ανθρωπιστική προσέγγιση ενστερνίζεται την άποψη του Rogers, καθώς και του ανθρωπιστή Maslow για την τάση αυτοπραγμάτωσης του ανθρώπου. Ο Maslow με τον όρο αυτό, εννοούσε την επίτευξη του πλήρους ανθρώπινου δυναμικού. Επειδή όμως είναι αδύνατο για τον οποιονδήποτε άνθρωπο να προσεγγίσει ολοκληρωτικά το δυναμικό του, για να το κατορθώσει στον βαθμό που του επιτρέπει η υλική του υπόσταση, απαιτείται βαθιά αναζήτηση γνώσης του εαυτού (Hergenhahn, 2008). Συνεπώς η προσωπική ευθύνη και η ελευθερία επιλογής, στοιχεία προερχόμενα και δανειζόμενα κυρίως από τον υπαρξισμό, όπως έχουμε δει παραπάνω, συνοδεύουν κατά τους ανθρωπιστές- υπαρξιστές, κάθε άνθρωπο για το αν και πώς θα αναπτύξει ή θα παραμερίσει την τάση αυτή.

Ορισμένοι πιστεύουν ότι η σκέψη του Rogers δεν επηρεάστηκε, αλλά μάλλον συνέπεσε με την φιλοσοφία του Λάο Τσε και του υπαρξισμού (Μαλικιώση-Λοϊζου, 2009), ενώ άλλοι ότι ήταν βαθιά επηρεασμένος από τον υπαρξισμό (Ασημάκης, 2001). Όποια πλευρά και να έχει δίκιο, το σίγουρο είναι ότι, σύμφωνα με την βιβλιογραφία, στην φιλοσοφία του υπαρξισμού βρίσκονται οι ρίζες της ανθρωπιστικής ψυχοθεραπείας. Σε αυτήν εξαιρείται η μοναδικότητα του ανθρώπου και ως εκ τούτου δίνεται μεγάλη βαρύτητα στην σπουδαιότητα της προσωπικής εμπειρίας. Πώς δηλαδή το ίδιο το άτομο αντιλαμβάνεται το βίωμα του. Επομένως η ανθρωπιστική προσέγγιση έχει επηρεαστεί και από την φαινομενολογία, που εξυψώνει το προσωπικό νόημα της εμπειρίας του ατόμου. Ωστόσο, η αδιαμφισβήτητη επιρροή του Rogers, όπως και ορισμένων υπαρξιστών, ήταν ο Otto Rank. Θεωρείται ότι τον επηρέασαν οι απόψεις εκείνου σχετικά με την δημιουργικότητα και την αυτονομία του ανθρώπου (Μαλικιώση-Λοϊζου, 2009). Οι απόψεις αυτές ίσως συνέβαλαν συμπληρωματικά στη σκέψη των ανθρωπιστών θεραπευτών, ώστε να αντιμετωπίζεται ο άνθρωπος ως καλός από την φύση του, που τον διακατέχει η έμφυτη τάση αυτοπραγμάτωσης. Όπως επίσης και από την πεποίθηση ότι, εξαρτάται από τον ίδιο να βρει το προσωπικό νόημα και τον σκοπό της ζωής του, καθώς και να αναλαμβάνει την ευθύνη των πράξεων του, που θα τον οδηγήσουν προς την επίτευξη αυτών.

Όσον αφορά την επιρροή του υπαρξισμού, για να είμαστε πιο ακριβείς θα πρέπει να διευκρινίσουμε ότι, η υπαρξιστική σκέψη αναπτύχθηκε διαφορετικά στην Αμερική σε σχέση με την Ευρώπη. Οι Ευρωπαίοι υπαρξιστές διαπνέονταν εντονότερα από την βαρύτητα της ύπαρξης αναφορικά με τον θάνατο και της υπαρξιακής ενοχής. Πίστευαν ότι η υπαρξιακή ενοχή ξεκινά από την γέννηση του ανθρώπου και είναι αναπόφευκτη, εφόσον ποτέ δεν θα μπορέσουμε να εκπληρώσουμε όλες τις δυνατότητες που έχουμε. Με κάθε επιλογή πραγματοποιούμε μια, αλλά ταυτόχρονα αποκλείουμε πολλές κι έτσι η ενοχή για όσες δεν πραγματοποιούμε, δεν θα μπορέσει ποτέ να εξαλειφθεί. Ακόμη για εκείνους, ο άνθρωπος είναι άνθρωπος, επειδή ακριβώς έχει την δυνατότητα επιλογής. Συνεπώς από την αρχή της ύπαρξης του, αντιμετωπίζουν την φύση του ως ουδέτερη και όχι ως απαραίτητα καλή, καθώς μπορεί να επιλέξει να κινηθεί είτε προς το κακό, είτε προς το καλό. Αντίθετα, οι Αμερικανοί υπαρξιστές πίστευαν περισσότερο ότι ο άνθρωπος από την φύση του είναι καλός, καθώς γεννιέται με μια έμφυτη τάση αυτό-εκπλήρωσης, η οποία τον προτρέπει να αποκτήσει η ζωή του νόημα και να βρει τον σκοπό της. Επομένως ο υπαρξισμός της Αμερικής με σημαντικούς εκπροσώπους τους Rollo May και Irvin Yalom, είναι πιο κοντά στην ανθρωπιστική σχολή.

Ο υπαρξισμός επίσης υπερτιμά την αυθεντικότητα, την ατομική ευθύνη και την ελεύθερη βούληση. Για να κατανοηθούν όλα αυτά καλύτερα, καθώς και η σύνδεση τους με την ανθρωπιστική σχολή, ευθύς αμέσως θα αναλύσουμε διεξοδικότερα τον Ρομαντισμό, την Φαινομενολογία και ιδιαίτερα τον υπαρξισμό. Τα ρεύματα δηλαδή που εμπερικλείονται στην ανθρωπιστική προσέγγιση.

3.5.1. Το φιλοσοφικό υπόβαθρο της ανθρωπιστικής σχολής.

2.5.1.α. Ο Ρομαντισμός.

Ο Ρομαντισμός εμφανίστηκε ως φιλοσοφικό ρεύμα σε μια περίοδο της φιλοσοφίας, που ονομάστηκε Διαφωτισμός. Ο όρος «διαφωτισμός» χρησιμοποιήθηκε για να αντιταχθεί στην περίοδο του σκοταδισμού και των δεισιδαιμονιών που επικρατούσαν κατά τον Μεσαίωνα. Άνοιξε τις πύλες της με έργα των Copernicus, Kepler, Galileo, Hobbes, Newton, Bacon και Descartes. Ιδεώδη της εποχής εκείνης ήταν η κυριαρχία της λογικής. Αυτή θεωρούνταν το βασικό ανθρώπινο γνώρισμα, μειώνοντας έτσι την αξία των προκαταλήψεων και των ανορθολογικών πλευρών της ανθρώπινης φύσης, όπως είναι τα συναισθήματα. Οι ατομικές διαφορές μεταξύ των ανθρώπων, παραμερίζονταν σε σχέση με το κοινό γνώρισμα της λογικότητας τους. Τα ιδεώδη αυτά τα ενστερνίστηκαν οι εμπειριστές κι έτσι οι αισθητηριακές εμπειρίες απέκτησαν μεγάλη αξία την περίοδο εκείνη, όπως καταδείξαμε και παραπάνω.

Ο αντίλογος λοιπόν αυτών των πεποιθήσεων συσπειρώθηκε στη φωνή των Ρομαντικών φιλοσόφων. Εκείνοι άρχισαν να υποστηρίζουν ότι, η ανθρώπινη φύση δεν έγκειται μόνο στη διάνοια και στις εμπειρίες, αλλά και σε μια ποικιλία ανορθόλογων αισθημάτων, συναισθημάτων και διαισθήσεων (Hergenhahn, 2008). Η άρνηση αυτών καθιστά τον άνθρωπο ένα φτωχότερο όν, όπως μας τονίζει και ο Fromm (Fromm, 1974). Αντέδρασαν στον υλισμό και την θεώρηση του ανθρώπου ως γρανάτζι μιας μηχανής, θέτοντας στο επίκεντρο, την μοναδικότητα του κάθε ατόμου, την σημασία της πνευματικότητας και την δύναμη της τέχνης (Marinoff, 2002). Λόγω αυτών τους ακριβώς των πεποιθήσεων, ονομάστηκαν Ρομαντικοί. Σύμφωνα λοιπόν με τους Ρομαντικούς, η έλλογη σκέψη σε συνδυασμό με την πίστη στις αισθήσεις είναι παραπλανητική (Hergenhahn, 2008).

Ο Πλάτων ενδεχομένως θα έλεγε ανέφικτη. Γιατί η έλλογη φύση, όπως δείξαμε παραπάνω καθοδηγείται από τον νου και όχι από τις αισθήσεις. Οι αισθήσεις ανήκουν στον υλικό κόσμο, όμως η εξέλιξη του λόγου, οδηγεί σταδιακά στον νου και ο νους στον κόσμο των ιδεών, στη γνώση. Εκείνος είναι ένα από τα κομβικά σημεία κατά την διαδικασία της ψυχοθεραπείας, εκ μέρους του θεραπευτή, αλλά στην πορεία και εκ μέρους του θεραπευόμενου. Εξετάσαμε νωρίτερα την «συνομιλία» κατά την ψυχοθεραπεία, αναδεικνύοντας την ικανότητα λογικής σκέψης. Με το νόημα όμως ότι εκείνη εγκυμονεί τον εν δυνάμει νου, ο οποίος κατακτιέται και γίνεται εν ενεργεία μέσα από μόχθο και προσπάθεια, κι όχι με το νόημα της εξέλιξης της σε διάνοια ή ευφυΐα. Αυτή δεν είναι αρκετή για τη θεραπεία της ψυχής. Επομένως οι Ρομαντικοί είχαν σε αυτό το σημείο κάποια πλατωνική επιρροή. Έτσι λοιπόν εκτιμούσαν ότι ο καλύτερος τρόπος για να ανακαλύψει κανείς πως είναι πραγματικά ο άνθρωπος είναι να τον μελετήσει στο σύνολο του. Τον λόγο του ως διάνοια, αλλά και τον λόγο του ως εν δυνάμει νου. Στην πράξη όμως, όπως είδαμε παραπάνω, οι περισσότερες έρευνες περιορίστηκαν στις γνωστικές λειτουργίες του ανθρώπου.

Πατέρας του Ρομαντισμού θεωρήθηκε ο Ρουσώ. Έκρινε ότι ο άνθρωπος δεν χρειάζεται κάποιον να τον κυβερνά, αλλά αν δεν μπορούσε να το αποφύγει, πίστευε ότι το είδος κυβέρνησης με το οποίο θα μπορούσαν να ζουν οι άνθρωποι, θα ήταν εκείνο που θα τους επέτρεπε να αναπτύξουν το πλήρες δυναμικό τους, καθώς και να εκφράζουν απόλυτα την ελεύθερη βούληση. Βέβαια εκείνος διέκρινε την βούληση σε δύο υποκατηγορίες. Την ιδιωτική βούληση, την τάση δηλαδή που έχει κάθε άνθρωπος να δρα για το δικό του συμφέρον, καθώς και την γενική βούληση, την τάση δηλαδή πάλι του κάθε ατόμου να δρα για το συλλογικό καλό. Για να επικρατεί αρμονία σε μια κοινωνία, ο άνθρωπος είναι υποχρεωμένος να ενεργεί σύμφωνα με την γενική βούληση, ενώ να αναστέλλει την ιδιωτική (Hergenhahn, 2008). Από τη άλλη όμως, προκαλούσε ο ίδιο αντιφάσεις στο σύστημα του, αφού υποστήριζε την ελεύθερη εκδήλωση των ροών του ανθρώπου, θυμίζοντας μας τους

αρχαίους κυνικούς, οι οποίοι δεν προσέφεραν τίποτα στην ψυχοθεραπεία. Ο Ρουσό ασπαζόταν την πεποίθηση ότι, οι άνθρωποι είναι καλοί εκ φύσεως και έκρινε ότι γίνονται κακοί από τους κοινωνικούς θεσμούς. Μπορεί οι απόψεις του Χομπς όπως είδαμε να συγκρούονται με αυτές του Ρουσό, όμως εν τέλει και τους δύο τους απασχόλησε η κοινωνική φύση του ανθρώπου και τα πλαίσια στα οποία αυτή εκδηλώνεται. Για διαφορετικούς δηλαδή λόγους κατέληξαν και οι δύο προβληματισμένοι για το γύρω περιβάλλον των ανθρώπων. Έτσι ίσως παρ' όλη την αντίθεση τους, συνέβαλαν και οι δύο, μεταξύ άλλων, στο να αντιμετωπίζεται ο άνθρωπος ολιστικά, εξετάζοντας επομένως και το ευρύτερο περιβάλλον στο οποίο ζει, ως δυνητικά παθογόνο.

2.5.1.β. Ο Υπαρξισμός και πρώιμοι υπαρξιστές.

Ένα άλλο φιλοσοφικό ρεύμα που επίσης αντιπαρατίθεντο στον ορθολογισμό, τον εμπειρισμό και την αισθησιοκρατία, ήταν εκείνο του υπαρξισμού. Ο υπαρξισμός εμφανίστηκε στα τέλη του 19^{ου} αιώνα, όπου είχε σημειωθεί μια γενική πνευματική κατάρρευση (Marinoff, 2002). Η επικρατούσα πεποίθηση ότι ο άνθρωπος είναι κατά βάση ένα λογικό ον, που λειτουργεί μηχανιστικά, ώθησε και επικύρωσε την ισχύ της επιστήμης, υπερεκτιμώντας την (Hergenhahn, 2008). Έτσι, ενώ οι υποστηρικτές του Διαφωτισμού ένιωθαν ότι προσέγγιζαν σημαντικά την γνώση του θεωρητικού, του φυσικού και κατ' επέκταση του κοινωνικού κόσμου, διαψεύστηκαν (Marinoff, 2002).

Η φιλοσοφία του Arthur Schopenhauer, ενός Γερμανού φιλοσόφου, για την θεώρηση του ανθρώπου, τα γνωρίσματα που τον διαφοροποιούν και τον ταυτίζουν με τα άλλα όντα, έγειρε ένα σύνολο πολύπλοκων ερωτημάτων. Τα ερωτήματα αυτά έθεσαν και πάλι στο προσκήνιο την έρευνα για την ανθρώπινη φύση, την ηθική, τον χαρακτήρα και την ελευθερία (Hergenhahn, 2008). Με αυτόν τον τρόπο, η φιλοσοφία του διαφωτισμού, αφού έφτασε στο απόγειο της, ταρακουνήθηκε από την φιλοσοφία του Schopenhauer, δίνοντας το περιθώριο για περαιτέρω αμφισβητήσεις. Καθώς λοιπόν αποκαλύφθηκε το ανέφικτο του απόλυτου και η ατελής γνώση σε όλα εν τέλει τα επιστημονικά πεδία, αφορώντας ένα παραπάνω στον ψυχολογικό και κοινωνικό χώρο, παρουσιάστηκε ο υπαρξισμός (Marinoff, 2002).

Ο υπαρξισμός απέρριψε την ουσιοκρατία, ιδέα που ανήκει στον Πλάτωνα και που κυριαρχούσε στην φιλοσοφία μέχρι τότε. Αντί αυτής, εξύψωσε την ύπαρξη. Πίστευε δηλαδή ότι, αυτό που βλέπεις είναι αυτό που υπάρχει, δεν υπάρχει τίποτα κρυμμένο πίσω από αυτό, καμία ουσία. Η ύπαρξη προηγείται της ουσίας. Αυτή ήταν μια από τις βασικές αρχές του υπαρξισμού. Λέγοντας ουσία, σύμφωνα με τον Πλάτωνα, εννοούμε τα βασικά χαρακτηριστικά που απαντώνται στο ανθρώπινο είδος στο σύνολο του. Αντίθετα ο όρος

ύπαρξη, για εκείνον, ανταποκρινόταν στον ιδιαίτερο προσωπικό τύπο του κάθε ανθρώπου. Σε αντίθεση με αυτά, η ύπαρξη μας για τους υπαρξιστές, δεν είναι δεδομένη, αλλά διαμορφώνεται συνεχώς. Οι εμπειρίες, τα βιώματα του καθενός την μεταβάλλουν, όπως μεταβάλλουν και τον εκάστοτε εαυτό.

Επιπλέον, εκτός από την διάκριση της υπαρξιστικής σκέψης στην ευρωπαϊκή και την αμερικάνικη, ο υπαρξισμός φαίνεται να διαφοροποιείται σε δύο ακόμη τάσεις. Εκείνη του θεϊστικού και εκείνη του άθεου υπαρξισμού, που υπαγόρευσαν δύο διαφορετικές προσεγγίσεις της ηθικής ανθρώπινης συμπεριφοράς. Τώρα θα εξετάσουμε την φιλοσοφία των Kierkegaard και Nietzsche των πρώτων υπαρξιστών του θεϊστικού και του άθεου υπαρξισμού αντίστοιχα (Hergenhahn, 2008).

Ένας από τους πρώτους υπαρξιστές φιλόσοφους και εισηγητές του θεϊστικού υπαρξισμού ήταν ο Δανός φιλόσοφος Soren Kierkegaard (1813-1855). Ο πατέρας του ήταν θεοφοβούμενος και ο ίδιος σπούδασε αρχικά θεολογία, έπειτα λογοτεχνία και φιλοσοφία. Ως σπουδαστής είχε διαφορετικές απόψεις από εκείνες που τελικά ακολούθησε στη ζωή του. Ο Kierkegaard μας είναι γνωστός για την πίστη του στον Χριστιανισμό, όχι όμως με την έννοια που του απέδιδε η θεσμοποιημένη εκκλησία. Η επίσημη δηλαδή εκκλησία που εκκοσμίκευε τον θρησκευτικό χαρακτήρα. Ήταν αντίθετος με ένα τέτοιο σύστημα κρατικού ελέγχου, που απηχούσε πολύ από την δική του οπτική. Εκείνος πίστευε ότι η σχέση με τον Θεό ήταν μια σχέση καθαρά προσωπική, στην οποία κατέληγε κανείς μέσω της ελεύθερης επιλογής του κι όχι από την επιβολή της εκκλησίας, ενός κρατικού οργάνου. Έτσι απέρριψε τον Hegel και την επιστήμη, διότι έκρινε ότι αυτή η έμφαση στη λογική, γνωστική πλευρά του ανθρώπου εις βάρος της συναισθηματικής του άλογης φύσης, εμπόδιζε την αντιμετώπιση των ανθρώπων, ως συναισθηματικά και έχοντα την δυνατότητα επιλογής όντα. Τους απομακρύνει από την απόφαση τους να ενστερνιστούν τον Θεό και να δεχθούν την ύπαρξη του, χωρίς την προϋπόθεση λογικής. Για αυτό ανησυχούσε ότι πολλοί άνθρωποι δεν έχουν μια αληθινή σχέση με τον Θεό, αλλά προσεύχονται μηχανιστικά (Hergenhahn, 2008).

Για να μην παρερμηνευτούν τα λεγόμενα του, ο Kierkegaard δεν ασπαζόταν το δόγμα «πίστευε και μη ερευνα», αλλά προέτρεπε τους ανθρώπους να μην παραμερίζουν την συναισθηματική τους φύση και να εμπιστεύονται τις διαισθήσεις τους, χωρίς να οδηγούνται μόνο από τις αισθήσεις τους. Γιατί για αυτόν και τους οπαδούς του, οι ανορθόλογες πλευρές μπορούν να δώσουν γνώση, καθώς και να οδηγήσουν στο πιο πλήρες νόημα της ζωής ενός ανθρώπου, το οποίο εκείνος εξομοίωνε με την σύνδεση με τον Θεό. Επιπλέον μας δείχνει ότι το αληθινό είναι το προσωπικό, το υποκειμενικό. Έτσι πίστευε ότι η αλήθεια πρέπει να βιωθεί. Αναφερόμενος ιδιαίτερα στην σφαίρα της θρησκείας διαπίστωνε ότι όσο πιο λογικοί είμαστε, τόσο πιο δυσνόητη γίνεται η κατανόηση του Θεού. Ενώ η πίστη στον Θεό, δεν

στηρίζεται στην λογική, με την έννοια ότι δεν τροφοδοτείται από τις αποδείξεις (Hergenhahn, 2008).

Αυτή λοιπόν η έμφαση του προσωπικού βιώματος του υποκειμένου ανέδειξε και την φαινομενολογία, που αφορά αυτό που εμφανίζεται στη συνείδηση κι όχι αυτό που υποβόσκει ή που θα έπρεπε να εμφανίζεται, σύμφωνα με κάποια πεποίθηση, θεωρία ή πρότυπο. Ο υπαρξισμός λοιπόν χρησιμοποίησε την φαινομενολογία και συγκεκριμένα την καθαρή φαινομενολογία του Edmund Husserl. Το είδος αυτό φαινομενολογίας αναφέρεται στο άτομο που είναι στραμμένο προς τα μέσα. Ασχολείται δηλαδή με το πώς το ίδιο το άτομο αξιολογεί τις εμπειρίες του. Έτσι η φαινομενολογία, μέσω της μελέτης των εμπειριών εκείνων, που τα άτομα θεωρούν σημαντικές, βοηθά τον υπαρξισμό στην εύρεση απάντησης του ερωτήματος, τι σημαίνει να είναι κανείς ένα συγκεκριμένο άτομο.

Με βάση τα παραπάνω, φαίνεται ότι ο υπαρξισμός ωθούσε τον άνθρωπο στην βαθύτερη κατανόηση του εαυτού του, ώστε να είναι σε θέση να διαχωρίσει και να αναλύσει ή να επαναξιολογήσει τις σημαντικές για εκείνον εμπειρίες της ζωής του, κατά την διαδικασία ανάπτυξης του. Μεταγενέστεροι εκπρόσωποι του υπαρξισμού, που θα δούμε παρακάτω, τόνιζαν την βαθύτερη κατανόηση του εαυτού όχι μόνο για χάρη του προσωπικού του οφέλους, αλλά για το ευρύτερο όφελος του είδους στο οποίο ανήκει το άτομο, για την διαφύλαξη και ευημερία της ανθρωπότητας. Συνεπώς το φιλοσοφικό αυτό ρεύμα μας παραπέμπει στον Σωκράτη, που εξύψωνε την αξία του «Γνώθι σε αυτόν» για την προσωπική και κατ' επέκταση συλλογική ανάπτυξη των ανθρώπων.

Επίσης η επαναξιολόγηση γεγονότων, σκέψεων, συναισθημάτων και δράσεων, μας θυμίζει πάλι τον Σωκράτη. Παράλληλα με την προτροπή του προς τους ανθρώπους για αυτογνωσία, τόνιζε ότι «ο δε ανεξέταστος βίος, ου βιωτός ανθρώπω» (Σωκράτης, 1975). Πίστευε δηλαδή ότι η ζωή που δεν εξετάζεται, δεν αξιολογείται, δεν αξίζει σε άνθρωπο να την ζει. Η φράση αυτή στη σκέψη του μεγάλου φιλοσόφου, προσδίδει και μια χροιά νοήματος στη ζωή των ανθρώπων, ώστε να φτάσουν στον σκοπό της ύπαρξης τους. Ο ίδιος την εξέφρασε όταν κατά την απολογία του, για να γλιτώσει τον θάνατο, του ζητήθηκε να εγκαταλείψει αυτό το οποίο έκανε. Την αναζήτηση της γνώσης και της αλήθειας και να ξενιτευτεί. Για εκείνον όμως αυτό ακριβώς ήταν που έδινε νόημα στη ζωή του, που τον βοηθούσε στην ανάπτυξη του και που έδινε αξία στην ύπαρξη του, όσο δύσκολο κι αν φαινόταν, ως ανθρώπινο όν. Με σύγχρονους όρους θα λέγαμε ότι, αυτός ήταν ο ιδιαίτερος τρόπος του να ζει. Συνεπώς αν έπαυε, η ζωή του θα γινόταν ανούσια και ο ίδιος θα έμενε στάσιμος εξελικτικά. Κατά αντίστοιχο λοιπόν τρόπο, για να βρουν οι άνθρωποι το νόημα της ζωής τους που θα τους οδηγήσει και στον σκοπό αυτής, θα πρέπει να εξετάζουν συνεχώς την πορεία τους μέσα στον χρόνο και να την αξιολογούν. Επομένως ένας άνθρωπος βρίσκει νόημα στην ζωή του, όταν προσπαθεί συνεχώς

για περισσότερη αυτογνωσία. Μια διαδικασία η οποία συνοδεύεται από αγώνα, προσπάθεια και μερικές φορές οδύνη. Συμπεραίνουμε λοιπόν ότι η ζωή που δίνει νόημα και αξία στον άνθρωπο δεν είναι εκείνη στην οποία επικρατεί η διασκέδαση και η φρενίτιδα, αλλά εκείνη στην οποία η ευχαρίστηση έπεται, μετά από προσωπικό μόχθο.

Στο σημείο αυτό, κρίνουμε αναγκαία την διευκρίνιση μεταξύ των όρων «νόημα» και «σκοπός», καθώς συχνά, ο απλός κόσμος τείνει να τις ταυτίζει. Οι έννοιες αυτές είναι αλληλένδετες, χωρίς όμως αυτό να σημαίνει ότι είναι και συνώνυμες. Ο σκοπός είναι ένα τελικό αποτέλεσμα ή αντικείμενο προς επίτευξη. Είναι διαφορετικά ο στόχος. Το νόημα από την άλλη, απαντά στον τρόπο με τον οποίο θα πράξει κανείς, ώστε να φτάσει στον στόχο. Μπορεί ωστόσο να μην φτάσει στο σκοπό, αλλά γνωρίζοντας το νόημα, είναι σε θέση να κατανοεί το κάθε βήμα στη πορεία της ζωής του. Συνεπώς το νόημα διευκολύνει την διαδικασία της επαναξιολόγησης, που όπως είδαμε, κρίνεται σπουδαία και για την διαδικασία της αυτογνωσίας. Το νόημα και ο σκοπός είναι προσωπική υπόθεση του ανθρώπου. Για τον λόγο αυτό υποστηρίζουν οι ανθρωπιστές ότι καλείται ο κάθε άνθρωπος να βρει τον δικό του στόχο, αυτόν που είναι σχεδιασμένος για εκείνον κι όχι να μιμηθεί τον σκοπό κάποιου άλλου. Ακόμη, εάν βρει τον σκοπό αυτόν, τότε είναι ευκολότερο για εκείνον να βρει και το νόημα. Η πληρότητα λοιπόν βρίσκεται στην αντίληψη και του σκοπού και του νοήματος (Marinoff, 2002).

Συνεχίζοντας την σκέψη του Kierkegaard, σχετικά με την ελευθερία επιλογής, την έβλεπε ως μια πορεία τριών σταδίων. Στο πρώτο στάδιο, το αισθητικό, οι άνθρωποι ζουν για τις στιγμιαίες απολαύσεις των ηδονών. Δεν αναγνωρίζουν την ικανότητα τους να επιλέγουν, αλλά οδηγούνται από την λαχτάρα για ηδονή. Οι άνθρωποι σε αυτό το επίπεδο συνειδητοποιούν ότι τελικά η ηδονή διαρκεί για λίγο, με αποτέλεσμα να οδηγούνται σε ανία και απελπισία. Στο δεύτερο στάδιο, το ηθικό, οι άνθρωποι δρουν αναλαμβάνοντας τις ευθύνες των πράξεων τους, των επιλογών τους, μόνο που οι επιλογές τους αυτές είναι υπαγορευμένες από άλλους, όπως για παράδειγμα από το εκκλησιαστικό δόγμα. Έτσι φτάνουμε στο τρίτο στάδιο, το ύψιστο κατά τον Kierkegaard, το θρησκευτικό. Σε αυτό οι άνθρωποι αναγνωρίζουν και αποδέχονται την ελευθερία τους, συνειδητοποιώντας την ευθύνη της. Οπότε ώριμοι πια, αναπτύσσουν μια προσωπική σχέση με τον Θεό. Σύμφωνα πάλι με τον ίδιο, όταν κανείς επιλέγει την πίστη στον Θεό, όχι από εξαναγκασμό ή από φόβο, αλλά επειδή πιστεύει ότι με αυτόν τον τρόπο θα βρει το νόημα της ύπαρξης του, τότε έχει κατανοήσει την ικανότητα του να επιλέγει ελεύθερα (Hergenhahn, 2008).

Ο συλλογισμός αυτός του Kierkegaard μας θυμίζει τον τρόπο σκέψης του Αριστοτέλη σχετικά με την επιλογή του αγαθού. Σύμφωνα με τον φιλόσοφο, ο ενάρετος άνθρωπος επιλέγει να κάνει ωραίες και όμορφες πράξεις στις οποίες ενυπάρχει το αγαθό, όχι γιατί

αποβλέπει σε κάτι περαιτέρω, αλλά επειδή ακριβώς τον ευχαριστούν οι πράξεις αυτές καθαυτές. Τις επιλέγει για αυτό που είναι (Λυπουρλής, 2006, 1). Όπως λοιπόν ο ενάρετος άνθρωπος επιλέγει τις καλές από την φύση τους πράξεις, επειδή αγαπάει το καλό, χωρίς να αποζητάει κάτι απώτερο ή να πράττει έτσι, λόγω εξωτερικών πιέσεων, έτσι κι ο άνθρωπος που βρίσκεται στο τρίτο στάδιο της ελεύθερης επιλογής του Kierkegaard, επιλέγει να έχει πίστη στον Θεό, καθώς αυτό από μόνο του τον ευχαριστεί και πληροί με νόημα την ζωή του. Οι δύο συλλογισμοί εξαίρουν την σημασία της άσκησης της ελεύθερης επιλογής από τον άνθρωπο, ο οποίος όμως βρίσκεται στην διαδικασία της αυτογνωσίας και ουσιαστικά δεν δρα απερίσκεπτα, όπως πολλοί έχουν τέτοια γνώμη για την άσκηση της ελεύθερης επιλογής, αλλά σύμφωνα με τις υπαγορεύσεις της έλλογης φύσης του.

Προχωρώντας, συναντούμε τον εισηγητή του άθεου υπαρξισμού, που θεωρείται ο Friedrich Wilhelm Nietzsche (1844- 1900). Ο Nietzsche επιχείρησε να δώσει ένα διαφορετικό νόημα για την ζωή που θα πρέπει να ζει κάποιος και για την ηθική που θα χαρακτηρίζει τις δράσεις του. Η πεποίθηση του Kierkegaard ότι το νόημα της ζωής εντοπίζεται στην επαφή με τον Θεό και στις ηθικές αξίες που απορρέουν από αυτή την επαφή, φαινόταν στον Nietzsche ως στήριγμα και ως περιορισμός της πρωτοβουλίας των ανθρώπων και της αναζήτησης τους για έναν τρόπο ζωής με νόημα για τους ίδιους. Απορούσε για το τι θα γινόταν αν δεν υπήρχε κάποιος στον οποίο οι άνθρωποι να πιστεύουν και ο οποίος να μεριμνά για αυτούς. Έτσι κατέληξε στη δήλωση ότι: «Ο Θεός είναι νεκρός». Για εκείνον, από εδώ και στο εξής, η σκέψη αυτή δεν θα πρέπει να οδηγήσει τους ανθρώπους στην απελπισία ή τουλάχιστον η απελπισία αυτή, η οποία είναι εφικτή, όπως υποστηρίζουν οι Yalom και Sartre, να ξεπεραστεί γρήγορα με την αφύπνιση των ανθρώπων να πάρουν τη ζωή στα χέρια τους. Προϋπόθεση για αυτό είναι η ολοένα πληρέστερη γνώση του εαυτού τους, την οποία χρησιμοποιώντας την, θα εντοπίσουν το νόημα και την ηθική που θα πρέπει να ακολουθήσουν. Ο Nietzsche με αυτόν τον τρόπο δείχνει επιπλέον ότι πίστευε στη μοναδικότητα κάθε ατόμου, το οποίο ήταν εν δυνάμει ελεύθερο. Για να γίνει πράγματι ελεύθερο, χρειάζεται να ασκήσει τη βούληση του για δύναμη. Για εκείνον, αυτή αποτελεί το θεμελιώδες ανθρώπινο κίνητρο.

Χρησιμοποιούν οι άνθρωποι την θέληση τους για δύναμη, ώστε να μπορέσουν να αναπτύξουν το πλήρες δυναμικό τους, να δημιουργήσουν τους εαυτούς τους ως υπάρξεις με νόημα και τότε να γίνουν ελεύθεροι. Ο συλλογισμός αυτός του Nietzsche μας θυμίζει τους αρχαίους κυνικούς, διότι έλεγε ότι μόνο αν ένας άνθρωπος ενεργεί όπως αισθάνεται, δηλαδή ικανοποιεί όλα του τα ένστικτα, τότε είναι σε θέση να εκπληρώσει την βούληση του για δύναμη. Έτσι φαίνεται και η πεποίθηση του Nietzsche για μια μάλλον παράλογη φύση του ανθρώπου, παρά καλή, συμπληρώνοντας ότι αυτού του είδους η προσωπική ανάπτυξη δεν μπορεί να εμποδίζεται από την συμβατική ηθική. Τους ανθρώπους που προσεγγίζουν το πλήρες δυναμικό τους, τους ονομάζει υπεράνθρωπους. Έτσι ένας υπεράνθρωπος είναι αυτός

που έχει το θάρρος, το πάθος και την ενόραση να βρει το δικό του νόημα ζωής, συνοδευόμενο από την ηθική που πηγάζει εξίσου από αυτόν (Hergenhahn, 2008). Πέρα από το γεγονός ότι η έννοια αυτή του «υπεράνθρωπου», δοσμένη από τον Nietzsche, ως ανοίκεια με τη σκέψη εθνικής ή φυλετικής ανωτερότητας, δημιούργησε ωστόσο, παρανόηση από τους Ναζί, που την χρησιμοποίησαν για την ανάδειξη του γερμανικού λαού, θεωρούμε ότι στο σύστημα του Nietzsche αντιφάσκουν οι όροι αυτογνωσία και ικανοποίηση όλων των ενστίκτων. Ικανοποιούμε όλα μας τα ένστικτα, όταν ακριβώς δεν γνωρίζουμε ποια είναι η πραγματική μας φύση. Όταν όμως βρισκόμαστε σε μια διαδικασία αυτογνωσίας μαθαίνουμε να επιλέγουμε ποιές άλογες πλευρές μας δεν εμποδίζουν την ανάπτυξη μας, οπότε μπορούμε να τις ακολουθήσουμε και ποιες αποκλείουμε γιατί κατανοούμε την κατώτερη ποιότητα της φύσεως τους. Το σημειώνω αυτό γιατί στην ψυχοθεραπεία κάθε είδους, όπως ήδη έχουμε δει, η αυτογνωσία είναι μια σοβαρή, εμβριθής αναζήτηση του εαυτού, που ως τέτοια δεν δύναται να συνδυαστεί με την ικανοποίηση όλων των ενστίκτων.

Οι πρώιμες λοιπόν αυτές μορφές του υπαρξισμού, αποτέλεσαν ναι μεν τη βάση της υπαρξιστικής σκέψης, αλλά εξελίχθηκαν περαιτέρω ώστε να εξαλειφθούν οι αντιφάσεις και έτσι να συγκροτήσουν με μεγαλύτερη αξιοπιστία την υπαρξιστική- ανθρωπιστική σχολή ψυχοθεραπείας. Θα εξετάσουμε λοιπόν στη συνέχεια την υπαρξιστική ψυχολογία των Martin Heidegger και Irvin Yalom. Θα γίνει μνεία στον Rollo May και κλείνοντας θα αναφερθούμε στην φιλοσοφική βάση που στηρίζει και τροφοδοτεί την σκέψη των παραπάνω θεραπευτών, την οποία μάλιστα πλησίασε αργότερα ο Maslow κι άλλοι ανθρωπιστές.

3.5.2. Σημαντικοί εκπρόσωποι της υπαρξιστικής ψυχολογίας

Τον τρόπο σκέψης του Martin Heidegger (1889- 1976), τον συναντήσαμε και νωρίτερα. Ο λόγος που δεν τον παραλείπουμε, τουναντίον τον επανεξετάζουμε, είναι γιατί τα συγγράμματα του, επέδρασαν όχι μόνο στην σκέψη μεταγενέστερων, που φτάνουν έως τις μέρες μας, σύγχρονων υπαρξιστών ψυχολόγων, αλλά και λόγω της επιρροή που άσκησε σε μεταγενέστερους φιλόσοφους. Εκείνος εξέταζε την ανθρώπινη φύση στην ολότητα της, σε σχέση δηλαδή με τον κόσμο γύρω της. Έτσι όπως άλλωστε κάνουν και οι ανθρωπιστές. Χρησιμοποιούσε την όρο “Dasein” για να υποδηλώσει το αδιαχώριστο μεταξύ ανθρώπου και κόσμου (Hergenhahn, 2008). Σύμφωνα με τον Yalom, ο Heidegger έτσι φανερώνει την διπλή φύση της ανθρώπινης ύπαρξης. Ο άνθρωπος είναι «εκεί», έξω στον κόσμο. Όμως το «εκεί», όπως πολύ ωραία μας έχει πει ο Kant, δεν έχουμε τρόπο να το γνωρίζουμε πραγματικά, οπότε συνίσταται στην αντίληψη μας, η οποία προκύπτει από προϋπάρχουσες κατηγορίες, υπαρκτές σε όλους. Πάλι όμως η δόμηση του «εκεί» από τον καθένα μας διαφέρει. Συμπεραίνει δηλαδή ότι ο άνθρωπος είναι εκεί, έξω στο κόσμο, αλλά δομεί ο ίδιος αυτό το εκεί, παρά την κοινή

πηγή εμπειριών που μπορεί να υπάρχει, το οποίο τότε δεν είναι κάτι ξέχωρο από αυτόν (Yalom, 1980). Με τον δραματικό αυτό τρόπο μας λέει ο Hergenhahn (2008), πως ο Heidegger θέλει να δείξει ότι χωρίς τον κόσμο δεν θα υπήρχαν άνθρωποι και χωρίς ανθρώπους δεν θα υπήρχε ο κόσμος. Φαίνεται έτσι ότι ούτε κι εκείνος πίστευε στην ύπαρξη του Θεού. Η πολυσύνθετη αυτή έννοια του “Dasein” υπαγορεύει ακόμα ότι η ύπαρξη είναι ένα πολύπλοκο δυναμικό φαινόμενο, που συνεχώς δηλαδή αλλάζει, μέσα στο εκεί, στον χώρο και στον χρόνο, ανεξάρτητα από το ποιοι είναι αυτοί οι παράγοντες κάθε φορά. Υπάρχουν σταθερά, χωρίς συγκεκριμένο προσδιορισμό (Hergenhahn, 2008). Ίσως λοιπόν αυτή η πολυπλοκότητα της ύπαρξης να είναι ένας επιπλέον λόγος που και η κάθε θεραπεία απαιτεί έναν συγκεκριμένο χώρο και χρόνο για να επιτευχθεί.

Επίσης ο Heidegger πίστευε ότι υπάρχουν δύο τρόποι ύπαρξης. Ο καθημερινός, ο οποίος ενδιαφέρεται για το πώς είναι τα πράγματα και ένας δεύτερος, ο οντολογικός, που ενδιαφέρεται για την ύπαρξη των πραγμάτων. Οι άνθρωποι που ζουν σύμφωνα με τον πρώτο τρόπο δείχνουν θαυμασμό για το πώς είναι τα πράγματα, ο κόσμος γύρω τους. Ενώ όσοι ζουν ακολουθώντας τον δεύτερο τρόπο θαυμάζουν το ότι τα πράγματα και ο κόσμος υπάρχουν. Οι δύο αυτοί τρόποι ύπαρξης μεταφράζονται με τον όρο της αυθεντικότητας, που έχουμε ήδη εξετάσει. Ο πρώτος δηλαδή τρόπος ύπαρξης αντιστοιχεί στη «μη αυθεντική ζωή», όπου κανείς χάνει την ένταση της ζωής, της συνεχούς αναζήτησης για κάτι παραπάνω και παραπέρα που αφορά την ύπαρξη την δική του και γενικότερα. Επαναπαύεται στα γνωστά και στα ασφαλή και συνεπώς μένει μόνο στο πώς φαίνονται τα πράγματα και όχι στο Είναι των πραγμάτων. Αντίθετα, ο οντολογικός τρόπος ύπαρξης συνταιριάζει με την «αυθεντική ζωή». Αυτή υποδεικνύει τον αδιάκοπο αγώνα αυτογνωσίας ενός μεταβαλλόμενου εγώ κι έτσι την συνεχή επίγνωση της ύπαρξης μας, οπότε και του πεπερασμένου της (Yalom, 2002., Yalom, 1980)

Ο Heidegger λοιπόν μας προτρέπει σε έναν αυθεντικό τρόπο ύπαρξης. Αυτό σημαίνει να συμφιλωθούν οι άνθρωποι με την βεβαιότητα ότι κάποια μέρα θα πεθάνουν κι έτσι έχοντας αυτό στο μυαλό τους να ενεργοποιηθούν και να ασκήσουν την ελευθερία τους, ώστε να δημιουργήσουν μια ύπαρξη με νόημα. Εκείνος αναμένει αυτήν την συνειδητοποίηση από τους ανθρώπους, καθώς τους θεωρούσε ικανούς να στοχάζονται το πεπερασμένο. κι αυτό επειδή ακριβώς τους θεωρούσε ικανούς για αυτογνωσία. Ωστόσο, εκτιμά ότι η συνειδητοποίηση αυτή προκαλεί άγχος στους ανθρώπους, οι οποίοι έτσι προτιμούν τον συμβιβασμό και την μετριοπάθεια, ή όπως λέει ο Heidegger μια μη αυθεντική ζωή. Ένας δεύτερος λόγος που θεωρεί ότι στέκεται εμπόδιο στην υιοθέτηση μιας αυθεντικής ζωής με την άσκηση της ελευθερίας του ανθρώπου, είναι η ακολουθούμενη υπευθυνότητα αυτής. Το γεγονός δηλαδή ότι ο ελεύθερος άνθρωπος είναι ο ίδιος υπεύθυνος για τις πράξεις του και για

την ζωή του στο σύνολο της, χωρίς να επιρρίπτει ευθύνες σε εξωτερικούς παράγοντες (Hergenhahn, 2008).

Η επίγνωση λοιπόν του θανάτου φάνηκε καθοριστικός παράγοντας για να μπορέσει ένας άνθρωπος να μεταβεί από τον έναν τρόπο ύπαρξης στον άλλο, που εκτιμάται ποιοτικά ανώτερος. Συνεπώς παρατηρούμε ότι δεν είναι εύκολη υπόθεση να γίνει η μετάβαση αυτή, δεδομένου ότι οι άνθρωποι δεν σκέφτονται τον θάνατο, χωρίς να συντρέχει κάποιο γεγονός τέτοιο ή έστω κάποιο ατύχημα, υπενθυμίζοντας την παρουσία του. Έτσι η σκέψη του Heidegger οδήγησε τον Yalom στο συμπέρασμα ότι οι άνθρωποι μαθαίνουν να κάνουν το πέρασμα αυτό του τρόπου ύπαρξης μόνο μέσω οριακών εμπειριών (Yalom, 1980).

Ο Rollo May (1909-1994), ως ψυχαναλυτής, εισήγαγε τον υπαρξισμό του Heidegger στην ψυχολογία των Ηνωμένων Πολιτειών. Ο May τόνιζε ότι η ανθρώπινη ύπαρξη διέπεται από κάτι το παράδοξο. Αυτό είναι το γεγονός ότι οι άνθρωποι είναι ταυτόχρονα υποκείμενα και αντικείμενα των εμπειριών τους. Δεν ενεργούν απλώς, αλλά ψάχνουν να βρουν και το νόημα των ενεργειών τους. Το γεγονός αυτό σύμφωνα με τον May καθιστά τους ανθρώπους μοναδικούς στο σύμπαν. Εκείνος, όπως όλοι οι υπαρξιστές, ξεχώριζε την ελευθερία ως ιδιαίτερα σημαντικό χαρακτηριστικό των ανθρώπων. Βέβαια η ελευθερία αυτή, όπως είδαμε συνοδεύεται από ευθύνη και αβεβαιότητα, οπότε κι από άγχος. Έτσι διακρίνει το υγιές (αυθεντικό) άγχος, που ενεργοποιεί τον άνθρωπο να ασκήσει την ελευθερία του, ώστε να προσεγγίσει όσο το δυνατόν περισσότερο το δυναμικό του, από το νευρωτικό άγχος που δεν συμβάλλει στην προσωπική ανάπτυξη, καθώς το γεννά ο φόβος άσκησης της ελευθερίας. Συνεπώς για τον May, αλλά και για τους περισσότερους υπαρξιστές ο άνθρωπος βρίσκεται ανάμεσα στο δίπολο άγχους και ενοχής. Άγχος όταν ασκεί την ελευθερία του και ενοχή όταν την αρνείται (Hergenhahn, 2008).

Σε μια συνέντευξη του ο May, δημοσιοποιημένη στο περιοδικό ανθρωπιστικής ψυχολογίας “Journal of Humanistic Psychology”, το 2009, επιβεβαίωσε το ήδη γνωστό, αλλά εκφρασμένο διαφορετικά περί του στόχου της θεραπείας. Ο «ασθενής», γνωρίζοντας τον εαυτό του, μαθαίνει να χρησιμοποιεί και τις εσωτερικές του ικανότητες, να βρίσκεται σε επαφή με τις φυσικές του κλίσεις. Οπότε η θεραπεία αποτελεί επανεκπαίδευση. Μέσω αυτής το άτομο προσπαθεί να μάθει και να πράττει τα σύμφωνα με την φύση του. Συνεπώς οι άνθρωποι στον σύγχρονο κόσμο, αποσυντίθενται από τη φύση τους και μέσω της θεραπείας προσπαθούν να κάνουν αυτό που φυσικά θα έπρεπε να κάνουν (Schneider, Galvin, Serlin, 2009).

Συνεχίζοντας θα εξετάσουμε λίγο αναλυτικότερα την σκέψη του Irvin Yalom, γεννηθείς το 1931. Εκείνος μέσα από το βιβλίο του «υπαρξιστική ψυχοθεραπεία» μας εισάγει και μας εξηγεί την προσέγγιση αυτή. Σύμφωνα λοιπόν με τον ίδιο, πρόκειται για μια δυναμική

προσέγγιση που φτάνει στην θεραπεία μέσα από την επικέντρωση και ελάφρυνση των ανησυχιών που αφορούν την ύπαρξη του ατόμου. Ο Yalom, ως σπουδαστής κι αυτός της ψυχανάλυσης, πιστεύει ότι μέσα στο άτομο λειτουργούν ποικίλες συνειδητές και ασυνείδητες διεργασίες που συχνά έρχονται σε σύγκρουση. Για αυτό άλλωστε την ονόμασε και “δυναμική”. Η παρουσία εσωτερικής σύγκρουσης μας είναι πολύ γνωστή. Ο Yalom όμως την συγκεκριμενοποίησε και την ανήγαγε σε τέσσερις καθολικές ανησυχίες. Σύμφωνα δηλαδή με εκείνον δημιουργούνται στο άτομο εσωτερικές συγκρούσεις, όταν καλείται να αντιμετωπίσει ζητήματα που σχετίζονται με αυτές τις τέσσερις έσχατες ανησυχίες που είναι άρρηκτα συνδεδεμένες με την ύπαρξη. Προκαλείται λοιπόν εσωτερική σύγκρουση όταν το άτομο έρχεται αντιμέτωπο με τον θάνατο, τη μοναξιά, την ελευθερία και την έλλειψη νοήματος στη ζωή. (Yalom, 1980).

Ο Yalom, όπως πολλοί υπαρξιστές πιστεύει ότι ενώ ο θάνατος καταστρέφει τον άνθρωπο, η ιδέα του θανάτου τον σώζει. Η αποδοχή του θανάτου και η συμφιλίωση με την πραγματοποίηση αυτού, λειτουργεί ως κίνητρο να στραφεί κανείς από μια μορφή ύπαρξης σε μια άλλη, ανώτερη. Είναι ολοφάνερη στο σημείο αυτό η επιρροή του Heidegger. Έτσι υποστηρίζει και ο Yalom ότι η άρνηση του θανάτου συνεπάγεται την άρνηση της φύσης, ενώ αντίθετα η επαφή με τον θάνατο, κάνει τον άνθρωπο να βρίσκεται σε επαφή με τον εαυτό του. Προέκταση αυτού είναι να έχει λιγότερους προσωπικούς φόβους, να αναθεωρεί τις αξίες και τις αρχές του, να ζει το παρόν και με λίγα λόγια να ελαττώνει τις πιθανότητες εμφάνισης ψυχοπαθολογίας. Εξάλλου σημειώνει ότι το άγχος του θανάτου είναι αντιστρόφως ανάλογο με την ικανοποίηση από την ζωή. Όσο πιο ικανοποιητικά ζει ένας άνθρωπος, τόσο λιγότερο άγχος έχει για τον θάνατο και γενικότερα τόσο λιγότερα αρνητικά, απομονωτικά συναισθήματα (θλίψη, θυμός, επιρρέπεια στις αρρώστιες) τρέφει. Μας παραπέμπει εδώ ο Yalom σε μια φράση του Nietzsche. “Αυτό που έχει γίνει τέλειο, ώριμο, αυτό θέλει να πεθάνει. Αυτό που αντίθετα υποφέρει, θέλει να ζει, ώστε να γίνει κάποτε ώριμο”. Ο φιλόσοφος επομένως ήθελε να μας πει ότι τα αρνητικά συναισθήματα μπορούν να μας ενεργοποιήσουν και όχι να μας οδηγήσουν στην παραίτηση, στην κατάθλιψη και εν τέλει στην επιθυμία θανάτου. Αφού δημιουργήσουμε και ανελιχθούμε εξελικτικά, τότε θα είμαστε έτοιμοι να πεθάνουμε. Εξαρτάται λοιπόν από μας να βιώνουμε ικανοποίηση από την ζωή και έτσι να μην φοβόμαστε τον θάνατο. Σας υπενθυμίζουμε εδώ ότι αν δεν είναι στο χέρι μας οι συνθήκες της ζωής μας, είναι πάντα στις δυνάμεις μας η στάση που θα κρατήσουμε απέναντι στις συνθήκες αυτές.

Ακόμη παρατηρώντας την σκέψη των παραπάνω γίνεται φανερό η επιρροή του ρεύματος του υπαρξισμού και της υπαρξιστικής ψυχολογίας από την αρχαιότητα και συγκεκριμένα από την φιλοσοφία των Στωικών. Εκείνοι έλεγαν ότι ο θάνατος είναι το σημαντικότερο γεγονός της ζωής (Ασημάκης, 2001). Υποστήριζαν ότι ο άνθρωπος θα πρέπει να δέχεται την μοίρα του

και να την αντιμετωπίζει αξιοπρεπώς. Έτσι με την ίδια λογική οφείλει να αντιμετωπίσει και το γεγονός του θανάτου, χωρίς να τον αγχώνει και χωρίς να αναστέλλει την ανάπτυξη των ικανοτήτων του. Να μην του προκαλεί δηλαδή ο θάνατος αίσθημα ματαιώσης, αλλά αντίθετα φιλοδοξίας και δημιουργικότητας.

Η ελευθερία, σύμφωνα με τους υπαρξιστές, είναι κι αυτή μια από τις έσχατες έγνοιες του ανθρώπου που η άσκηση της τον φέρνει σε σύγκρουση με τον ίδιο του τον εαυτό. Το να την ασκεί σημαίνει υπευθυνότητα και η υπευθυνότητα αυτή είναι απόλυτη. Ο Yalom δηλαδή θεωρεί ότι το άτομο είναι υπεύθυνο για τις πράξεις του, καλές, κακές, αλλά και για τον κόσμο ευρύτερα, αφού όπως είπαμε σύμφωνα με τον Heidegger πάλι το ίδιο το άτομο δομεί τον κόσμο. Το φορτίο αυτό είναι μεγάλο κι έτσι το άτομο ρίχνεται στην αναζήτηση κάποιας δομής ισχυρότερης από το ίδιο, ώστε να ανακουφιστεί. Ωστόσο παρά το βάρος της ευθύνης, αυτή διέπει την αυθεντική ζωή, ενώ η άρνηση της την μη αυθεντική ζωή. Έτσι σχηματίζεται το εξής δίλλημα στο οποίο οι υπαρξιστές τίθενται υπέρ της πρώτης πρότασης. Ο άνθρωπος είτε ασκεί την ελευθερία του, αναλαμβάνοντας την ευθύνη της κι έτσι καθίσταται ο ίδιος ως πρωτουργός που ζει μια αυθεντική ζωή, είτε αρνείται την λήψη ευθύνης, οπότε και την άσκηση ελευθερίας, αφήμένος στα χέρια του Θεού, ζώντας μη αυθεντικά. Οι υπαρξιστές δηλαδή πιστεύουν ότι ο άνθρωπος οφείλει να είναι υπεύθυνος, καθώς τότε έχει επαφή με τον εαυτό του, κι έτσι είναι σε θέση να αναγνωρίσει και να εκπληρώσει το δυναμικό του, αφού αποφασίζει ο ίδιος για τον εαυτό του και φυσικά πράττει προς την κατεύθυνση αυτή. Πάνω σε αυτήν την αναγνώριση μα και πραγμάτωση του δυναμικού που βρίσκεται στο εσωτερικό του ανθρώπου, ήρθαν και συμφώνησαν οι ανθρωπιστές, προωθώντας την ως στόχο της θεραπείας.

Επιπλέον, ο άνθρωπος καλείται να αντιμετωπίσει την μοναξιά, το γεγονός ότι έρχεται και φεύγει μόνος του από αυτόν τον κόσμο. Παρ' όλη δηλαδή την πεποίθηση της αυτό-δημιουργίας του, ο άνθρωπος δεν παύει να είναι εγκαταλελειμμένος στο σύμπαν. Ο Yalom αναφέρεται στην κατάσταση αυτή με τον όρο «κοσμική αδιαφορία». Αυτή λοιπόν η κατάσταση αντιμετωπίζεται με την εύρεση νοήματος στη ζωή. Τίθεται επομένως το ερώτημα, όχι γιατί ζούμε, αλλά πώς να ζούμε. Ο Yalom στηρίζει ότι η εύρεση προσωπικού νοήματος στη ζωή του ανθρώπου, αντανακλά στην ανακάλυψη του κοσμικού νοήματος κι έτσι παύει το περιβάλλον και τα πράγματα γύρω μας, να μας φαίνονται τόσο ξένα (Yalom, 1980). Η αφιέρωση του ανθρώπου σε έναν σκοπό, δίνει νόημα στη ζωή του, και τον κάνει να υπερβεί τον εαυτό του, βλέποντας τον ως μέρος ενός ευρύτερου σχεδίου. Για να καταστεί αυτό πιο σαφές θα το αποδώσουμε με ένα παράδειγμα. Η αφιέρωση ενός ατόμου για την καλύτερη λειτουργία ορφανοτροφείων ή οικοτροφείων, δείχνει ενδιαφέρον και αγώνα για την ανάπτυξη των παιδιών στα ιδρύματα αυτά. Έτσι το άτομο αυτό αποτελεί μέρος μιας κοινότητας άλλων ανθρώπων που επίσης απασχολούνται με το συγκεκριμένο θέμα. Συνεπώς δεν είναι μόνο του

σε αυτήν την προσπάθεια, αλλά μέρος ενός συνόλου, όπου η προσωπική του συμβολή, αποτελεί μέρος ενός ευρύτερου έργου. Έτσι μπορεί να αντλεί πληροφορίες από το γύρω του περιβάλλον, από τις σχέσεις του, που πριν του φαίνονταν ανούσιες, με κατεύθυνση την αρωγή τους στο έργο του. Επομένως έτσι, μέσω του προσωπικού νοήματος, ανακαλύπτεται και κατανοείται μέρος του κοσμικού νοήματος για τον κάθε άνθρωπο.

Αξίζει στο σημείο αυτό να αναφερθούμε στον Martin Buber (1878-1965), εκπρόσωπο της διαλογικής ψυχοθεραπείας, συγκαταλεγόμενος στο πεδίο των ανθρωπιστών, τονίζει ότι μολονότι οι άνθρωποι θα πρέπει να ξεκινάνε με την αναζήτηση του εαυτού τους, δεν θα πρέπει να τελειώνουν εκεί. Ο λόγος δηλαδή που θα πρέπει να βρει ο άνθρωπος τον εαυτό του, δεν είναι μόνο για την δική του σωτηρία, αλλά κι επειδή είναι ανάγκη να βρει την θέση του στον κόσμο. Όταν οι άνθρωποι δεν τα καταφέρνουν στο δεύτερο και χάνουν το ευρύτερο νόημα της ζωής, τότε περιορίζονται στο ατομικό τους νόημα (Friedman, 2002). Ωστόσο όμως, σύμφωνα με τον φιλόσοφο, Viktor Frankl, καταλαμβάνοντας κι αυτός θέση στο ευρύτερο πεδίο των ανθρωπιστών, η επικέντρωση αποκλειστικά στο ατομικό νόημα, εμποδίζει το γνήσιο νόημα. Ο άνθρωπος οφείλει να σκέφτεται ως προς τρεις κατευθύνσεις. Πρώτον, τι καταφέρνει στον κόσμο, τι δίνει σε αυτόν, με την έννοια της δημιουργίας. Δεύτερον, τι παίρνει από τον κόσμο, με την έννοια της εμπειρίας και του βιώματος και τρίτον, τι μπορεί να ανεχτεί και να υποφέρει για χάρη συνθηκών που δεν μπορεί να αλλάξει. Ποια είναι δηλαδή η στάση του (Yalom, 1980). Ηχηρό παράδειγμα ότι ο άνθρωπος μπορεί και μέσα από τον πόνο να βρει νόημα και ως εκ τούτου να κρατήσει αισιόδοξη στάση, είναι οι εμπειρίες του Frankl στα στρατόπεδα συγκέντρωσης του Auschwitz. Παρατήρησε ότι επιβίωναν όσοι κρατούσαν στάση αισιοδοξίας που προέκυπτε από την επιθυμία τους να ζήσουν. Το μόνο που δεν μπορούσαν να τους πάρουν ήταν η επιλογή της στάσης του απέναντι στα γεγονότα (Hergenhahn, 2008).

Σύμφωνα λοιπόν με τους παραπάνω εκπροσώπους της υπαρξιστικής ψυχολογίας, η θεραπεία ενός ατόμου έγκειται στο να μάθει να αντιμετωπίζει τις τέσσερις αυτές έσχατες έγνοιες που αφορούν την ύπαρξη του και που ουσιαστικά αποτελούν πηγή των επιμέρους προβλημάτων του.

3.5.3. Η φιλοσοφία του Jean Paul Sartre και η συσχέτιση της με την αρχαία ελληνική.

Οι ιδέες του Heidegger, τροφοδότησαν τη σκέψη ενός Γάλλου φιλοσόφου, υποστηρικτή και διαδόχου του υπαρξισμού. Ο λόγος γίνεται για τον Jean Paul Sartre. Διαλέξαμε να εξετάσουμε την φιλοσοφία του μέσα από το βιβλίο του «υπαρξισμός και ανθρωπισμός», το

οποίο γράφτηκε προς χάρη μιας εισήγησης του ίδιου, που έφερε τον τίτλο: «ο υπαρξισμός είναι ανθρωπισμός» (Sartre, 2007). Νομίζω πως είναι ευνόητο γιατί επιλέξαμε το συγκεκριμένο έργο, καθώς μέσα από αυτό θα μπορέσουμε να διαπιστώσουμε τη σύνδεση του υπαρξισμού με τον ανθρωπισμό.

Ακολουθώντας την σκέψη του Heidegger, ο Sartre, θεωρούσε ότι αν ο Θεός δεν υπάρχει, θα πρέπει να υπάρχει ένα ον, του οποίου η ύπαρξη να προηγείται της ουσίας του. Το ον αυτό ενσαρκώνεται στο ανθρώπινο είδος. Έτσι σημείο εκκίνησης της φιλοσοφίας του Sartre είναι η παραδοχή ότι, η ύπαρξη προηγείται της ουσίας. Με αυτήν την αρχή, ήθελε να δείξει ότι ο άνθρωπος πρώτα από όλα υπάρχει. Ότι δηλαδή είναι το ον που μπορεί να προβάλλει τον εαυτό του στον κόσμο, να αντιμετωπίζει τον εαυτό του σε σχέση με αυτόν και μόνο αργότερα να είναι σε θέση να τον προσδιορίσει, να εντοπίσει την ουσία του. Για τον Sartre ο άνθρωπος είναι αυτό που προβάλλει, σχεδιάζει για τον εαυτό του κι όχι αυτό που θα έπρεπε να είναι. Επεξηγηματικά, εννοεί ότι δεν υπάρχει κάποιο πρότυπο που να υπαγορεύει πως θα πρέπει να είναι κανείς αν θέλει να λέγεται άνθρωπος. Συνεπώς κατά την γνώμη του, δεν υπάρχει προκαθορισμός της ανθρώπινης ύπαρξης. Ο άνθρωπος καθορίζει την συμπεριφορά και την ηθική του ή αλλιώς την ουσία του. Μάλιστα αυτός είναι και ο λόγος, που βλέπει τον άνθρωπο ως υπεύθυνο για αυτό που είναι. Η πεποίθηση ότι είναι ελεύθερος να επιλέξει τις πράξεις του, δεν περιορίζεται σε ατομικό προσωπικό επίπεδο. Αντίθετα θεωρεί ότι, οι επιλογές ενός ανθρώπου αντικατοπτρίζουν τις επιλογές του ανθρώπινου είδους στο σύνολο του. Με άλλα λόγια, οι πράξεις των ανθρώπων να είναι αυτές που θεωρούν οι ίδιοι ότι αρμόζουν στο ανθρώπινο είδος. Επομένως, ελεύθερη επιλογή δε σημαίνει ότι δρω απερίσκεπτα και χωρίς συνέπειες, αλλά ότι κατά κάποιο τρόπο, ανάλογα με την δράση του ο κάθε άνθρωπος συμβάλει ως νομοθέτης της ανθρωπότητας (Sartre, 2007).

Γίνεται εύκολα αντιληπτό ότι ένας τέτοιος συλλογισμός καλλιεργεί ιδιαίτερα το αίσθημα της ευθύνης. Έτσι καταλήγει στο συμπέρασμα ότι ο άνθρωπος προσδιορίζεται από τις πράξεις του. Σαφώς οι ρίζες του συμπεράσματος αυτού βρίσκονται στην αριστοτελική σκέψη. Παρ' όλα αυτά όμως, ο Sartre αναγνωρίζει ότι ο άνθρωπος βιώνει συναισθήματα αγωνίας και οδύνης, καθώς γνωρίζει τα όρια της δικής του υπευθυνότητας, χωρίς όμως αυτό να λειτουργεί ως δικαιολογία που τον οδηγεί στην παραίτηση. Ο υπαρξισμός με τον τρόπο αυτό, όπως έχει ήδη φανεί, αρνείται την αιτιοκρατία κι αυτό για τον λόγο ότι, με αυτήν ο άνθρωπος επαναπαύεται κι έτσι χάνει και το νόημα της ζωής. Το οποίο, ευρύτερα σύμφωνα με τους υπαρξιστές, βρίσκεται στην επαγρύπνηση, στην δημιουργικότητα και στην επινοητικότητα (Sartre, 2007).

Η ανθρωπιστική λοιπόν χροιά που αναδεικνύεται και συνοδεύει τον υπαρξισμό, απαντάται στο γεγονός ότι ο άνθρωπος δεν είναι νομοθέτης κανενός, παρά του εαυτού του. Αντί να

βυθίζεται στην απόγνωση, μέσα στην απομόνωση του, λόγω της ανυπαρξίας του Θεού, να δημιουργεί το δικό του σύμπαν, κάνοντας τις επιλογές του, που υπερβαίνουν την υποκειμενικότητα. Έτσι ο άνθρωπος αναζητάει στόχο στη ζωή του που θα του δείξει και το νόημα. Θα ξεκινήσει από τον εαυτό του, αλλά θα προχωρήσει και πέρα από αυτόν με την μορφή της ελευθερίας (Sartre, 2007). Έτσι διαμορφώνεται η ολιστική προσέγγιση του ατόμου. Ενώ δηλαδή ο άνθρωπος έρχεται και φεύγει μόνος του από τον κόσμο, ο υπαρξισμός τον βλέπει ικανό να ανακαλύπτει την εσωτερική σύνδεση με τον εαυτό του και το σύμπαν. Με βάση αυτά τα συμπεράσματα, στρέφονται και οι ανθρωπιστές- ψυχολόγοι γύρω από την υποκειμενική αλήθεια του ατόμου (φαινομενολογία), το οποίο αντιμετωπίζουν με τρόπο ολιστικό.

Ωστόσο η έννοια του «ολιστικού» φάνηκε να είναι ευρύτερη από τη διαμόρφωση του ατόμου, όπως την χρησιμοποιούν οι ανθρωπιστές. Συνδέεται και με την θέση του ατόμου στο σύμπαν. Για αυτόν ακριβώς τον λόγο οι θεραπευτές, δεν θα πρέπει να ξεκινούν και να τελειώνουν με το άτομο να βρίσκεται στο επίκεντρο. Η φιλοσοφία μας έδειξε ότι θα πρέπει να ξεπεραστεί η υποκειμενικότητα κι έτσι να ανακαλύψει ο κάθε άνθρωπος-ασθενής την θέση του στον κόσμο. Να δει τον εαυτό του ως μέλος ενός ευρύτερου σχεδίου. Αν δεν γίνει αυτό πως μπορεί η ανθρωπιστική σχολή να βασίζεται σε μια ολιστική αντιμετώπιση;

Η σύνδεση λοιπόν του ανθρωπισμού και του υπαρξισμού γίνεται σε δύο κομβικά σημεία. Πρώτον στο γεγονός ότι ο άνθρωπος δεν λογοδοτεί σε κανέναν για τις πράξεις του, πέραν του εαυτού του, δείχνοντας έτσι, εκτός από την ευθύνη, την έμφαση στις δυνατότητες του ανθρώπου ως πολυσχιδούς και πολύπλευρης οντότητας. Δεύτερον στο ότι οι πράξεις του θα πρέπει να είναι τέτοιες, ώστε να λειτουργούν για παραδειγματισμό των άλλων κι έτσι να αποτελέσουν οικουμενικό κανόνα συμπεριφοράς. Η εμπιστοσύνη λοιπόν στον άνθρωπο που δίνεται από τον υπαρξισμό και τον ανθρωπισμό, μας δείχνει ότι ουσιαστικά πίστευαν στο στοιχείο εκείνο που καθιστά κάποιον άνθρωπο κι όχι ζώο. Το στοιχείο αυτό σύμφωνα με τους αρχαίους Έλληνες είναι ο λόγος. Το λογικό ον έχει την δυνατότητα κατανόησης των πράξεων του και της ευθύνης που αυτές φέρουν. Επίσης, η έμφαση που δίνει ο υπαρξισμός στην ευθύνη, φανερώνει ταυτόχρονα τη σημασία της πράξης, αφού η οποιαδήποτε πράξη συνοδεύεται από αίσθημα ευθύνης. Αυτή η άρση της πράξης προέρχεται από την αριστοτελική σκέψη σε σχέση με την ηθική. Σύμφωνα με τον φιλόσοφο η πράξη και όχι η θεωρία δείχνει το ήθος των ανθρώπων. Έτσι φαίνεται πόσο αρμονικά συνδέεται ο υπαρξισμός και ο ανθρωπισμός με την αρχαία ελληνική σκέψη.

Όσον αφορά τώρα το δεύτερο σημείο σύνδεσης μεταξύ υπαρξισμού και ανθρωπισμού, ότι η ποιότητα των πράξεων του ενός θα πρέπει να αποτελεί κανόνα συμπεριφοράς για τις πράξεις όλων, θίγεται στην ουσία το θέμα της ηθικής. Ο Καντ ήταν ο φιλόσοφος εκείνος που

υποστήριζε ότι, μια πράξη είναι ηθική, μόνο αν μπορεί να γίνει καθολικός κανόνας συμπεριφοράς για όλους (Kant & Wolff, 1969). Συνεπώς το κριτήριο της καθολικότητας για το ποιόν μιας πράξης, εκπορεύεται από την φιλοσοφική σκέψη του Καντ. Με βάση την πρόταση αυτή προκύπτει ότι αν κάτι είναι καλό για μένα, αναπόφευκτα θα είναι καλό και για τους άλλους. Το ατομικό δηλαδή συμφέρον συμπορεύεται με το συλλογικό και δεν αντικρούεται με αυτό. Μια τέτοια πράξη, εξίσου σύμφωνη προς το ατομικό και συλλογικό καλό δεν μπορεί, παρά να εκπορεύεται από το λογικό ενός ανθρώπου. Παρατηρούμε λοιπόν έτσι ότι παρ' όλο που η υπαρξιστική φιλοσοφία του Jean Paul Sartre και η υπαρξιστική ψυχολογία αρνείται την σημασία της λογικής, δηλαδή της αντικειμενικής πραγματικότητας των ανθρώπων, στη διαμόρφωση των ηθικών κανόνων, αφού δίνει έμφαση στην προσωπική ευθύνη του καθενός (Fromm, 1974), τελικά χωρίς να το συνειδητοποιούν δεν απέχουν τόσο όσο θέλουν να δείχνουν από την αρχαία ελληνική σκέψη και την σημασία του έλλογου στοιχείου, ως αδιαμφισβήτητη αντικειμενική αρχή.

Φτάνοντας στο τέλος του παρόντος κεφαλαίου, επισημαίνουμε ότι, μελετώντας τις κρίσεις των φιλοσόφων, αντιλαμβανόμαστε ότι εκείνοι καθοδηγούνταν από την κοινωνική πραγματικότητα. Αν λοιπόν κανείς μελετήσει τα φιλοσοφικά ρεύματα, και την σκέψη κάποιων από τους εκπροσώπους αυτών, όχι απαραίτητα βαθύτερα από όσο επιχειρούμε εμείς στην παρούσα εργασία, θα αντιληφθεί τις επιρροές των ιστορικών και κοινωνικοπολιτικών εξελίξεων τις εποχής, πόσο σημαντικές ήταν για τις κρίσεις τους και τις θεωρίες τους. Ακόμα και ο πιο δύσπιστος απέναντι στην φιλοσοφία θα αντιληφθεί το πόσο στενά συνδεδεμένη είναι εκείνη με την πραγματικότητα. Κι όχι με την τότε πραγματικότητα γιατί μολονότι οι εποχές αλλάζουν ραγδαία, η ανθρώπινη φύση δεν εξελίσσεται με τους ίδιους ρυθμούς. Έχει μάθει απλώς πώς να κρύβει ή να εξωραΐζει την άλογη πλευρά της. Με άλλα λόγια μας το επισήμανε αυτό και ο Howard (2000).

4. ΗΘΙΚΗ

4.1. Η ηθική ως μορφή κοινωνικής συνείδησης.

Ο ρόλος της ηθικής στις πρωτόγονες κοινωνίες μέχρι τις σύγχρονες μορφές κοινωνικής οργάνωσης των ανθρώπων, κατείχε κι εξακολουθεί να καταλαμβάνει περίοπτη θέση. Αυτή μεταξύ άλλων, είναι υπεύθυνη για τον αρμονικό τρόπο συνύπαρξης των ανθρώπων, την θέση της εξουσίας και τον τρόπο άσκησης της, μα και γενικότερα για την εύρυθμη λειτουργία του κράτους. Σταδιακά λοιπόν, η ενασχόληση των ανθρώπων με το πώς θα πρέπει να ζουν, ανέδειξε την ηθική σε πεδίο έρευνας. Έτσι η ηθική μελετάται ως κλάδος της φιλοσοφίας που αντικείμενο της έχει την έρευνα της ηθικής συνείδησης και συμπεριφοράς των ανθρώπων (Fromm, 1974). Καθώς λοιπόν η μελέτη της ηθικής αποτελεί κομμάτι της φιλοσοφίας, η οποία, όπως δείξαμε έχει άμεση σχέση με την κοινωνική πραγματικότητα, δε μένει παρά και η ίδια η ηθική να θεωρείται μορφή κοινωνικής συνείδησης. Καθώς δηλαδή οι φιλόσοφοι απορούσαν για τον εξωτερικό κόσμο που μας περιβάλλει, και μέσω μελέτης και παρατήρησης κατέληξαν σε ορισμένα συμπεράσματα, έστρεψαν έπειτα το ενδιαφέρον τους και στον εσωτερικό κόσμο των ανθρώπων. Οι θεωρίες τους για αυτόν προέκυπταν εξίσου από τα δεδομένα της κοινωνικής πραγματικότητας.

Εκείνη έδειχνε και δείχνει, όπως μας υπογραμμίζει ο Μπιτσάκης (1981), με τον οποίο συμφωνούμε, ότι η ηθική θα είναι αναγκαία, όσο θα υπάρχει η ανηθικότητα. Επομένως εξυπηρετεί μια άμεση κοινωνικο-πρακτική λειτουργία. Οι παραπάνω οικονομικές και κοινωνικές αντιθέσεις που αναφέραμε, εκφράζονται στον χώρο της ηθικής. Έτσι καθώς η ιδεολογία της κυρίαρχης τάξης διαφέρει από εκείνη των κατώτερων τάξεων και τελικά υπερισχύει, το ίδιο συμβαίνει και με την ηθική. Συνεπώς η ηθική τροφοδοτείται από τις κοινωνικές αντιθέσεις, τις οποίες, μάταια θα λέγαμε εμείς, επιχειρεί να λύσει με τα μέσα της θεωρίας. Καθώς λοιπόν η ηθική φαίνεται να διαμορφώνεται από την κοινωνική πραγματικότητα και η κοινωνική πραγματικότητα είναι μεταβαλλόμενη, προκύπτει το συμπέρασμα ότι τα συστήματα ηθικής δεν έχουν καθολικό κύρος (Μπιτσάκης, 1981). Παρ' όλα αυτά παρατηρεί ότι παλαιά συστήματα ηθικής επιβιώνουν συχνά και προσαρμοζόμενα, υπηρετούν νέες κοινωνικές πραγματικότητες. Εμείς στη συνέχεια θα επανέλθουμε στο ζήτημα αυτό.

Οι πρώτοι φιλόσοφοι που ασχολήθηκαν συστηματικά με τα ζητήματα της ηθικής συμπεριφοράς των ανθρώπων, ήταν οι σοφιστές και ο Σωκράτης. Με το πέρασμα των καιρών, ασχολήθηκαν κι άλλοι πέρα από τους αρχαίους Έλληνες, τα ονόματα των οποίων τα έχουμε ήδη συναντήσει για την προσφορά τους στην μελέτη του ανθρώπου. Διαφορετικές θεωρίες αναπτύχθηκαν από τους εκπροσώπους της εμπειριοκρατίας, του

ορθολογισμού και του διαφωτισμού. Έτσι οι ηθικές προτάσεις είναι δυνατό να επαληθεύονται με την παρατήρηση και με την ενόραση αντίστοιχα. Ενώ την περίοδο του διαφωτισμού, όπου ανυψώθηκε τόσο πολύ και με σθένος η δύναμη της λογικής, προκλήθηκε αμφιβολία για την αυτονομία και λογική του ατόμου, που οδήγησε σε μια κατάσταση ηθικής σύγχυσης, η οποία ευνόησε την άνοδο του σχετικισμού. Βασική του αρχή ότι, η αλήθεια εξαρτάται από εξωτερικούς παράγοντες και συνεπώς το ίδιο ισχύει και για τις ηθικές αξίες. Κατά τον 20^ο αιώνα και μετά παρατηρείται πλουτισμός των ηθικών θεωριών με την ανάπτυξη της επιστήμης της ψυχολογίας και άλλων κοινωνικών επιστημών (Fromm, 1974).

4.2. Η σχέση της ηθικής με την ψυχολογία και την ψυχοθεραπεία.

Η μελέτη για το τι είναι καλό ή κακό για τον άνθρωπο, έδρασε μεταξύ άλλων, ως κίνητρο για την μελέτη και κατανόηση της φύσης του ανθρώπου. Με άλλα λόγια, ενίσχυσε τις ψυχολογικές έρευνες. Έτσι η μελέτη της ηθικής συμπεριφοράς του ανθρώπου, προϋποθέτει την μελέτη και την κατανόηση του ανθρώπου ως ολότητα. Η γνώση για την ανθρώπινη φύση, την οποία αποπειράται να κατακτήσει η ψυχολογία, μας διευκολύνει στην κατανόηση των ανθρώπινων ενεργειών. Επίσης, συμβάλλει στη θεμελίωση ενός επιστημονικά ηθικού συστήματος για την μελέτη και επίλυση των προβλημάτων της ψυχολογίας. Κατά συνέπεια, σύμφωνα με τον Fromm (1974), είναι αδύνατος ο διαχωρισμός μεταξύ ψυχολογίας και ηθικής. Ακόμη, σύμφωνα με τον ίδιο, η ψυχολογία μπορεί να αποτελέσει τη βάση για την δημιουργία αντικειμενικών και έγκυρων κανόνων συμπεριφοράς, παρ' όλο που η τάση της σύγχρονης ψυχολογίας είναι να τονίζει περισσότερο την “προσαρμογή” του ατόμου, παρά την “πίστη” στον εαυτό του για αυτό που είναι. Σύμφωνα με την Αναγνωστοπούλου (2008), η σύνδεση ψυχολογίας και ηθικής εκδηλώνεται από το γεγονός ότι, κάθε ανθρώπινη δραστηριότητα, ενέχει μέσα της κάποια ηθική διάσταση. Συνεπώς οι ψυχολόγοι οφείλουν αφού μελετούν την συμπεριφορά να καταπιάνονται και με τον ηθικό της χαρακτήρα. Επιπλέον, η ίδια τονίζει την σπουδαιότητα της ηθικής σε πολλές εφαρμογές της ψυχολογίας, όπως στην διεξαγωγή πειραμάτων, στον ακαδημαϊκό χώρο διδασκαλίας, στην εκπαίδευση ψυχολόγων, αλλά και ψυχοθεραπευτών.

Βέβαια για να γίνει φανερή η συμβολή της ηθικής στην ψυχολογία, χρειάζεται να μελετηθεί η ηθική ως επιστήμη. Να μελετηθούν δηλαδή οι ηθικές θεωρίες εκπροσώπων των διάφορων φιλοσοφικών σχολών, που καταγίνονται με το «ηθικός άγειν» των ανθρώπων. Για να κατανοήσουμε επομένως την ηθική συμπεριφορά του ατόμου, χρειάζεται πρώτα από την μια, να κατανοήσουμε την φύση του ανθρώπου και από την

άλλη, την φύση της ηθικής. Η μελέτη για την τελευταία δεν μπορεί να συμπεριληφθεί στην παρούσα εργασία, λόγω οικονομίας, αλλά θα αναδειχθούν οι βασικότερες θεωρίες ηθικής, που σχετίζονται με την εφαρμογή της ψυχολογίας στο πεδίο της ψυχοθεραπείας. Επιλέξαμε σκόπιμα να αναδείξουμε την σχέση αυτή μεταξύ ψυχοθεραπείας και ηθικής, καθώς η ουσία της ηθικής, όπως μας έχει πει κι ο Αριστοτέλης βρίσκεται στην πράξη κι όχι μόνο στη θεωρία. Δεν φτάνει λοιπόν να τονίζουμε την αξία της ηθικής σε θεωρητικό επίπεδο σε σχέση με την ψυχολογία, η οποία κατακλύζεται από θεωρίες, αλλά να την εξετάσουμε όταν εφαρμόζεται. Έτσι το πεδίο της ψυχοθεραπείας είναι ένα από τα πλαίσια στα οποία η ψυχολογική γνώση εφαρμόζεται και η ηθική αποκαλύπτεται. Καθώς μιλάμε για ψυχοθεραπεία, είναι εύλογο να επικεντρωνόμαστε στις ηθικές αρχές που θα πρέπει να διέπουν την σχέση μεταξύ θεραπευτή και θεραπευόμενου. Εξετάζοντας και αναλύοντας τον ηθικό χαρακτήρα της σχέσης αυτής, θα σκιαγραφηθεί και θα γίνει περισσότερο κατανοητός ο ρόλος που έχει ένας θεραπευτής.

4.3. Οι ηθικές αρχές του Rogers και η οικουμενικότητα τους

Ο Carl Rogers, όπως έχουμε ήδη αναφέρει, εξύψωσε τη σημασία της θεραπευτικής σχέσης, σε παράγοντα έκβασης για την θεραπεία. Σκεφτόμενος με αυτόν τον τρόπο, ανέδειξε την ανάγκη να παρεισφρήσουν στην σχέση αυτή ορισμένες ηθικές αρχές, που θα την βελτιστοποιήσουν κι έτσι θα καταστήσουν το θεμιτό αποτέλεσμα, την επαναφορά ψυχικής υγείας του πελάτη, περισσότερο δυνατό.

Ο Rogers λοιπόν υποστήριζε ότι ο θεραπευτής θα πρέπει να αποδέχεται «άνευ όρων» τον πελάτη του. Η πρόταση αυτή ουσιαστικά στηρίζεται στην ηθική αρχή του σεβασμού. Ο ψυχοθεραπευτής δηλαδή, θα πρέπει να σέβεται την αξία και την αξιοπρέπεια του ανθρώπου που βρίσκεται απέναντι του. Να σέβεται το δικαίωμα εκείνου στη ζωή, την ευτυχία και την ψυχική γαλήνη. Επίσης, να σέβεται την αυτονομία του, τον τρόπο σκέψης του, το δικαίωμα του για παρρησία λόγου, για τις επιλογές του και για τη στάση του απέναντι στα δεδομένα της ζωής. Με δύο λόγια να σέβεται την διαφορετικότητα και τη μοναδικότητα του κάθε ανθρώπου.

Ακόμη ο Rogers τόνιζε την σπουδαιότητα της ενσυναίσθησης εκ μέρους του θεραπευτή, την ικανότητα του να βλέπει τον κόσμο του πελάτη του, μέσα από τα δικά του μάτια και της γνησιότητας του απέναντι στον πελάτη του, όπως είδαμε πρωτύτερα. Επιπλέον, η ικανότητα του θεραπευτή να δημιουργήσει ένα άνετο και ζεστό κλίμα ανάμεσα στον ίδιο και τον πελάτη του, είναι προϋπόθεση για να νιώσει ο πελάτης εμπιστοσύνη, ασφάλεια κι έτσι να προχωρήσει η ψυχοθεραπευτική διαδικασία (Μαλικιώση-Λοίζου, 2009).

Ξεκινήσαμε εσκεμμένα τη διερεύνηση των ηθικών αρχών με τις παραπάνω, καθώς αυτές οφείλει να τις κατέχει κάθε θεραπευτής, ανεξάρτητα από την θεραπευτική προσέγγιση την οποία ακολουθεί. Το τονίζουμε αυτό γιατί, σύμφωνα με τον Strupp (1980), οι μέθοδοι ή οι τεχνικές που χρησιμοποιεί ένας θεραπευτής, αναπαριστούν τις δικές του αξίες, το δικό του φιλοσοφικό σύστημα αξιών. Έτσι παρατηρείται ποικιλία μεθόδων, οι οποίες βασίζονται σε ποικίλα συστήματα αξιών. Όμως απαραίτητη προϋπόθεση για να είναι αποδεκτή και νόμιμη η κάθε μέθοδος, είναι να μην παραβιάζει τις παραπάνω βασικές ηθικές αρχές (Μαλικιώση-Λοΐζου, 2009., Patterson, 1989).

Βέβαια, η εν-συναίσθηση αφορά μάλλον ικανότητα παρά ηθική αρχή. Την συγκαταλέγουμε όμως στις ηθικές αρχές, καθώς σχετίζεται έμμεσα με το ήθος του θεραπευτή. Ο ακριβής ορισμός της έννοιας της ενσυναίσθησης έχει απασχολήσει πολλούς ερευνητές, οι οποίοι δεν έχουν καταλήξει σε ομοφωνία. Το σημείο σύγκλισης τους πάντως είναι ότι, ο θεραπευτής προσπαθεί να δει τον κόσμο μέσα από τα μάτια του πελάτη του. Η ενσυναίσθηση έχει δύο διαστάσεις. Την γνωστική και την συναισθηματική. Η πρώτη αναφέρεται στη νοητική κατανόηση της εμπειρίας του άλλου, ενώ η δεύτερη στο άμεσο βίωμα του συναισθήματος. Ο Rogers, ενώ υποστήριζε ότι ο θεραπευτής εισέρχεται στον κόσμο του άλλου, χωρίς όμως να ξεχνά την δική του προσωπικότητα (Μαλικιώση-Λοΐζου, 2009), αργότερα στήριξε ότι ο θεραπευτής ζει προσωρινά στη ζωή του άλλου (Rogers, 1980, στο Σταλίκας και Χαμοδράκα, 2004: 41), οπότε ταυτίζεται με αυτόν.

Το να ανταποκριθεί ο θεραπευτής στο συναίσθημα του πελάτη του, προϋποθέτει ότι τον σέβεται και ότι είναι ικανός να ξεπεράσει τον εγωισμό του. Μάλιστα, σύμφωνα με τον Moore (1990), η ενσυναίσθηση λειτουργεί ως μεσολαβητής για ποικίλες προ-κοινωνικές συμπεριφορές. Χρειάζεται δηλαδή να μπορείς να νιώσεις το συναίσθημα του άλλου, ώστε να εξηγήσεις μια αλτρουιστική συμπεριφορά. Για να πράξει όμως ο θεραπευτής με αλτρουισμό, θα πρέπει να δείξει ανιδιοτέλεια. Επιπλέον, σύμφωνα με τον Goleman (2009), “η ενσυναίσθηση οικοδομείται πάνω στην αυτεπίγνωση. Όσο περισσότερο ανοιχτοί είμαστε στις ίδιες μας τις συγκινήσεις, τόσο περισσότερο ικανοί θα είμαστε στο να αντιληφθούμε τα συναισθήματα” (Goleman, 2009: 148). Επομένως εδώ γίνεται λόγος για την προσωπική ανάπτυξη και τήρηση της αρχής της επάρκειας του θεραπευτή, στοιχεία που υποδεικνύουν το ήθος του θεραπευτή, που θα δούμε εν συνεχεία. Η ενσυναίσθηση λοιπόν με αυτόν τον τρόπο θίγει ζητήματα ηθικής.

4.4. Κώδικες Δεοντολογίας

Αν και οι προαναφερθείσες αρχές συγκροτούν τον πυρήνα της ηθικής του θεραπευτή, η πράξη έχει δείξει ότι στον χώρο της ψυχοθεραπείας προκύπτουν συνεχώς θέματα, απλά και περίπλοκα, που δοκιμάζουν το ήθος του θεραπευτή. Συνεπώς, αναδείχτηκε η ανάγκη για την διαμόρφωση ενός κώδικα δεοντολογίας, κάτι το οποίο εμφανίζεται στην άσκηση οποιουδήποτε επαγγέλματος. Ένας κώδικας δεοντολογίας θεμελιώνει τα ελάχιστα κριτήρια σωστής άσκησης ενός επαγγέλματος και αποτελεί επισφράγιση της αυτονομίας μιας επαγγελματικής ομάδας (Fisher, 2003). Στην περίπτωση λοιπόν των επαγγελματιών ψυχολόγων, η Αμερικανική Ψυχολογική Εταιρία και ο Βρετανικός Ψυχολογικός Σύλλογος, προσπάθησαν να επιλύσουν τα προβλήματα ηθικής με την δημιουργία κωδικών δεοντολογίας. Βέβαια οι αρχές των κωδικών αυτών, συγκλίνουν με τις αρχές των κωδικών της Αμερικανικής Ψυχιατρικής Εταιρίας (APA), καθώς και της Αμερικανικής και Βρετανικής Εταιρίας των Κοινωνικών Λειτουργών (AASW, BASW) (Αναγνωστοπούλου, 2008).

Η Αμερικανική Ψυχολογική Εταιρία (Α.Ψ.Ε.) δημοσίευσε για πρώτη φορά τον κώδικα δεοντολογίας το 1953, ο οποίος έκτοτε έχει εμπλουτιστεί και αναθεωρηθεί πολλές φορές. Εμείς θα εξετάσουμε την τελευταία αναθεώρηση του που έγινε το 1992. Τα μέλη της Α.Ψ.Ε. δεσμεύονται να τηρούν τον κώδικα δεοντολογίας, καθώς και τους κανόνες και τις διαδικασίες που χρησιμοποιούνται για την εφαρμογή του. Ο κώδικας δεοντολογίας εφαρμόζεται μόνο στις επαγγελματικές δραστηριότητες των ψυχολόγων, στις δραστηριότητες δηλαδή που αποτελούν μέρος του επιστημονικού και επαγγελματικού έργου των ψυχολόγων ή σε δραστηριότητες επαγγελματικής φύσης (Αναγνωστοπούλου, 2002). Εδώ θα μας απασχολήσει επιλεκτικά η εφαρμογή των αρχών στην κλινική και στην συμβουλευτική άσκηση της ψυχολογίας. Συνεπώς τα κριτήρια που θα εξετάσουμε δεν θα είναι πλήρεις. Η συμπεριφορά δηλαδή του ψυχολόγου απέναντι στον πελάτη του. Ο κώδικας λοιπόν στοχεύει στο να προσφέρει γενικές αρχές και κανόνες λήψης αποφάσεων που να καλύπτουν τις περισσότερες περιπτώσεις που πιθανόν να αντιμετωπίσουν οι επαγγελματίες ψυχολόγοι.

Ο κώδικας δεοντολογίας της Α.Ψ.Ε. απαρτίζεται από την εισαγωγή, τον πρόλογο, έξι γενικές αρχές και συγκεκριμένα κριτήρια ηθικής. Στην εισαγωγή εξετάζονται ο σκοπός, η οργάνωση, τα διαδικαστικά ζητήματα και το πεδίο εφαρμογής του κώδικα δεοντολογίας. Ο πρόλογος και οι γενικές αρχές αφορούν στόχους που φιλοδοξούμε να κατευθύνουν τους ψυχολόγους στο να προσπαθούν να εξασφαλίζουν κάθε φορά μια όσο το δυνατόν πιο ηθική συμπεριφορά. Χρειάζεται οι ψυχολόγοι να τους λαμβάνουν υπόψη τους, όταν καλούνται να αποφασίσουν ποια είναι η ηθικά επιθυμητή συμπεριφορά σε

συγκεκριμένες συνθήκες. Τις γενικές αρχές θα τις εξετάσουμε αναλυτικά αμέσως παρακάτω. Το τελευταίο στοιχείο του κώδικα, τα κριτήρια ηθικής, έχουν γενικό χαρακτήρα, ώστε να μπορούν να εφαρμοστούν από ψυχολόγους, οι οποίοι εργάζονται σε ποικίλους χώρους και με ποικίλες ιδιότητες. Επομένως δεν καλύπτουν εξαντλητικά τα θέματα στα οποία αναφέρονται, χωρίς αυτό να σημαίνει ότι μια μη αναφερόμενη συμπεριφορά καθίσταται αυτόματα ηθική ή μη ηθική (Αναγνωστοπούλου, 2002).

Οι έξι γενικές αρχές είναι οι εξής: σεβασμός των δικαιωμάτων και της αξιοπρέπειας του ατόμου, επάρκεια, ακεραιότητα, επαγγελματική και επιστημονική ευθύνη, ενδιαφέρον για την ευημερία του ατόμου και κοινωνική ευθύνη. Παρατηρούμε, χωρίς να εκπλησώμαστε βεβαίως, ότι πρωταρχική αρχή είναι ο σεβασμός. Οι ψυχολόγοι σέβονται την ανθρώπινη ύπαρξη, όπως είδαμε νωρίτερα, τις πολιτισμικές και ατομικές διαφορές και προέκταση αυτού είναι να σέβονται τα δικαιώματα όλων των ατόμων για το απόρρητο της ιδιωτικής ζωής, το απόρρητο των πληροφοριών, τον αυτό-καθορισμό και την αυτονομία. Χρειάζεται να μη λησμονούν ότι οι νομικές και οι άλλες υποχρεώσεις τους μπορεί να είναι ασύμφωνες ή να συγκρούονται με την προστασία των παραπάνω δικαιωμάτων. Οι θεραπευτές- ψυχολόγοι προσπαθούν να περιορίσουν την επίδραση που ασκούν στην εργασία τους οι δικές τους προκαταλήψεις (Αναγνωστοπούλου, 2002). Θυμηθείτε την διαφάνεια του θεραπευτή.

Σε σχέση με τα ηθικά κριτήρια, οι ψυχολόγοι οφείλουν να λαμβάνουν τη συγκατάθεση των πελατών που είναι ικανοί για δικαιοπραξία ή των νόμιμων εκπροσώπων τους για την αποκάλυψη των εμπιστευτικών πληροφοριών. Ακόμη να διασφαλίζουν από την πρώτη συνάντηση ότι οι πελάτες είναι ενήμεροι για τους περιορισμούς της διατήρησης του απορρήτου. Να είναι σίγουροι ότι έχουν δώσει στους πελάτες τους πολλές ευκαιρίες να κατανοήσουν τη φύση, τον σκοπό και τις προβλεπόμενες συνέπειες της παροχής επαγγελματικών υπηρεσιών. Να περιορίσουν την άρση του απορρήτου μόνο σε εξαιρετικές περιπτώσεις κατά τις οποίες υπάρχουν επαρκείς ενδείξεις ότι απειλείται η ασφάλεια των πελατών, η ασφάλεια άλλων ατόμων που μπορεί να διατρέχουν κίνδυνο από την συμπεριφορά των πελατών ή η υγεία, ευημερία και η ασφάλεια παιδιών ή ευάλωτων ενηλίκων. Επίσης οι επαγγελματίες ψυχολόγοι οφείλουν να συμβουλευτούν έναν επαγγελματία συνάδελφο, όταν υπάρχει περίπτωση άρσης του απορρήτου, εκτός αν η καθυστέρηση που προκύπτει από την αναζήτηση της συμβουλής την καθιστά ανέφικτη, λόγω της άμεσης ανάγκης για αποκάλυψη. Σε αυτήν την περίπτωση βέβαια προσπαθούν να διασφαλίσουν ότι οι συνάδελφοι και με όσους άλλους συνεργάζονται οι ψυχολόγοι, κατανοούν και σέβονται τις διατάξεις του κώδικα σχετικά με τη διαχείριση των απόρρητων πληροφοριών (Αναγνωστοπούλου, 2008).

Άλλη βασική ηθική αρχή είναι αυτή της επάρκειας. Η ανεπάρκεια, μπορεί να εμφανιστεί λόγω έλλειψης γνώσης, κλινικών δεξιοτήτων, τεχνικών δεξιοτήτων, κακής χρήσης των δεξιοτήτων αυτών, καθώς και λόγω διαταραγμένων προσωπικών χαρακτηριστικών. Κατά συνέπεια, για την αντιμετώπιση αυτών, οι επαγγελματίες ψυχολόγοι προσπαθούν να εξασφαλίσουν και να διατηρήσουν υψηλά επίπεδα γνώσης στη δουλειά τους. Οφείλουν να αναγνωρίζουν τα όρια των ιδιαίτερων ικανοτήτων τους και τους περιορισμούς της ειδικότητάς τους. Έτσι οφείλουν να παρέχουν μόνο τις υπηρεσίες εκείνες και τις τεχνικές για τις οποίες διαθέτουν τα απαραίτητα προσόντα λόγω των σπουδών, της εκπαίδευσης ή της εμπειρίας τους. Επομένως οφείλουν να αναγνωρίζουν την ανάγκη για διαρκή μετεκπαίδευση των ιδίων (Αναγνωστοπούλου, 2002).

Σε σχέση πάλι με τα ηθικά κριτήρια, οι ψυχολόγοι οφείλουν να αναγνωρίσουν και να αποδεχτούν ότι αναπόφευκτα θα έρθουν αντιμέτωποι κατά την άσκηση του επαγγέλματος τους, με ηθικά διλήμματα. Για αυτό οφείλουν να αποδέχονται την προσωπική τους ευθύνη, όσον αφορά την επίλυση τέτοιων διλημάτων, χρησιμοποιώντας τον κατάλληλο συνδυασμό αναστοχασμού, εποπτείας και συμβουλευτικής. Ακόμη οφείλουν να σχεδιάζουν εναλλακτικούς τρόπους δράσης, συνυπολογίζοντας τους ιδιαίτερους παράγοντες κάθε υπόθεσης. Με λίγα λόγια, χρειάζεται να είναι ευέλικτοι. Επιπλέον, να αντιμετωπίζουν με προσοχή πιθανές νομικές υποχρεώσεις που αντιτίθενται με ορισμένες διατάξεις του κώδικα. Θα πρέπει να γνωστοποιούν την δέσμευση τους στον κώδικα δεοντολογίας και να επιλύσουν τη σύγκρουση με υπεύθυνο τρόπο. Επιπρόσθετα, στην περίπτωση που ανιχνεύσουν κάποιο πρόβλημα στην προσωπική τους ζωή, το οποίο επηρεάζει αρνητικά την επαγγελματική τους επάρκεια, οφείλουν να αναζητήσουν συμβουλή ή βοήθεια για την επίλυση του. Μάλιστα, οφείλουν μέχρι και να απέχουν από την άσκηση του επαγγέλματος, όταν η επαγγελματική τους επάρκεια έχει εξασθενήσει σημαντικά (Αναγνωστοπούλου, 2008).

Επόμενη είναι η αρχή της ακεραιότητας. Οι ψυχολόγοι εκτιμούν την ειλικρίνεια, την ορθότητα, τη σαφήνεια και τη δικαιοσύνη στις αλληλεπιδράσεις τους με τους ανθρώπους και προσπαθούν να ακολουθούν τις αξίες αυτές σε όλες τις πτυχές της επιστημονικής και επαγγελματικής τους ζωής. Ακολούθως οφείλουν να είναι ειλικρινείς και σαφείς στην παρουσίαση της επαγγελματικής τους προσέγγισης και των επαγγελματικών τους προσόντων, όπως είναι η γνώσεις, οι δεξιότητες, η θεωρητική και πρακτική τους κατάρτιση και η εμπειρία. Να είναι εξίσου ειλικρινείς και σαφείς στην επικοινωνία των επαγγελματικών συμπερασμάτων, των απόψεων και των ερευνητικών δεδομένων, καθώς και την επισήμανση των πιθανών περιορισμών. Ακόμη οφείλουν να γνωρίζουν τα προβλήματα που προκαλούνται από τις διπλές ή πολλαπλές σχέσεις και έτσι να αποφεύγουν την κάθε είδους σχέση σεξουαλική ή ερωτική με άτομα στα οποία παρέχουν

τις επαγγελματικές τους υπηρεσίες, ή με άτομα στα οποία έχουν καθήκον παροχής συνεχούς φροντίδας ή με άτομα με τα οποία έχουν ή είχαν στο παρελθόν σχέση εμπιστοσύνης. Να διευκρινίσουν στους πελάτες τους και σε άλλα εμπλεκόμενα μέλη τους επαγγελματικούς ρόλους τους οποίους έχουν αναλάβει, κάτω από συγκεκριμένες συνθήκες, ώστε να γίνεται ξεκάθαρη η φύση της σχέσης που αναπτύσσεται ανάμεσα τους (Αναγνωστοπούλου, 2008).

Ακολουθεί η αρχή της υπευθυνότητας. Οι ψυχολόγοι αναγνωρίζουν την ευθύνη που φέρουν απέναντι στους πελάτες τους, την αποφυγή της βλάβης προς αυτούς, την πρόληψη της κακής χρήσης ή της κατάχρησης του κοινωνικού τους έργου. Οφείλουν βεβαίως να εκτιμούν πάντα την κατάσταση και να στοχεύουν στο γενικό καλό του πελάτη. Έτσι ενδέχεται να μην τον ευχαριστούν πάντα. Ακόμη είναι δική του ευθύνη να τερματίζει την θεραπεία, όταν κρίνει ότι δεν έχει όφελος ο πελάτης και να τον παραπέμψει σε κάποιον άλλο εναλλακτικό φορέα, ίσως καλύτερα καταρτισμένο από τον ίδιο (Αναγνωστοπούλου, 2008). Γενικότερα είναι προσωπική ευθύνη του κάθε ψυχολόγου να τηρεί τις διατάξεις του κώδικα δεοντολογίας. Συνεπώς η πρακτική των παραπάνω και παρακάτω αρχών είναι άρρηκτα συνδεδεμένες με την ηθική αρχή της υπευθυνότητας.

Οι ψυχολόγοι οφείλουν να αναγνωρίζουν την ευθύνη που φέρουν όχι μόνο απέναντι στους πελάτες τους, αλλά και απέναντι σε ολόκληρη την κοινότητα και την κοινωνία στην οποία ανήκουν. Να στοχεύουν ευρύτερα στην ευημερία του ανθρώπινου γένους. Επίσης οφείλουν να συμμορφώνονται με τον νόμο και να ενθαρρύνουν τη διαμόρφωση νόμων και κοινωνικής πολιτικής, που υπηρετούν τα συμφέροντα των ασθενών ή των πελατών τους και του κοινού. Μάλιστα, θα ήταν επίσης θεμιτό, να προσφέρουν ένα μικρό μέρος του επαγγελματικού τους χρόνου σε κοινωφελείς σκοπούς με ελάχιστο ή καθόλου αντάλλαγμα (Αναγνωστοπούλου, 2002).

Η τελευταία αρχή, του ενδιαφέροντος για την ευημερία του ατόμου, ουσιαστικά έχει καλυφθεί από τις παραπάνω αρχές. Οι ψυχολόγοι προσπαθούν να προάγουν την ευημερία των ανθρώπων με τους οποίους έρχονται σε επαφή σε επαγγελματική βάση. Η επαγγελματική τους δραστηριότητα διέπεται από τις παραπάνω αρχές και επιπλέον οι ψυχολόγοι οφείλουν να είναι ευαισθητοποιημένοι στις πραγματικές και στις αποδιδόμενες διαφορές εξουσίας μεταξύ των ίδιων και των πελατών τους. Προσπαθούν για μια όσο το δυνατόν περισσότερο ισοδύναμη σχέση, γνωρίζοντας ότι απόλυτα κάτι τέτοιο δεν είναι εφικτό. Έτσι οφείλουν να μην παραπλανούν και να μην εκμεταλλεύονται τους άλλους, κατά την διάρκεια ή μετά το πέρας της επαγγελματικής τους σχέσης (Αναγνωστοπούλου, 2002).

Ωστόσο, εκτός από την Α.Ψ.Ε. ευαισθητοποιήθηκε και αναγνώρισε την υποχρέωση του, ο Βρετανικός Ψυχολογικός Σύλλογος, για τον καθορισμό της ηθικής συμπεριφοράς των επαγγελματιών ψυχολόγων. Αφορμή στάθηκαν καταγγελίες για αντιδεοντολογική συμπεριφορά και τα ερωτήματα για θέματα ηθικής. Έτσι, το 1985, συστάθηκε ο Βρετανικός Κώδικας Δεοντολογίας και Επαγγελματικής Συμπεριφοράς, ο οποίος αναθεωρείται εξίσου ανά τακτά χρονικά διαστήματα. Ο κώδικας καθοδηγεί και αναφέρεται σε όλα τα μέλη του Βρετανικού Ψυχολογικού Συλλόγου, όπως και στους φοιτητές. Τίθεται σε ισχύ την τριακοστή πρώτη Μαρτίου του 2006. Για την δημιουργία του μας πληροφορεί η Αναγνωστοπούλου στο βιβλίο της (2008), ότι χρησιμοποιήθηκαν πολλοί άλλοι κώδικες δεοντολογίας, που δίνουν έμφαση ευρύτερα στα ανθρώπινα δικαιώματα και τις ελευθερίες, οι οποίοι αναφέρονται πάλι στο παράρτημα του βιβλίου της.

Ο παρόν κώδικας δημοσιεύτηκε το 1991 και στηρίζεται σε τέσσερις ηθικές αρχές. Αυτές είναι ο σεβασμός, η υπευθυνότητα, η επάρκεια και η ακεραιότητα. Επομένως, ο Βρετανικός Κώδικας Δεοντολογίας είναι θα λέγαμε, μια πιο συμπυκνωμένη μορφή του κώδικα Α.Ψ.Ε., καθώς η αρχή του ενδιαφέροντος της ευημερίας του ατόμου, αναλογεί στην ευρύτερη αρχή του σεβασμού και η κοινωνική ευθύνη, στην ευρύτερη αρχή της υπευθυνότητας. Ουσιαστικά λοιπόν ο κώδικας αυτός δεν υστερεί σε περιεχόμενο σε σχέση με τον παραπάνω.

Αυτό που είναι αξιοσημείωτο, όσον αφορά τους παραπάνω κώδικες, είναι το γεγονός ότι, αυτοί αποτελούν απλές οδηγίες για τις λήψεις αποφάσεων που πρέπει να πάρουν οι ψυχολόγοι, υπό ειδικές συνθήκες. Ασφαλώς, θα πρέπει να συνυπολογίζονται κι άλλοι παράγοντες που μεταβάλλονται από περίπτωση σε περίπτωση κι έτσι καθίστανται μοναδικοί. Τέτοιοι πιθανοί παράγοντες είναι οι συγκεκριμένες συνθήκες, το υπάρχον νομικό πλαίσιο, το πολιτισμικό περιβάλλον, καθώς και τα συναισθήματα που κυριαρχούν την συγκεκριμένη στιγμή και ενδεχομένως να επηρεάσουν τη λήψη της τελικής απόφασης. Καταλαβαίνουμε λοιπόν, ότι ο ρόλος των κωδίκων είναι να καθοδηγούν κι όχι να επιβάλλουν ή να τιμωρούν. Για αυτό άλλωστε δεν γίνεται χρήση σε αυτούς του επιτακτικού ρήματος «πρέπει», αλλά του διαλλακτικού «οφείλω». Ακόμη οι κώδικες στηρίζονται στην λογική σκέψη, αλλά από ότι φάνηκε παραπάνω, κομβική είναι η σημασία της κρίσης. Η λογική από μόνη της, χωρίς κριτική σκέψη, δεν μπορεί να είναι το ίδιο ισχυρή και να καθοδηγήσει στη σωστή ενέργεια. Μάλιστα η Αναγνωστοπούλου (2008), τονίζει ότι κανένας κώδικας δεν μπορεί να υποκαταστήσει την επαγγελματική και ηθική κρίση των ψυχολόγων. Ακόμη επισημαίνει ότι, κάθε ψυχολόγος μπορεί να εμπλουτίζει και να συμπληρώνει τον κώδικα δεοντολογίας, με βάση τις προσωπικές του αξίες, την πολιτισμική του ταυτότητα και τις εμπειρίες του (Αναγνωστοπούλου, 2002).

Μάλιστα, ήδη από τον 4^ο αιώνα π. Χ., την εποχή του Ιπποκράτη, ο όρκος των γιατρών έδινε μεγάλη σημασία στην προσωπική δύναμη και κρίση εκείνων (Λυπουρλής, 2001, 3,42). Ακόμη, τόνιζε κι άλλα στοιχεία χρήσιμα στη συμπεριφορά των γιατρών, που ταυτίζονται σήμερα με εκείνα των ψυχολόγων και θα τα δούμε στη συνέχεια.

Από την συλλογιστική πορεία που προηγήθηκε, προκύπτει το συμπέρασμα ότι, πέρα από κάθε κώδικα, αυτό που έχει την πιο βαρύνουσα σημασία για το ήθος του θεραπευτή και την γενικότερη αξιολόγηση του, είναι η απάντηση στο ερώτημα «ποιός είναι ο ψυχολόγος ως άνθρωπος». Ποιες είναι οι αξίες που ρυθμίζουν την προσωπική του ζωή, ποια είναι τα γενικότερα ενδιαφέροντα του και οι ευρύτερες γνώσεις του, που μπορούν να τον βοηθήσουν στο έργο του θεραπευτή, με τη συμβολή τους στη δική του προσωπική ανάπτυξη και όξυνση της κρίσης του. Συνεπώς το επάγγελμα του θεραπευτή είναι ένα αντιπροσωπευτικό παράδειγμα του ότι, πρώτα από όλα είμαστε άνθρωποι και μετά επιστήμονες.

Στο σημείο αυτό, καθώς παραθέσαμε τις αδιαμφισβήτητες και επικυρωμένες από τον κώδικα δεοντολογίας, ηθικές αρχές που οφείλει να έχει ένας «σωστός» επαγγελματίας ψυχολόγος, είμαστε σε θέση να εξετάσουμε την πηγή προέλευσης αυτών. Η πηγή αυτή εντοπίζεται για άλλη μια φορά στο πεδίο της φιλοσοφίας. Ήδη η μελέτη του φιλοσοφικού υποβάθρου των βασικότερων ψυχολογικών θεωριών, έδειξε πτυχές της ηθικής σκέψης. Τώρα θα επικεντρωθούμε πιο συγκεκριμένα στην ηθική φιλοσοφία.

4.5. Η φιλοσοφική πηγή προέλευσης των ηθικών αρχών δεοντολογίας στην ψυχοθεραπεία

Πρωταρχική αξία είδαμε ότι αποτελεί η εκδήλωση σεβασμού εκ μέρους του θεραπευτή προς τον πελάτη του. Ο σεβασμός είναι μια ευρύτερη έννοια, η οποία εμπερικλείει μέσα της πολλά επιμέρους στοιχεία, τα οποία επιδέχονται ανάλυση. Λέγοντας σέβομαι τον άνθρωπο, εννοούμε ότι σεβόμαστε το έλλογο όν και θέτουμε ως αφετηρία το γεγονός ότι κάθε άνθρωπος, που δεν του έχει διαγνωστεί κάποια διαταραχή, είναι ικανός για λογική σκέψη. Αυτή άλλωστε είναι και η βάση της ψυχοθεραπείας, όπως είδαμε σε προηγούμενο κεφάλαιο, η φροντίδα της ψυχής μέσω του λόγου. Φυσικά είπαμε ότι δεν είναι αρκετός ο στείρος λόγος, αλλά εκείνος, ως προϋπόθεση για την καλλιέργεια κριτικής ικανότητας, μπορεί μαζί με εκείνην να οδηγήσει στην νόηση, της οποίας την σημασία για την ψυχοθεραπεία έχουμε ήδη δείξει. Ο σεβασμός λοιπόν στον λόγο του ανθρώπου, βρίσκεται στην σωκρατική ηθική, που εξύψωνε την δύναμη του λόγου και ως προέκταση

εκείνου τη δύναμη του νου. Επιπλέον, όταν ένας θεραπευτής, καλείται να σεβαστεί τον τρόπο σκέψης του πελάτη του, πάλι εννοείται ότι σέβεται το γεγονός ότι έχει απέναντι του ένα έλλογο όν. Επομένως, ο θεραπευτής, όπως ο Σωκράτης πιστεύει στον λόγο του ανθρώπου. Με την πίστη αυτή, δεν εννοούμε και συμφωνία. Ο θεραπευτής δηλαδή μπορεί να μη συμφωνεί με τον τρόπο σκέψης του πελάτη του, αλλά δέχεται ότι η λογική του είναι αυτή, που τον έχει καθορίσει και η λειτουργία της θα εξακολουθήσει να υφίσταται ακόμη κι όταν ο πελάτης αλλάξει τον τρόπο σκέψης του, όπως στην περίπτωση της CBT.

Ακόμη, οι επαγγελματίες ψυχολόγοι οφείλουν να σέβονται την ανθρώπινη ύπαρξη. Η έμφαση αυτή στην ύπαρξη ενός ανθρώπου, προέρχεται από την φιλοσοφία του υπαρξισμού. Η ύπαρξη του ανθρώπου δεν είναι κάτι σταθερό, αλλά συνεχώς μεταβάλλεται. Για αυτό μάλιστα, οι άθεοι υπαρξιστές και συγκεκριμένα ο Jean Paul Sartre υποστήριζε ότι, ο άνθρωπος δεν είναι τίποτα περισσότερο από αυτό που γίνεται μόνος του (Marinoff, 2002). Ασπαζόμενος ο θεραπευτής αυτόν τον τρόπο σκέψης και ζώντας στην πράξη με αυτή την πεποίθηση, δεν θα έπρεπε να δυσκολεύεται ιδιαίτερα να σεβαστεί το δικαίωμα της αυτονομίας του πελάτη του, όπως οφείλει, με βάση τον κώδικα δεοντολογίας. Να συνειδητοποιήσει εμπράκτως τον περιορισμό των δικών του ενεργειών. Το να σέβεται κανείς την αυτονομία του ανθρώπου, δείχνει και κάποιο βαθμό εμπιστοσύνης σε αυτόν. Έτσι εμφανίζεται πάλι η σωκρατική ηθική, στην οποία ο άνθρωπος αντιμετωπίζεται με αισιοδοξία και αυτοπεποίθηση ότι θα βρει την σωτηρία από μέσα του. Θα βρει τη γνώση που θα την κάνει και πράξη, ώστε να καταστήσει την ψυχική του ηρεμία (Παπανούτσος, 1995).

Μέσα στα πλαίσια της αρχής του σεβασμού, συγκαταλέγεται και ο σεβασμός της διαφορετικότητας, που έχει να κάνει με το φύλο, την φυλή, την ηλικία, την θρησκεία του πελάτη κ.α.. Ο σεβασμός λοιπόν της διαφορετικότητας, ουσιαστικά αναδεικνύει την ανάγκη προσωπικής ανάπτυξης του θεραπευτή. Η ανάγκη αυτή υπονοείται και για την κατάκτηση της ικανότητας της γνησιότητας. Με λίγα λόγια εδώ γίνεται λόγος για την ανάγκη ενός θεραπευτή να καλλιεργήσει το «γνώθι σ αυτόν». Η διαδικασία της αυτογνωσίας, πηγάζει σαφώς από τον Σωκράτη, ο οποίος έκρινε απαραίτητο να υποβληθεί κανείς σε αυτήν, αν ήθελε να ασκήσει την διαλεκτική μέθοδο. Μια μέθοδο που όπως έχουμε ήδη δει, αποτελεί κορωνίδα στην ψυχοθεραπεία.

Ακόμη, όταν κατορθώσει ένας θεραπευτής να σέβεται με όλους αυτούς τους τρόπους τον πελάτη του, τότε έχει κατορθώσει επίσης, να χτίσει αυτό που λένε οι ανθρωπιστές, μια όσο το δυνατόν περισσότερο, ισοδύναμη σχέση. Τα δύο μέρη δηλαδή της σχέσης, θεραπευτής και πελάτης, να έχουν την ίδια αξία. Αν και η λέξη φανερώνει και την ίδια

δύναμη, στην περίπτωση μας δε φαίνεται αυτό, καθώς ο πελάτης συνήθως φαίνεται λιγότερο δυνατός ψυχικά, σε σχέση με τον θεραπευτή του, οπότε παραμένουμε στην έννοια της ίσης αξίας. Σύμφωνα με τον Αριστοτέλη, το ίσο είναι το μέσο μεταξύ του περισσότερου και του λιγότερου ή αλλιώς το μέσο μεταξύ του περισσότερου και του λιγότερου είναι το δίκαιο (Λυπουρλής, 2006, 2, 1132a). Συνεπώς το δίκαιο, εκφράζει αμοιβαιότητα. Στις επαγγελματικές όμως σχέσεις των ανθρώπων, η δικαιοσύνη λειτουργεί σύμφωνα με την αναλογία κι όχι στη βάση μιας αυστηρά τυπικής ισότητας (Λυπουρλής, 2006, 2, 1133a). Μεταξύ των ανθρώπων λοιπόν, αναπτύσσεται αναλογική ανταπόδοση των προϊόντων τους. Ο Αριστοτέλης μας παραθέτει το παράδειγμα του οικοδόμου με τον τσαγκάρη για να κατανοηθεί αυτό καλύτερα. Ο οικοδόμος θα πάρει από το προϊόν του τσαγκάρη και σε ανταπόδοση εκείνου θα του δώσει από το δικό του. Τα προϊόντα όμως για να είναι ανταλλάξιμα, θα πρέπει πρώτα να γίνουν ίσα, να μπορούν να συγκρίνονται κατά κάποιο τρόπο μεταξύ τους (Λυπουρλής, 2006, 2, 1133b). Αυτός ακριβώς είναι και ο λόγος που εμφανίστηκε το νόμισμα. Έτσι τα προϊόντα δε συγκρίνονται με βάση την αξία τους (τόσα παπούτσια, τόσα σπίτια), αλλά μετρώνται με μια ενιαία μονάδα-μέτρο, που στην πραγματικότητα είναι η ανάγκη για την ικανοποίηση των αναγκών. Αναλογικά λοιπόν, στην επαγγελματική σχέση μεταξύ θεραπευτή και πελάτη, όπου αναπτύσσεται ανταλλακτική συναλλαγή, προτού αυτή πραγματοποιηθεί, οι άνθρωποι πρέπει να γίνουν ίσοι και να εξισωθούν τα προϊόντα τους. Έτσι μέσω της χρηματικής συναλλαγής, ο πελάτης ικανοποιεί την ανάγκη του για βοήθεια, και ο θεραπευτής επιβιώνει, εξακολουθώντας να προσφέρει τις υπηρεσίες του κι έτσι να ικανοποιεί την ανάγκη του για αναγνώριση και επιβεβαίωση στη δουλειά του.

Από τα παραπάνω προκύπτει το συμπέρασμα ότι, ο θεραπευτής δείχνοντας σεβασμό στον πελάτη του, ώστε να αναπτυχθεί μεταξύ τους μια όσο το δυνατόν περισσότερο ισοδύναμη σχέση, οφείλει τελικά να είναι και δίκαιος απέναντι στον πελάτη του. Να του δίνει όσα του παίρνει, χωρίς να θεωρεί εκείνος ότι δίνει περισσότερα. Με αυτό εννοούμε και την γνώση που συνήθως αντλούν οι θεραπευτές από τους πελάτες τους, εκτός από την επιβεβαίωση των όσων ήδη γνωρίζουν. Σε αυτήν ακριβώς τη γνώση θα αναφερθούμε παρακάτω. Μέσα λοιπόν στην έννοια του ισάξιου, υποβόσκει και η έννοια της δικαιοσύνης, που δεν θα πρέπει να παραμελείται η σημασία της, ως ηθική αρχή ενός «σωστού» θεραπευτή.

Ο σεβασμός στην αξία του ανθρώπου, έχει επισημανθεί και από την ηθική του Καντ. Ο Καντ, ως ορθολογιστής, πίστευε στη δύναμη του λόγου του ανθρώπου, που τον θεωρούσε υπεύθυνο για τους ηθικούς νόμους. Όταν η βούληση του ανθρώπου υπακούει στον λόγο, τότε προκύπτει ο προσταγμός. Ο προσταγμός δείχνει ποιες αρχές πρέπει να συνοδεύουν μια ηθική πράξη, ώστε αυτή καθεαυτή να είναι αγαθή κι όχι υποθετικές

αρχές, ή άλλες που λειτουργούν ως μέσο για την επίτευξη απώτερου σκοπού. Τις αρχές που προστάζουν μια πράξη, δίχως όρους, τις ονόμασε κατηγορικές. Ο κατηγορικός λοιπόν προσταγμός, που απαντά στην καθαρή μορφή του νόμου, κι όχι στην εμπειρία, υπαγορεύει την αρχή της καθολικότητας και της αναγκαιότητας, ως απαραίτητες για τον προσδιορισμό μιας πράξης ως ηθική. Από την στιγμή όμως, που μόνο ο άνθρωπος ως έλλογο ον, είναι ικανός για κατηγορικό προσταγμό, προκύπτει ότι «ο άνθρωπος και γενικά κάθε έλλογο ον, υπάρχει σαν αυτοσκοπός, όχι απλώς ως μέσο για να το μεταχειρίζεται κατά την αρέσκεια της αυτή ή εκείνη η βούληση, και πρέπει σε όλες τις πράξεις του που είτε στον εαυτό του απευθύνονται, είτε σε άλλα έλλογα όντα, πάντα να θεωρείται ταυτόχρονα ως σκοπός». Από αυτό συμπεραίνουμε ότι ένας θεραπευτής, δεν θα πρέπει να αντιμετωπίζει τους πελάτες του ως μέσα, ώστε να επιτευχθούν δικό του προσωπικοί στόχοι, όπως επαγγελματική ανέλιξη, αλλά ως άτομα που αξίζουν μια αληθινή και ειλικρινή μεταχείριση. Για τούτο τα έλλογα όντα είναι εκείνα που ονομάζονται πρόσωπα, ενώ τα άλλα που μόνο ως μέσα έχουν σχετική αξία, λέγονται πράγματα. «Πράττε έτσι ώστε την ανθρωπότητα, τόσο στο πρόσωπο σου όσο και στο πρόσωπο καθενός άλλου, πάντα να τη μεταχειρίζεσαι ταυτόχρονα ως σκοπό και ποτέ μόνο ως μέσο» (Παπανούτσος, 1995).

Ο Καντ με την ηθική του θεωρία, τόνισε ότι ο σεβασμός δεν είναι μόνο προς κάποιον άλλον άνθρωπο, αλλά και προς τον ίδιο μας τον εαυτό. Έτσι και ο θεραπευτής μα και ο πελάτης οφείλουν να σέβονται τον εαυτό τους πρώτα και έπειτα ο ένας τον άλλον. Μάλιστα, αν ο θεραπευτής διαπιστώσει ότι ο πελάτης του δεν σέβεται τον εαυτό του, οφείλει να τον βοηθήσει πάνω στην απόκτηση αυτού.

Αξίζει να σημειώσουμε ότι η αρχή του σεβασμού, αποτελούσε θεμέλιο λίθο και στην ιπποκράτεια ηθική. Κύρια φροντίδα του ιπποκρατικού γιατρού και μαζί το ιδεώδες του ήταν: Να είναι ωφέλιμος στον άρρωστο του, ή τουλάχιστον να μην του κάνει κακό (Λυπουρλής, 2001, 2). Αν κανείς σέβεται τον άνθρωπο που έχει απέναντι του, είναι λογικό επόμενο να αποφύγει να του κάνει κακό. Βέβαια αυτό δε σημαίνει ο θεραπευτής να μην δυσαρεστήσει τον πελάτη του, το οποίο σχεδόν πάντα παρατηρείται, αλλά να μην του προξενήσει μακροπρόθεσμα κακό. Ο παραλληλισμός αυτός της ιατρικής με τις αρχές της ψυχοθεραπείας, μας θυμίζει την πεποίθηση του Jung, που αναφέραμε νωρίτερα, ότι η ψυχοθεραπεία, ξεκίνησε ως τομέας της ιατρικής. Επιπλέον, στον όρκο του Ιπποκράτη, εξαιρείται η σπουδαιότητα που ενυπάρχει στο να είναι ο γιατρός άνθρωπος σώφρων, να τον διακρίνει η συμπεριφορά του καθωσπρέπει ανθρώπου, να μην αδικεί και συνεπώς να μην ασελήσει πάνω σε σώματα γυναικεία ή ανδρικά ελεύθερων ή σκλάβων. Να τον διέπει η αυτοκυριαρχία στην ψυχή και το σώμα (Λυπουρλής, 2001, 3). Όλα λοιπόν τα

στοιχεία αυτά εμπεριέχονται μέσα στις βασικές αρχές που οφείλει να πληροί κι ένας «σωστός» θεραπευτής.

Εξετάζοντας λοιπόν, υπό φιλοσοφικό πρίσμα την αρχή του σεβασμού, καταλήγουμε στο εξής συμπέρασμα. Αν ένας θεραπευτής μπορέσει να κατανοήσει και να εφαρμόσει με τις πράξεις του τις παραπάνω ερμηνείες του σεβασμού, τότε θα έχει και την ικανότητα να εφαρμόσει τις επιμέρους πλευρές αυτού, καθώς και επιμέρους αξίες. Έτσι θα μπορεί να ικανοποιήσει όλα τα ηθικά κριτήρια που αναφέρθηκαν νωρίτερα.

Η αρχή της επάρκειας, μας παραπέμπει στη σκέψη του Αριστοτέλη και στον διαχωρισμό που κάνει εκείνος μεταξύ θεωρίας και πράξης. Για τον φιλόσοφο η γνώση δεν ταυτίζεται με την πράξη. Συνεπώς για εκείνον η ηθική είναι έξη πρακτική και δεν κατακτιέται μέσω διδασκαλίας (Λυπουρλής, 2006, 1). Κατά παρόμοιο τρόπο ο θεραπευτής μπορεί να έχει τις γνώσεις, αλλά όχι την πρακτική εξάσκηση πάνω σε αυτές τις γνώσεις, που συνήθως συνδέεται με ηθικά διλλήματα. Έτσι προκύπτει η ανεπάρκεια λόγω τεχνικών ή κλινικών δεξιοτήτων. Οπότε για να αποφευχθεί αυτή χρειάζεται οι επαγγελματίες ψυχολόγοι να βρίσκονται διαρκώς σε πρακτική εφαρμογή των όσων γνωρίζουν. Η ανάγκη δηλαδή σε εκείνους για συνεχή μετεκπαίδευση, αναφέρεται και στο επίπεδο των γνώσεων, αλλά και στο επίπεδο της εφαρμογής.

Όσον αφορά το πρώτο, ο Καρτέσιος έλεγε ότι η ατέλεια της διάνοιας μας, είναι υπαίτια για το γεγονός ότι είμαστε συγχυσμένοι και μένουμε αναποφάσιστοι μπροστά στις επιλογές και τις πράξεις μας. Από αυτό συμπέρανε εκείνος ότι η ελευθερία μας είναι περιορισμένη. Έτσι εύλογα προκύπτει το πρακτικό συμπέρασμα, όπως μας λέει ο Παπανούτσος (1995, 116), ότι «όσο τελειοποιούμε τη διάνοια μας και την ασκούμε να σχηματίζει ιδέες σαφείς και ευδιάκριτες, τόσο ασφαλέστερα κατευθύνουμε τη βούληση μας προς την επιδίωξη του αγαθού, την αποφυγή του κακού κι επομένως τόσο πιο ελεύθεροι γινόμαστε». Η επάρκεια δηλαδή δεν στρέφεται μόνο γύρω από τη συνεχή απόκτηση γνώσεων του θεραπευτή, αλλά και γύρω από το αποτέλεσμα που θα έχει αυτή η αέναη απόκτηση γνώσης, το αίσθημα της ελευθερίας. Μπορεί κανείς να νιώσει το αίσθημα αυτό και στη συγκεκριμένη περίπτωση ο θεραπευτής, όταν γνωρίζει το όριο των γνώσεων του. Η επίγνωση αυτή του χαρίζει ασφάλεια, περισσότερη εμπιστοσύνη σε αυτό που είναι και έτσι κι ελευθερία, αφού δεν δεσμεύεται στο να τα γνωρίζει όλα.

Η αρχή της υπευθυνότητας, μας παραπέμπει στην φιλοσοφία του υπαρξισμού. Έχει γίνει ήδη φανερό το πόσο σημαντική θέση καταλαμβάνει η ευθύνη στο σύστημα τους. Την συνέδεαν με την ελευθερία, καθώς η άσκηση αυτής ακολουθείται πάντα από ευθύνη. Αμέσως πριν είδαμε ότι κι ένας θεραπευτής οφείλει να είναι ελεύθερος κι επομένως, με βάση τους υπαρξιστές, μας είναι πολύ οικείο ότι έπεται η αρχή της υπευθυνότητας. Ο

άνθρωπος λοιπόν είναι υπεύθυνος για τις πράξεις του κι ευρύτερα για τον τρόπο ζωής του. Εξαρτάται από εκείνον αν θα βρίσκεται σε επαφή με τον εσώτερο εαυτό του, ώστε να ξεδιπλώσει όσο το δυνατόν περισσότερο γίνεται το δυναμικό του. Κατά ανάλογο τρόπο, εξαρτάται από τον ίδιο τον θεραπευτή, το αν θα σέβεται τους πελάτες του, την κοινότητα στην οποία ζει, το αν θα προσπαθεί για την επάρκεια του σε όλα τα προαναφερθέντα επίπεδα και γενικότερα το κατά πόσο θα γίνει «σωστός» θεραπευτής, ανακαλύπτοντας επιπρόσθετα τις δικές του προσωπικές πτυχές, το δικό του δηλαδή δυναμικό. Ανάλογα όμως με τις επιλογές του, οφείλει να είναι έτοιμος και για το τίμημα που αυτές φέρουν.

Τα επιμέρους χαρακτηριστικά που συναπαρτίζουν την αρχή της ακεραιότητας, είναι ικανός να τα εφαρμόσει ο θεραπευτής, που έχει κάνει κτήμα του τις παραπάνω τρεις ηθικές αρχές. Ο θεραπευτής που σέβεται τον εαυτό του και τους πελάτες του, με βάση την ερμηνεία που δώσαμε παραπάνω για την ουσία του σεβασμού, έχει παράλληλα ανεπτυγμένο και το αίσθημα της ευθύνης. Ευθύνη για την δράση του και ως άνθρωπος, μέρος της κοινωνίας και ως θεραπευτής. Επομένως θα φροντίσει να είναι επαρκής, ειλικρινής, δίκαιος, να λαμβάνει με ορθό τρόπο αποφάσεις κι έτσι με λίγα λόγια να είναι ακεραίος. Αυτό που θέλουμε να δείξουμε εδώ είναι ότι, οι ηθικές αρχές του κώδικα δεοντολογίας, μεταξύ τους αλληλοσυνδέονται και αλληλοεπηρεάζονται. Κεντρικός τους πυρήνας είναι ο σεβασμός και οι υπόλοιπες αρχές είναι ουσιαστικά διαφορετικές όψεις, εκφράσεις και προεκτάσεις του. Για αυτό άλλωστε ασχοληθήκαμε και τόσο διεξοδικά με εκείνον. Έτσι είναι κάτι παραπάνω από δύσκολο, να έχει κατανοήσει ένας θεραπευτής τι σημαίνει σεβασμός, αλλά να μιλάει στον πελάτη του με υπαινιγμούς και να τον υποβιβάζει. Αν συμβαίνει κάτι τέτοιο, αυτό υποδηλώνει ότι στην πραγματικότητα, ούτε την αξία του σεβασμού έχει κατανοήσει απόλυτα, στην ολότητα της. Κατά συνέπεια δεν είναι εύκολη υπόθεση η κατάκτηση των ηθικών αρχών, με πρωτοστάτη τους τον σεβασμό, όσο κι αν αυτός θεωρείται συχνά αυτονόητος.

Θα μπορούσαμε να πούμε ότι η σκέψη μας για την απόκτηση και άσκηση των ηθικών αρχών, βρίσκεται πολύ κοντά στη σκέψη του Σωκράτη. Όταν ο Σωκράτης έλεγε ότι η γνώση είναι αρετή, δεν εννοούσε, όπως νόμιζαν τότε, ότι είναι αρκετό για να είναι κανείς ενάρετος, να γνωρίζει μόνο τι είναι αυτό που προσδίδει αρετή. Για εκείνον, όπως μας πληροφορεί ο Παπανούτσος (1995), δεν διαχωριζόταν ο λόγος σε θεωρητικό και πρακτικό, αλλά αντίθετα ήταν μια ενιαία ενέργεια. Οπότε λέγοντας εκείνος γνώση, εννοούσε την θεωρητική μάθηση, αλλά και τη μάθηση μέσω πράξης. Για εκείνον λοιπόν η αρετή ήταν άθροισμα θεωρίας και πράξης. Για αυτό, στο δικό του το σύστημα ήταν αδιανόητο να γνωρίζει κανείς το ηθικό, αλλά να μην μπορεί να το εφαρμόσει.

Έχει ενδιαφέρον το να παραλληλίσουμε τον σωκρατικό συλλογισμό με ένα φαινόμενο διαπιστωμένο από τη σύγχρονη ψυχολογία, όπως μας αναφέρει ο Παπανούτσος (1995). Πρόκειται για το φαινόμενο, όπου μερικοί πιστεύουν ότι, έχουν ιδέες και σκέψεις που αδυνατούν όμως να τις εκφράσουν, ισχυριζόμενοι ότι προσπαθούν να βρουν τη γλωσσική μορφή που θα τους εκφράσει. Η ψυχολογική λοιπόν ανάλυση έδειξε με τρόπο αδιαμφισβήτητο ότι μέσα στη συνείδηση δε γεννιέται πρώτα η σκέψη κι ύστερα ο εκφραστικός τρόπος της, αλλά ότι η σκέψη αναδύεται μαζί και μέσα στη μορφή που την εκφράζει. Άρα σύμφωνα με την ψυχολογία, όσοι ισχυρίζονται το παραπάνω γελιούνται. Αυτό που συμβαίνει είναι ότι, οι σκέψεις τους δεν έχουν πάρει τον οριστικό τους σχηματισμό, δεν έχουν αποσαφηνιστεί και για αυτό δεν μπορούν να ειπωθούν. Ανάλογα λοιπόν κι ο Σωκράτης δεν πίστευε ότι μπορεί κανείς να γνωρίζει την ουσία της ηθικής, αλλά να αδυνατεί να την δείξει έμπρακτα. Μάλλον η γνώση που θεωρεί ότι έχει, δεν έχει γίνει κτήμα του, ώστε να στραφεί στην εφαρμογή της. Έτσι νομίζει ότι γνωρίζει, ενώ στην πραγματικότητα βρίσκεται στην άγνοια. Η ανάλυση της παρούσας σκέψης του Σωκράτη, μας δείχνει ότι τελικά δεν απέχει τόσο πολύ από εκείνον το σύστημα του Αριστοτέλη σχετικά με την αρετή, την οποία βλέπει ως έξη πρακτική. Η σημασία δηλαδή που έχει η άσκηση της αρετής, τονίζεται κι από τους δύο.

Κατά ανάλογο τρόπο εμείς εδώ, υποστηρίζουμε ότι δεν είναι δυνατό για τον θεραπευτή να γνωρίζει και να πράττει, σύμφωνα μόνο με μια αρχή του κώδικα, ενώ με κάποια άλλη όχι. Αφού δείξαμε πόσο στενά συνδέονται μεταξύ τους, η γνώση και άσκηση της μιας, θα συνεπάγεται τη γνώση κι εφαρμογή όλων, αλλιώς ο ίδιος νομίζει ότι γνωρίζει, ενώ πραγματικά δεν κατέχει καμία από τις παραπάνω αρχές. Αυτό δε σημαίνει απαραίτητα ότι είναι αδιάφορος προς αυτές. Αντίθετα, μπορεί να βρίσκεται σε έναν αδιάκοπο, κουραστικό αγώνα για την κατανόηση και απόκτηση εκείνων.

Ένας επιπλέον λόγος που οι θεραπευτές οφείλουν να κατέχουν τις αρχές αυτές είναι ότι, πολλές φορές η ψυχοπαθολογία των πελατών τους οφείλεται στην έλλειψη ή κακή χρήση των αρχών αυτών. Παρατηρούμε δηλαδή ότι οι αρχές αυτές δεν είναι αποκλειστικό προνόμιο των θεραπευτών, απλά εκείνοι, όπως και όσοι άλλοι ασχολούνται συστηματικά με την κατανόηση και ανάπτυξη της ανθρώπινης φύσης, περιμένουμε να είναι κάτοχοι αυτών. Επομένως πώς θα μπορούσε ο θεραπευτής να τους βοηθήσει στην κατάκτηση τους, αν ο ίδιος πρώτα δεν τις ακολουθούσε στη ζωή του. Παρόμοια και ο Ιπποκράτης πίστευε ότι, γιατροί που δεν βρίσκονται σε καλή σωματική κατάσταση, δεν θα μπορούσαν ποτέ να φροντίσουν σωστά τους άλλους (Λυπουρλής, 2001, 3). Ο συλλογισμός αυτός δείχνει και το που βασίζεται η εμπιστοσύνη των πελατών και των αρρώστων για την θεραπεία τους. Το ήθος λοιπόν ενός θεραπευτή είναι υπεύθυνο και για

περαιτέρω ικανότητες που είναι απαραίτητες σε έναν θεραπευτή, όπως το να εμπνέει εμπιστοσύνη.

Μια απόδειξη πάντως του γεγονότος ότι, ο θεραπευτής πολλές φορές μπορεί να χωλαίνει στην άσκηση και τήρηση των ηθικών αξιών, είναι η υπενθύμιση που του γίνεται με λεκτικό ή μη λεκτικό τρόπο από τους πελάτες του. Η παρατήρηση αυτή μπορεί να κατανοηθεί καλύτερα, έχοντας υπόψη μας, όπως προαναφέραμε, ότι ο θεραπευτής έχει να μάθει πολλά από τους πελάτες του. Ο Κεϊσμεντ στο βιβλίο του (1989), μας τονίζει ιδιαίτερα το κομμάτι αυτό της ψυχοθεραπείας. Ο ίδιος παρ' όλο που είναι ψυχαναλυτής, εφιστά την προσοχή γενικά των θεραπευτών για τα οφέλη που μπορούν να αποκομίσουν μέσα από την σχέση με τον πελάτη τους. Τονίζει την σημασία που έχει για τους θεραπευτές το δίπολο «ξέρω..δεν ξέρω». Θα υπάρξουν δηλαδή πελάτες που θα επιβεβαιώσουν τις γνώσεις και ικανότητες του θεραπευτή. Θα υπάρξουν όμως κι άλλοι που για να τους βοηθήσει θα χρειαστεί να έρθει αντιμέτωπος με το «δεν ξέρω». Αν την πρόταση αυτή την αντιμετωπίσει ως ικανότητα να αντέχει αισθήματα άγνοιας κι όχι ως αποτυχία, θα ανοίξει δρόμο για την απόκτηση νέας γνώσης, αντί να επιμένει να προσαρμόσει αυτό που πραγματικά βλέπει, στην υπάρχουσα θεωρία του. Έτσι οι θεραπευτές, επειδή δεν μπορούν να έχουν πάντα δίκιο, χρειάζονται την βοήθεια των υποδείξεων του πελάτη για να προχωρήσουν παραπέρα στη σωστή κατεύθυνση. Να βοηθηθούν δηλαδή οι θεραπευτές από τους πελάτες τους, για να τους βοηθήσουν έπειτα. Είναι σημαντικό να θυμόμαστε ότι κατά την ψυχοθεραπεία, ο καθένας προσπαθεί να γνωρίσει τον άλλο. Όσο λοιπόν εξετάζει ο θεραπευτής τον πελάτη, άλλο τόσο περιεργάζεται κι ο πελάτης τον θεραπευτή κι έτσι μπορεί μέχρι και τα λάθη του να εντοπίσει και να προσπαθήσει να τον διορθώσει. Τα λάθη αυτά μπορεί να δείξουν κατά πόσο έχει κάνει κτήμα του ο θεραπευτής τις ηθικές αρχές. Για αυτό χρειάζεται οι θεραπευτές να είναι δεκτικοί στην κριτική, ώστε να μπορέσει να συνεχιστεί η θεραπευτική διαδικασία και παράλληλα να ωριμάσουν οι ίδιοι οι θεραπευτές. Είναι αναπόφευκτο λοιπόν για κάθε ψυχοθεραπευτή να μην κάνει λάθη, οπότε είναι σημαντικό να γνωρίζει πότε συμβαίνει κάτι τέτοιο, μέσω της αυτοπαρατήρησης του, αλλά ακόμα και μέσω της βοήθειας των πελατών του (Κεϊσμεντ, 1989).

Συμπερασματικά, η στάση του Κεϊσμεντ, που θα πρέπει να έχει ένας θεραπευτής, μας θυμίζει πάλι τον Σωκράτη και συγκεκριμένα το απόφθεγμα «οίδα ότι ουδέν οίδα» (γνωρίζω ότι δεν γνωρίζω τίποτα). Αν δηλαδή οι θεραπευτές, έχουν ενεργή κριτική σκέψη κι όταν βρεθούν μπροστά σε κάτι καινούριο για αυτούς, δεν διστάσουν και δεν φοβηθούν να παραδεχθούν στον εαυτό τους ότι αυτό δεν το γνωρίζουν, χωρίς να νιώθουν μειονεκτικά, έχουν πολύ περισσότερες πιθανότητες να μάθουν και να αντλήσουν πληροφορίες από αυτό. Οι πληροφορίες αυτές σε συνδυασμό με την ήδη υπάρχουσα

γνώση, μπορεί να συμβάλλει στην δημιουργία νέας γνώσης. Με τον τρόπο αυτόν οι θεραπευτές θα έχουν κατορθώσει ένα βήμα παραπάνω και στην προσωπική τους ανάπτυξη και ως θεραπευτές.

Κλείνοντας το κεφάλαιο αυτό, γίνεται αντιληπτό το πόσο πολύ είναι εμπλεκόμενη η φιλοσοφία κι ο φιλοσοφικός τρόπος σκέψης στην συμπεριφορά που οφείλει να ακολουθεί ένας «σωστός» θεραπευτής. Τα ηθικά διλήματα στην άσκηση του επαγγέλματος των ψυχοθεραπευτών είναι πολυάριθμα και πολυμορφικά. Έτσι όταν κανείς συγχύζεται για το τι πρέπει να κάνει, πραγματοποιεί μέσα του έναν εσωτερικό διάλογο, όπως έκαναν οι φιλόσοφοι, για να φτάσει τελικά σε μια διέξοδο των ηθικών προβλημάτων. Ακόμη φάνηκε το πόσο περίοπτη θέση καταλαμβάνει η ηθική στον χώρο της ψυχοθεραπείας. Δεν είναι δυνατό να την απομονώσουμε από τις ψυχολογικές γνώσεις του θεραπευτή, καθώς υποβόσκει σε αυτές. Μάλιστα ο Watson (1958), επισήμανε ότι το πρόβλημα πολλών θεραπευτών είναι ότι κάνουν θεραπεία με τεχνικό τρόπο κι έτσι απέχουν από τα ηθικά ζητήματα. Σύμφωνα με τον Glad (1959), οι αξίες είναι έμφυτες στις θεωρίες. Συνεπώς, ανάλογα με την προσέγγιση του κάθε θεραπευτή και τις θεωρίες που συγκροτούν αυτήν, αποκαλύπτονται και οι αξίες του ίδιου του θεραπευτή. Δεν είναι δυνατό επομένως να είναι κανείς θεραπευτής, ακολουθώντας στεγανές οδηγίες κι ο ίδιος να είναι αμέτοχος.

Επιπρόσθετα, κάθε τρόπος σκέψης βασίζεται σε ένα φιλοσοφικό σύστημα ηθικής. Ιδίως, οι Fine & Ulrich (1988), έδειξαν ότι η συμπερίληψη φιλοσοφίας σε ένα μεταπτυχιακό επίπεδο σπουδών των μελλοντικών θεραπευτών, ήταν ευεργετικό γιατί η φιλοσοφία μπορεί να βοηθήσει στην επίλυση ηθικών και με μια δεύτερη ματιά, φιλοσοφικών προβλημάτων, όπου οι κώδικες δεοντολογίας φαίνονται ανεπαρκείς. Καταδεικνύεται με τον τρόπο αυτόν πάλι, ο περιορισμός της χρήσης του κώδικα, ενώ προωθείται η μελέτη της φιλοσοφίας, καθώς μέσω αυτής καλλιεργείται η κριτική σκέψη και αναπτύσσεται ο νους, που όπως έχουμε εξετάσει, αποτελεί τον ισχυρότερο συντελεστή στη διαμόρφωση ενός «σωστού» θεραπευτή.

Τέλος, δεδομένου ότι ο σεβασμός είναι η απαρχή των προαναφερθέντων ηθικών αξιών, οι οποίες κατ' ουσία είναι προεκτάσεις του, αφού αποτελούν διαφορετικές μορφές και εκδηλώσεις του, προκύπτει ότι όλες τους έχουν οικουμενική ισχύ. Καθώς δηλαδή φάνηκε ότι η αξία του σεβασμού πρέπει να υποστηρίζεται εμπράκτως από όλους τους θεραπευτές, ανεξάρτητα από την προσέγγιση τους, έτσι και οι υπόλοιπες, που τον εμπεριέχουν, θα πρέπει κι αυτές να μην υπόκεινται σε θέμα επιλογής, μα να εφαρμόζονται με τρόπο καθολικό. Αν κάτι τέτοιο ισχύει, τότε μπορούμε να αποφανθούμε ότι η ηθική ενός θεραπευτή, με βάση τον κώδικα δεοντολογίας, έχει καθολικό κύρος και

ως εκ τούτου δεν εξαρτάται από παράγοντες, όπως το φύλο, την ηλικία, την εθνικότητα, την εποχή την οποία διανύει. Παρατηρήσαμε βέβαια ότι ο κώδικας αναθεωρείται συχνά, αλλά οι τέσσερις βασικές αρχές του παραμένουν αναλλοίωτες από την στιγμή της γέννησης τους. Οπότε η αναθεώρηση αναφέρεται σε επιμέρους λεπτομέρειες και ενέργειες που σχετίζονται κυρίως με την νομοθεσία και δεν επηρεάζουν την ισχύ και την ουσία των τεσσάρων αυτών βασικών αρχών. Ακόμη, επειδή είπαμε ότι τις ηθικές αυτές αρχές δεν τις μονοπωλούν οι θεραπευτές, αλλά όλοι οι άνθρωποι, μήπως τελικά μπορεί να υπάρξει ένα καθολικό σύστημα ηθικής;

ΣΥΜΠΕΡΑΣΜΑΤΑ

Στην παρούσα εργασία, αρχικά, δείξαμε την πορεία της ψυχολογικής γνώσης και την διαμόρφωση του κλάδου της ψυχολογίας, στο πέρασμα των χρόνων, εστιάζοντας στις πιο κομβικές περιόδους της πορείας αυτής. Μέσω της αναδρομής του παρελθόντος της, είδαμε ότι η ψυχολογία ήταν συνυφασμένη με τον φιλοσοφικό στοχασμό. Τότε το ενδιαφέρον στρεφόταν γύρω από την μελέτη της ψυχής, ώσπου σταδιακά έφτασε τον 19^ο, την εποχή που η ψυχολογία μετατράπηκε σε ανεξάρτητη επιστήμη, να στρέφεται γύρω από την μελέτη της συμπεριφοράς, της σκέψης και των συναισθημάτων του ανθρώπου.

Αυτή η μεταστροφή, ήδη από τον Αριστοτέλη, που ενδιαφέρθηκε και για την φυσιολογία του ανθρώπου και ιδιαίτερα από τον Καρτέσιο κι έπειτα, κατέδειξε τον διαχωρισμό της ψυχολογίας σε δύο πεδία. Ένα μεταφυσικό, που συνδεόταν με την φιλοσοφία κι ένα αισθητό, που συνδεόταν με την σύγχρονη επιστήμη. Η μελέτη του πρώτου πεδίου, μέσω του θετικισμού κι αργότερα του λογικού θετικισμού απορρίφθηκε. Έτσι απαλείφτηκε και η έννοια της ψυχής, της άυλης υπόστασης του ανθρώπου, η οποία λόγω της άγνωστης, αναπόδεικτης, μη μετρήσιμης φύσης της, θεωρούνταν ότι υπονόμει τον επιστημονικό χαρακτήρα της ψυχολογίας. Αντίθετα η μελέτη του δεύτερου πεδίου, της αισθητής ύλης, διογκώθηκε σε βαθμό που σχεδόν ξεχάστηκε η ύπαρξη της πνευματικής διάστασης του ανθρώπου. Ενώ λοιπόν οι τότε ψυχολόγοι από τον 17^ο αιώνα και μετά μελετούσαν μονόπλευρα τον άνθρωπο, την λειτουργία δηλαδή των αισθήσεων του, μέσω πειραμάτων, ισχυρίζονταν ότι επιχειρούσαν να βρουν λύση στο πρόβλημα της σχέσης μεταξύ ψυχής και σώματος.

Επίσης, μέσω της εξέτασης του κοινωνικο-πολιτικού ιστορικού πλαισίου της κάθε εποχής, προσπαθήσαμε να δείξουμε, την φανερή επιρροή εκείνου, στο χώρο των επιστημών κι έτσι και στην ψυχολογία. Συνεπώς, καταλαβαίνουμε ότι, οι εξελίξεις που συντελέστηκαν δεν ακολούθησαν τυχαίο τρόπο.

Ακόμη, αφού δείξαμε ότι η διαμόρφωση του κλάδου της ψυχολογίας πραγματοποιήθηκε σε ένα προεπιστημονικό και συνδεδεμένο με την φιλοσοφία στάδιο, καθώς και σε ένα ύστερο επιστημονικό, θετικιστικό, προσπαθήσαμε να δείξουμε τον αντίλογο των δύο αυτών τάσεων. Στην πειραματικά μόνο προσανατολισμένη ψυχολογία, αντιτάχθηκαν οι Sterrett και Munsterburg που κείτονταν υπέρ της επανασύνδεσης της φιλοσοφίας με την ψυχολογία για ποικίλους λόγους, με κυριότερο όμως, την μεθοδολογία της σκέψης της.

Στη συνέχεια, μέσω της εξέτασης των βασικότερων ψυχολογικών θεωριών, που συγκροτούν τις βασικές σχολές ψυχοθεραπείας, παρατηρήσαμε ότι ουσιαστικά η φιλοσοφία, ουδέποτε αποκόπηκε από την ψυχολογική γνώση. Αποπειραθήκαμε να δείξουμε ότι, κάθε θεμελιώδης

θεωρία έχει τη βάση της σε μια φιλοσοφική σκέψη και σε ένα φιλοσοφικό σύστημα. Επομένως για μας, ο διάλογος για το αν η ψυχολογία πρέπει να συνδέεται με την φιλοσοφία ή με τον επιστημονικό κόσμο, δεν έχει και τόση σημασία, αφού έρχεται η ίδια η πραγματικότητα να επιβεβαιώσει την άρρηκτη σχέση μεταξύ ψυχολογίας και φιλοσοφίας. Η επιβεβαίωση αυτή έρχεται, με μια προσεκτικότερη και βαθύτερη ανάλυση των σύγχρονων, βασικών, ψυχολογικών θεωριών, που αποκαλύπτει ότι, η βάση των θεωριών αυτών βρίσκεται στη σκέψη και το σύστημα κάποιου φιλοσόφου, αρχαίου ή μεταγενέστερου. Ακόμα και η σκέψη των μεταγενέστερων φιλοσόφων, διαπιστώσαμε ότι μπορεί να αναχθεί στην αρχαία ελληνική και να συνδεθεί, με αρμονικό τρόπο, μαζί της.

Έτσι δείξαμε ότι, η ψυχοδυναμική προσέγγιση, που βασίζεται στην πεποίθηση ότι ο άνθρωπος δρα σε δύο επίπεδα, συνειδητό και ασυνειδητό, μας παραπέμπει στο φιλοσοφικό σύστημα του Πλάτωνα για τον αισθητό και υπεραισθητό κόσμο. Ακόμη ότι, η πλατωνική θεωρία για τον έρωτα, υποβόσκει στη θεωρία των ενορμήσεων της ζωής και του θανάτου. Επιπλέον, αναδείξαμε το φιλοσοφικό στωικό σύστημα, ως την κυριότερη επιρροή στη διαμόρφωση της γνωστικής συμπεριφοριστικής προσέγγισης. Επειδή οι στωικοί φιλόσοφοι είχαν ως αφετηρία τους τη σωκρατική σκέψη, γίνεται εξίσου φανερό η επίδραση αυτής στην συγκεκριμένη προσέγγιση, μέσω της έμφασης που δίνεται στον λόγο στον οποίο εδράζεται η σκέψη. Με τον ίδιο τρόπο, μελετήσαμε την οικογενειακή, συστημική μέθοδο, που θεμελιώνεται σε μια ολιστική προσέγγιση για τον άνθρωπο, η οποία έχει τις ρίζες τις στον Ηράκλειτο, τον Πλάτωνα, τον Αριστοτέλη, τον Σπινόζα, καθώς και στην μετέπειτα υπαρξιστική φιλοσοφία. Τέλος, διερευνήσαμε την ανθρωπιστική προσέγγιση, που βασίζεται εξίσου στην ολιστική αντιμετώπιση του ανθρώπου, άρα στηρίζεται κι αυτή στις φιλοσοφίες των προαναφερθέντων. Επιπρόσθετα όμως, έχει ως πηγή της, την φιλοσοφία του Ρομαντισμού, που τόνιζε τις ανορθόλογες ή άλογες πλευρές του ανθρώπου κι έτσι την μοναδικότητα του καθενός. Το ρεύμα αυτό, οδήγησε σταδιακά στην ανάδειξη της φαινομενολογίας, ως μεθοδολογικό εργαλείο για την μελέτη του ανθρώπου, το οποίο χρησιμοποίησαν και οι υπαρξιστές. Η σκέψη των υπαρξιστών για τη σημασία της αυτογνωσίας και της μέριμνας για τον εαυτό, μας παραπέμπει πίσω στους ανθρωπιστές κι εκείνοι πάλι ακόμα πιο πίσω, στη σκέψη του Σωκράτη.

Διαπιστώνουμε με τον τρόπο αυτόν, ότι αφού τα φιλοσοφικά ρεύματα βρίσκονται μεταξύ τους σε αλληλεπίδραση, το ίδιο ουσιαστικά συμβαίνει και με τις πολλαπλές και επιφανειακά διαφορετικές ψυχοθεραπευτικές προσεγγίσεις. Παρ' όλο δηλαδή που έχουν αναπτύξει διαφορετικές θεωρίες για τον άνθρωπο και την ψυχοπαθολογία, η βάση τους, δηλαδή το φιλοσοφικό τους υπόβαθρο κάπου συγκλίνει. Επομένως, ίσως να μη διαφέρουν τόσο πολύ, όσο θέλουν να δείχνουν κι έτσι ο συνεχώς αυξανόμενος αριθμός των διαφορετικών

ψυχοθεραπευτικών σχολών ενδεχομένως να μην σηματοδοτεί εξέλιξη, αλλά επιβεβαίωση των βαθύτερων ομοιοτήτων τους.

Στη συνέχεια προσπαθήσαμε να δείξουμε ότι, η πληρέστερη κατανόηση των βασικών ψυχολογικών θεωριών, με τη μελέτη του φιλοσοφικού τους υποβάθρου, θα διευκόλυνε στην κατανόηση του έργου της ψυχοθεραπείας σε πρακτικό πλέον επίπεδο. Δείχνοντας λοιπόν ότι, οι σύγχρονες θεωρίες, αν και στηρίζονται σε ένα μηχανιστικό τρόπο σκέψης για τον άνθρωπο, η βάση τους κάθε άλλο παρά μηχανιστική είναι, καθώς βρίσκεται στη φιλοσοφία, συνεπάγεται από εδώ το συμπέρασμα ότι και η ψυχοθεραπεία στην ουσία της δεν είναι απλά ένα σύνολο τεχνικών. Απεναντίας, προϋποθέτει την έλλογη σκέψη, η οποία χρειάζεται να φτάσει στη νόηση, μέσω καλλιέργειας κριτικής σκέψης, ώστε να έχει πράγματι αποτέλεσμα μια θεραπεία. Έτσι προκύπτει το πόρισμα ότι, καλός, σωστός ψυχοθεραπευτής δεν μπορεί να γίνει ο οποιοσδήποτε έχει λάβει απλώς την αρμόδια εκπαίδευση. Ο άνθρωπος αυτός κατά τη γνώμη μας, θα πρέπει πρώτα από όλα να έχει έλλογη σκέψη, να την καλλιεργεί συνεχώς, εξετάζοντας τα ερεθίσματα που δέχεται, κριτικά, ώστε να μπορέσει να δράσει σύμφωνα με τον νου του. Η ενεργοποίηση του νου δεν ανταποκρίνεται στη στυγνή και στείρα λογική, μα στην ολότητα του ανθρώπου. Έτσι, συμμετέχει στη θεραπεία και το συναίσθημα του θεραπευτή, η διαίσθηση του, μέσω όμως πάντα της κριτικής του σκέψης. Για αυτό διερευνήσαμε και την σημασία της συνομιλίας κατά την διάρκεια της ψυχοθεραπείας. Ακόμη για τους λόγους αυτούς, διδάσκουν όλες οι σχολές ψυχοθεραπείας ότι δεν υπάρχουν συνταγές κι έτοιμες απαντήσεις.

Σχετικά λοιπόν με την μη τυποποίηση της ψυχοθεραπείας, ο Heidegger, με τον οποίο συμφωνούμε, μας λέει ότι, αν ο θεραπευτής κάνει την θεωρία μια αυτόματη μηχανή, τότε έχει μετατρέψει την ψυχοθεραπεία σε μια τεχνική. Μια τεχνική ελέγχου, η οποία δείχνει πόσο πολύ αποκλίνει ο θεραπευόμενος απέναντι μας, από την κανονική συμπεριφορά (Heidegger, 2001). Με τον τρόπο αυτόν, ο θεραπευτής αδυνατεί να μάθει την αλήθεια που του κομίζει κάθε θεραπευόμενος και βλέπει αυτό που θέλει να δει. Καθώς λοιπόν η βάση της ψυχοθεραπείας βρίσκεται στην φιλοσοφία και η φιλοσοφία είναι μια προσπάθεια κατανόησης του κόσμου και του ανθρώπου, μέλημα της ψυχοθεραπείας δεν θα μπορούσε να είναι ο έλεγχος, μα η κατανόηση της ανθρώπινης φύσης και μετέπειτα η επιρροή στην ανάπτυξη της.

Η κατανόηση αυτή μπορεί να επέλθει μέσω του συνδυασμού των γνώσεων του θεραπευτή. Διερευνώντας δηλαδή τη φύση της ψυχοθεραπείας, αναδύεται και το προφίλ του θεραπευτή, ο οποίος συμπεράναμε ότι οφείλει να είναι γνώστης πολλών πραγμάτων. Το κίνητρο του για την γνώση της ανθρώπινης φύσης, να τον μετατρέψει σε άνθρωπο πολυμαθή.

Επιπλέον, με βάση την μελέτη των κωδίκων δεοντολογίας, καταλήγουμε στο πόρισμα ότι, αυτό που εννοούν εκείνοι για το ήθος του θεραπευτή, βρίσκεται ίσως σε αυτό που ο Αριστοτέλης στα Ηθικά Νικομάχεια περιγράφει, ως φρόνιμος άνθρωπος (Λυπουρλής, 2006, 2, 1140a-1140b). Ο φρόνιμος λοιπόν άνθρωπος, μας λέει ο Αριστοτέλης, είναι εκείνος που σκέφτεται σωστά. Η σκέψη του αυτή, στρέφεται γύρω από το ποια πράγματα είναι καλά κι ωφέλιμα για μια καλή κι ευτυχισμένη ζωή γενικά. Γιατί ένας τέτοιος άνθρωπος, θα μπορούσε με τη δράση του να αποτελέσει ένα υγιές πρότυπο. Ο φρόνιμος άνθρωπος ενεργεί σύμφωνα με τη φρόνηση, την έλλογη έξη, πρακτική των καλών και κακών για τον άνθρωπο πραγμάτων. Ο φρόνιμος δηλαδή άνθρωπος είναι σώφρων κι ως τέτοιος, σώζει ουσιαστικά την κρίση, την εξυψώνει, για πρακτικά θέματα που σχετίζονται με την ηθική. Η φρόνηση βέβαια, μας τονίζει, ούτε κατακτιέται, ούτε αποκτιέται. Όμως, μέσω της κριτικής σκέψης και της συμβατής με αυτήν δράσης, αποκτά κανείς σύνεση, η οποία συμβάλει στο να γίνει κανείς φρόνιμος. Ένα τέτοιο λοιπόν πρότυπο θεραπευτή ή τουλάχιστον πλησίον σε αυτό, σαφώς δεν προορίζεται για μίμηση από τον θεραπευόμενο, αλλά λειτουργεί ως μια θετική επιρροή.

Διαπιστώνουμε επομένως, για άλλη μια φορά, την τεράστια συμβολή της φιλοσοφικής σκέψης, όχι μόνο στην ανάπτυξη της ψυχολογικής γνώσης, μα και στην καλλιέργεια και διαμόρφωση της συνολικής προσωπικότητας εκείνου που θέλει να λέγεται «σωστός» ψυχοθεραπευτής, ο οποίος μεριμνά για την προσωπική του ανάπτυξη.

Δεδομένου ότι οι περισσότερες θεωρίες, από εκείνες που εξετάσαμε, άλλες λιγότερο κι άλλες περισσότερο, μας παραπέμπουν στη σωκρατική σκέψη, μας φανερώνουν ότι εν τέλει πιστεύουν στον άνθρωπο και στο ότι η σωτηρία της ψυχής του, θα έρθει από μέσα του. Επομένως καταλήγουμε στο συμπέρασμα, που έχει τονίσει ιδιαίτερα ο Κέϊσμεντ (1989), ότι η ανάπτυξη του θεραπευόμενου δεν εξαρτάται από τον θεραπευτή. Εκείνος μπορεί μονάχα να την επηρεάσει θετικά ή να την εμποδίσει.

Συμπερασματικά λοιπόν θα λέγαμε ότι η ψυχολογική γνώση, όπως μας τονίζει και ο Δαφέρμος (2010), έχει πολύμορφο και πολυσχιδή χαρακτήρα, που όντας τέτοιος δεν μπορεί να αναχθεί και να περιοριστεί στην σύγχρονη ψυχολογία, που εμφανίστηκε μόλις στα τέλη του 19^{ου} αιώνα. Για αυτό είναι ιδιαίτερα σημαντικό για τους νέους και μελλοντικούς ψυχοθεραπευτές, να γνωρίζουν την τόσο μεγάλη συμβολή της φιλοσοφίας στο πεδίο της ψυχολογίας, η οποία είδαμε ότι βοηθά στην καλύτερη κατανόηση του έργου της ψυχοθεραπείας, μα και στην ανάπτυξη του ίδιου του ψυχοθεραπευτή, καθώς καλλιεργεί την κριτική του σκέψη. Απαραίτητη συνιστώσα για την διαδικασία της ψυχοθεραπείας.

Ωστόσο, στην παρούσα μελέτη εμφανίζονται και περιορισμοί. Ξεκινώντας την μελέτη της πορείας της ψυχολογικής γνώσης, εστίασαμε στις περιόδους που αποτέλεσαν σταθμό για την

ανάπτυξη της, αγνοώντας εκείνες που συνέβαλλαν λιγότερο. Έτσι η ιστορική επισκόπηση που επιχειρήσαμε εδώ είναι ελλιπής. Επίσης, εξετάσαμε το κοινωνικοπολιτικό συγκείμενο πάλι συγκεκριμένων περιόδων ανάπτυξης, με αποτέλεσμα την έλλειψη σφαιρικής εικόνας για τις εξελίξεις στο πεδίο της ψυχολογίας. Βέβαια, έλλειψη παρατηρήσαμε και στα στοιχεία της προσωπικότητας των θεωρητικών στους οποίους αναφερθήκαμε. Ακόμη η βιβλιογραφία που χρησιμοποιήσαμε για τον διάλογο που αφορά τη σχέση της ψυχολογίας με τον επιστημονικό ή τον κόσμο της φιλοσοφίας, ήταν ανεπαρκής. Επιπλέον, εμείς δεν εξετάσαμε όλες τις ψυχολογικές θεωρίες, αλλά εκείνες που αποτέλεσαν θεμέλιο για την διαμόρφωση και τον διαχωρισμό διαφορετικών ψυχοθεραπευτικών προσεγγίσεων. Πολύ σημαντική παράλειψη αποτελεί το γεγονός ότι, δεν εξετάσαμε ένα είδος συμβουλευτικής, το οποίο έχει ως αρχή του την φιλοσοφία, την φιλοσοφική συμβουλευτική προσέγγιση.

Κλείνοντας, κρίνουμε απαραίτητο να αναφερθούμε σε θέματα που χρειάζονται περαιτέρω μελέτη. Οι ανεξέταστες περίοδοι στην πορεία της ψυχολογικής γνώσης, περιλαμβάνουν και την συνέχιση αυτής από τον Χριστιανισμό. Έτσι δημιουργείται ενδιαφέρον για περαιτέρω μελέτη πάνω στην σχέση της ψυχολογίας με την θρησκεία καθώς και της θρησκείας με την φιλοσοφία. Επίσης, θα είχε ενδιαφέρον να εξεταστεί, αν η μελέτη λιγότερο σημαντικών ή γνωστών ψυχολογικών θεωριών συνδέεται εξίσου στενά με την φιλοσοφία.

Ο φιλοσοφικός τρόπος σκέψης απέναντι στη ζωή και τον ίδιο μας τον εαυτό, φαίνεται σε κάποιο βαθμό να λειτουργεί και ως μέσο πρόληψης της εμφάνισης ψυχοπαθολογίας. Θεωρούμε ότι περαιτέρω έρευνα για το θέμα αυτό είναι αναγκαία, ώστε μάλιστα να αποφανθεί αν μπορεί η φιλοσοφία να λάβει κεντρικότερη θέση στο σύστημα εκπαίδευσης. Αυτό θα σήμαινε πρωτίστως την ευρύτερη εκπαίδευση σχολικών και εκπαιδευτικών ψυχολόγων σε έναν φιλοσοφικό τρόπο σκέψης και επίλυσης προβλημάτων, ώστε να μπορούν έπειτα σε συνδυασμό με τις υπάρχουσες γνώσεις τους, να γίνουν περισσότερο ευέλικτοι, επινοητικοί κι έτσι αποτελεσματικότεροι. Άλλωστε είδαμε ότι έχουν ήδη υπάρξει επιχειρήματα και έχει ενισχυθεί η πεποίθηση για την σπουδαία συμβολή της εισαγωγής της φιλοσοφίας σε μεταπτυχιακά προγράμματα σπουδών μελλοντικών εφαρμοσμένων ψυχολόγων.

ΒΙΒΛΙΟΓΡΑΦΙΑ

Αναγνωστοπούλου, Τ. (2002). Βασικές αρχές δεοντολογίας στην ψυχοθεραπεία. Ψυχολογία και Υγεία. (2). Θεσσαλονίκη: Ινστιτούτο Ψυχολογίας και Υγείας.

Αναγνωστοπούλου, Τ. (2008). Ηθικά ζητήματα στην ψυχολογία. Θεσσαλονίκη: Ινστιτούτο Ψυχολογίας και Υγείας.

Αριστοτέλης. (2006). Περί ψυχής (μτφρ. Β. Πατάκης). Αθήνα: Δαίδαλος Ι. Ζαχαρόπουλος.

Ασημάκης, Π. (2001). Σύγχρονες ψυχοθεραπείες. Απ' την θεωρία στην εφαρμογή. Συμβουλευτική και θεραπεία. Αθήνα

Βαζιουλίν, Β. (2004). Η λογική της ιστορίας (μτφρ. Δ. Πατέλης). Αθήνα: Ελληνικά Γράμματα.

Beck, R. (1967). Some psychotherapeutic elements in the practice of the shaman history of the religions. Vol 6, (4), 303-327.

Βεϊκος, Θ. (1983). Προλεγόμενα στη φιλοσοφία. Αθήνα: Θεμέλιο.

Boring, E. (1950). A history of experimental psychology. New York: Appleton-Century-Crofts.

Boring, E. G. (1963). History. Psychology and science: selected papers. New York: Wiley.

Butler, E. M. (1935). The tyranny of Greece over Germany. Cambridge, University Press.

Γεωργούλης, Κ. Δ. (1975). Ιστορία της ελληνικής φιλοσοφίας. Αθήνα: Δημ. Ν. Παπαδήμα.

Danzinger, K. (1979). The positivist repudiation of Wundt. *Journal of the history of the behavioral sciences*, 15, 205-230.

Danzinger, K. (1990). Constructing the subject: Historical origins of psychological research. Cambridge: Cambridge University Press.

Danzinger, K. (1994). Does the history of psychology has a future; *Theory and Psychology*, 4,(4), 467-484.

Δαφέρμος, Μ. (2002). Η πολιτισμική- ιστορική θεωρία του Vygotsky. Αθήνα: Ατραπός.

Δαφέρμος, Μ. (2010). Το ιστορικό γίνεσθαι της ψυχολογίας. Από τις μυθολογικές αντιλήψεις περί της ψυχής, ως την μετατροπή της ψυχολογίας σε ανεξάρτητη επιστήμη. Αθήνα: Gutenberg-Ψυχολογία.

- Demetrio, F. (1967). The shaman as psychologist. *Asian Folklore studies*, 37, 1, 57-75.
- Descartes, R. (1974). Κανόνες για την καθοδήγηση του πνεύματος.
- European Association for Psychotherapy. (2003).
- Ζαφείρης, Γ. Α., Ζαφείρη, Ε. Α., Μουζακίτης, Μ. Χ. (1999). Οικογενειακή θεραπεία. θεωρία και πρακτικές εφαρμογές. Αθήνα: Ελληνικά Γράμματα.
- Ηράκλειτος. (1999). Άπαντα: Ηράκλειτος. Πρόλογος-μετάφραση: Τ. Φάλκος-Αρβανιτάκης. Θεσσαλονίκη: Ζήτρος.
- Fine, M. A., & Ulrich, L. P. (1988). Integrating psychology and philosophy in teaching a graduate course in ethics. *Professional Psychology: Research and Practice*, 19, 542-546.
- Fisher, C. (2003). Decoding the ethics code: A practical guide for psychologist. London: Sage.
- Ford, C. L. (2007). A short introduction to psychotherapy. Sage publications.
- Frazer, J. (1990-1998). Ο χρυσός κλώνος: Μελέτη για τη μαγεία και τη θρησκεία (μτφρ Μ. Μπικάτη). Αθήνα: Εκάτη.
- Freedheim, D. K. (1992). History of psychotherapy. A century of change. Psychological Association.
- Friedman, M. (2002). Martin Buber and dialogical psychotherapy. *Journal of Humanistic Psychology*, vol 42, (7).
- Freud, S. (1905). Three essays on sexuality. In standard edition, vol 7. London: Hogarth Press.
- Freud, S. (2006). Σιγκμουντ Φροϋντ . η ζωή του σε εικόνες και κείμενα (μτφρ. Κ. Ανδρουλιδάκης, Μ. Μαρκοδημητράκη, Γ. Κουγιουμουτζάκης). Ηράκλειο: Πανεπιστημιακές εκδόσεις Κρήτης.
- Fromm, E. (1974). Ο άνθρωπος για τον εαυτό του (μτφρ. Δημ. Θεοδωρακάτου). Αθήνα: Μπουκουμάνη.
- Gelder, C. M., Lopez-Ibor, J. J., Andreasen, N. (2008). Oxford Σύγχρονη Ψυχιατρική. Αθήνα: Π. Χ. Πασχαλίδης.
- Glad, D. D. (1959). Operational values in psychotherapy. New York: Oxford University Press.

- Goleman, D. (2009). Συναισθηματική νοημοσύνη. Γιατί το “εg” είναι πιο σημαντικό από το “iq”. Αθήνα: Ελληνικά Γράμματα.
- Goodwin, C. (2005). A history of modern psychology. New York: Wiley.
- Θεοδωρακόπουλος, Ι. Ν. (1974). Εισαγωγή στην φιλοσοφία. Α' τόμος. Αθήνα.
- Hatfield, G. (2002). Psychology, Philosophy and Cognitive Science: Reflections on the history and Philosophy of Experimental Psychology. *Mind and Language*, 17, 3, 207-232.
- Heidegger, M. (2001). Zollikon seminars: Protocols, conversations, letters (trans. Franz Mayr and Richard Askay). Northwestern: University Press.
- Hergenhahn, B. R. (2008). Εισαγωγή στην ιστορία της ψυχολογίας (μτφρ. Ρ. Καρακατσάνη). Αθήνα: Λιβάνη.
- Hersen, M., Sledge, M., Gross, A. M., Kay, J., Rounsaville, B., Tryon, W. W. (2002). Encyclopedia of psychotherapy. U.S.A.: Elsevier Science.
- Hessen, B. (1931). The social economic roots of Newton's principia, in N. Bukharin (ed), science at the Crossroads, 151-212. London: Kniga.
- Hilgard, E. (1987). Psychology in America. A historical Survey. New York: Harcourt Brace Jovanovich.
- Howard, A. (2000). Philosophy for Counseling and Psychotherapy. Pythagoras to Postmodernism. Palgrave.
- Jung, K. G. (1990). Βασικές αρχές της ψυχοθεραπείας. Αθήνα: Επίκουρος.
- Κατέρη, Ε., & Πουρκός, Μ. (2006). Σαμάνοι και Ψυχολόγοι: Πολιτισμικές διαφορές σχετικά με τους ρόλους και τις συνεπαγωγές των θεραπευτικών τους τεχνικών στην κοινωνία, στο Μ. Πουρκός (επιμ), κοινωνικ-ιστορικοπολιτισμικές προσεγγίσεις στην ψυχολογία και την εκπαίδευση, 633-666. Αθήνα: Ατραπός.
- Κουμάκης, Γ. (1981). Τι είναι φιλοσοφία. Ανάτυπο από το περιοδικό Φιλολογικά, 4. Γιάννινα.
- Kant, I., & Wolff, R. P. (1969). Foundations of the Metaphysics of morals. Indianapolis: Bobbs Merrill.
- Κεϊσμεντ, Π. (1989). Μαθαίνοντας από τον ασθενή. Αθήνα: Καστανιώτη.

- Kitchener, R. (1996). Skinner's theory of theories, in W. O' Donohue and R. Kitchener. *The Philosophy of Psychology*, 108-125. London: Sage.
- Koch, S. (1959). *Psychology: A study of science*, vol 3. New York.
- Kuhn, T. (1981). Η δομή των επιστημονικών επαναστάσεων (μτφρ. Γεωργακόπουλος και Κάλφας). Θεσσαλονίκη: Σύγχρονα Θέματα.
- Leahey, T. (2001). *A history of modern psychology*. Englewood-cliffs: Prentice-Hall.
- Leary, D. (1979). Wundt and after: Psychology's shifting relation with the natural sciences, social sciences and philosophy. *Journal of the history of the Behavioral sciences*, 15, 231-241.
- Λεκατσάς, Π. (2000). *Η ψυχή*. Αθήνα: Καστανιώτης
- Λυπουρλής, Δ. (2001). *Ιπποκράτης. Επιδημιών*, 1. Εκδόσεις Ζήτηρος.
- Λυπουρλής, Δ. (2001). *Ιπποκράτης. Ιατρική, Δεοντολογία, Νοσολογία*, 3. Εκδόσεις Ζήτηρος.
- Λυπουρλής, Δ. (2006). *Αριστοτέλης. Ηθικά Νικομάχεια, Α'-Δ' κεφάλαια*, 1. Εκδόσεις Ζήτηρος.
- Λυπουρλής, Δ. (2006). *Αριστοτέλης. Ηθικά Νικομάχεια, Ε'-Κ' κεφάλαια*, 2. Εκδόσεις Ζήτηρος.
- Μαλικιώση- Λοϊζου, Μ. (2009). *Συμβουλευτική Ψυχολογία*. Αθήνα: Ελληνικά Γράμματα.
- Marinoff, L. (2002). *Πλάτωνας όχι πρόζακ. Η εφαρμογή της φιλοσοφίας στα καθημερινά προβλήματα*. Αθήνα: Λιβάνη.
- Marx, K. (1994). *Economic Works, 1861-1864*, in K. Marx & F. Engels, *Collected Works*, 34. London: Lawrence and Wishart.
- Merlin, P. (1945). Brentano and Freud. *Journal of the history of ideas*, 6, 375-377.
- Moore, B. S. (1990). The origins and development of empathy. *Motivation and Emotion*, 14, (2).
- Μπαμπινιώτης, Γ. (2008). *Λεξικό της Νέας Ελληνικής Γλώσσας. Με σχόλια για την σωστή χρήση των λέξεων. Γ' έκδοση*. Αθήνα: Κέντρο λεξικολογίας.
- Μπιτσάκης, Ε. Ι. (1981). *Η φιλοσοφία του ανθρώπου*. Αθήνα: Ι. Ζαχαρόπουλος.
- Πατέλης, Δ. (2009). *Εισαγωγή στην φιλοσοφία. Κείμενα προβληματισμού*. Χανιά.

- Πατέλης, Δ. (1996, Μάιος). Επιστήμες, πολιτική και επιστημονική φιλοσοφία: Σχέσεις ανάπτυξης ή έκπτωσης; Εισήγηση στο διεπιστημονικό συνέδριο προς τιμήν του καθηγητή Μπιτσάκης, Ε.: φιλοσοφία, επιστήμες και πολιτική. (1996, Μάιος 26).
- Παπαδιώτη-Αθανασίου, Β. (2000). Οικογένεια και όρια. Συστημική προσέγγιση. Αθήνα: Ελληνικά Γράμματα.
- Παπανούτσος, Ε. Π. (1995). Ηθική. Ο κόσμος του πνεύματος. Αθήνα: Γιάννινα.
- Patterson, C. H. (1989). Values in counseling and psychotherapy. *Counseling and values*, 33.
- Pivnicki, D. (1969). The beginning of psychotherapy. *Journal of the history of the behavioral sciences*, 5, (3), 238-247.
- Richards, G. (1992). Mental Machinery. The origins and consequences of psychological ideas, part 1: 1600-1850. Baltimore: The John Hopkins University Press.
- Roback, A. (2004). Ιστορία της ψυχιατρικής (μτφρ Ζ. Σαρίκας). Θεσσαλονίκη: Βάνιας.
- Robertson, D. (2010). The philosophy of Cognitive- Behavioral therapy. Stoic philosophy as Rational and Cognitive Psychotherapy. London: Karnac Books.
- Ruckmich, C. A. (1912). History and status of psychology in the United States. *American journal of psychology*, 23, 517-531.
- Sarton, G. (1970). History of science. New York: the Norton Library.
- Sartre, J. P. (2007). Existentialism is humanism (trans. Carol Macomber). Yale University.
- Schneider, K. J., Galvin, J., Serlin, I. (2009). Rollo May on existential psychotherapy. *Journal of Humanistic Psychology*, 49, (4), 419-434.
- Σκουτερόπουλος, Ν. Μ. (2002). Πλάτων Πολιτεία. Αθήνα: Πόλις.
- Smith, L. D. (1981). Psychology and philosophy: toward a realignment, 1905-1935. *Journal of the History of the Behavioral Sciences*, 17, 28-37.
- Staats, A. W. (1981). Paradigmatic behaviorism, unified theory, unified theory construction methods and the zeitgeist of separatism. *American Psychologist*, 36, 239-256.
- Staats, A. W. (1989). Unificationism: Philosophy for the modern disunified science of psychology. *Philosophical Psychology*, 2, 143-164.

- Staats, A. W. (1991). Unified positivism and unification psychology: Fad or new field? *American Psychologist*, 46, 899-912.
- Σταλίκας, Α., & Χαμοδράκα, Μ. (2004). Η ενσυναίσθηση. Αθήνα: Ελληνικά Γράμματα.
- Stevens, S. S. (1951). Psychology and the science of science. In M. H. Marx (ed) *Psychological theory: Contemporary readings* (pp. 21-54). New York: Macmillan.
- Strupp, H. M. (1980). A personal statement of the therapist's essential values. *Psychotherapy: Theory, research and practice. Humanism and psychotherapy*, 17, 396-400.
- Συκουτρής, Ι. (2003). Πλάτωνος Συμπόσιο. Αθήνα: Βιβλιοπωλείο της «εστίας» Ι. Δ. Κολλάρου και ΣΙΑΣ Α. Ε.
- Σωκράτης. (1975). Απολογία Σωκράτους. Αρχαίο κείμενο, μετάφραση- σχόλια: Κ. Αραποπούλου. Αθήνα: Πάπυρος.
- Τεγόπουλος- Φυτράκης. (1993). Ελληνικό λεξικό. Αθήνα: ΑΡΜΟΝΙΑ Α. Ε.
- Τσάτσος, Κ. (1970). Η κοινωνική φιλοσοφία των αρχαίων Ελλήνων. Αθήνα: Ι. Δ. Κολλάρου και ΣΙΑ Α. Ε.
- Tylor, E. (1994). *Primitive culture: Researches into the development of mythology, philosophy, religion, art and custom*. London: Routledge.
- Yalom, I. D. (1980). *Existential Psychotherapy*. United States of America.
- Yalom, I. D. (2002). Το δώρο της ψυχοθεραπείας. Αθήνα: ΑΓΡΑ.
- Walsh, B. W., & Peterson, L. E. (1985). Philosophical foundations of psychological theories: The issue of synthesis. *Psychotherapy*, 22, (2), 145-153.
- Walsh, R. (2001). Shamanic experiences: A developmental experience, a developmental analysis. *Journal of Humanistic Psychology*, 41, (3), 31-52.
- Watson, G. (1958). Moral issues in psychotherapy. *American Psychologist*, 13, 574-576.
- Wilson, D. J. (1990). *Science community and the transformation of American philosophy, 1860-1930*. University of Chicago Press.