

Η «γλώσσα» της ψυχοθεραπείας

Σκοπός αυτής της ομιλίας είναι να προσπαθήσω να βάλω σε λόγο αυτό που νιώθω ότι συνιστά τη ζωτική διαφορά ανάμεσα στην καθημερινή μας επικοινωνία με τους άλλους γύρω μας και αυτό που συμβαίνει στη θεραπευτική συνομιλία. Η εμπειρία μου μέχρι τώρα στο ψυχοθεραπευτικό χώρο ως αναλύτρια αλλά και ως αναλυόμενη η ίδια, καθώς επίσης και η τετραετής μέχρι τώρα εκπαίδευσή μου στην εταιρεία της φαινομενολογικής-υπαρξιακής ανάλυσης και ψυχοθεραπείας, με έχουν οδηγήσει να αναλογιστώ ότι η χρήση της γλώσσας και ο τρόπος που λέγεται αυτό που φέρνει η στιγμή να ειπωθεί αποτελεί την ειδο-ποιό διαφορά και κύριο συστατικό μιας θεραπευτικής συνομιλίας. Ήδη από τον τίτλο της ομιλίας η λέξη γλώσσα μπαίνει εντός παρενθετικών διότι υπάρχει η πρόθεση πρώτον να καταφανεί ότι πρόκειται για ένα άλλο μίλημα της γλώσσας και δεύτερον για να διαφοροποιηθεί από τη συνηθισμένη της έννοια ως μέσο έκφρασης, πληροφόρησης και εννοιολογικής αντίληψης.

Είναι κοινώς αποδεκτό ότι μέσω της γλώσσας ο άνθρωπος σηματοδοτεί τα πράγματα, δίνει λόγο ύπαρξης και περιεχόμενο στη ζωή του, κατηγοριοποιεί και κατατάσσει και οργανώνει οτιδήποτε έρχεται στην αντίληψή του έτσι ώστε να ερμηνεύσει, να αναλύσει, να σκεφτεί, να αποκωδικοποιήσει με απώτερο σκοπό να κυριαρχήσει επάνω στον κόσμο. Με αυτό το τρόπο η γλώσσα γίνεται ένα

εργαλείο στα χέρια του ανθρώπου και αποκτά χρηστικό χαρακτήρα. Από την άλλη πλευρά όμως μέσα στο ψυχοθεραπευτικό πλαίσιο η γλώσσα δεν εξαντλείται στις παραπάνω λειτουργικές διαδικασίες αλλά η βαρύτητα μετατοπίζεται στο άνοιγμα των πτυχών αυτού που συνιστά το κόσμο του θεραπευομένου, στο δρόμο που διανοίγει ο λόγος και φανερώνει τις αφανείς πλευρές της πραγματικότητας του.

Σύμφωνα με την οντολογική θεώρηση του Heidegger, ο οποίος αναζητά την ουσία της γλώσσας προτείνεται ότι «το φαινόμενο της ομιλίας συστήνει τη διανοικτότητα του Dasein». Δηλαδή η γλώσσα συλλαμβάνεται ως το νοηματικό συμβάν ή διαφορετικά ως ο τόπος όπου ο άνθρωπος συναντά το Είναι. «Το Dasein είναι ομιλών, όχι γιατί είναι ένα εσωτερικό χωρισμένο από το εξωτερικό, αλλά γιατί γινόμενο αντιληπτό ως εντός-του-κόσμου-είναι, βρίσκεται ήδη έξω». Ο Heidegger ονομάζει τη γλώσσα, όταν μιλάει για την ουσία της, ως τον Οίκο του Είναι διότι η γλώσσα φωτίζει τα πράγματα και αποκαλύπτει μια άλλη εννόηση για το κόσμο πέραν από την οπτική αιτίου-αιτιατού και πέραν υποκειμένου-αντικειμένου. Η γλώσσα ως η φωνή του Είναι όπου το Είναι εκτυλίσσεται ως συγκάλυψη-αποκάλυψη. Μέσα από ένα τέτοιο μίλημα της γλώσσας ο άνθρωπος δύναται να κατοικήσει το κόσμο όχι ως ένα περικλειστο Εγώ αλλά να διανοίξει το βλέμμα του στις δυνατότητες της ύπαρξης του.

Σ' αυτό λοιπόν το σημείο έγκειται το ερώτημα εάν η ψυχοθεραπεία είναι μόνο μια συνομιλία που με τη διαμεσολάβηση της γλώσσας ο θεραπευόμενος εξωτερικεύει τις διαθέσεις του και τις ενέργειές του και προσδοκά από τον θεραπευτή μιαν απάντηση πάνω σε αυτά, μιαν εξήγηση, μια κατεύθυνση ή συμβουλή όπως για παράδειγμα θα γινόταν στα δυο μέλη μιας φιλικής σχέσης. Ή

είναι και αυτό αλλά και συνάμα κάτι διαφορετικό. Το διαφορετικό νομίζω ότι είναι ένα άλλο μίλημα της γλώσσας, το οποίο καθορίζεται από το άκουσμα του θεραπευτή σε αυτό που προκύπτει, σε αυτό που φέρνει η στιγμή. Προυποτίθεται βέβαια και προέρχεται μέσα από ένα άλλο πρίσμα κατανόησης του κόσμου που δεν στέκεται στο συμβατό και τυπικό αλλά ανοίγει κανάλια για να εμφανιστεί το ξενικό και το αλλότριο που ξεπροβάλλεται μέσα από το λόγο, αυτό που είναι λησμονημένο και όμως παρόν. Ο λόγος του αναλυτή είτε αυτό που προκύπτει θα το «θάψει», είτε θα το κατευθύνει να αναδυθεί και να αναγνωρισθεί. Και όταν λέω θα το κατευθύνει δεν εννοώ με τη χρήση μιας τεχνικής σαν να έχει μια γνώση a priori, μια δική του κατασκευή, αλλά μια ιδέα που εκείνη τη στιγμή γεννιέται ελεύθερα σε εκείνον, σαν μια δημιουργική έμπνευση ως ανταπόκριση. Η γλώσσα με την καθιερωμένη της έννοια ως ένα σύστημα που διέπεται από λειτουργικούς κανόνες και τυποποιημένη δομή για να βγάλει κανείς ένα νόημα χρειάζεται να μπαίνει στο περιθώριο.

Ας αναφερθούμε όμως σε ένα ψυχοθεραπευτικό στιγμιότυπο προκειμένου τα λόγια άνωθεν να πάρουν «σάρκα και οστά».

Η κυρία Α. , 52 ετών, προσήλθε στη θεραπεία δύο χρόνια μετά το θάνατο του συζύγου της από μια ανίατη ασθένεια. Αυτό που έφερνε ως αίτημα ήταν να βοηθηθεί η ίδια και να σταθεί καλύτερα στα πόδια της προκειμένου να είναι σε θέση να βοηθήσει το γιο της, ο οποίος ήταν χρήστης χασίς. Είχε παρατήσει τις πανεπιστημιακές του σπουδές και τα ενδιαφέροντά του και το μόνο που τον ενδιέφερε, σύμφωνα με τα λόγια της θεραπευομένης, ήταν να περνάει την ώρα του με φίλους (υπήρχαν και άλλοι χρήστες στην παρέα του) ή απομονωμένος στο δωμάτιό του. Η κυρία Α. σε μια πρώτη προσπάθειά της να λάβει μέτρα για να

χειριστεί το θέμα του γιου της που την απασχολούσε είχε απευθυνθεί σε έναν κρατικό οργανισμό απεξάρτησης από τα ναρκωτικά και συμμετείχε σε συμβουλευτική ομάδα γονέων. Η θεραπεύτρια της ομάδας την παρότρυνε να κάνει κάτι και για τον εαυτό της (εννοώντας ατομική θεραπεία) παράλληλα. Η θεραπευομένη έχοντας βάλει στόχο να «σώσει» τον γιο της και να εκπληρώσει μία από τις τελευταίες επιθυμίες του αποθανόντα συζύγου της, όπως κατόπιν ομολόγησε στη θεραπεία της μαζί μου, ακολούθησε άμεσα τη συμβουλή της ομαδικής θεραπεύτριας. Το μαντάτο για τη χρήση στην οποία κατέφευγε ο γιος της είχε έρθει στα αυτιά της λίγους μήνες πριν να πεθάνει ο σύζυγός της. Θα μπορούσαμε να πούμε ότι συμπεριφέρθηκε σαν να εκτελούσε διαταγές όταν της είπε η πρώτη θεραπεύτρια να ξεκινήσει ατομική θεραπεία και ότι ήρθε κάπως ερήμην της στη θεραπεία, σαν να την παρέσερνε η επιταγή του «πρέπει».

Στην αρχική μας συνάντηση φάνηκε να είναι απόμακρη, σφιγμένη και μαγκωμένη. Ήταν λιγομίλητη και έδειχνε κάπως υποτονική και μελανγχολική. Τα ίχνη ίσως του πένθους δεν είχαν ξεθωριάσει, σκέφτηκα, όταν μίλησε λίγο για το θάνατο του συζύγου της και ξεκαθαρίζοντας ότι η φιγούρα του είναι πανταχού παρών, στο ξύπνιο της, στα όνειρά της, μονίμως στη σκέψη της. Η μοναξιά και η θλίψη της ήταν ολοφάνερη μέσα από τα λόγια της, αλλά ταυτόχρονα προβαλλόταν η επιθυμία της να συντηρεί τον άντρα της στη ζωή της έχοντας τον συνέχεια στο μυαλό της, σχεδόν συνομιλώντας μαζί του. Πολλές φορές υπήρχαν μεγάλες παύσεις στη συνομιλία μας και επικρατούσε θα έλεγα μια «νεκρική» σιγή (στις πρώτες 5-6 συναντήσεις μας). Εγώ πήγαινα όπου με πήγαινε αλλά εκεί που αισθανόμουν ότι κάτι πάει να ξεκλειδώσει και να ξεκολλήσει στη μεταξύ μας επικοινωνία τότε εκείνη πάλι μαζευόταν στο καβούκι της, και την αισθανόμουν τόσο ευάλωτη για να ονομάσω αυτό που συνέβαινε. Σεβάστηκά τους ρυθμούς

της όμως. Μια μέρα στο τέλος της συνεδρίας την ενημέρωσα για το ποιο θα είναι το επόμενο ραντεβού διότι θα μεσολαβούσαν εορταστικές διακοπές. Της ανέφερα ωστόσο ότι θα είμουν διαθέσιμη στο μεσοδιάστημα αν αισθανόταν την ανάγκη για μια συνάντηση. Με πληροφόρησε κάπως τετελεσμένα ότι μάλλον δεν θα το χρειαστεί και με ευχαρίστησε που προσφέρθηκα. Την επόμενη φορά που ειδωθήκαμε ήταν τελικά νωρίτερα από την αναμενόμενη. Το ζήτησε η ίδια. Όταν χαιρετηθήκαμε με ένα πλατύ χαμόγελο μίλησε διά στόματός μου σχολιάζοντας ότι ο ερχομός της με ξαφνιάζει και ότι ήταν έκπληξη για εμένα που τη συναντώ. Της απάντησα πολύ αυθόρμητα ότι μάλλον ήταν έκπληξη και ξάφνιασμα για τον εαυτό της. Πράγματι ομολόγησε ότι αυτό ήταν έξω από τα νερά της και ότι δεν το συνηθίζει να βαστάει μια χείρα βοήθειας που κανείς της απλώνει. Ήταν κάτι που δεν το περίμενε από τον εαυτό της. Από εκείνη τη στιγμή και έπειτα η κυρία Α. «ξεαγκιλώθηκε» και ήταν πιο προσιτή στις θεραπείες.

Στη πορεία των συνεδριών μας απεικονίστηκε σε εμένα περισσότερο πόσο αγκιστρωμένη ήταν στη σχέση που είχε με το σύζυγό της και τα παιδιά της. Τον άντρα της, από τη μια πλευρά, τον θαύμαζε και τον ακολουθούσε, και από την άλλη πλευρά συνειδητοποιούσε πλέον η ίδια ότι κάπως κρυβόταν στη σκιά του όλα τα χρόνια και ότι θεωρούσε τον εαυτό της υποδεέστερο, λιγότερο ικανό από εκείνον. Δειλά-δειλά άρχισε να μιλάει και για τις σχέσεις της με τους γονείς της, να αποκαλύπτονται οι φόβοι της που κρατούσαν καλά κρυμμένοι και πότε-πότε την επισκέπτονταν αλλά πλέον ήταν συμφιλιωμένη μαζί τους διότι είχαν χάσει την ισχύ τους.

Μέσα από την έκπληξη που προκύπτει στη συνομιλία, όπως παρατηρεί και ο Hanspeter Radrutt (στα «Ψυχανεμίσματα», Τεύχος 4), δίνεται η δυνατότητα να

γίνουν τα απόντα παρόντα. Η συνομιλία είναι αυτή που κατευθύνει εμάς τους θεραπευτές, υποστηρίζει, και όχι το αντίθετο παρά σε ελάχιστες περιπτώσεις. Είναι σαν αυτό που λέει ο Heidegger ότι η γλώσσα μιλάει και όχι ο άνθρωπος. Τίποτα το προσχεδιασμένο δεν χωράει στη θεραπεία, τουλάχιστον όταν μιλάμε για ανάλυση. Ο λόγος υπηρετεί τα φαινόμενα να αποκαλυφθούν καθεαυτά ως είναι και έτσι εκεί που όλα δείχνουν μονοδιάστατα και παγιωμένα μονομιάς μετατρέπονται και ομιλούνται πλέον μέσα από ένα άλλο πρίσμα.

Βιβλιογραφία

- Αλέξιος Καρπούζος, Οι Γλώσσες του Κόσμου, Οι Κόσμοι της Γλώσσας. Κείμενα Φιλοσοφίας και Ψυχολογίας της Γλώσσας, Εργαστήριο Σκέψης, Αθήνα 2010.
- Ψυχανεμίσματα, 2008, Τεύχος 4