

Η σημασία της κουλτούρας στην ψυχοθεραπεία

Περίληψη στα ελληνικά από παρουσίαση στο 15^ο International Congress of the International Association of Group Psychotherapy στην Κωνσταντινούπολη το 2003 με θέμα:
Conceptualizations of culture and therapeutic practices: from modernity to multiculturalism

1. Τι είναι ιστορικά η κουλτούρα

Κουλτούρα: 1. Το σύνολο της πνευματικής παράδοσης και δημιουργίας ενός λαού, συνώνυμο του *Πολιτισμός*, 2. η πνευματική καλλιέργεια ενός ατόμου, συνώνυμο των *Παιδεία, Μόρφωση, Ανάπτυξη*, 3. η επιφανειακή και για λόγους επιδείξεως ενασχόληση με τα πνευματικά ή πολιτιστικά ζητήματα, συνώνυμο του *ψευτοδιάνοηση*, 4. η δημιουργία που χαρακτηρίζεται από βαθιά νοήματα, δυσκολία κατανόησης και συχνά πλήξη.

Λεξικό της Νέας Ελληνικής Γλώσσας του Γ.Μπαμπινιώτη

Ετυμολογία: από το λατινικό cultura < colo 'καλλιεργώ'. Η πιο ακριβής μετάφραση της λέξης κουλτούρα στα ελληνικά είναι 'καλλιέργεια'. Στις δυτικές ευρωπαϊκές γλώσσες εισάγεται από τα λατινικά τον 15^ο αιώνα και σημαίνει την καλλιέργεια της γης, ή την ανάπτυξη ενός φυτού (αργότερα και ζώου ή προϊόντος).

Χρησιμοποιήθηκε τον 18^ο αιώνα για να περιγράψει επιτεύγματα του πολιτισμού (civilisation) στα γερμανικά (kultur). Αυτή η χρήση της οφείλεται κυρίως στον γερμανό ιστορικό Gottfried von Herder ο οποίος θεωρούσε ότι ο άνθρωπος δημιούργησε ένα πλήθος διαφορετικών κοινωνιών, όπου στην κάθε μία επικρατούσε μια ιδιαίτερη και μοναδική εκδοχή της ανθρώπινης αρετής.

Στα αγγλικά η χρήση της λέξης άρχισε να αναφέρεται στην 'εκπαίδευση, την ανάπτυξη και τον εκλεπτυσμό του νου, του γούστου και των τρόπων' (*Oxford English Dictionary*) από τις αρχές του 19^{ου} αιώνα μέχρι και περίπου τα μέσα του 20^{ου}. Μετά τον ΙΙ Παγκόσμιο πόλεμο όμως και κυρίως στη δεκαετία του 60', στα διάφορα λεξικά η χρήση που επικράτησε και ουσιαστικά αντικατέστησε την προηγούμενη είναι σαφώς επηρεασμένη από την ανθρωπολογία και την κοινωνιολογία: *Το σύνολο των κοινωνικά μεταδιδόμενων προτύπων συμπεριφοράς, των τεχνών, των πεποιθήσεων, των θεσμών και των άλλων προϊόντων της ανθρώπινης εργασίας και σκέψης* (*American Heritage English Dictionary*). Είναι φανερό ότι σε αυτές τις πρώτες μεταπολεμικές δεκαετίες που χαρακτηρίστηκαν από μαζική μετανάστευση, σκληρές συγκρούσεις και έντονα κοινωνικά κινήματα η λέξη κουλτούρα δεν μπορούσε να αναφέρεται πλέον σε κάτι ενιαίο και κοινά αποδεκτό από όλους σε μια κοινωνία. Αυτή η κατάσταση έστρεψε την προσοχή στην ιδιαιτερότητα και στην διαφορετικότητα των ανθρώπων στο εσωτερικό των κρατών ειδικά των πολυεθνικών (ΗΠΑ, ΗΒ, Γαλλία κ.α.) και γι' αυτό χρησιμοποιείται η κουλτούρα ευρύτατα ως ανθρωπολογικός όρος για να αναφερθεί κανείς στη σύγχρονη δυτική πραγματικότητα και όχι σε κάποια φυλή στον Αμαζόνιο ή σε νομάδες της Κεντρικής Ασίας.

Βέβαια είναι τόσο πλατιά η χρήση του όρου κουλτούρα και τόσες οι διαφορετικές πτυχές της ανθρώπινης ζωής που περιγράφει, που σύντομα έγινε μια λέξη για να περιγράψει τα πάντα περί τον άνθρωπο. Θα μπορούσε να πει κανείς ότι η σύγχρονη δυτική κυρίως κουλτούρα τα τελευταία 40 χρόνια έχει γοητευτεί από την ίδια την κουλτούρα.

Ο ανθρωπολόγος Clyde Kluckhohn κατέγραψε κάποιες από τις σημασίες της λέξης:

1. Ο τρόπος ζωής των ανθρώπων
2. Η αίσθηση της κοινωνικής αποδοχής που απολαμβάνει ένα άτομο από την κοινωνική ομάδα που ανήκει
3. Τρόπος σκέψης, συναισθήματος και συμπεριφοράς
4. Μια γενίκευση της συμπεριφοράς
5. Μια θεωρία των ανθρωπολόγων για τους τρόπους συμπεριφοράς μιας ομάδας ανθρώπων
6. Τα αποθέματα της συλλογικής μάθησης
7. Ένα σύνολο τυποποιημένων κατευθύνσεων για περιοδικά προβλήματα
8. Η μαθημένη συμπεριφορά
9. Ένας μηχανισμός για τον κανονιστικό έλεγχο της συμπεριφοράς
10. Ένα σύνολο τεχνικών για την προσαρμογή τόσο στο εξωτερικό περιβάλλον όσο και στους άλλους ανθρώπους
11. Το προϊόν (ότι απομένει, το κατακάθι, το ίζημα) της ιστορίας
12. Χάρτης, δίκτυο ή μήτρα αναπαραγωγής συμπεριφορών

Clifford Geertz, *Emphasizing Interpretation*, From *The Interpretation of Cultures*, 1973

Σε κάθε περίπτωση διαπιστώνουμε ήδη ότι όταν μιλάμε για την κουλτούρα μιλάμε για ένα φαινόμενο συλλογικό, ομαδικό και ιστορικό και το οποίο δεν μπορεί να αποτελεί ιδιαίτερο χαρακτηριστικό ενός μόνο προσώπου. Αυτή είναι και η σημαντικότερη διαφορά στη χρήση της λέξης τα τελευταία 40 χρόνια.

*Θα μπορούσε να πει κανείς ότι η χρήση της λέξης κουλτούρα φέρνει πάντα στο προσκήνιο τη σχέση ενός προσώπου με την κοινωνική ομάδα που ανήκει. Σχέση που όπως είναι αντιληπτό μπορεί να είναι πολύ πλούσια σε μορφές και επιπτώσεις (ευχάριστες και δυσάρεστες). Το ενδιαφέρον είναι όπως προκύπτει και από αυτή τη μικρή ιστορική αναδρομή, ότι για το δυτικό τρόπο σκέψης η ομαδική διάσταση της κουλτούρας παρατηρήθηκε αργότερα από ότι η προσωπική έκφρασή της, αντίθετα δηλαδή με ότι συμβαίνει ιστορικά ή όταν παρατηρούμε άλλους λαούς φυλές κ.λπ. Αυτό συμβαίνει γιατί η εγγενής αδυναμία της δυτικής σκέψης να θεωρεί ως αντικειμενική μόνο την *έξωθεν* παρατήρηση κάνει αδύνατη την περιγραφή και την ανάλυση των ιδίων πολιτιστικών φαινομένων.*

2. Η θέση των θεραπευτικών πρακτικών

Έτσι κάπως συμβαίνει και στην ψυχοθεραπεία. Οι θεραπευτικές πρακτικές που βασίζονται σε παραδοσιακές γνώσεις μιας κοινότητας ανθρώπων είναι αναπόσπαστο μέρος της κουλτούρας τους. Τις περισσότερες φορές αποτελεί ένα σημαντικό κοινωνικό γεγονός για μικρές κοινότητες ανθρώπων και οι θεραπευτές είναι πρόσωπα που κατέχει ιδιαίτερη και συμβολική θέση στην ζωή τους. Η ψυχοθεραπεία είναι και αυτή ένα 'δυτικό' πολιτισμικό φαινόμενο. Ως επιστημονική δραστηριότητα όμως έχει αναφορές στην ανάλογη ιατρική και ευρύτερα επιστημονική παράδοση η οποία εστιάζει την προσοχή της στο άτομο ως το επίκεντρο μιας σειράς παραγόντων ή μεταβλητών που το επηρεάζουν.

Έτσι λοιπόν, η κουλτούρα αναπαρίσταται ως 'αντικειμενική' (δηλαδή περισσότερο ως 'πράγμα' και λιγότερο ως ζωντανή ανθρώπινη δραστηριότητα), ως κάτι το εξωτερικό προς το άτομο, το επιβεβλημένο, το αντιφατικό με τις 'φυσικές' επιθυμίες του. Η εκμάθηση των 'κανόνων' αποτελεί το κατεξοχήν αντικείμενο της 'καλλιέργειας' της καθοδηγούμενης από τις τυπικές για το δυτικό πολιτισμό αξίες της πειθαρχίας (discipline), της ευσέβειας (piety), του κάματος (labor) και του ορθολογισμού (ratio).

Κλασικό παράδειγμα για αυτό τον τρόπο σκέψης είναι η ψυχανάλυση. Ο Φρόυντ δέχεται εξ ολοκλήρου αυτή, την επηρεασμένη από τον διαφωτισμό, προσέγγιση. Μιλά για το 'υπερ-εγώ' για

πρώτη φορά μόλις το 1928 – έχοντας ούτε λίγο ούτε πολύ πάνω από 30 χρόνια ασχοληθεί με τη ψυχανάλυση - ως ένα μέρος του 'εγώ' που διαμορφώνεται κατά την εκμάθηση των κανόνων ή την καλλιέργεια (τον 'εξανθρωπισμό') του παιδιού (του οποίου οι επιθυμίες και οι συμπεριφορές αντιμετωπίζονται ως περίπου 'ζώδεις'). Ολοκληρώνοντας αυτήν την υποκειμενική διάσταση της κουλτούρας αργότερα θα προστεθεί και ο όρος 'εσωτερικευση' που σημαίνει ακριβώς αυτήν την διαδικασία μέσω της οποίας τα αντικείμενα του εξωτερικού κόσμου αποκτούν μια εσωτερική ψυχική αναπαράσταση. Ταυτόχρονα όμως η ψυχανάλυση που είναι και η πηγή όλων των ψυχοθεραπειών, εντοπίζει την κουλτούρα ως *υποκειμενική* πραγματικότητα γεγονός που ακόμα και από τον ίδιο τον Φρόυντ δεν αξιοποιήθηκε όσο θα μπορούσε.

Με την ανάπτυξη ποικίλων μορφών θεραπειών και την μαζική εξάπλωσή τους κυρίως στις ΗΠΑ, ακόμα και μεταξύ κάποιων ψυχαναλυτικά προσανατολισμένων, επικράτησε μια απλοϊκή ή σχηματική αντίληψη για τη σχέση προσώπου – κουλτούρας κατά την οποία η 'ψυχική αναπαράστασή' μετατρέπεται σε στάσεις, γνώσεις και αντιλήψεις του προσώπου. Αυτό οδηγεί σε δύο επίσης σχηματικές θέσεις:

1) να εστιάζουν πιο πολύ στην δυσκολία, στην σύγκρουση και στην αντίθεση του προσώπου με την κουλτούρα του.

Γεγονός που δεν έχει τόση σημασία στο μεγαλύτερο μέρος του πλανήτη, αν αναλογιστεί κανείς ότι το 70% των ανθρώπων ζουν σε πολιτισμούς προσανατολισμένους στην συλλογικότητα, δηλαδή στην λειτουργική σπουδαιότητα της αλληλοϋποστήριξης και της αλληλεξάρτησης μεταξύ των ανθρώπων. Ένα ακόμη επιχείρημα ενάντια σε αυτήν την σχηματική αντίληψη, είναι ότι στη σύγκριση μεταξύ των παραδοσιακών θεραπειών και των σύγχρονων ψυχοθεραπειών το κοινό σημείο βρίσκεται στην ικανότητα του θεραπευόμενου να αντλεί ελπίδα επενδύοντας στις σχέσεις με τους άλλους εμπνεόμενος από την ίδια τη θεραπευτική διαδικασία.

2) η ίδια η κουλτούρα να αναπαρίσταται ως ενιαία, συμπαγής, χωρίς εσωτερικές αντιφάσεις και διαφοροποιήσεις, απόλυτη και καταναγκαστική για το άτομο. Στην ευρωπαϊκή και αμερικάνικη παράδοση συχνά δεν μπορεί κανείς παρά να ταυτίσει την κουλτούρα με το ιδεολογικό πλέγμα κράτος - έθνος. Η πρώην πρόεδρος της IAGP Azima Kramer (αμερικανικής κουλτούρας η ίδια) σε μια διάλεξη της πέτυχε εδώ στην χώρα μας, μας είχε πει ότι 'η κουλτούρα είναι ένα σύνολο από κανόνες' (a set of rules).

Η αδυναμία αυτής της προσέγγισης βρίσκεται κυρίως στο ότι δεν μπορεί να εξηγήσει πως αλλάζει μια κουλτούρα. Αν είναι ενιαία, απόλυτη και συμπαγής τότε πως μεταβάλλεται; Κι ακόμα περισσότερο έχει ενδιαφέρον να αναλογιστεί κανείς σε πιο βαθμό επηρεάζουν τα πρόσωπα την κουλτούρα τους.

3. Η επιρροή της κουλτούρας στη ψυχοθεραπεία

Δεν είναι τυχαίο λοιπόν, ότι όποια κριτική έχει γίνει στο πως αντιλαμβανόμαστε την κουλτούρα, προέκυψε από τις 'τριβές' που προκαλεί η επαφή με εκπροσώπους άλλων εθνοτήτων, σε όλα τα επίπεδα της ανθρώπινης αλληλεπίδρασης. Οι έρευνες και συνολικά η ψυχοθεραπευτική εμπειρία δείχνουν ότι η ίδια η διαμόρφωση και η έκφραση του συμπτώματος και της πάθησης, αλλά και η θεραπεία τους είναι βαθύτατα επηρεασμένες από την ιδιαίτερη κουλτούρα τόσο του θεραπευόμενου, όσο και του θεραπευτή. Με άλλα λόγια, τόσο η ψυχική παθολογία, όσο και η θεραπεία της μπορούν να ειπωθούν ως πολιτισμικά φαινόμενα.

Παραδείγματα

Έχει παρατηρηθεί ότι η έκφραση των συμπτωμάτων είναι κοινωνική και εξαρτάται από την παραδοσιακή γνώση μιας κοινότητας και από το πώς αντιδρούν οι άλλοι, αλλά και γενικά οι θεσμοί στο σύμπτωμα. Π.Χ. σε πολλές παραδοσιακά προσανατολισμένες μη – δυτικές κοινωνίες όπου ένα ευρύτερο πλέγμα κοινοτικών σχέσεων μπορεί ακόμα να είναι λειτουργικό υπάρχει η τάση να εκδηλώνονται περισσότερο οξεία ψυχωτικά επεισόδια και οι χρόνιες ψυχώσεις να είναι σπάνιες. Αυτό συμβαίνει γιατί ένα τέτοιο επεισόδιο δεν αντιμετωπίζεται ως λόγος απόρριψης και απομόνωσης, αλλά ως σημάδι μιας έκτακτης κατάστασης, στην οποία οι άλλοι αντιδρούν με συμπάθεια, υποστήριξη και παραδοσιακές θεραπευτικές τεχνικές – άρα φροντίδα. Ο Jilek

υποστηρίζει ότι όσο εξαπλώνεται η αστικοποίηση, ο δυτικός εκπολιτισμός και ο εκσυγχρονισμός των σχέσεων (στις αφρικανικές πόλεις που έκανε τις έρευνές του) τόσο αυξάνονται οι χρόνιες ψυχώσεις.

Τα τελευταία χρόνια κάτω από την πίεση της διαφορετικότητας αλλά και την τάση η σύγχρονη ψυχιατρική να γίνεται όλο και πιο περιγραφική, καταγράφηκαν τα λεγόμενα σύνδρομα συνδεδεμένα με ιδιαίτερες κουλτούρες (κυρίως εθνικές) (Culture-bound syndromes). Κάποια από αυτά είναι η γεννητική τρέλα (γονιμότητας όπως το koro in Malay-Indonesian γλώσσες και το suo-yang στα Mandarin Chinese που κυρίως επικεντρώνονται στο άγχος για την απώλεια της γεννητικής λειτουργίας), το γνωστό μας 'αμόκ' των ινδονήσιων και φιλιπινέζων, η βουλιμική ανορεξία στις ΗΠΑ, και τα nervios στις λατινικές κουλτούρες. Κάποιοι δε ερευνητές θεωρούν και τα δικά μας 'νεύρα' ως τέτοιο σύνδρομο.

Παράδειγμα θεραπευτικής πρακτικής που αναπτύχθηκε σε ιδιαίτερη κουλτούρα και δύσκολα θα μπορούσε να εκπτυχθεί σε άλλες είναι η γιαπωνέζικη Morita που αναπτύχθηκε κατά την εποχή των Meiji, σύμφωνα με την φιλοσοφία ζεν όπου η αρχή της βρίσκονταν στο να αποδεχθεί κανείς τα πράγματα ως έχουν.

Με άλλα λόγια η ψυχοθεραπεία έχει να αντιμετωπίσει το δίλημμα του να γίνεται γενική και αποστασιοποιημένη από την ιδιαίτερη κουλτούρα του προσώπου σαν να υπήρχε κάποιο μοντέλο 'καθαρού ατόμου' ή να διευκολύνει την απαρτίωση του προσώπου στην κουλτούρα του;

4. Η επιρροή της ψυχοθεραπείας στην κουλτούρα

Αυτό το πολύτιμο συμπέρασμα είναι που θέτει το ερώτημα για το αν και πόσο η ψυχοθεραπεία ως ανθρώπινη πρακτική επηρεάζει την κουλτούρα προς το καλύτερο. Οι ατομικές ψυχοθεραπείες βοηθούν σε έναν βαθμό τα πρόσωπα να επεξεργαστούν και αντιμετωπίσουν οικογενειακά δυναμικά (βιοκουλτούρα) με τις επακόλουθες συχνά αλλαγές στις οικογένειές τους. Οι ομαδικές ψυχοθεραπείες έχουν το προτέρημα να βοηθούν τα πρόσωπα στην επεξεργασία και των κοινωνικών δυναμικών (κοινωνική κουλτούρα). Αυτό μπορεί να διευκολύνει τα πρόσωπα να αντιμετωπίζουν τις κοινωνικές τους σχέσεις με σαφή και δημιουργικό τρόπο και σίγουρα έχει κάποιο αντίκτυπο στον κοινωνικό τους περίγυρο. Η κουλτούρα όμως έχει δική της δυναμική και η εμπειρία μας δείχνει ότι αυτή είναι δεν μπορεί να είναι διαπραγματεύσιμη στα παραπάνω πλαίσια. Οι μεσαίες και μεγάλες ομάδες μέσω του διαλόγου μπορούν να αποτελέσουν ένα τέτοιο πλαίσιο ανάπτυξης νέων μη – προσωπικών σχέσεων για τα μέλη τους, αλλά και διασαφήνισης της σημασίας εννοιών, συναισθημάτων και στάσεων (ιδιο-κουλτούρα).

Η Ομαδική Ανάλυση μέσω των μικρών ομάδων, των ομαδικο-αναλυτικών κοινοτήτων και των μεσαίων και μεγάλων ομάδων απαρτίζει την πολιτισμική διάσταση της ψυχοθεραπείας.

ΒΙΒΛΙΟΓΡΑΦΙΑ

- Baerveldt C., Voestermans P., & Verheggen T. (2000) 'Human experience and the enigma of culture: Towards an enactive account of cultural practice', *Paper presented at the 8th Conference of the International Society for Theoretical Psychology*, Sydney
- Berry, J.W. (1994) 'Cross-Cultural Health Psychology', paper presented at the *23rd International Congress of Applied Psychology*, Madrid, Spain.
- Bruner J. (1997) *Πράξεις νοήματος*. Αθήνα: Ελληνικά Γράμματα.
- Burmeister J. (2001) 'Identity and Change: Working Models for Transcultural Groups' Διάλεξη στην Ελληνική Εταιρεία Ομαδικής Ανάλυσης & Ψυχοθεραπείας
- Cooper C., & Denner J. (1998) 'Theories linking culture and psychology: universal and community-specific processes', *Annual Review of Psychology*, 49: 559-584.
- Foulkes, S.H., & Antony, E.J. (1957/1990) *Group psychotherapy. The psychoanalytic approach*. London: Karnac
- Gergen, K.J., Lock, A., Gulerce A., & Misra G. (1996) 'Psychological Science in Cultural Context'. *American Psychologist*, 51:496-503.
- James, S., and Prilleltensky, I. (2002) 'Cultural Diversity and Mental Health: Towards Integrative Practice', *Clinical Psychology Review*22(8): 1133-1154.
- Jilek, W.G. (2001) 'Cultural Factors In Psychiatric Disorders', Paper presented at the 26th Congress of the World Federation for Mental Health, July 2001.
- Kirmayer L. J., Minas H. (2000) 'The Future of Cultural Psychiatry: An International Perspective', *Canadian Journal of Psychiatry* 2000;45:438-446)
- Kleinman, A., & Kleinman, J. (1991) 'Suffering and its Professional Transformations: Toward an Ethnography of Experience', *Culture, Medicine & Psychiatry*, 15:275-301
- Korn M.L. (2001) 'Cultural Aspects of the Psychotherapeutic Process', *Lecture given at the American Psychiatric Association - 53rd Institute on Psychiatric Services, Oct. 10*, Δικτυακός τόπος: <http://www.medscape.com/viewarticle/418608>.
- Latour, B. (2000) *Ουδέποτε υπήρξαμε μοντέρνοι. Δοκίμιο συμμετρικής ανθρωπολογίας*. Αθήνα: Σύνταγμα.
- Lewis-Fernandez, R., & Kleinman, A. (1994) 'Culture, Personality and Psychopathology', *Journal of Abnormal Psychology*, 103:67-71.
- Nuckolls, C.W. (1992) 'Toward a Cultural History of the Personality Disorders', *Social Science & Medicine*, 35:37-47.
- Ratner, C. (1999) 'Three approaches to cultural psychology: A critique', *Cultural Dynamics*, 11:7-31.
- Ratner, C. (2000) 'Outline of a coherent, comprehensive concept of culture', *Cross-Cultural Psychology Bulletin*, 34:5-11.
- Regeser López S., & Guarnaccia P.J. (2000) 'Cultural Psychopathology: Uncovering the Social World of Mental Illness', *Annual Review of Psychology*, 51: 571-598.
- Rycroft C. (1968) *A Critical Dictionary of Psychoanalysis*. London: Penguin
- Sam, D. L., & Moreira, V. (2002) The Mutual Embeddedness of Culture and Mental Illness, in Lonner W. J., Dinnel D. L., Hayes S. A., & Sattler D. N. (Eds.), *Online Readings in Psychology and Culture*, (<http://www.wvu.edu/~culture>), Center for Cross-Cultural Research, Western Washington University, Bellingham, Washington USA.

Segal M.H., Dasen, P.R, Berry, J.W., & Poortinga, Y.H. (1993) *Διαπολιτιστική Ψυχολογία. Η μελέτη της ανθρώπινης συμπεριφοράς σε παγκόσμιο οικολογικό πολιτιστικό πλαίσιο*. Αθήνα: Ελληνικά Γράμματα.

Triandis H. (2002). Subjective Culture, in Lonner W. J., Dinnel D. L., Hayes S. A., & Sattler D. N. (Eds.), *Online Readings in Psychology and Culture*, (<http://www.wvu.edu/~culture>), Center for Cross-Cultural Research, Western Washington University, Bellingham, Washington USA.

www.apostolisangelopoulos.gr