

Κρίση και ψυχικές παθολογίες: Μία ομαδικο-αναλυτική προσέγγιση

Ομιλία στον Ελληνικό Οργανισμό Ψυχοθεραπείας & Παιδείας στην Ομαδική Ανάλυση, 21/5/2012.

ΠΕΡΙΛΗΨΗ

Με τον όρο κρίση αναφερόμαστε σε έκτακτες καταστάσεις οι οποίες προκύπτουν σε πολύπλοκα συστήματα απότομα, χωρίς προειδοποίηση, δημιουργούν υψηλά επίπεδα αβεβαιότητας, προσλαμβάνονται ως απειλητικές για τους στόχους μας και εκφράζουν την ανάγκη μας για αλλαγή. Αν η αλλαγή δεν είναι απαραίτητη, τότε μιλάμε για αποτυχία του συστήματος.

Η κοινωνική αναπαράσταση της πρόσφατης οικονομικής κρίσης στη χώρα μας, έχει τοποθετήσει στον πυρήνα της τις ψυχικές παθολογίες, ως έκφραση της υποκειμενικής αντίδρασης την κοινωνική πραγματικότητα. Επιβάλλει έτσι μία κοινή συλλογιστική ως προς τη σημασία της: η κρίση τρελαίνει, η κρίση καταθλίβει, η κρίση οδηγεί τους ανθρώπους στην αυτοκτονία κ.λπ.

Αντίστοιχα πολλοί επιστήμονες, και της ψυχικής υγείας, δημοσιεύουν έρευνες οι οποίες τείνουν να επιβεβαιώσουν την κοινή λογική. Κάποιες φορές βέβαια, πρόκειται για αποσπασματικές έρευνες σε δείγματα που δεν επιτρέπουν γενίκευση, με σοβαρές ελλείψεις στη φιλοσοφία τους. Αν βέβαια, υπολογίσει κανείς και τις δημοσιογραφικές στρεβλώσεις και παρερμηνείες των στοιχείων που δημοσιεύονται, τότε εύκολα εξηγείται η εξάπλωση αυτής της συλλογιστικής στον τύπο και το διαδίκτυο.

Οι ψυχικές παθολογίες, πράγματι έχουν κοινωνικές και πολιτισμικές ορίζουσες, αλλά όχι με αυτόν τον άμεσο τρόπο που υποδηλώνει το απλουστευτικό και μοιρολατρικό σχήμα:

κοινωνία → κρίση → οικονομικό πρόβλημα → ψυχολογικό πρόβλημα → τρέλα, κατάθλιψη, αυτοκτονία

Προσπαθώντας να αναδείξουμε μία άλλη οπτική στη διάρθρωση του προσωπικού με το κοινωνικό γίνεσθαι διαπιστώνουμε ότι:

α) Παράμετροι της κρίσης, όπως π.χ. η ανεργία, σχετίζονται με τυπικές αντιδράσεις, τις οποίες οι αρμόδιες υπηρεσίες τείνουν να αντιμετωπίσουν ως ψυχοπαθολογικές.

β) Η κρίση, ανατρέποντας ισορροπίες και προσωπικές θεωρήσεις, βιώνεται ως χαοτική και ανασύρει αρχαϊκές συγκινησιακές εμπειρίες. Μόνο όμως εκείνοι, που το σταθερό πλαίσιο της ζωής τους κατάφερνε να συγκαλύπτει μια παθολογική ευθραυστότητα στην ψυχική τους συγκρότηση, μπορεί να οδηγηθούν σε αποδιοργάνωση.

γ) Το υποκειμενικό βίωμα μιας κρισιακής κατάστασης συνδέεται με την αίσθηση απώλειας του ελέγχου, η οποία, με τη σειρά της, σχετίζεται με συναισθήματα, όπως η οργή, η ντροπή, η θλίψη, το άγχος και ο φόβος. Αντίστοιχα, όσο πιο κεντρικής σημασίας είναι για ένα πρόσωπο η ανάγκη ελέγχου, τόσο πιο έντονα βιώνει αυτά τα συναισθήματα. Οι πραγματικές επιπτώσεις της κρίσης λοιπόν, σχετίζονται με το πόσο παθολογικές είναι οι άμυνες που έχουν μάθει να αναπτύσσουν τα άτομα απέναντι σε αυτά τα συναισθήματα.

δ) Η κρίση ανατρέπει σίγουρα τους δείκτες ποιότητας ζωής και κυρίως τους δείκτες της υποκειμενικής αίσθησης ευτυχίας. Ξέρουμε όμως ότι αυτοί οι δείκτες σχετίζονται πολύ με τη συμμετοχή των ανθρώπων σε κοινωνικά δίκτυα και ομάδες. Σε κρίσιμες περιόδους τα άτομα

κάνουν χρήση των κοινωνικών δικτύων προκειμένου να αντλήσουν συναισθηματική στήριξη ή χρήσιμες πληροφορίες, τείνουν δηλαδή σε υγιείς συμπεριφορές.

ε) Δεν είναι όλα τα κοινωνικά δίκτυα ικανά να στηρίξουν υγιείς σχέσεις. Ο λόγος βρίσκεται στις κοινωνικές διεργασίες οι οποίες ευνοούν τη συλλογική παλινδρόμηση και αποδυναμώνουν τις προσωπικές δυνατότητες για διεργασίες πένθους.

στ) Η κρίση μπορεί να ειδωθεί ως μέρος της προσωπικής αφήγησης και της προσωπικής ταυτότητας, σαν ιστορία ζωής. Τότε μπορεί κανείς να ανακαλύψει την προοδευτική της πλευρά.

ζ) Η ομαδική ανάλυση και οι μεσαιές και μεγάλες ομάδες δίνουν ένα υγιές παράδειγμα καλλιέργειας του αυθόρμητου συλλογικού θυμικού προς την προσωπική στάση υποκειμένου στην ζωή και το κοινωνικό γίγνεσθαι.

ΒΙΒΛΙΟΓΡΑΦΙΑ

Kieselbach T., Winefield A., Boyd C., & Anderson S. (2006) Unemployment and health. International and interdisciplinary perspectives. Brisbane: Australian Academic Press.

Lasch C. (1984) The minimal self. Psychic survival in troubled times. N.Y.: W.W. Norton & Company.

Layder D. (2004) Emotion in Social Life. The Lost Heart of Society. London: SAGE.

Ναυρίδης Κ. "Η ψυχολογία της κρίσης". Διάλεξη
στο: <http://www.blod.gr/lectures/Pages/viewlecture.aspx?LectureID=146>

Nelson G. & Prilleltensky I. (2003) Community psychology: In pursuit of liberation and well-being. New York: Palgrave Macmillan.

Nichol B. (1997) "Emotional Pain in Learning: Applying Group-analytic Experience in Non-Clinical Fields". Group Analysis, 30:93-105.

Pignarre P. (2007) Πώς η κατάθλιψη έγινε επιδημία. Αθήνα: University Studio Press

Prilleltensky, I. (1999) "Critical psychology foundations for the promotion of mental health". Annual Review of Critical Psychology, 1, 95-112.

Scheff T. (1999) Being mentally ill. NY: Aldine de Gruyter.

Scheff T. (2001) "Shame and Community: Social Components in Depression". Psychiatry: Interpersonal & Biological Processes, 64(3), 212-224.

Schneider S. & Weinberg H. (eds.) (2003) The large group revisited: The herd, primal horde, crowds and masses. London: Jessica Kingsley Publishers.

Seeger M., Sellnow T., Ulmer R. (1998) "Communication, organization, and crisis". Communication Yearbook 21: 231-275.

Wetherell M. (2004) Ιστορίες ζωής / κοινωνικές ιστορίες. Στο: Wetherell M. (επιμ.) Ταυτότητες, ομάδες και κοινωνικά ζητήματα. Αθήνα: Μεταίχμιο, σελ. 409-490.

Winefield A., Tiggemann M, Winefield H., & Goldney R. (1993) Growing up with unemployment: A longitudinal study of its psychological impact. London: Routledge.