

ΒΙΒΛΙΟ

Ο Σάββας Σαββόπουλος σε μια συζήτηση με τον Κώστα Γιαννακίδη: «Εμείς και η ψυχή μας»

Όλα όσα θα θέλατε να ρωτήσετε έναν ψυχίατρο-ψυχαναλυτή



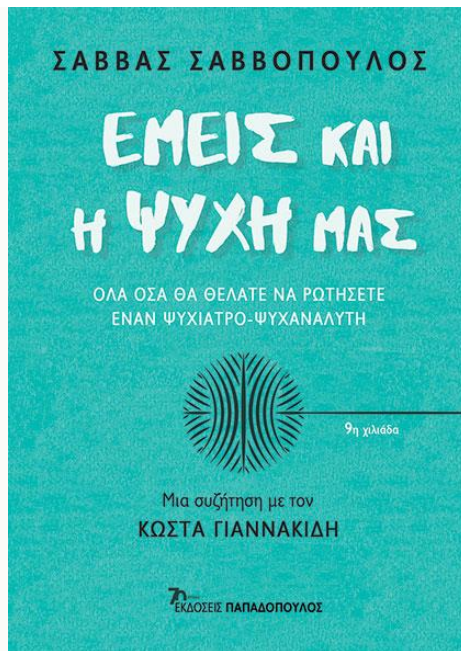
22.07.2023



Κυριάκος Αθανασιάδης

«Εμείς και η ψυχή μας»: Παιδική ηλικία, εφηβεία, ενήλικη ζωή, άγχος, πένθος, κατάθλιψη, νευρώσεις, ψυχώσεις, εξαρτήσεις, σχέσεις, σεξ, ναρκισσισμός (Εκδόσεις Παπαδόπουλος)

Το βιβλίο «Εμείς και η ψυχή μας» που κυκλοφόρησε πρόσφατα από τις Εκδόσεις Παπαδόπουλος είναι ένα εντυπωσιακό βιβλίο. Και οπωσδήποτε ένα βιβλίο μάλιστα που θα διαβαστεί πάρα πολύ: είμαστε κάτι παραπάνω από βέβαιοι πως δεν θα λείπει από καμία λίστα ευπωλήτων. Το αξίζει και με το παραπάνω.



Η ιδέα στην οποία στηρίζεται είναι απλή: ένας έμπειρος δημοσιογράφος κάθεται απέναντι στον πιο γνωστό, ίσως, Έλληνα ψυχίατρο-ψυχαναλυτή και κάνει μαζί του έναν διάλογο για όλα τα σχετικά με την επιστήμη του θέματα που αφορούν τη ζωή ενός ανθρώπου. Όλα τα θέματα; Ναι, πράγματι. Η γκάμα των ερωτήσεων που τίθενται εδώ (και είναι μερικές εκατοντάδες) είναι πελώρια — μια βεντάλια που περικλείει όσα μάς απασχολούν και μας προβληματίζουν όλους. Θέματα που αφορούν την παιδική ηλικία (τη δική μας και των παιδιών μας), την εφηβεία, την ενήλικη ζωή, το άγχος, το πένθος, την κατάθλιψη, τις νευρώσεις, τις ψυχώσεις, τις εξαρτήσεις, τις σχέσεις, το σεξ κλπ. κλπ.

Νά όμως και το πιο ενδιαφέρον: δεν του θέτει, όπως διαβάζουμε και στη σύντομη Εισαγωγή, «ερωτήσεις φιλοσοφικού περιεχομένου, που συνήθως χρησιμοποιούνται από τους δημοσιογράφους όταν συνομιλούν με ψυχιάτρους», αλλά ερωτήσεις «λιτές, ξερές, κατανοητές, που απευθύνονται από έναν άνθρωπο που έχει πλήρη άγνοια, αλλά που συνάμα θέλει να μάθει πολλά». Έτσι, «το βιβλίο διατρέχει την ανθρώπινη ζωή, από τη γέννηση ως το γήρας, και τις βασικές παθογένειες που εκδηλώνει ο ψυχισμός του ανθρώπου». Και αυτά ακριβώς θα βρούμε στη συνέχεια.

Μακριά από το να μιλάμε για ένα (ακόμα) βιβλίο αυτοβελτίωσης, κρατάμε στα χέρια μας ένα έντυπο αλλά τρομερά ζωντανό, σχεδόν συναρπαστικό «σεμινάριο» εκλαϊκευμένης ψυχιατρικής και ψυχολογίας, στις σελίδες και στα απλά, έγκυρα, επιστημονικά πλην διόλου «ακαδημαϊκά» λόγια του οποίου θα βρούμε, πραγματικά, τον ίδιο μας τον εαυτό: την «ψυχή» μας. Θα μάθουμε πράγματα που θέλαμε να ξέρουμε — και μάλλον δεν είχαμε τις ευκαιρίες (ή την ψυχική δύναμη, ή την όρεξη) να τα ρωτήσουμε.

Έχουμε τη βεβαιότητα πως, προσπελάσιμο καθώς είναι από τον καθένα, το «Εμείς και η ψυχή μας», αυτό το φρουδικό εγχειρίδιο για τον καθένα, δεν θα διαβαστεί μόνο με απόλαυση από όσους το επιλέξουν, αλλά θα βοηθήσει και όσους χρειάζεται ή θέλουν να βοηθηθούν: ένα από τα μεγαλύτερα δώρα που μπορούμε να κάνουμε στον εαυτό μας είναι να αναζητήσουμε βοήθεια όταν συνειδητοποιήσουμε πως τη χρειαζόμαστε. Πέραν τούτου όμως, ξαναλέμε, έχουμε να κάνουμε με ένα τρομερά ευχάριστο ανάγνωσμα που ξεδιπλώνει μπροστά μας κρυφές εικόνες και πτυχές του εαυτού μας —αλλά και των παιδιών μας, και των συντρόφων μας—, όχι με διδακτικό τόνο, αλλά με τον πιο απλό και πιο προσιτό.

«Γιατί γράψαμε αυτό το βιβλίο;» ρωτά ο Κώστας Γιαννακίδης τον συνομιλητή του στο προλογικό κεφάλαιο. Και ο Σάββας Σαββόπουλος απαντά:

Γιατί, όσο με αφορά, γνωρίζω ότι, όταν κλείνει η πόρτα κάθε σπιτιού, συχνά πίσω της υπάρχει πόνος. Πόνος που ζητάει ανακούφιση. Υπάρχουν συγκρούσεις που οδηγούν ζευγάρια σε ρήξεις επώδυνες. Διαταραχές γονιών οι οποίες οδηγούν παιδιά στη δυστυχία. Αλλά και διαταραχές μεγάλων παιδιών οι οποίες οδηγούν γονείς στην απελπισία. Δυσκολίες στην ερωτική ζωή που οδηγούν στη μιζέρια. Καταχρήσεις και εξαρτήσεις που διαλύουν οικογένειες. Το βιβλίο αυτό φιλοδοξεί να ευαισθητοποιήσει ανθρώπους να αναζητήσουν βοήθεια, είτε για τους ίδιους είτε για κάποιους άλλους. Είναι ένα μικρό, ταπεινό βοήθημα στην προσπάθειά μας να βρούμε την αλήθεια μέσα μας και γύρω μας.

Δεν θα πούμε άλλα για να καταλάβει ο αναγνώστης τι εννοούμε όταν λέμε πως έχουμε εδώ «έναν διάλογο για όλα τα θέματα που αφορούν τη ζωή ενός ανθρώπου». Θα κάνουμε κάτι διαφορετικό. Θα μεταφέρουμε εδώ τις ερωτήσεις που θέτει ο Κώστας Γιαννακίδης μόνο σε ένα κεφάλαιο από τα συνολικά δεκαοχτώ του βιβλίου. Είναι το 2ο, με τίτλο: «Το Εγώ γεννιέται μέσα στο μίσος: Η παιδική ηλικία». Νά τες:

- Πότε αρχίζει και διαμορφώνεται ο χαρακτήρας του ανθρώπου; Λένε ότι ακόμη και τα ερεθίσματα μέσα στη μήτρα συμβάλλουν στη διαμόρφωση του χαρακτήρα. Ισχύει κάτι τέτοιο;
- Ψυχικά τραύματα προκαλούνται μέσα στη μήτρα;
- Υπάρχουν κληρονομικά χαρακτηριστικά στον χαρακτήρα; Τα ταλέντα και οι δεξιότητες κληρονομούνται σε κάποιο βαθμό, αυτό το ξέρουμε. Αλλά υπάρχουν ψυχικά χαρακτηριστικά, ας πούμε η οξυθυμία, που μεταδίδονται στους απογόνους;
- Είναι αλήθεια ότι σε μια συγκεκριμένη ηλικία υιοθετούμε έναν ρόλο, ένα μοτίβο που καλούμαστε να υπηρετήσουμε, ή να παλέψουμε με αυτό σε όλη μας τη ζωή; Και σε ποια ηλικία συμβαίνει αυτό συνήθως;

- Ναι, αλλά μέχρι τα τρία δεν μπορείς καν να καταλάβεις ορισμένες βασικές έννοιες.
- Τι είναι το πρωκτικό και το στοματικό στάδιο; Ας αρχίσουμε με το στοματικό και μετά να πάμε στο πιο δύσσομο...
- Παίρνουμε μια βαθιά ανάσα και πάμε στο πρωκτικό...
- Δεν μπορούσα να φανταστώ πόσο σημαντική είναι η αφόδευση και το αποτέλεσμα της στην ψυχική μας ζωή... Από πού τα ξέρουμε όλα αυτά;
- ο οιδιπόδειο σύμπλεγμα και το σύμπλεγμα της Ηλέκτρας είναι δίδυμες καταστάσεις; Είναι οι δύο πλευρές του ίδιου νομίσματος;
- Το σύμπλεγμα της Ηλέκτρας είναι το αντίστοιχο του οιδιπόδειου για τα κορίτσια;
- Πώς ξεπερνιέται το οιδιπόδειο;
- Πώς επηρεάζουν αυτές οι εμπειρίες την εξέλιξή μας;
- Ας πάμε σε κάτι που μου φαίνεται πιο απλό. Τι ορίζουμε ως παιδικό τραύμα;
- Μια και λέμε για τα τραύματα, πρέπει να τιμωρούμε τα παιδιά; Δεν εννοώ να τα κακοποιούμε, αλλά σε ένα τρίχρονο παιδί, που χτίζει χαρακτήρα, πρέπει ή δεν πρέπει ο γονιός να είναι αυστηρός και να του φωνάζει, να το τιμωρήσει να το απορρίψει σε κάποια πράγματα;
- Συνεπώς, ποια πρέπει να είναι, σε γενικές γραμμές, η στάση ενός γονιού;
- Υπάρχει ιδανική σχέση γονιού-παιδιού;
- Ως γονείς προσπαθούμε, υποσυνείδητα ή συνειδητά, να δημιουργήσουμε τα παιδιά μας ως αντίγραφα μας; Προσπαθούμε να τα κάνουμε σαν κι εμάς;
- Γιατί όσο μεγαλώνουμε μοιάζουμε στους γονείς μας;
- Πολύ συχνά, σε κάποιες δυσλειτουργικές οικογένειες, βλέπουμε τους γονείς να διεκδικούν το παιδί καθένας για τον εαυτό του. Καθένας τους θέλει να γίνει αυτός ο αγαπημένος του παιδιού. Δεν δημιουργεί ανισοροπίες κι αυτό;
- Υπάρχουν περιπτώσεις που για ένα λάθος, ή για μια κουβέντα, τα παιδιά φτάνουν να αισθάνονται μίσος και να μεγαλώνουν με αυτό το συναίσθημα;
- Όταν χωρίζουν οι γονείς όσο το παιδί είναι μικρό, λέμε καμιά φορά ότι, από το να τους βλέπει να σκοτώνονται μέσα στο σπίτι, καλύτερα να

χωρίσουν, να υπάρχει ηρεμία. Τι συμβαίνει σε ένα παιδί χωρισμένων γονιών;

- Αισθάνονται τύψεις, λοιπόν, σε μικρή ηλικία...
- Οι απογοητεύσεις που βιώνουμε ως παιδιά, μαζί με τις αποτυχίες μας, τι ρόλο παίζουν στη συνέχεια της ζωής μας;
- Τι συμβαίνει στο παιδί όταν πεθαίνει ένας γονιός;
- Γιατί τα παιδικά παραμύθια έχουν τόση βία;
- Πότε πρέπει να μιλήσουμε στο παιδί για το σεξ;
- Ο σεξουαλικός προσανατολισμός είναι έμφυτος ή επιλέγεται;
- Τι συμβαίνει με τα ομόφυλα ζευγάρια που υιοθετούν παιδιά;
- Ένα παιδί που μεγαλώνει με ομόφυλο ζευγάρι, μεγαλώνει σωστά;
- Βλέπουμε ένα αγόρι να αντιγράφει τη μαμά του, φορώντας τα ρούχα της. Αυτό μας δείχνει κάτι;
- Κάποιοι γονείς θεωρούν ότι είναι προσδευτικό να κυκλοφορούν γυμνοί μπροστά στα παιδιά τους. Είναι σωστό αυτό;
- Είναι σωστό να μας βλέπουν τα παιδιά μας αδύναμους; Να με βλέπει το παιδί μου να κλαίω;
- Από ποια ηλικία μπορεί ένα παιδί να κάνει ψυχανάλυση;
- Ισχύει, τελικά, ότι αυτό που μας ορίζει είναι το παιδί μέσα μας;

Μιας και είδαμε λοιπόν τις ερωτήσεις, ας δούμε και δύο μόνο από τις απαντήσεις του γιατρού, και ας κλείσουμε με αυτές. Επιλέγουμε τις δύο ερωτήσεις για τα ομόφυλα ζευγάρια, που είναι ένα θέμα που μας καίει όλους. Πάμε να δούμε τι απαντά ο κορυφαίος Έλληνας ψυχίατρος-ψυχαναλυτής:

Τι συμβαίνει με τα ομόφυλα ζευγάρια που υιοθετούν παιδιά;

Στις δυτικές κοινωνίες αναθεωρούνται διαρκώς οι παραδόσεις. Αλλά και ο τρόπος που ζούμε τη σεξουαλικότητά μας γίνεται όλο και πιο ευέλικτος, πιο ανεκτικός, γεγονός που χαλαρώνει τις άμυνες απέναντι σε μη ετεροφυλόφιλες καταστάσεις. Ωστόσο οι ετεροφυλόφιλες φαντασιώσεις είναι σαφώς πιο αποδεκτές και, κατά συνέπεια, βρίσκουν ευκολότερα στο κοινωνικό περιβάλλον τα απαραίτητα στοιχεία για να σχηματιστούν. Όσο η αναπαραγωγή ήταν συνδεδεμένη με τη σεξουαλικότητα, η αποποίηση των ομοφυλόφιλων επιθυμιών αποτελούσε έναν σημαντικό λόγο για την τότε

κοινωνία, ώστε να διασφαλιστεί η διαιώνιση του είδους, η οποία εξαρτιόταν από την ετερόφυλη συνεύρεση. Στις μέρες μας, τα πράγματα έχουν αλλάξει: αφενός λόγω των τεχνολογικών παρεμβάσεων της ιατρικής στο πεδίο της υποβοηθούμενης αναπαραγωγής, αφετέρου λόγω της ανεκτικότητας της κοινωνίας, αποσυνδέεται όλο και περισσότερο η σεξουαλικότητα από τη γονιμότητα. Έτσι, ένας αυξανόμενος αριθμός ομόφυλων ζευγαριών έχει, πλέον, παιδιά.

Ένα παιδί που μεγαλώνει με ομόφυλο ζευγάρι, μεγαλώνει σωστά;

Από τότε που ορισμένες χώρες επέτρεψαν σε ομόφυλα ζευγάρια να υιοθετούν παιδιά ή να τα αποκτούν με υποβοηθούμενη αναπαραγωγή, ανέκυψαν σοβαρά ερωτήματα: Πώς επηρεάζεται η έμφυλη ταυτότητα και ο σεξουαλικός προσανατολισμός αυτών των παιδιών; Ποια η προσωπική ανάπτυξη και οι κοινωνικές σχέσεις αυτών των παιδιών με τους συνομηλίκους τους και με τους ενήλικες; Είναι πιο πιθανό αυτά τα παιδιά να πέσουν θύματα σεξουαλικής κακοποίησης από τους γονείς ή τους φίλους των γονιών απ' ό,τι τα παιδιά ετερόφυλων ζευγαριών; Πολλές έρευνες, εδώ και πενήντα χρόνια μάς έχουν δώσει αρκετά στοιχεία. Μια διακεκριμένη ερευνήτρια σε αυτόν τον τομέα, η Σούζαν Γκολόμποκ (Susan Golombok), υποστήριξε ότι πάνω από το 90% των παιδιών ομοφυλόφιλων γονέων αναγνωρίστηκαν ως ετεροφυλόφιλοι ως ενήλικες. Το να είναι οι γονείς ομοφυλόφιλοι δεν πλήττει απαραίτητα τον ανδρισμό σε ένα αγόρι ή τη θηλυκότητα σε ένα κορίτσι. Αλλά και σχετικά με το ερώτημα του αν κακοποιούνται πιο συχνά αυτά τα παιδιά από ό,τι τα παιδιά των ετερόφυλων ζευγαριών, και εκεί η απάντηση που δίνουν πολλές έρευνες είναι παρόμοιες με αυτές που βρίσκουμε για τους ετερόφυλους γονείς. Μάλιστα, αυτά τα παιδιά εμφανίζονται να είναι πολύ υπερήφανα για τους γονείς τους και για τη σχέση που έχουν μαζί τους. Συχνά ανακύπτει το ερώτημα της έλλειψης του παραδοσιακού πατρικού προτύπου. Θεωρώ ότι είναι ένα κακόβουλο ερώτημα, γιατί το σημαντικό είναι να εξασφαλίζεται ουσιαστικά ο πατρικός ρόλος, είτε από τον φυσικό πατέρα είτε από κάποιον τρίτο που λειτουργεί συμβολικά ως τέτοιος. Γνωρίζουμε πολλές οικογένειες όπου οι ετερόφυλοι πατεράδες ήταν ακατάλληλοι, και με τη στάση τους ίσως συνέβαλαν στο να επιλέξουν τα παιδιά τους την ομοφυλόφιλη κατεύθυνση ή τη βία. Και γνωρίζουμε οικογένειες με πολύ καλά παιδιά όπου ο πατέρας δεν υπήρξε εξ αρχής, για παράδειγμα μονογονεϊκές οικογένειες ή παιδιά που έχασαν πολύ νωρίς τον πατέρα τους. Εκεί, όμως, ενδεχομένως υπήρχε κάποιος «τρίτος». Ο τρίτος αυτός θα μπορούσε να είναι η μητέρα, η οποία αντλούσε δύναμη από μια πατρική φιγούρα ή κάποιος συγγενής (για παράδειγμα, κάποιος θείος) ο οποίος επικαλούνταν πάντα τον νόμο, το σωστό κ.λπ. Το βασικό είναι η ποιότητα των γονιών και όχι κατά πόσο είναι ετερόφυλοι ή όχι. Το σημαντικό είναι να έχεις έναν καλό άνθρωπο ως γονιό.

Ο **Σάββας Σαββόπουλος** είναι ψυχίατρος-ψυχαναλυτής. Διδάσκων ψυχαναλυτής της Ελληνικής Ψυχαναλυτικής Εταιρείας και μέλος της Διεθνούς Ψυχαναλυτικής Ένωσης. Ιδρυτικό μέλος της Ελληνικής Ψυχοσωματικής Εταιρείας και μέλος του Ινστιτούτου Ψυχοσωματικής του Παρισιού. Είναι

διδάκτωρ της Ιατρικής Σχολής του Πανεπιστημίου της Γενεύης. Βιβλία και άρθρα του σχετικά με την εργασία του έχουν δημοσιευτεί στα ελληνικά και σε άλλες γλώσσες.

Ο **Κώστας Γιαννακίδης** είναι δημοσιογράφος. Γράφει στις εφημερίδες Τα Νέα και Το Βήμα, και στον ιστότοπο Protagon.gr. Επίσης, κάνει μία ραδιοφωνική εκπομπή στον Best 92.6.