

ΕΙΣΑΓΩΓΗ



Τα κείμενα αυτού του τεύχους μάς φέρνουν μπροστά σε ένα ερώτημα που συναντούμε συχνά στη δουλειά και στη ζωή μας: τι μας βοηθά να παραμένουμε σε επαφή με τον εαυτό μας και τον άλλο, όταν δυσκολευόμαστε να πούμε όσα νιώθουμε, όταν μια σχέση πονά, όταν μια απώλεια μας αφήνει χωρίς απαντήσεις; Και πώς στεκόμαστε ως θεραπευτές, όταν οι ίδιες δυσκολίες αγγίζουν και εμάς, τις ομάδες στις οποίες ανήκουμε και τον κόσμο μέσα στον οποίο ζούμε;

Στην περίοδο που διανύουμε, όσα συμβαίνουν γύρω μας είναι έντονα παρόντα και στο θεραπευτικό δωμάτιο. Ο πόλεμος, ο εκτοπισμός, η βία και η ανασφάλεια συναντούν τις προσωπικές ιστορίες των ανθρώπων, αγγίζουν παλαιότερες απώλειες και κλονίζουν την εμπιστοσύνη στο μέλλον. Ακούμε αυτές τις αγωνίες στις αφηγήσεις των θεραπευόμενων και αναγνωρίζουμε κάποιες από αυτές και στη δική μας ζωή. Πώς μπορούμε να τις υποδεχτούμε και να ακούσουμε τον ψυχικό πόνο μέσα σε αυτή την πραγματικότητα; Τι μπορούμε να προσφέρουμε όταν οι συνθήκες που πληγώνουν τον άνθρωπο συνεχίζουν να υπάρχουν;

Μια δυνατότητα που αναδύεται από τα κείμενα είναι η δημιουργία ενός χώρου συνομιλίας, όπου μπορούν να ακουστούν και όσα δύσκολα λέγονται. Κάθε τραυματική εμπειρία έχει τη δική της ιστορία. Στην πορεία της, όμως, έχουν σημασία και οι άνθρωποι που βρέθηκαν κοντά, οι συνθήκες μέσα στις οποίες συνέβη και ο τρόπος με τον οποίο έγινε δεκτή. Έχει σημασία αν η βία αναγνωρίστηκε, αν αποδόθηκε ευθύνη, αν υπήρξε κάποιος να ακούσει και να προστατεύσει· αν ο άνθρωπος βρήκε φροντίδα και έναν χώρο όπου μπορούσε να μιλήσει χωρίς να φοβάται ότι θα αμφισβητηθεί ή θα μείνει μόνος.

Το προσωπικό και το συλλογικό συναντιούνται σε αυτές τις εμπειρίες. Όταν ο φόβος συνδέεται με μια πραγματική απειλή ή η εξάντληση με συνθήκες που ξεπερνούν τις δυνάμεις του ανθρώπου, η αναγνώριση αυτής της σύνδεσης έχει ουσιαστική θέση στη θεραπεία. Η βία, οι ανισότητες και η κοινωνική αδικία επηρεάζουν τον τρόπο που ζούμε και σχετιζόμαστε. Η ανάδειξη της πολιτικής και



κοινωνικής διάστασης του πόνου επικυρώνει την εμπειρία του θεραπευόμενου και μπορεί να τον βοηθήσει να την κατανοήσει χωρίς να ενοχοποιεί τον εαυτό του, αναζητώντας τους δικούς του τρόπους να προχωρήσει. Μας καλεί, συγχρόνως, να αναρωτηθούμε πώς μπορούμε να στηρίξουμε την επαφή και να κρατήσουμε ανοιχτό έναν χώρο για αλλαγή.

Πιο συγκεκριμένα, οι **Nicoletta Citterio** και **Valentina Iori** ανοίγουν το τεύχος με το **«FA.G.E. Family Genogram of Emotions: Δημιουργία ενός εργαλείου εργασίας με τα συναισθήματα στην συστημική θεραπεία»**. Με μεγάλη χαρά, το περιοδικό μας αναδημοσιεύει το άρθρο που δημοσιεύθηκε στο ιταλικό περιοδικό [Quaderni SIRTIS](#), με το οποίο συνεργαζόμαστε για την αμοιβαία δημοσίευση άρθρων. Οι συγγραφείς ξεκινούν από μια στιγμή που πολλοί θεραπευτές θα αναγνωρίσουμε: «Κάτι σίγουρα μου διαφεύγει, κάτι δεν καταφέρνω να δω». Η αίσθηση του αδιεξόδου γίνεται αφορμή για συζήτηση μεταξύ των θεραπευτριών και για τη δημιουργία ενός εργαλείου που βοηθά τα συναισθήματα να αποκτήσουν μορφή, ονόματα και συνδέσεις. Η προτροπή ο θεραπευτής «να μην ερωτεύεται τη δική του υπόθεση» υπενθυμίζει πόσο χρειάζεται να μένει χώρος για όσα δεν έχουν ακόμη γίνει κατανοητά.

Το συλλογικό άρθρο **«Ποιος φροντίζει τον θεραπευτή; Η επίδραση της απώλειας σε ομάδα εκπαίδευσης στη συστημική ψυχοθεραπεία»**, από το **Τμήμα Οικογενειακής Θεραπείας του ΕΠΙΨΥ**, μας μεταφέρει την εμπειρία μιας ομάδας που πενθεί. Μετά την απώλεια ενός μέλους της, η γραφή γίνεται ένας τρόπος να μοιραστούν οι άνθρωποι όσα νιώθουν, να θυμηθούν και να αναζητήσουν νόημα, ακόμη κι όταν πολλά ερωτήματα παραμένουν αναπάντητα. Η φράση «η ευαλωτότητα δεν αποτελεί παρέκκλιση από την επαγγελματική ταυτότητα, αλλά αναπόσπαστο στοιχείο της» αγγίζει κάτι που συχνά δυσκολευόμαστε να παραδεχτούμε: ότι και εκείνος που φροντίζει χρειάζεται ανθρώπους στους οποίους μπορεί να στηριχθεί.

Στο **«Από τη Γοργώ στη Μέδουσα. Η διαδρομή της κακοποίησης: Αναστοχασμός σε μια διαχρονική ιστορία»**, οι **Χριστίνα Κωνσταντίνα Καλύβα και Θάλεια Τρακάκη** επιστρέφουν στον μύθο για να μιλήσουν για την κακοποίηση, την προδοσία της εμπιστοσύνης και το βλέμμα των άλλων. Γράφουν: «Το τραύμα μένει βουβό, κλειστό, σφραγισμένο, δεν το κοινωνεί με κανέναν, δεν το εμπιστεύεται, δεν το ακούει κανένας». Μέσα σε αυτή την απομόνωση, η παρουσία κάποιου που μπορεί να ακούσει αποκτά ιδιαίτερη σημασία. Ο θεραπευτής περιγράφεται ως εκείνος «που αντέχει να δει το τραύμα και όχι το τέρας», αφήνοντας χώρο για τον άνθρωπο και για όσα η τραυματική εμπειρία έχει κρύψει από το βλέμμα των άλλων.



Η **Κάτια Χαραλαμπίκη**, στην «**Τριγωνοποίηση ζεύγους ως κεντρικό στοιχείο της θεραπείας**», μας μεταφέρει στις σχέσεις του ζευγαριού και στη θέση του θεραπευτή ανάμεσα στους συντρόφους. Οι συμμαχίες και οι αποκλεισμοί που δυσκολεύουν τη σχέση μπορεί να εμφανιστούν και μέσα στη θεραπεία. Το ζητούμενο είναι να δημιουργηθεί «μια τριάδα με ικανότητα να συζητά, να κατανοεί και να “αποτριγωνοποιείται”». Επιστρέφοντας σε μια δύσκολη εμπειρία από τη δουλειά της, η συγγραφέας αναγνωρίζει πως κάποτε: «... το τρίγωνο δεν έγινε πραγματικά θεραπευτικό, καθώς δεν μπόρεσε να εισαγάγει την “μετα-επικοινωνία”». Η παραδοχή αυτή δίνει χώρο και στις δικές μας δυσκολίες, στις στιγμές που χρειάζεται να σταθούμε ξανά σε όσα έγιναν και να αναρωτηθούμε για τη συμμετοχή μας.

Η **Ιωάννα Παπαϊωάννου**, στο «**Βαδίζοντας από τη σύνθεση στη διαφοροποίηση**», συνεχίζει τη συζήτηση γύρω από το ζευγάρι, την εγγύτητα και τη δυσκολία να παραμένει ο καθένας ξεχωριστός μέσα στη σχέση. Το ερώτημα «πώς να υπάρχουν ως δύο υποκείμενα μέσα και έξω από τη σχέση» αφορά την προσπάθεια των συντρόφων να αναγνωρίσουν τις επιθυμίες, τους φόβους και τα όριά τους. Αγγίζει και τον θεραπευτή, ο οποίος χρειάζεται «να βρίσκεται ταυτόχρονα μέσα και έξω από το ζευγάρι»: να μπορεί να νιώθει μαζί τους και συγχρόνως να κρατά τον χώρο που χρειάζεται για να σκεφτεί όσα συμβαίνουν. Τελικά, η συγγραφέας μας προσκαλεί να δούμε τι μπορεί να αλλάξει όταν η διαφορά βρίσκει θέση μέσα στη σχέση.

Με το άρθρο «**Η σύγκρουση ως γλώσσα του άρρητου: Μυθολογικά ζευγάρια και κλινικές αναγνώσεις**», η **Ειρήνη Σεργέδου** μάς καλεί να ακούσουμε όσα δυσκολεύονται να ειπωθούν ανάμεσα στους συντρόφους. Όπως γράφει, «το αντικείμενο της διαφωνίας μπορεί να είναι συγκεκριμένο· το νόημα που αποκτά όμως μέσα στη σχέση είναι σχεσιακό». Οι μυθολογικές ιστορίες βοηθούν να πλησιάσουμε τον φόβο, την ντροπή και την ανάγκη για αναγνώριση που μπορεί να βρίσκονται μέσα σε μια σύγκρουση. Ανοίγουν έτσι «τη δυνατότητα το άρρητο να αναγνωριστεί και να ονομαστεί, ώστε η ίδια η σχέση να μπορεί να μετασχηματιστεί».

Στο «**Εις μνήμην του Paolo Gritti**», η **Valeria Pomini** αποχαιρετά έναν άνθρωπο που συνέδεσε τη δουλειά του με τη συνάντηση και τη συνεργασία. Η προσέγγισή του μας θυμίζει ότι «τα οικογενειακά συστήματα δεν μπορούν να κατανοηθούν ανεξάρτητα από τα πολιτισμικά πλαίσια που τα δημιουργούν», καλώντας μας να ακούμε τις ιστορίες των ανθρώπων μαζί με τις πολιτισμικές τους κληρονομίες. Ο «εμπνευστικός λόγος του», ο ενθουσιασμός του και οι δεσμοί που δημιούργησε με την ελληνική συστημική κοινότητα κρατούν ανοιχτή τη δυνατότητα να συνεχιστεί ό,τι ξεκίνησαν μαζί.



Το τεύχος ολοκληρώνεται με την παρουσίαση του «**Ημερολογίου Γάζας**» του **Χρίστου Γεωργάλα** από τον **Δημήτρη Κόκκαλη**. Η μαρτυρία αυτή μας φέρνει κοντά στον συλλογικό πόνο και στους ανθρώπους που επιμένουν να προσφέρουν φροντίδα μέσα σε συνθήκες βίας και καταστροφής. Παράλληλα, ανοίγει ερωτήματα που αγγίζουν τη δική μας θέση: «Μέχρι ποιου σημείου μπορεί να συμβάλλει η ψυχοθεραπεία χωρίς την παράλληλη συνέργεια κοινωνικό-πολιτικών συλλογικών διεργασιών;». Η σκέψη στρέφεται και στη συνάντηση με τον άλλον, ιδιαίτερα όταν οι αξίες και οι πεποιθήσεις του απέχουν από τις δικές μας: «Πόση διαφορά αντέχουμε όμως;». Τα ερωτήματα αυτά παραμένουν ανοιχτά και μας ακολουθούν πέρα από την ανάγνωση, στον τρόπο που ακούμε, σχετιζόμαστε και στεκόμαστε απέναντι σε όσα συμβαίνουν γύρω μας.

Ίσως η ανάγνωση αυτού του τεύχους να γίνει αφορμή να σταθούμε λίγο περισσότερο σε όσα ακούμε και σε όσα δυσκολευόμαστε να πούμε. Να μοιραστούμε σκέψεις και αμφιβολίες, να αναζητήσουμε στήριξη και να αφήσουμε χώρο για μια διαφορετική ματιά. Με την ελπίδα ότι αυτή η συζήτηση θα συνεχιστεί στις συναντήσεις μας, εκεί όπου η φροντίδα παίρνει κάθε φορά το δικό της πρόσωπο.

Καλή ανάγνωση!

Εκ μέρους της συντακτικής επιτροπής

Αθανασία Κατή