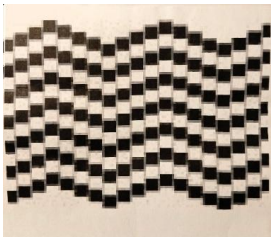
«Βαδίζοντας από τη σύνθεση στη διαφοροποίηση»

Παπαϊωάννου Ιωάννα, Κοινωνική Λειτουργός – Ψυχοθεραπεύτρια
Μονάδα Οικογενειακής Θεραπείας, Πολυδύναμη Νοσηλευτική Μονάδα
Ψυχικής Υγείας Αττικής (πρώην Ψ.Ν.Α)
Email: jo_papaioannou@yahoo.com



ΠΕΡΙΛΗΨΗ

Όταν οι σύντροφοι έρχονται στην θεραπεία αναζητούν, σε ένα πρώτο επίπεδο, έναν τρόπο να συνδεθούν καλύτερα. Όμως σε μία δεύτερη ανάγνωση αυτού του αιτήματος, οι θεραπευτές συχνά ερχόμαστε αντιμέτωποι με ένα «μαζί» συγχωνευτικό, όπου τα όρια μεταξύ των συντρόφων είναι θολά και η αίσθηση ενός ξεχωριστού εαυτού απουσιάζει. Τι νόημα δίνουν, λοιπόν, οι σύντροφοι στην εμπειρία του «μαζί»;

Η Θεωρία του Συναισθηματικού Δεσμού υποστηρίζει ότι ο πρωταρχικός δεσμός ενεργοποιείται στις κοντινές σχέσεις με τους σημαντικούς άλλους. Στη διάρκεια της θεραπείας το ζευγάρι θα επαναλάβει με τον θεραπευτή τους δεσμούς του παρελθόντος προκαλώντας και προσκαλώντας τον στη συμβιωτική σχέση. Αν ο θεραπευτής δεν μπορέσει να αναγνωρίσει αυτή την αλληλεπίδραση κινδυνεύει να παγιδευτεί σε αυτή την παθολογική οργάνωση. Η εποπτεία και η προσωπική του θεραπεία θα συμβάλλουν στη διατήρηση μιας στάσης ισορροπίας ανάμεσα στην εγγύτητα και τα όρια.

Λέξεις – Κλειδιά: συγχώνευση, πρωταρχικός δεσμός, προβλητικό σύστημα, θεραπευτική σχέση

Αφορμή για την ομιλία αυτή αποτέλεσε ο τίτλος του συνεδρίου «Βαδίζοντας από τη διαφορά στη σύνθεση», που με οδήγησε συνειρμικά σε μια πιθανή συνέχεια αυτής της πορείας, στη μετάβαση προς τη διαφοροποίηση. Μέσα από αυτή την οπτική, θα προσεγγίσω τη δυναμική της συγχώνευσης στη σχέση του ζευγαριού, τόσο θεωρητικά όσο και στην κλινική πράξη.

Αποτελεί κοινή διαπίστωση ότι η ανθρώπινη ανάπτυξη και η συγκρότηση της ταυτότητας περιλαμβάνουν μια πορεία από καταστάσεις συγχώνευσης προς τη διαφοροποίηση. Η πιο θεμελιώδης ξεκινά πριν ακόμη από τη γέννησή μας, τότε που το πρώτο σπίτι που κατοικούμε είναι το σώμα της μητέρας μας και το επόμενο είναι η αγκαλιά της. Ένα σπίτι που μας περιβάλλει, μας κρατά, μας σκέφτεται, μας ακούει, μας απαντά, φροντίζει τις ανάγκες εξάρτησής μας και μας δίνει

το αίσθημα της ασφάλειας. Σταδιακά και οδυνηρά γινόμαστε άτομα, καθώς η ίδια η μητέρα είναι εκείνη που μας διώχνει και μας εξορίζει. Αν η ανάπτυξη είναι επαρκώς καλή, τότε αυτή η εξορία γίνεται μια διαδικασία γέννησης ενός εαυτού αυτόνομου και σκεπτόμενου (Μανωλόπουλος, 2026).

Η Θεωρία του Συναισθηματικού Δεσμού υποστηρίζει ότι η προσκόλληση και η εξάρτηση, αν και δεν είναι πλέον εμφανείς με τον ίδιο τρόπο όπως στην πρώιμη παιδική ηλικία, παραμένουν εν δράσει σε ολόκληρο τον κύκλο της ζωής. Ο Bowlby θεωρούσε ότι η συντροφική σχέση αποτελεί την ενήλικη εκδήλωση του πρωταρχικού Δεσμού και, κατ' αντιστοιχία, προσφέρει μια ασφαλή βάση που επιτρέπει την εργασία και την εξερεύνηση, καθώς και ένα προστατευτικό κέλυφος σε στιγμές ανάγκης. Η φράση "in sickness and in health" αποτελεί μια υπενθύμιση αυτού του σκοπού (Holmes, 2009).

Τι διαφοροποιεί όμως τη συντροφική σχέση από τις άλλες; Ο Winnicott (Τσαμπαρλή, 2025) εισήγαγε τον όρο ψυχοσωματική συντροφικότητα για να περιγράψει την πρωταρχική σχέση μητέρας και βρέφους. Πρόκειται για μια επικοινωνία διαισθητική, αισθητηριακή, σωματική, που ρυθμίζει συναισθηματικά το βρέφος και θέτει τη βάση για την οργάνωση του ψυχισμού του. Αυτό το βίωμα μοιάζει να επαναλαμβάνεται στη συντροφικότητα. Η αυξανόμενη οικειότητα που εξελίσσεται στη διάρκειά της οδηγεί στη σταδιακή εγκατάλειψη της ιδιωτικότητας, ενώ οι πρωτόγονες αντιδράσεις που ενεργοποιεί η σεξουαλική επαφή ενισχύουν την αίσθηση απώλειας ελέγχου του εαυτού, οδηγώντας στην εμπειρία ενός απόλυτου συντονισμού των συντρόφων (Byng-Hall, 1980) και, ίσως ασυνείδητα, στην εκπλήρωση της πρώιμης επιθυμίας να έχουμε κάποιον αποκλειστικά για εμάς. Ιδιαίτερα στην αρχική φάση του έρωτα, η ψευδαίσθηση της "πλήρους ένωσης" βιώνεται πιο έντονα. Η Morgan (2018, 2022) την παρομοιάζει με την παρανοειδή-σχιζοειδή θέση του βρέφους της Klein, τονίζοντας ότι το ζευγάρι χρειάζεται να παλινδρομήσει σε αυτή προκειμένου να συνδεθεί, ώστε να μπορέσει αργότερα να μεταβεί στην καταθλιπτική φάση, στη φάση της αγάπης, μιας αγάπης πιο ρεαλιστικής και ολιστικής.

Ως εκ τούτου, η ασυνείδητη λειτουργία του δεσμού, όπως έχει εσωτερικευθεί, προσφέρει ένα σύνολο προβλέψεων και προσδοκιών που επηρεάζουν την επιλογή συντρόφου, το είδος της σχέσης και τη δυναμική που θα αναπτυχθεί. Αυτά αποτελούν και το προβλητικό σύστημα του ζευγαριού, καθώς ο ένας λειτουργεί ως πλαίσιο αναφοράς για τον άλλον. Η Χαραλαμπάκη (2008) επισημαίνει τη συστημική οπτική του μηχανισμού της προβλητικής ταύτισης, τονίζοντας ότι και οι δύο σύντροφοι εμπλέκονται και συμμετέχουν ενεργά. Πρόκειται για ένα φαινόμενο όχι μόνο ενδοψυχικό αλλά και διαδραστικό, το οποίο δεν αφορά μόνο την αποτυχία του ενός να εμπεριέξει τις δύσκολες σκέψεις και τα συναισθήματά του, αλλά και την ικανότητα του άλλου να ανταποκριθεί σε αυτό το κάλεσμα, να τα υποδεχτεί, να ταυτιστεί και να τα μετασχηματίσει. Όταν αυτή η αλληλεπίδραση λειτουργεί επαρκώς, το ζευγάρι ενεργεί ως ένα σύστημα στο οποίο επικρατούν η ενσυναίσθηση και η ανακούφιση, ενώ η έλλειψη κατανόησης αντικαθίσταται από την περιέργεια να μάθει ο ένας τον άλλον. Στη συμβιωτική οργάνωση, όμως, δεν αποτελεί όχημα επικοινωνίας αλλά δρα κυρίως αμυντικά, προκειμένου να αποφευχθεί η διαφοροποίηση και να διατηρηθεί η αίσθηση ότι ο ένας ζει μέσα στον άλλο. Η σχέση τότε γίνεται απλώς το έδαφος όπου εκκενώνονται τα ανεπιθύμητα ψυχικά περιεχόμενα.

Παράδοξα, οι σύντροφοι συνήθως προσέρχονται στη θεραπεία επειδή βιώνουν την απουσία αυτού του «μαζί» και αναζητούν έναν τρόπο να γεφυρώσουν τη διαφορά τους. Μια βαθύτερη, όμως, διερεύνηση αποκαλύπτει συχνά το αντίθετο: ένα συγχωνευτικό «μαζί», όπου τα όρια είναι θολά, η αίσθηση ενός ξεχωριστού εαυτού λείπει και το «εμείς» γίνεται ένα σχετίζεσθαι ασφυκτικό, που επηρεάζει την επικοινωνία, τη ρύθμιση της απόστασης και της εγγύτητας και την προσωπική ανάπτυξη. Αναζητούν αέναα κάτι, χωρίς όμως να ξέρουν και να κατανοούν ποιο είναι το αντίθετό του, πώς να υπάρχουν ως δύο υποκείμενα μέσα και έξω από τη σχέση.

Ο Μανωλόπουλος (2026) θέτει κάτι αντιφατικό αλλά πολύ βασικό: «Για να συναντηθείς με κάποιον, πρέπει πρώτα να χωρίσεις από αυτόν», βάζοντας έτσι ως προϋπόθεση της σχέσης την απόσταση, την απουσία και την αναμονή. Μία έλλειψη όχι με την αρνητική έννοια του κενού και του παθητικού, αλλά με την έννοια ενός παραγωγικού χρόνου, μιας δημιουργικής κατάστασης που παράγει σκέψη, επιθυμία και συνδέει την εσωτερική και εξωτερική πραγματικότητα σε μία ενιαία εμπειρία με νόημα και αξία. Όπως παρομοιάζει τον μη απαρτιωμένο και συγχωνευμένο εαυτό ως «ένα σπίτι χωρίς δωμάτια που δεν χωρίζουν άρα και δεν συνδέονται», έτσι φαντάζει και η σχέση ενός συμβιωτικού ζευγαριού. Μία σχέση όπου οι σύντροφοι δεν ξεχωρίζουν τι νιώθουν και γιατί, η επιθυμία και ο φόβος μπλέκονται, η απώλεια εαυτού και η απώλεια του άλλου συγχέονται, το “θέλω” και το “δεν θέλω” συμβαίνουν μαζί, η σκέψη απουσιάζει, με αποτέλεσμα το συναίσθημα να μην διαχωρίζεται από το γεγονός και να αποτελεί την πιο έγκυρη έκφραση της αλήθειας, ενώ η παρουσία του άλλου βιώνεται τελικά μόνο ως μια εξωτερική επιβεβαίωση, ως μια άμεση ικανοποίηση και κατανάλωση χωρίς ουσία. Οι έντονες συγκρούσεις, οι αποστασιοποιήσεις και οι εκδραματίσεις μοιάζουν σαν μια προσπάθεια σύνδεσης, καθώς η ένταση που παράγουν δίνει προσωρινά μορφή στο χάος, αλλά και μια αίσθηση ψευδούς αυτονομίας και διαφοροποίησης ως άμυνα απέναντι στον φόβο εγκατάλειψης. Ο βαθμός διαφοροποίησης του εαυτού θα καθορίσει τον βαθμό συγχώνευσης των συντρόφων. Άλλωστε, η συναισθηματική συγχώνευση είναι καθολική, συμβαίνει σε όλους τους ανθρώπους, εκτός από το εντελώς διαφοροποιημένο άτομο, το οποίο ακόμη δεν έχει γεννηθεί (Bowen, 1998).

Η ψυχική κατάσταση του ζεύγους (Morgan, 2018, 2022) είναι από την αρχή αυτή που καθοδηγεί αλλά και μπορεί να γειώσει τον θεραπευτή, καθώς αποτελεί το εσωτερικό του πλαίσιο: την ικανότητά του να διατηρεί επαφή με τα συναισθήματα των συντρόφων, της σχέσης και με τα δικά του και, παράλληλα, να τα παρατηρεί και να αναστοχάζεται. Δηλαδή, να λειτουργεί ως ένας συμμετέχων παρατηρητής (Τσαμπαρλή, 2025). Αυτό καθιστά την αντιμεταβίβαση ιδιαίτερα σημαντική τόσο για την αποτελεσματικότητα του θεραπευτή όσο και για την ευελιξία του να βρίσκεται ταυτόχρονα μέσα και έξω από το ζευγάρι. Όπως το attachment αποτελεί θεμελιώδη προσδιοριστικό συντελεστή στις κοντινές σχέσεις με τους σημαντικούς άλλους, έτσι και στη θεραπευτική σχέση ενεργοποιείται η ανάγκη δεσμού, με τον θεραπευτή να γίνεται αναπόφευκτα μια κεντρική φιγούρα πρόσδεσης.

Η αντιμεταβίβαση δεν αφορά μόνο τις συναισθηματικές του αντιδράσεις στις προβολές του ζευγαριού, αλλά το συνολικό του βίωμα. Αυτό ενέχει τον κίνδυνο απώλειας της διαφοροποίησής του, όταν τα συναισθήματα που φέρνουν οι σύντροφοι συνηχούν με δικά του που ακόμη δεν έχει πενθήσει. Για τον λόγο αυτό χρειάζεται να βρίσκεται συνεχώς σε εγρήγορση για αυτά που νιώθει, αλλά και να διατηρεί επίγνωση του εαυτού του: του δικού του

εσωτερικευμένου δεσμού, του ενδοψυχικού του κόσμου και των θεμάτων που συνδέονται με την υποκειμενικότητά του. Με άλλα λόγια, όλων εκείνων των εμπειριών που ενδέχεται να ενεργοποιήσουν τη δράση του. Η επεξεργασία της αντιμεταβίβασης μπορεί να προσφέρει πρόσβαση στον ψυχικό κόσμο του ζευγαριού, στην κατανόηση της δυναμικής του και στη διασφάλιση αυτής της τρίτης θέσης, η οποία είναι απαραίτητη ώστε ο θεραπευτής να διατηρεί ενεργή την αναστοχαστική του λειτουργία. Η προσωπική του θεραπεία και η εποπτεία αποτελούν απαραίτητα εργαλεία που θα συμβάλλουν προς αυτή την κατεύθυνση.

Η ουδετερότητα του θεραπευτή, χωρίς να χάνει την ενσυναίσθησή του, τα σαφή όρια, η ρύθμιση της συναισθηματικής έντασης στη συνεδρία, η ανθεκτικότητά του στη δυσφορία και την επιθετικότητα χωρίς να λειτουργεί αντιδραστικά, και η ικανότητά του να εμπεριέχει την αβεβαιότητα που αναδύεται στη θεραπευτική σχέση, θα τον προστατεύσουν από μια πιθανή συγχώνευση στην παθολογική οργάνωση του ζευγαριού και θα του επιτρέψουν να υιοθετήσει μια στάση περιέργειας, παραμένοντας ανοιχτός σε ό,τι αναδύεται στο εδώ και τώρα της συνεδρίας, έξω από τις δικές του επιθυμίες και προσδοκίες, δημιουργώντας έτσι ένα ασφαλές πλαίσιο που θα διευκολύνει τη θεραπευτική σχέση και την αλλαγή.

ΒΙΝΙΕΤΑ

Η βινιέτα αφορά ένα φανταστικό ζευγάρι, η σύνθεση του οποίου έχει εμπλουτιστεί από την κλινική μου εργασία με ζευγάρια. Δεν αντιστοιχεί σε ένα συγκεκριμένο κλινικό περιστατικό, ενώ τα στοιχεία έχουν τροποποιηθεί για τη διασφάλιση της ανωνυμίας.

Ο Αντώνης και η Αγγελική είναι παντρεμένοι αρκετά χρόνια και έχουν μία κόρη. Απευθύνθηκαν για θεραπεία ζεύγους μετά από αίτημα της Αγγελικής, με στόχο τη βελτίωση της επικοινωνίας τους, αναφέροντας ότι απομακρύνθηκαν μετά τη γέννηση του παιδιού τους. Εργάζονται και οι δύο, ωστόσο η επαγγελματική πορεία του Αντώνη βρίσκεται σε κάμψη, σε αντίθεση με εκείνη της Αγγελικής, η οποία εξελίσσεται.

Η Αγγελική τον περιγράφει ως νοητικό και συναισθηματικά αποστασιοποιημένο. Παρόλο που ο Αντώνης αποδέχεται αυτή την εικόνα, αναφέρει πως, όταν καταφέρνει να εκφραστεί συναισθηματικά, βιώνει απόρριψη. Δηλώνει ότι προσέρχεται στη θεραπεία έπειτα από απαίτηση της συζύγου, ώστε να αποφευχθεί ο χωρισμός, ενώ εκείνη, παρότι επιθυμεί τη θεραπεία, δηλώνει αβέβαιη για το μέλλον της σχέσης. Διακρίνω και στους δύο έναν φόβο και μια ντροπή για όσα μπορεί να αποκαλυφθούν, καθώς και μια ανησυχία για τον τρίτο που βάζουν ανάμεσά τους. Αναρωτιέμαι πώς με φαντάζονται, αν με βλέπουν ως κάποιον που μπορεί να τους βοηθήσει ή όχι. Προσπαθώ να δώσω χώρο σε αυτά τα άγχη και να τους τα αναγνωρίσω ως φυσιολογικά.

Στη συνεδρία, ωστόσο, παρατηρώ μια απόκλιση ανάμεσα στο κοινό τους αφήγημα και σε αυτό που εκτυλίσσεται μεταξύ τους: ο Αντώνης εκφράζεται με σχετική ευκολία, ενώ η Αγγελική παραμένει σιωπηλή, ανέκφραστη, αποφεύγοντας την οπτική επαφή. Αισθάνομαι μια υπόκωφη ένταση, κάτι αφόρητο, και αναρωτιέμαι τι αντανακλά αυτό που νιώθω για εκείνους. Προτείνω δεκαπενθήμερες συνεδρίες με μία σταθερή ημέρα. Στην επόμενη συνάντηση, πέρα από τη σχέση τους, μιλούν για τις ατομικές τους ιστορίες: εκείνη για την επικριτική της μητέρα και εκείνος για τον κακοποιητικό πατέρα του, που τρέμει.

Καθώς η θεραπεία προχωρά, γίνεται σαφές ότι η δυναμική του ζευγαριού διαφέρει από την αρχική τους περιγραφή. Η Αγγελική βιώνει σχεδόν παραβιαστικά και με υποτίμηση κάθε πλησίασμα του Αντώνη και συχνά εκδραματίζει τη δυσφορία της με αιφνίδιες αποχωρήσεις από το σπίτι ή ζητώντας κατά διαστήματα να χωρίσουν. Σκεφτόμουν την αποφευκτικότητά της σε σχέση με τη μητέρα της, η οποία έπασχε από χρόνια κατάθλιψη ήδη πριν από τη γέννησή της. Η στάση της έμοιαζε με μια ψευδή ανεξαρτησία ως άμυνα απέναντι στη βαθιά της ανάγκη για προσκόλληση. Παρότι η Αγγελική αναζητά συνειδητά την εγγύτητα, φαίνεται να μην την αντέχει και, με τη στάση της, εξασφαλίζει την απόσυρση του άντρα της, εγκλωβίζοντάς τους σε έναν αμοιβαίο κύκλο ματαιώσεων, με εκείνη να αισθάνεται διαρκώς ανικανοποίητη και εκείνος ανεπαρκής.

Ο Αντώνης δεν μοιάζει τόσο εσωστρεφής και φαίνεται να καταρρέει στην απόσταση, πιέζοντας σχεδόν ασφυκτικά και χρησιμοποιώντας ακόμη και το παιδί για να την προσεγγίσει. Τα αιτήματά της για χωρισμό τα δέχεται παθητικοεπιθετικά, υιοθετώντας τον ρόλο εκείνου που διαρκώς κατηγορείται, ανέχεται και προσπαθεί. Αντίστοιχα, σκεφτόμουν τη δική του αμφίθυμη σχέση με τη μητέρα του, την οποία θυμόταν άλλοτε θύμα βίας του πατέρα του και άλλοτε απούσα. Η θεία του υπήρξε το πιο σταθερό και αξιόπιστο πρόσωπο της ζωής του. Συχνά ένιωθα να γίνομαι για εκείνον πότε η φροντιστική θεία και πότε η αδιάφορη μητέρα.

Στην αρχή της σχέσης τους η δυναμική τους ήταν διαφορετική: εκείνη τον διεκδικούσε και εκείνος απέφευγε τη δέσμευση. Η ισορροπία αυτή ανατράπηκε με τον γάμο, τη γέννηση του παιδιού και την επαγγελματική τους πορεία, γεγονότα που διαδέχονταν το ένα το άλλο σχεδόν σαν ντόμινο. Σκεφτόμουν τις οικογενειακές τους ιστορίες: στης Αγγελικής ο αδύναμος άντρας ήταν ο «καλός» άντρας, γιατί δεν εγκατέλειπε την οικογένειά του, ενώ για τον Αντώνη η αντρική ταυτότητα είχε συνδεθεί με έναν βίαιο πατέρα, που φαίνεται να τον τρόμαζε και να τον απέσυρε σε μια ευαλωτότητα. Σαν οι ασυνείδητες επιθυμίες τους για έναν υποταγμένο άντρα να συναντήθηκαν και να ενεργοποιήθηκαν μέσα στη σχέση, προκειμένου να την διασφαλίσουν και να προστατευθούν, διαμορφώνοντας ένα παιχνίδι συμπληρωματικών ρόλων, όπου η θέση του ενός προϋπέθετε τη θέση του άλλου, χωρίς να αφήνεται χώρος για κάτι διαφορετικό.

Συχνά προέβαλαν μεταξύ τους τα εσωτερικευμένα αντικείμενα απόρριψης και τότε η σχέση γέμιζε με άγχη εγκατάλειψης και εισβολής. Για την Αγγελική, ο Αντώνης γινόταν ενίοτε ο ανεπαρκής πατέρας που την άφηνε εκτεθειμένη και, άλλες στιγμές, η απορριπτική και ενοχοποιητική μητέρα της, ενώ για τον Αντώνη η Αγγελική γινόταν είτε ο επιθετικός πατέρας είτε η ψυχρή μητέρα του. Το παιδί κατείχε κεντρική θέση στη δυναμική του ζευγαριού, ρυθμίζοντας την απόσταση και την εγγύτητα μεταξύ τους και λειτουργώντας ως αντικείμενο απόρριψης, επανόρθωσης ή ανακούφισης από τα ατομικά και σχεσιακά τραύματα. Η κόρη τους έμοιαζε να εκφράζει τα δικά τους άγχη αποχωρισμού, εκδηλώνοντας αντίστοιχες φοβίες, και αυτό είτε τους συσπείρωνε είτε οδηγούσε σε αλληλοκατηγορίες και μια σχάση σωστού-λάθους, σαν να υπήρχε μόνο ένας τρόπος και καθετί διαφορετικό δεχόταν επίθεση.

Κινητοποιούσαν και σε εμένα έντονα αντιμεταβιβαστικά συναισθήματα: τη δυσανασχέτηση από την πίεσή τους να πάρω θέση, την αντιπάθεια προς τον έναν ή και τους δύο, που μου προκαλούσε η επιθετικότητά τους, αλλά και την απογοήτευση ότι αδυνατούσα να τους βοηθήσω. Η αναγνώριση αυτών των συναισθημάτων με βοηθούσε να αναστοχάζομαι πριν από

τις παρεμβάσεις μου και να αναρωτιέμαι αν όσα βίωνα αντανακλούσαν και κάτι από τον δικό τους ψυχικό κόσμο: τη δυσκολία να αντέξουν τον θυμό απέναντι στον διαφορετικό άλλο, τη ματαίωση που δεν μπορούσαν να γίνουν κατανοητοί μεταξύ τους και το αίσθημα αβοήθητου που έφεραν από τις πρώιμες εμπειρίες τους. Αυτές οι σκέψεις με έκαναν να αντιληφθώ βαθύτερα τις δυσκολίες τους και να τους διευκολύνω να δώσουν λόγια σε όσα μέχρι τότε εκδραμάτιζαν.

Το πέρασμα στην πράξη δεν περιοριζόταν μόνο στη μεταξύ τους σχέση, αλλά επεκτεινόταν και στη θεραπευτική. Αυτό έγινε ιδιαίτερα εμφανές ενόψει της χριστουγεννιάτικης παύσης της θεραπείας, όπου ο φόβος αποχωρισμού ενέτεινε τις συγκρούσεις τους και την αντίσταση στις παρεμβάσεις μου. Στην τελευταία συνεδρία, λίγο πριν από τη λήξη του χρόνου, τέθηκε ένα ακόμη αίτημα χωρισμού, μην αφήνοντας περιθώρια για επεξεργασία. Φέρνοντάς με σε αυτό το αδιέξοδο, αναρωτήθηκα αν δεν επρόκειτο μόνο για ένα acting out, αλλά και για έναν τρόπο επικοινωνίας και διατήρησης του δεσμού μαζί μου. Σαν να ήθελαν να μοιραστώ τη δική τους αγωνία και να τους έχω στο νου μου όσο θα απουσιάζαμε. Μετά τις διακοπές επέστρεψαν πιο ανάλαφροι και αισιόδοξοι. Σκεφτόμουν αν αυτή η αλλαγή αποτελούσε άμυνα απέναντι στην εγκατάλειψη, μέσω της φυγής προς ένα πιο υγιές και αυτόνομο κομμάτι, ή ένδειξη εξέλιξης, αν είχαν αρχίσει να δημιουργούν έναν ψυχικό χώρο μεταξύ τους. Η πορεία, όμως, έδειξε ότι η ηρεμία αυτή ήταν περισσότερο συμμόρφωση και αποφυγή.

Η ένταση επανήλθε, με το παιδί να γίνεται το επίκεντρο της σύγκρουσης. Η γέννησή του, τους ενεργοποιούσε αφόρητα συναισθήματα – ίσως εκείνο το αφόρητο που είχα νιώσει και εγώ στην αρχή της θεραπείας. Πέρα από τη σύνδεση με τα ατομικά τους τραύματα, σηματοδότησε, στο επίπεδο της σχέσης τους, την απώλεια της αποκλειστικής δυάδας, καθώς και οι δύο ένιωσαν να στερούνται την παρουσία και τη φροντίδα του άλλου. Η ενοχή και η ντροπή για την πλευρά τους που δεν ήθελε αυτό το παιδί ήταν ανυπόφορη και την προέβαλαν ο ένας στον άλλο, ίσως με την ασυνείδητη ελπίδα να ανακουφιστούν. Υπήρχε ένα πένθος που δυσκολεύονταν να κάνουν και τους εμπόδιζε να πάνε παρακάτω.

Η ένταση αυτή ενίσχυε την αρνητική μεταβίβαση και των δύο, όμως εκείνη της Αγγελικής γινόταν πιο αισθητή σε εμένα, καθώς δεν δίσταζε πάντα να εκφράζει πιο άμεσα την επιθετικότητά της. Στην τελευταία συνεδρία, μια ερμηνεία μου τη δυσκόλεψε ιδιαίτερα, παρασύροντάς με σε μια αντιπαράθεση μαζί της, στην οποία ο Αντώνης δεν έμεινε αμέτοχος, αλλά πήρε θέση, συμμαχώντας μαζί μου. Παρόλο που η Αγγελική με «προειδοποιούσε» το τελευταίο διάστημα για τη δυσφορία της απέναντί μου, δεν το εκτίμησα επαρκώς πριν προχωρήσω στην εν λόγω παρέμβαση, ούτε έλαβα υπόψη μου τη στάση του Αντώνη, απέναντι στην οποία παρέμεινα σιωπηλή. Σαν να εκδραμάτισα την επιθετικότητά της και έγινα και εγώ σαδιστική μαζί της, αλλά και σαν αυτή η συμμαχία με τον Αντώνη να αποτελούσε μια δική μου επιθυμία να με υπερασπιστεί κάποιος. Ίσως ασυνείδητα και κάτι δικό μου να είχε διακινηθεί. Τίποτα, όμως, από όλα αυτά δεν είχα αντιληφθεί· θεωρούσα, μάλιστα, ότι το ραντεβού είχε πάει πολύ καλά. Το συνειδητοποίησα όταν, μέρες αργότερα, με κάλεσαν για να με ενημερώσουν ότι διακόπτουν. Αιφνιδιάστηκα και φορτίστηκα έντονα, ταυτόχρονα, όμως, αναγνώριζα ότι ήταν σημαντικό να εστιάσω στην αξία ενός κλεισίματος, πρόταση την οποία και δέχτηκαν.

Η τελευταία συνάντηση υπήρξε καθαρτική για όλους. Μπόρεσαν να εκφράσουν τις θετικές όσο και τις δύσκολες πλευρές της θεραπείας με έναν τρόπο ενοποιητικό, χωρίς η μία να

αναιρεί την άλλη, ενώ δόθηκε και σε εμένα η δυνατότητα να αναγνωρίσω τη δική μου συμβολή στη δυναμική που είχε διαμορφωθεί και να αποκαταστήσω την ισορροπία στη θεραπευτική σχέση. Στο μεσοδιάστημα είχαν αποφασίσει να πάρουν διαζύγιο. Αναρωτήθηκα αν ήταν μία ακόμη εκδραμάτιση· στην πορεία, όμως, κατάλαβα ότι ήταν μια απόφαση ώριμη, την οποία πενθούσαν και οι δύο.

Ο Αντώνης και η Αγγελική ήταν δύο άνθρωποι που είχαν ζήσει βίαια και ενοχοποιητικά τέλη στη ζωή τους και χρειάζεται να μπορούμε να έχουμε ένα καλό τέλος για να αντέξουμε τα επόμενα που θα έρθουν, να μην το βιώσουμε ως καταστροφή, ώστε να καταφέρουμε να το δούμε και ως μια νέα αρχή. Πιστεύω ότι στη θεραπεία είχαμε ένα καλό τέλος και ίσως αυτό να συνέβαλε και στο δικό τους. Ακούγεται ίσως παράδοξο για μια θεραπεία ζεύγους, αλλά τελικά ποιος είναι ο στόχος; Η διατήρηση της σχέσης με κάθε κόστος; Στη δική τους περίπτωση αυτό δεν συνέβη, όμως, ακόμη και αν θυσιάστηκε η συντροφική σχέση, επήλθε μια εξέλιξη προσωπική και αυτό έχει επίσης αξία.

ΒΙΒΛΙΟΓΡΑΦΙΑ

Βαϊδάκης, Ν. Γιωσαφάτ, Μ. Δημητρακόπουλος, Χ. Ιωάννοβιτς, Ε. Παπασταμάτης, Κ. Πομίνι, Β. Ρήγας, Δ. Τομαράς, Β. Χαραλαμπάκη, Κ. (2008). Θεραπεία ζεύγους. Ψυχοθεραπευτικές προσεγγίσεις από την ψυχαναλυτική, τη συμπεριφορική και τη συστημική οπτική. Εκδόσεις: Καστανιώτη.

Ελκάιμ, Μ. (1991). Αν μ΄ αγαπάς μη μ΄ αγαπάς, Εκδόσεις Κέδρος.

Μανωλόπουλος, Σ. (2026). Η ικανότητα να κατοικούμε το σπίτι μας. Ανακτήθηκε από https://www.psychoanalysis.gr/documents/S.Manolopoulos-IkanotitaNaKatoikoumeToSpitiMas.pdf

Τσαμπαρλή, Α (2025). Ψυχανάλυση και θεραπεία ζεύγους. Εκδόσεις: Παπαζήσης.

Bowen, M.(1998). Τρίγωνα στην οικογένεια. Μετάφραση: Ε. Γκίκα & Μ. Λεβή.

Επιμέλεια: Κ. Χαραλαμπάκη. Εκδόσεις: Ελληνικά Γράμματα.

Byng-Hall, J. (1980). Symptom bearer as marital distance regulator: clinical implications. Family Process. Volume 19. Issue 4. 355 – 365.

Byng-Hall, J. (2008). The crucial roles of attachment in family therapy. Journal of Family Therapy. 30: 129-146.

Holmes, J. (2009). Ο John Bowlby & η Θεωρία του Δεσμού. Μετάφραση: Γ. Αθανασίου. Εκδόσεις: Ελληνικά Γράμματα.

Morgan, M. (2018). A couple's state of mind. Psychoanalysis of couples and the Tavistock relationships model. Routledge.

ΑΛΛΕΣ ΠΗΓΕΣ

Morgan, M. (2022). Αγάπη, Μίσος και ετερότητα στις στενές σχέσεις. Διάλεξη σε διημερίδα της ΕΕΨΨΟ, Αθήνα 8 Απριλίου.

Morgan, M. (2022). Ο Ψυχισμός του ζεύγους: Μια ψυχαναλυτική κατανόηση στην εργασία με ζευγάρια. Διάλεξη σε διημερίδα της ΕΕΨΨΟ, Αθήνα 9 Απριλίου.