

Η προσέγγιση της Συνεργικής Θεραπευτικής Πολυπλοκότητας στην Ακούσια Αποικεσία.³⁷

Ρένος Κ. Παπαδόπουλος
University of Essex

Μετάφραση: Νίκος Γκιωνάκης



Το άρθρο εστιάζει στο *τραύμα*, σε σχέση με τις διαφορετικές πραγματικότητες των προσφύγων. Η ανάπτυξη μιας ενδεδειγμένης κατανόησης των σχετικών εμπειριών απαιτεί τη συγκρότηση ενός κατάλληλου πλαισίου εργασίας, μέσω της εισαγωγής ορισμένων νέων εννοιών. Οι εικόνες των ανθρώπων που αφήνουν απρόθυμα τους χώρους που θεωρούν «οικείους» έχουν καταστεί, κατά ένα τραγικό τρόπο, γνώριμες μέσω των ΜΜΕ και, κατά συνέπεια, τείνουμε να τις βλέπουμε στερεοτυπικά. Γι' αυτό, έχει μεγάλη σημασία να καταστήσουμε όσο το δυνατόν πιο ακριβή τη γλώσσα που χρησιμοποιούμε όταν αναφερόμαστε σε αυτές, ώστε να αποφύγουμε λαθεμένες εννοιολογικές προσλήψεις και κατασκευές. Η πρόθεσή μου είναι να αναπτύξω μια ορολογία που θα αποδίδει με ακρίβεια την πολυπλοκότητα των υπό εξέταση φαινομένων. Επιπλέον, θα προσπαθήσω να επαναπροσεγγίσω και να ανακατασκευάσω έννοιες που συνδέονται με κομβικές διαδικασίες και φαινόμενα, όπως η ανθεκτικότητα, οι φάσεις της *ακούσιας αποικεσίας* και η ιδέα της *παλιννόστησης*.

³⁷ Μια πρώτη εκδοχή αυτού του άρθρου δημοσιεύθηκε στα ιταλικά: Papadopoulos, R.K. (2015) Trauma e processi di resilienza; un approccio psicosociale. *Prospettive Socialie Sanitarie*, XLV, 2, 6-9.

Είμαι εξαιρετικά ευγνώμων στον Νίκο Γκιωνάκη που μετέφρασε το αρχικό άρθρο στα ελληνικά και το επεξεργάστηκε περαιτέρω καθώς επίσης στην Μυρτώ Αλαμπάνου για τη μετάφραση του άρθρου από τα ελληνικά στα αγγλικά. Τέλος, το επεξεργάστηκα περαιτέρω και εμπλούτισα τις δύο εκδοχές που έδωσαν την τελική του μορφή γι' αυτή την έκδοση.

Ακούσια αποικεσία

Για να ξεκινήσουμε, επισημαίνουμε ότι είναι κρίσιμης σημασίας η κατανόηση του κύριου χαρακτηριστικού του κεντρικού φαινομένου, δηλαδή ότι οι άνθρωποι εγκαταλείπουν τους οικείους χώρους τους παρά τη θέλησή τους. Γι' αυτό τον λόγο εισήγαγα τον όρο «ακούσια αποικεσία», προκειμένου να συμπεριλάβω όλο το φάσμα των φαινομένων που συνδέονται με καταστάσεις οι οποίες προκύπτουν όταν οι άνθρωποι υποχρεώνονται να αφήσουν ακούσια τον οικείο χώρο τους³⁸. Αυτό συμβαίνει όταν ένας άνθρωπος εγκαταλείπει τον οικείο του χώρο εξ αφορμής διαφόρων τύπων αναταράξεων: πολιτικών, περιβαλλοντικών, κλιματικών, καθώς επίσης κοινωνικο-οικονομικών. Εδώ θα μπορούσαμε να συμπεριλάβουμε, επίσης, την «ψυχολογική εξορία» και άλλες μορφές κοινωνικής περιθωριοποίησης. Ωστόσο, αν και χρειάζεται να μην παραβλέπουμε τις σαφείς διαφορές μεταξύ των ποικίλων μορφών ακούσιας αποικεσίας, ταυτόχρονα θα πρέπει να μην ξεχνάμε το κοινό κεντρικό τους χαρακτηριστικό. Βέβαια, η εμπειρία ενός ανθρώπου που βλέπει, για παράδειγμα, το σπίτι του να καταστρέφεται από πυρκαγιά που ξεκίνησε τυχαία, είναι εντελώς διαφορετική από την εμπειρία ενός ανθρώπου που είναι αναγκασμένος να διαφύγει λόγω πολέμου· επιπλέον, αυτές οι εμπειρίες θα ήταν εντελώς διαφορετικές από την πραγματικότητα κάποιου που χρειάστηκε να εγκαταλείψει την κοινότητά του λόγω του σεξουαλικού προσανατολισμού του. Είναι σημαντικό να προσδιοριστούν τόσο οι ομοιότητες όσο και οι διαφορές.

Είναι γι' αυτό τον λόγο που, αντί για τον συνηθισμένο όρο «εξαναγκαστική μετανάστευση», ή άλλους παρόμοιους, προτιμώ τον Βιβλικό όρο «αποικεσία» (που σε ελεύθερη μετάφραση στην αγγλική γλώσσα αποδίδω ως «Involuntary Dislocation»), αναφερόμενος στην απομάκρυνση από οικείους χώρους με τη συγκυρία της ακούσιας συνθήκης. Δανείζομαι αυτόν τον όρο από το Βιβλικό συγκείμενο της «εξορίας της Βαβυλώνας» (που τοποθετείται χρονικά μεταξύ 600 και 515 π.Χ.).

Η θέση μου είναι πως ο χαρακτηρισμός «ακούσια» είναι πιο κατάλληλος του «εξαναγκαστική» επειδή η σωματική βία δεν είναι πάντα παρούσα. Ο όρος «αποικεσία» αντικαθιστά τη «μετανάστευση», επειδή η μετανάστευση είναι ένας όρος, κατά το μάλλον ή ήττον, πολύ γενικός: γίνεται λόγος για «μετανάστευση» ακόμη και

³⁸Για μια πιο λεπτομερή επεξεργασία της έννοιας του «οικείου χώρου» βλ. Παπαδόπουλος 2005, Papadopoulos 2002, 2018, 2021.



για τα πουλιά, ως ένα «φυσικό» φαινόμενο, ενώ ο όρος «αποικεσία» αποδίδει με μεγαλύτερη ακρίβεια τη μοναδική εμπειρία που μπορεί να βιώσει ένας άνθρωπος. Στην αγγλική γλώσσα ο όρος που χρησιμοποιώ -dislocation-για την ίδια έννοια έχει διττό νόημα και αναφέρεται τόσο στο σώμα όσο στο σύνολο της ύπαρξης: ένας ώμος που έχει εξarthρωθεί/παρεκτοπιστεί αναφέρεται σε ένα μέρος του σώματος που αποκολλήθηκε από τη συνήθη και σταθερή θέση του, προκαλεί δυσλειτουργία και επιπλέον έντονο πόνο. Κατ' αναλογία, άνθρωποι που έχουν εξarthρωθεί/παρεκτοπιστεί ακούσια βιώνουν παρόμοιες μορφές οδύνης και δυσλειτουργίας, ενώ πάντα νιώθουν εκτός τόπου, «έξω απ' τα νερά τους».

Οπότε, ποια είναι τα βασικά, θεμελιώδη χαρακτηριστικά αυτού του είδους ακούσιας αποικεσίας; Θα υποστήριζα: ο αποπροσανατολισμός και μια κατάσταση μετάβασης. Μια περίοδος αναμονής και προσδοκίας σε σύνδεση με την επιθυμία επιστροφής στον τόπο καταγωγής. Πράγματι, η κομβική ερώτηση που οι άνθρωποι θέτουν στον εαυτό τους είναι: πόσο προσωρινή είναι αυτή η κατάσταση; Κάποιοι έχουν ζήσει σε άλλη χώρα επί μακρόν και ακόμη λένε: «Πίστευα ότι θα έμενα για δύο εβδομάδες και αντίθετα είμαι χρόνια εδώ». Είναι σημαντικό να προσδιορίσουμε το βασικό δίλημμα που είναι εγγενές στην αποικεσία. «Πρέπει να προσαρμοστώ σε αυτόν το νέο τόπο όπου βρίσκομαι τώρα, ή θα πρέπει να εστιάσω στην επιθυμία μου να επιστρέψω στον τόπο καταγωγής μου;». Μέρος αυτού του διλήμματος είναι, επίσης, η σχετική με αυτό ερώτηση: «Μήπως πρέπει να μετακινηθώ κάπου αλλού, όπου θα είναι καλύτερα;».

Αυτά τα ερωτήματα δείχνουν ότι οι άνθρωποι βιώνουν μια κατάσταση μετέωρης, ανεσταλμένης μετάβασης: δεν γνωρίζουν αν ανήκουν στον τόπο όπου βρίσκονται εκείνη τη στιγμή ή αν ανήκουν στον τόπο απ' όπου ήρθαν. Δεν γνωρίζουν αν θα πρέπει ν' αποδεχτούν τη νέα κατάσταση και τη νέα πραγματικότητα, ή αν πρέπει να συνεχίσουν να είναι δεμένοι με τις παλιές και οικείες μορφές του «οικείου χώρου» σε όρους γλώσσας, αξιών, παραδόσεων και τρόπου ζωής. Με άλλα λόγια: Πόσο αποδεκτό είναι το εφήμερο; Δεν είναι εύκολο να ζει κανείς εφήμερα.

Τώρα, ας εστιαστούμε στις δύο στιγμές και φάσεις του φαινομένου της ακούσιας αποικεσίας. Η συνήθης κατανόηση της αποικεσίας υποδηλώνει μετακίνηση από μια χώρα σε μια άλλη επειδή ο τόπος όπου ζούσε κάποιος, πριν, δεν ήταν πια ασφαλής, άρα έπρεπε να μεταβεί σε έναν τόπο ασφαλή. Ωστόσο, σε αυτό το σημείο χρειάζεται να γίνει μια σημαντική διευκρίνιση: πριν λάβει χώρα μια γεωγραφική και σωματική αποικεσία θα πρέπει να διακρίνουμε ένα άλλο είδος της. Λόγω ορισμένων τύπων



αναταραχών, οι άνθρωποι νιώθουν ότι εκείνοι οι χώροι που τους επέτρεπαν να νιώθουν ότι βρίσκονται σπίτι τους και ήταν οικείοι χώροι, δεν βιώνονται πλέον ως ασφαλείς. Ο δεσμός μας με έναν οικείο χώρο δημιουργεί μια αίσθηση σταθερής οικειότητας που παράγει, επίσης, μια αίσθηση προβλεψιμότητας. Αυτές είναι πολύ σημαντικές παράμετροι για την κατασκευή βασικών εμπειριών ασφάλειας, σταθερότητας και συνέχειας. Αυτές είναι, όμως, και οι εμπειρίες που αλλοιώνονται ριζικά, ως αποτέλεσμα των αναταραχών που διακόπτουν τη συνήθη ροή της καθημερινής ζωής. Με τη σειρά τους, αυτές οι εμπειρίες οδηγούν στην απτή αίσθηση αποξένωσης από την εμπειρία της οικειότητας που νιώθουμε όταν είμαστε στο σπίτι μας, στον οικείο μας χώρο. Τότε είναι που καθίσταται σαφές στον άνθρωπο που βιώνει αυτή την εμπειρία ότι πρέπει, πια, να φύγει. Επομένως, αυτή η πρώτη στιγμή εμπειρίας της ακούσιας αποικεσίας είναι εκείνη στην οποία ο άνθρωπος χάνει την προβλεψιμότητα της οικειότητας του οικείου του χώρου και παύει να νιώθει άνετα σε αυτόν. Κατ' αυτόν τον τρόπο, νιώθει πως εξαρθρώνεται/παρεκτοπίζεται η αίσθηση του «είμαι σπίτι μου».

Θα μπορούσαμε να ονομάσουμε αυτήν την κατάσταση, που συνιστά την πρώτη και πιο σημαντική στιγμή της αποικεσίας, ως «εσωτερική» ή «ψυχολογική» αποικεσία. Όμως, είναι πιο

βαθιά, πιο θεμελιακή, από απλώς ψυχολογική. Είναι, επίσης, υπαρξιακή -οι πεποιθήσεις, η ταυτότητα, το σύνολο του «Είναι» νιώθει «αποσυνδεδεμένο», «αποκολλημένο» από την προηγούμενη, προβλέψιμη κατάσταση. Η δεύτερη στιγμή έρχεται μόνο μετά από τη στιγμή που κάποιος νιώθει εξαρθρωμένος σε αυτό το «εσωτερικό» επίπεδο, όταν πλέον δεν βιώνει τον χώρο που ήταν πριν οικείος ως σπίτι του: είναι σε αυτό το σημείο που ένας άνθρωπος κινητοποιεί όλα όσα χρειάζονται και μετακινείται προς τη δεύτερη στιγμή της αποικεσίας, δηλ. τη σωματική και τη χωρική, γεωγραφική. Επομένως, η μετακίνηση εκτός και μακριά από τα κτίρια και τους γεωγραφικούς τόπους είναι και η συνέπεια της πρωτογενούς, της αρχικής αποικεσίας και είναι πολύ σημαντικό να διακρίνουμε αυτές τις δύο στιγμές. Η έννοια της εξαναγκαστικής μετανάστευσης αναφέρεται αποκλειστικά σε αυτή τη δεύτερη στιγμή, ενώ η πρώτη δεν είναι καν ορατή.

Η θέση μου είναι ότι οι περισσότερες από τις δυσκολίες που βιώνουν οι άνθρωποι συνδέονται με την πρωτογενή αποικεσία. Ένα άλλο σημείο που πρέπει να υπογραμμιστεί είναι ότι η αποικεσία είναι μια *διαδικασία* και όχι ένα εφάπαξ συμβάν που λαμβάνει χώρα μια συγκεκριμένη στιγμή. Αυτή η διαδικασία είναι μέρος μιας

ευρύτερης διεργασίας που οδηγεί από την αποικεσία στη μετεγκατάσταση, στην αναζήτηση ενός οικείου χώρου που θα αντικαταστήσει τον προηγούμενο.

Συνήθως, στην εξαναγκαστική μετανάστευση, διακρίνονται τρεις στιγμές: προ της φυγής, φυγή, μετά τη φυγή.

Προσωπικώς θεωρώ ότι στη διαδικασία για την οποία μιλάμε πρέπει να διακρίνουμε τουλάχιστον 6 φάσεις.

(α) Η «εσωτερική» αποικεσία, δηλαδή, όταν οι άνθρωποι δεν αισθάνονται πια στο σπίτι τους ενώ βρίσκονται στον οικείο χώρο τους.

(β) Η σωματική, γεωγραφική αποικεσία: η ακούσια εγκατάλειψη του οικείου χώρου που οι άνθρωποι θεωρούσαν σπίτι τους.

(γ) Η αναζήτηση ενός νέου σπιτιού, μιας νέας αίσθησης «ανήκειν» σε έναν χώρο που να μπορεί να είναι πιο ασφαλής από τον προηγούμενο.

(δ) Η εξεύρεση και κατοίκηση αυτού του νέου χώρου.

(ε) Ο αγώνας εγκατάστασης σ' εκείνον τον χώρο, κατά τρόπο ώστε να τον αισθάνονται σπίτι τους.

(στ) Η προσπάθεια απόδοσης νοήματος σε όλες αυτές τις διαφορετικές εμπειρίες οικείων χώρων κατά τη διάρκεια της συνολικής διαδικασίας.

Σ' αυτή την τελευταία φάση διεξάγεται ένας πιο ιδιαίτερος αγώνας, στον οποίο το άτομο καταβάλλει προσπάθεια να κατανοήσει τις σχέσεις που διασυνδέουν τον προηγούμενο οικείο χώρο, τον τωρινό και τον ιδεώδη. Όλα τα άτομα που έχουν παρεκτοπιστεί/εξαρθρωθεί ακούσια από τον οικείο χώρο τους έχουν μια πολύ πραγματική αίσθηση ενός ιδεώδους οικείου χώρου, ανεξάρτητα από το πόσο εμφανής μπορεί αυτή η αίσθηση να είναι. Κατά συνέπεια, είναι αναπόφευκτο πως έρχονται αντιμέτωποι με τρεις τουλάχιστον αναπαραστάσεις οικείων χώρων. Ο παλιός οικείος χώρος, που υπήρξε στο παρελθόν. Ο ιδεώδης οικείος χώρος που κάθε άνθρωπος φιλοδοξεί να έχει και που μπορεί να αποτελέσει μια διευκολυντική και σκόπιμη προσανατολιστική λειτουργία ή ένα τυραννικό και αποκαρδιωτικό εμπόδιο. Αυτό συμβαίνει επειδή, από τη μια μεριά, εμπνέει ελπίδα στους ανθρώπους για έναν καλύτερο τόπο όπου θα κατασκευάσουν τον οικείο τους χώρο, αλλά από την άλλη μεριά, η τάση εξιδανίκευσης μπορεί να καταστεί, επίσης, μια πηγή συνεχούς ματαίωσης. Τέλος, ο τωρινός οικείος χώρος, που συχνά βιώνεται αρνητικά, επειδή, υπό το φως της εξιδανίκευσης των παλιών ή των μελλοντικών οικείων χώρων, ο τωρινός φαίνεται ελαττωματικός και ατελής.



Είναι σημαντικό να έχουμε κατά νου αυτές τις τρεις μορφές οικείων χώρων καθώς συνιστούν μια ουσιώδη πτυχή της κατανόησης της πολυπλοκότητας της διαδικασίας ακούσιας αποικεσίας.

Παλιννόστηση

Στην *Οδύσσεια*, ο Όμηρος μας πρόσφερε περίπλοκες και γεμάτες ζωντάνια εικόνες οικείων χώρων, ξεκινώντας από τον Οδυσσέα όταν *κι εκείνος λαχταρώντας και μονάχα καπνό απ' τον τόπο του να δει ν' ανηφορίζει, ανέλπιδος ποθεί το θάνατο* (Οδύσσεια, α, στ. 57-59, μετάφραση Καζαντζάκη-Κακριδή). Αυτά τα λόγια δηλώνουν τον οικείο χώρο, όχι ως ένα κτίριο, αλλά οριοθετούν μια έννοια του οικείου χώρου μέσα από δύο συστατικά χαρακτηριστικά του που είναι διαμετρικά αντίθετα: «καπνός», που είναι το λιγότερο απτό, χειροπιαστό στοιχείο, και γη, υπό τη γεωλογική σημασία της λέξης, δηλαδή το έδαφος, η πιο απτή και στέρεα γη. Θεωρώ, λοιπόν, πως ο Όμηρος προτείνει να κατανοήσουμε τον οικείο χώρο ως το προϊόν αυτού του μοναδικού συνδυασμού των δύο αντίθετων στοιχείων: τις πιο φευγαλέες και άυλες, τις πιο συγκεκριμένες και απτές, χειροπιαστές παραμέτρους.

Δεν πρόκειται για έναν αφηρημένο συλλογισμό· πρόκειται για τη βιωματική πραγματικότητα του οικείου χώρου. Μου φέρνει στον νου μια ψυχολόγο από την Τουρκία που επέβλεπα για τη διδακτορική της έρευνα. Εργαζόταν με Βούλγαρους τουρκικής εθνικής καταγωγής, οι οποίοι είχαν εκδιωχθεί από τη Βουλγαρία και ζούσαν στην Τουρκία. Η έρευνα διερευνούσε τη φύση των ειδικών δεσμών που είχαν αυτοί οι άνθρωποι με την Τουρκία και τη Βουλγαρία. Σε διαφορετικά πλαίσια, κάθε χώρα αντιπροσώπευε για καθένα ξεχωριστά έναν μοναδικό οικείο χώρο. Η Βουλγαρία ήταν ο γενέθλιος τόπος τους, εκεί όπου μεγάλωσαν και είχαν παιδικές αναμνήσεις, εκεί όπου βίωσαν τη γη, το κλίμα, το τοπίο, την χλωρίδα, το φαγητό, κ.λπ. Η Τουρκία ήταν ο οικείος χώρος που ήταν συνδεδεμένος με τη γλώσσα τους, τις εθνικές παραδόσεις, τη θρησκεία, την κουλτούρα, κ.λπ. Άρα, έχουμε, εδώ, δύο χώρες, δύο τύπους οικείων χώρων και δύο τύπους ταυτοτήτων. Αξίζει να επισημανθεί ο τρόπος με τον οποίον αυτοί οι άνθρωποι κατόρθωσαν να συνδεθούν με αμφότερα τα χαρακτηριστικά του οικείου χώρου. Ενώ ζούσαν στην Τουρκία και απολάμβαναν τα οφέλη της «τουρκικής ταυτότητάς» τους, ταυτόχρονα συνδέθηκαν με τη «βουλγαρική ταυτότητά» τους, μεταφέροντας χόμα από τη Βουλγαρία μαζί με σπόρους ντομάτας. Καλλιεργούσαν βουλγαρικές ντομάτες στην Τουρκία μέσα σε γλάστρες με βουλγαρικό χόμα! Πόσο ευφυής λύση, ο συνδυασμός των δυο διαστάσεων του οικείου χώρου! Θα μπορούσαμε

να υποστηρίξουμε πως, σχεδόν κυριολεκτικά, η ψυχή τους ήταν ακόμη συνδεδεμένη με το βουλγαρικό έδαφος ενώ ταυτόχρονα απολάμβαναν την τουρκική «πατρίδα».

Αυτό ακριβώς είναι που ο Όμηρος μεταδίδει: ο συνδυασμός του μη απτού στοιχείου (που εκπροσωπείται από τον δεσμό με τις πολιτισμικές διαστάσεις) και ο συγκεκριμένος σύνδεσμος με την πραγματική γη, το πραγματικό έδαφος που πατούν εκείνη τη στιγμή. Οι έννοιες της πατρίδας και της παλιννόστησης αναδύονται από το μοναδικό και αποκλειστικό αμάλγαμα αυτών των δύο παραμέτρων.

Όταν τα παιδιά σχεδιάζουν ένα σπίτι, σχεδόν πάντα το σχεδιάζουν με μια καπνοδόχο από την οποία βγαίνει καπνός, ανεξάρτητα από το αν ζουν σε μια πολυκατοικία. Όταν ο Οδυσσέας αναζητούσε τον «καπνό» από την πατρίδα του, δεν αναζητούσε κάτι αφηρημένο. Ο καπνός βγαίνει από μια καμινάδα, το τζάκι, την *εστία*. Στην ελληνική μυθολογία, η θεά Εστία είναι απολύτως απαραίτητη. Είναι, συνήθως, παρούσα στα πιο σημαντικά μυθολογικά συμβάντα και ακόμη κι όταν δεν φαίνεται, η παρουσία της θεωρείται δεδομένη. Ο οικείος χώρος εκλαμβάνεται ως δεδομένος πάντα, ως το σταθερό υπόβαθρο, μέχρι που κάποιος βιώνει την απώλειά του. Τι υποδηλώνει μια καμινάδα από την οποία βγαίνει καπνός; Ουσιαστικά, δείχνει ότι το μέρος κατοικείται, δεν είναι ένα άδειο κτίριο: φωτιά που καίει υποδηλώνει μαγείρεμα, δηλαδή τροφή (θρέψη), άνθρωποι που είναι μαζί (οικογένεια, κοινότητα), ζεστασιά και φως (χώρος όπου μπορούν να ζουν άνθρωποι). Όλα αυτά παρέχουν τις βασικές συνθήκες για ζωή και ευημερία, αυτός, κυριολεκτικά, είναι ο οικείος χώρος.

Οι πρόσφυγες βιώνουν την απώλεια, τόσο των πραγματικών οικείων χώρων τους, καθώς επίσης του τόπου τους (έδαφος), όσο και όλων των μη απτών αλλά, ταυτόχρονα, τόσο υποστηρικτικών και δοτικών για τη ζωή συστατικών -τους πολιτισμικούς, γλωσσικούς, εθνικούς, ιστορικούς, πνευματικούς κ.λπ. «οικείους χώρους» τους.

Οι πρόσφυγες, μαζί μ' εκείνους που εργάζονται μαζί τους, δυσκολεύονται να συλλάβουν την πολυδιάστατη πολυπλοκότητα αυτών των συνδυασμών και τείνουν να εστιάζουν είτε στην απώλεια της γης τους είτε στην απώλεια του καπνού τους. Όμως, αυτό που πραγματικά τους λείπει είναι ο μοναδικός συνδυασμός τους.

Υπάρχουν πολλές συνδέσεις ανάμεσα στην *Οδύσσεια* του Ομήρου και όσα πραγματεύομαι σε αυτό το άρθρο.



Ο Οδυσσέας λείπει από το σπίτι του 20 χρόνια: 10 χρόνια στον πόλεμο και 10 χρόνια για την επάνοδο. Πρόκειται για μια ξεκάθαρη συμμετρική διαίρεση σε δύο μισά. Με άλλα λόγια, υπάρχουν δύο διακριτές φάσεις που πρέπει να έχουμε υπόψη μας: περιπλάνηση και παλιννόστηση. Το ερώτημα είναι: Πότε ο Οδυσσέας επιστρέφει πραγματικά στην πατρίδα του;

Στις ημέρες μας, η συνήθης κατανόηση της λέξης «οδύσσεια» αναφέρεται σε μια «εξωτερική περιπέτεια», μέχρι ο ήρωας να επιτύχει τον στόχο του. Κατά συνέπεια, θα περιμέναμε η επιστροφή του Οδυσσέα να λαμβάνει χώρα στο τέλος της Οδύσσειας, με ένα κομψό happy end αφού η οδύσσειά του επιτέλους ολοκληρώθηκε, πήρε τη σύζυγο στην αγκαλιά του, όλοι γιόρταζαν τον πετυχημένο και τόσο αναμενόμενο νόστο του. Αλλά, όπως γνωρίζουμε, αυτό δεν συνέβη: ο Οδυσσέας φθάνει στην Ιθάκη ακριβώς στο μέσον του έπους. Μια ακόμη ομηρική συμμετρία. Οπότε, αν ο στόχος ήταν να επιστρέψει στο σπίτι του, τι συμβαίνει στο υπόλοιπο μισό του βιβλίου; Με μεγάλη σαφήνεια ο Όμηρος μας βοηθάει να κατανοήσουμε ότι, στην πραγματικότητα, υπάρχουν δύο θεμελιώδεις όψεις παλιννόστησης: η άφιξη στον οικείο χώρο και, αφού επιστρέψουμε, η εκ νέου ανακάλυψη και επανασύνδεση με εκείνο τον χώρο και τους ανθρώπους που τον καθιστούν πραγματικό οικείο χώρο. Μετά την άφιξή του στην Ιθάκη, ο Οδυσσέας πρέπει ακόμη να επαναδιαπραγματευθεί τη σύνδεσή του με τη γη του, τους ανθρώπους του, τα γνώριμά του μέρη (όχι απλώς αυτά που αφορούν σε πτυχές σχετικές με το φυσικό περιβάλλον και τη γεωγραφία, αλλά και αυτά που συνδέονται με σχεσιακές, πολιτικές, πολιτισμικές, κ.λπ. πτυχές) και να ξανακερδίσει τον χώρο του, αγωνιζόμενος ενάντια σε όλα τα εμπόδια που ορθώθηκαν. Η *Οδύσσεια* ολοκληρώνεται με τον βίαιο αγώνα για να διεκδικήσει εκ νέου όσα είχε απωλέσει. Οι τελευταίες βίαιες και αιματηρές σκηνές διαλύουν όλους τους επιφανειακούς και απλουστευτικούς μύθους των εύκολων και ρομαντικών παλιννοστήσεων.

Ως εκ τούτου, θα μπορούσαμε να προσδιορίσουμε τρεις τύπους παλιννοστήσεων: η πρώτη είναι η «εξωτερική» οδύσσεια, η εμπειρία που κάνει κάποιος όταν παλεύει να φθάσει στον επιδιωκόμενο προορισμό. Η «δεύτερη οδύσσεια» θα μπορούσε να αναφέρεται στην ανάκτηση, την εκ νέου δημιουργία, την αποκατάσταση των διαπροσωπικών σχέσεων με τους ανθρώπους εντός ενός κοινωνικού δικτύου αλλά και με τα αντικείμενα, τα μέρη και τις αφηγήσεις κ.λπ. Η «τρίτη οδύσσεια» θα μπορούσε να ορίσει μια «εσωτερική οδύσσεια» που αποσκοπεί στην επαν-εγκατάσταση, μια εκ νέου θέσπιση της αίσθησης συνολικής συνέχειας και συνάφειας που είχε αρχικά χαθεί. Αυτό σημαίνει πως, όταν σκεφτόμαστε την πραγματικότητα του οικείου χώρου, η



διάσταση του χρόνου πρέπει να είναι συνεχώς παρούσα στο μυαλό μας: το παρελθόν, το παρόν, και το μέλλον. Επιπλέον, στο πλαίσιο της ακούσιας αποικεσίας δεν υπάρχει χώρος χωρίς χρόνο και χρόνος χωρίς χώρο. Άρα, θα πρέπει πάντα να σκεφτόμαστε σε όρους χωροχρόνου! Υφίσταται μια συνεχής διαλεκτική μεταξύ επιστροφής στο παρελθόν ως τόπου καταγωγής, μεταξύ του παρόντος στο οποίο είμαστε τώρα και των οραμάτων μας για το μέλλον. Οικείος χώρος δεν είναι μόνο ο τόπος καταγωγής (πίσω στο παρελθόν), αλλά και η εκπλήρωση των στόχων μας, των επιθυμιών και των φιλοδοξιών μας. Όταν, εν τέλει, επιτυγχάνουμε ένα συγκεκριμένο στόχο (να βρούμε τον τέλειο σύντροφο, να εξασφαλίσουμε την επιθυμητή εργασία, κ.λπ.) συνήθως η αίσθηση είναι ότι, επιτέλους «φθάσαμε σπίτι».

Λαμβάνοντας υπόψη όλες αυτές τις πολυπλοκότητες, η ακούσια αποικεσία αναπόφευκτα προκαλεί μια αίσθηση αποπροσανατολισμού, πόνου και οδύνης, μια αίσθηση απροσδιόριστης αμηχανίας, και τότε, πραγματικά, πρέπει να θέσουμε το ερώτημα: Είναι η λέξη «τραύμα» η πλέον κατάλληλη για να περιγράψει αυτό το τόσο πολύπλοκο φαινόμενο;

Νοσταλγικός αποπροσανατολισμός

Δεν διαφωνώ με τη χρήση του όρου «τραύμα». Ωστόσο, ανησυχώ για τις ανακρίβειες που προκαλούνται, στις ημέρες μας, με τη χρήση αυτού του όρου. Αντίθετα, έχω βρει πως ο όρος «νοσταλγικός αποπροσανατολισμός», που έχω εισαγάγει, μεταδίδει με μεγαλύτερη ακρίβεια την εμπειρία ανθρώπων που έχουν ακούσια εξαρθρωθεί από τον οικείο χώρο τους, ανεξάρτητα από το αν, επιπρόσθετα, υποφέρουν ή όχι από ψυχολογικές ή ψυχιατρικές διαταραχές. Όταν αντιμετωπίζουμε καταστάσεις από την προοπτική της ψυχικής υγείας, είναι σημαντικό ν' αποφεύγουμε την άκαιρη παθολογικοποίηση. Η εξάπλωση της χρήσης της PTSD είναι πολύ ατυχής, καθώς αυτή αφορά σε μια πολύ ειδική και σοβαρή ψυχική διαταραχή και όχι απλώς σε οποιαδήποτε τραυματική εμπειρία. Ατυχώς, αυτή η διάκριση έχει αμβλυνθεί πάρα πολύ, με ανησυχητικές συνέπειες.

Υπάρχει ένα σημαντικό στοιχείο στον «νοσταλγικό προσανατολισμό»: η νοσταλγία. Η λέξη «νοσταλγία» έχει πολλά νοήματα σήμερα. Την χρησιμοποιώ ως εννοιολογική κατασκευή, βασισμένος στην ομηρική σημασία των όρων που τη συνθέτουν: «νόστος» σημαίνει επιστροφή στον οικείο χώρο και «άλγος» σημαίνει πόνος, οδύνη. Η



«νοσταλγία» αναφέρεται στον πόνο που ένας άνθρωπος νιώθει, στην αγωνιώδη προσπάθειά του να επιστρέψει στον οικείο χώρο του. Ο «νοσταλγικός αποπροσανατολισμός» δεν συνιστά μια μορφή ψυχιατρικής παθολογίας, αλλά μια ανθρώπινη εμπειρία που οδηγεί σε έντονη δυσφορία και πόνο (και φθάνει μέχρι το σημείο να συμπεριλαμβάνει συστοιχίες συνεπειών σε όρους εξουθένωσης του ανθρώπου που πονάει)· ωστόσο, την ίδια στιγμή, εμπεριέχει δυνατότητες αναζωογόνησης και μετασχηματισμού, ως μια αναπόφευκτη συνέπεια της εγκαθίδρυσης μιας πλήρους νοήματος αίσθησης του οικείου χώρου.

Η νοσταλγική διάσταση του αποπροσανατολισμού, στην ακούσια αποικεσία, περιλαμβάνει δύο κατηγορίες συνεπειών. Από τη μια μεριά, καθιστά ακόμη πιο περίπλοκη τη διαδικασία αναζήτησης, εξεύρεσης και επανόδου στον οικείο χώρο (με την έννοια της παλιννόστησης) κατασκευάζοντας απατηλές ή ακόμη και παραληρητικές εικόνες, ακατάλληλα συγκεκριμενοποιημένων οικείων χώρων (είτε παρελθόντων είτε παρόντων). Η νοσταλγική πίεση οδηγεί στον σχηματισμό μιας υπερ-συγκεκριμενοποίησης της διαδικασίας αποικεσίας-μετεγκατάστασης, διαμέσου της τυραννικής εστίασης σε μορφώματα, μέσω των οποίων οι οικείοι χώροι αποκτούν υλική (και μόνο) υπόσταση. Δίχως να αρνιόμαστε, βέβαια, τη νομιμότητα των αιτημάτων των προσφύγων για συγκεκριμένες μορφές βοήθειας, οι εργαζόμενοι με πρόσφυγες θα πρέπει να είναι προσεκτικοί ώστε να μην τα αναμειγνύουν με φαινομενικά μαγικές λύσεις, που αποτελούν παράγωγα του νοσταλγικού αποπροσανατολισμού. Οι εμπειρίες μας στο πεδίο, μας παρέχουν ατέλειωτα παραδείγματα, όταν παρόμοια επαναλαμβανόμενα αιτήματα δεν κατορθώνουν να σβήσουν τη δίψα για μια παγιωμένη αίσθηση οικείου χώρου και, αντίθετα, αυξάνουν την ένταση του νοσταλγικού πόνου. Στην πραγματικότητα, αυτό που αναζητούν οι άνθρωποι που έχουν εξαρθρωθεί ακούσια είναι η (εκ νέου) δημιουργία μιας πραγματικής αίσθησης οικείου χώρου που, όπως διαπιστώσαμε, συγκροτείται διαμέσου της πολυπλοκότητας του μοναδικού συνδυασμού των απτών και μη απτών διαστάσεων του οικείου χώρου.

Αλλού έχω αναφερθεί στην κατάσταση που γίνεται το αντικείμενο αυτής της νοσταλγικής λαχτάρας και την έχω ονομάσει κατάσταση «οντο-οικολογικής δυναμικής εγκαθίδρυσης». Πρόκειται για μια κατάσταση οικειότητας που παράγεται από τον μοναδικό τρόπο με τον οποίο η ολότητα του «Είναι» μας (δηλ. τα σωματικά, ψυχικά, ηθικά, πνευματικά, πολιτισμικά κ.λπ. κομμάτια του εαυτού μας) συνδέεται με το βιωμένο περιβάλλον μας (ανθρώπινο, φυσικό, γεωγραφικό, πολιτισμικό, αφηγηματικό,



κ.λπ.). Αυτό είναι που είχαν οι άνθρωποι πριν εξαρθρωθούν ακούσια, κι αυτό είναι που με τόση νοσταλγία αναζητούν. Είναι αυτή η μοναδική αίσθηση οικείου χώρου (με όλη την πολυπλοκότητά της) που γεννάει την αίσθηση οικειότητας, σταθερότητας και προβλεψιμότητας, ενώ είναι η απουσία της που καθίσταται αισθητή με τόσο έντονο, οξύ τρόπο. Αυτή η αίσθηση «οντο-οικολογικής δυναμικής εγκαθίδρυσης» δεν αναφέρεται σε μια ιδανική διευθέτηση και δεν αντιπροσωπεύει κάποια κατάσταση τέλει αρμονίας. Αντίθετα, είναι η λειτουργική και δυναμική διευθέτηση, εγκαθίδρυση των διαφορετικών στοιχείων, του μοναδικού συνδυασμού στοιχείων του χώρου με τον οποίο ένας άνθρωπος εξοικειώνεται, τον κάνει δικό του.

Έχοντας οριστεί κατ' αυτόν τον τρόπο, ο νοσταλγικός αποπροσανατολισμός είναι δυνατόν να έχει και θετικές επιπτώσεις, από τη στιγμή που κινητοποιεί τους ανθρώπους να αναζητήσουν και να πασχίσουν για τη δημιουργία κατάλληλων μορφών οικείων χώρων, αφού αποτελεί γι' αυτούς μια σημαντική πηγή αναζωογονητικής ενέργειας.

Ο Αμερικανός ψυχίατρος Jonathan Shay μελέτησε τη συμπτωματολογία και τη φαινομενολογία της PTSD σε στρατιωτικούς των ΗΠΑ και κατανόησε ότι η ψυχιατρική διάσταση δεν είναι αρκετή για να περιγράψει τις τραυματικές συνέπειες στην ανθρώπινη ψυχή όταν ο άνθρωπος βρίσκεται σε πόλεμο. Γι' αυτό εισήγαγε τον όρο «ηθικό πλήγμα» (moral injury), αφού κατάλαβε ότι δεν είναι μόνο ο ψυχισμός των ανθρώπων που μπορεί να τραυματιστεί, αλλά κι αυτός ο ίδιος ο ηθικός πυρήνας της ύπαρξής τους. Όλες οι μορφές βίας είναι απάνθρωπες, αλλά ορισμένες εξ αυτών προκαλούν την κατάρρευση της ίδιας της ουσίας της ανθρώπινης ιδιότητας, όταν, για παράδειγμα, άνθρωποι ασκούν σοβαρές μορφές βίας ή βασανιστήρια. Είναι αναρίθμητες οι ιστορίες ανθρώπων που υπέφεραν λόγω απάνθρωπων συμπεριφορών, όπως μας υπενθυμίζει ο Primo Levi. Στις αφηγήσεις αυτών των ανθρώπων, τα όρια της ανθρώπινης κατανόησης σπρώχνονται στα άκρα, υπερβαίνουν τη δυνατότητα εμπερίεξής τους και αυτές οι εμπειρίες δεν είναι δυνατόν να κατανοηθούν επαρκώς αν προσεγγιστούν μόνο ως ψυχιατρικά φαινόμενα.

Η έννοια του ηθικού πλήγματος συνιστά έναν ακόμη λόγο για την ανάγκη διεύρυνσης της κατανόησής μας για το τραύμα, πέρα από αποκλειστικά ψυχιατρικούς ή ακόμη και ψυχολογικούς όρους. Αυτό είναι που επιτρέπουν οι έννοιες του νοσταλγικού αποπροσανατολισμού και της οντο-οικολογικής δυναμικής εγκαθίδρυσης: να

εκτείνουμε τους ορίζοντές μας ώστε να είμαστε σε θέση να συλλάβουμε με μεγαλύτερη ακρίβεια τις βιωματικές πραγματικότητες της ακούσιας αποικεσίας.

Αυτό, λοιπόν, που αποκτά ουσιαστική σημασία είναι η εξέταση του ευρέος φάσματος συνεπειών, όταν ένας άνθρωπος εξαρθώνεται/παρεκτοπίζεται ακούσια. Αυτό το φάσμα περιλαμβάνει, σίγουρα, όλες τις αρνητικές συνέπειες, όπως πόνο, αποπροσανατολισμό, καθώς επίσης ψυχικές ενοχλήσεις, ακόμη και διαταραχές ψυχιατρικού ενδιαφέροντος. Ταυτόχρονα, περιλαμβάνει πολλές θετικές ευκαιρίες για ουσιαστικό μετασχηματισμό, για τη δημιουργία νέων και κατάλληλων οικείων χώρων, για πιο αρμόζουσες μορφές «οντο-οικολογικής δυναμικής εγκαθίδρυσης».

Το Πλέγμα Αντιξοότητων

Για να μπορέσουμε να δημιουργήσουμε ένα λειτουργικό πλαίσιο εργασίας ώστε να «δώσουμε χώρο» στην εννοιολογική κατασκευή του ευρέος φάσματος των αποκρίσεων στις αντιξοότητες, ανέπτυξα το «Πλέγμα Αντιξοότητας». Πρόκειται για ένα πλαίσιο σε μορφή πίνακα, όπου μπορούν να αποτυπωθούν οι τρεις κατηγορίες δυνητικών αποκρίσεων στις αντιξοότητες. Οι κατηγορίες αυτές κατανέμονται σε τέσσερα διαφορετικά επίπεδα: το ατομικό, το οικογενειακό, το κοινοτικό και το ευρύτερο κοινωνικό/πολιτισμικό.

Σε αυτό το σημείο χρειάζεται να προβούμε σε μια κομβικής σημασίας διευκρίνιση: το τραύμα αναφέρεται στην ειδική συνέπεια που μια εμπειρία έχει σε έναν άνθρωπο και όχι στα χαρακτηριστικά του συμβάντος καθ' εαυτού. Συχνά συγχέουμε το συμβάν με την εμπειρία του συμβάντος. Όταν λέμε ότι έχουμε εκτεθεί σε τραύμα, εκφραζόμαστε λαθεμένα. Στην πραγματικότητα, έχουμε εκτεθεί σε ολέθρια και καταστροφικά συμβάντα. Είναι πιο ακριβές σε αυτή την περίπτωση να κάνουμε λόγο για «αντιξοότητες». Το «τραύμα» δηλώνει τον τρόπο με τον οποίο βιώνουμε και αντιδρούμε σε αυτά τα αντίξοα συμβάντα. Αναντίρρητα, όταν εκτιθέμεθα σε αντιξοότητες προκύπτουν πολλές «αρνητικές» συνέπειες, και είναι σημαντικό, εν πρώτοις, να διακρίνουμε τους διαφορετικούς βαθμούς σοβαρότητάς τους. Οι αρνητικές επιπτώσεις είναι διαφορετικού βαθμού σοβαρότητας. Οι πιο σοβαρές συνέπειες είναι όταν ένας άνθρωπος αναπτύσσει ψυχικές (δηλαδή ψυχιατρικού ενδιαφέροντος) διαταραχές και η PTSD είναι η πιο κοινή. Ωστόσο, δεν είναι όλοι όσοι εκτίθενται σε αντιξοότητες, ιδιαίτερα σε εκείνες που προξενούνται από την ακούσια αποικεσία, που αναπτύσσουν ψυχικές διαταραχές. Ορισμένοι αναπτύσσουν διάφορων τύπων

ψυχολογικά συμπτώματα που δεν συγκροτούν μια διαγνώσιμη μορφή διαταραχής ψυχιατρικού ενδιαφέροντος. Αυτά τα ονομάζω «δυσφορικές ψυχολογικές αντιδράσεις». Τέλος, δεν θα πρέπει να λησμονούμε ότι η συντριπτική πλειονότητα των ανθρώπων που έχουν εκτεθεί σε ποικίλες μορφές αντιξοοτήτων, βιώνουν μια άλλη μορφή αρνητικών συνεπειών, που δεν εμπίπτει στις ψυχικές διαταραχές ή τα ψυχολογικά συμπτώματα, αλλά μπορούν κάλλιστα να χαρακτηριστούν ως «κοινή», δηλαδή «αναμενόμενη ανθρώπινη οδύνη», που είναι η λιγότερο σοβαρή μορφή των αρνητικών συνεπειών που συναντάμε σε έναν άνθρωπο ο οποίος έχει εκτεθεί σε αντιξοότητες. Ο «νοσταλγικός αποπροσανατολισμός» θα μπορούσε να αντιστοιχεί σε μια μορφή αυτού του τύπου οδύνης.

ΠΛΕΓΜΑ ΑΝΤΙΞΟΟΤΗΤΑΣ Φάσμα επιπτώσεων, επακοούθων						
Επίπεδα	Αρνητικές Πηγή, Βλάβη, Σύμπτωμα			Αναλλοιώτες		Θετικές Ανάπτυξη Από Αντιξοότητα (AAA) Adversity-Activated Development (AAD)
	ΨΔ PTSD	ΨΣ	ΦΑΠ NA	Αρνητικές	Θετικές Ανθεκτικότητα	
Άτομο						
Οικογένεια						
Κοινότητα						
Κοινωνία/ Κουλήτώρα						

Επιπρόσθετα, η πραγματικότητα λέει πως οι άνθρωποι, ανεξάρτητα από το πόσο σοβαρά έχουν επηρεαστεί από μια ή περισσότερες αντιξοότητες, πάντα διατηρούν ορισμένα από τα προϋπάρχοντα (ως προς τον χρόνο έκθεσής τους σε αντιξοότητες) δυνατά χαρακτηριστικά τους, γνώρισμα ή αδυναμίες. Αυτό σημαίνει ότι θα μπορούσαμε, όχι μόνο να προσπαθούμε να προσδιορίζουμε με ποιον τρόπο οι άνθρωποι άλλαξαν λόγω των αντιξοοτήτων, αλλά, επίσης, να διακρίνουμε ποιες πτυχές τους (χαρακτηριστικά, λειτουργίες, ποιότητες, σχέσεις, κ.λπ.) παραμένουν αμετάβλητες, αναλλοιώτες και ανεπηρέαστες.

Ανθεκτικότητα και Ανάπτυξη που Ενεργοποιείται από την Ανθεκτικότητα

Όλα τα δυνατά και θετικά στοιχεία (δηλ. χαρακτηριστικά, λειτουργίες, σχέσεις κ.λπ.) ενός ανθρώπου, μιας οικογένειας, μιας κοινότητας ή μιας κοινωνίας, που δεν άλλαξαν ως αποτέλεσμα αντιξοοτήτων, στην πραγματικότητα ήταν *ανθεκτικά* σε αυτές τις συγκεκριμένες αντιξοότητες. Στη βιβλιογραφία συναντάμε πολλούς ορισμούς της ανθεκτικότητας. Ο ορισμός που προτείνω εδώ δεν βασίζεται σε κάποια αφηρημένη θεωρία, αλλά σε εμπειρικά ευρήματα αναφορικά με το τι μπορεί να παρατηρηθεί και να βιωθεί σε επιζήσαντες αντιξοοτήτων. Σύμφωνα με αυτόν τον ορισμό, ένας άνθρωπος δεν είναι ανθεκτικός ή τραυματισμένος κατά ένα γενικευμένο και «ιμπρεσιονιστικό» τρόπο. Αντίθετα, εμείς το μόνο που μπορούμε να πούμε είναι πως ανθεκτικά είναι εκείνα τα ειδικά χαρακτηριστικά ή λειτουργίες, ποιότητες κ.λπ. ενός ανθρώπου, μιας οικογένειας, μιας οικογένειας, κοινότητας ή κοινωνίας που βρέθηκαν να έχουν διατηρηθεί, *παρά* την έκθεση σε αντιξοότητες. Όταν η ανθεκτικότητα ορίζεται ως μια σφαιρική, συνολική και αδιαφοροποίητη κατάσταση ή χαρακτηριστικό, τότε πάσχει από έλλειψη ακρίβειας.

Επιπλέον, όλοι όσοι επιζούν οποιασδήποτε μορφής αντιξοότητας, επιπρόσθετα όλων των άλλων αρνητικών αλλαγών και των αναλλοίωτων χαρακτηριστικών, βιώνουν, επίσης, ποικίλες μορφές αλλαγών με θετικό πρόσημο. Ακολουθώντας τη ρήση «ό,τι δεν σε σκοτώνει, σε κάνει πιο δυνατό», καθένας απ' όσους επιζούν οποιασδήποτε αντιξοότητας, ωφελείται, επίσης, από μορφές θετικού μετασχηματισμού της ζωής του. Αποκάλεσα «Ανάπτυξη που Ενεργοποιείται από την Αντιξοότητα» (AEA), (Adversity-Activated Development-AAD), αυτή την κατηγορία θετικών αντιδράσεων σε αντιξοότητες. Αυτή η έννοια αναφέρεται σε όλα εκείνα τα νέα δυνατά σημεία (δηλαδή, θετικά χαρακτηριστικά, ικανότητες, ποιότητες, κ.λπ.) που δεν υπήρχαν πριν την έκθεση σε αντιξοότητες και ενεργοποιήθηκαν, ακριβώς με αφορμή την έκθεση σε αυτές. Κάθε άνθρωπος αναπτύσσει νέα δυνατά και θετικά στοιχεία από την έκθεση σε αντιξοότητες που σχετίζονται με την ακούσια αποικεσία, επιπρόσθετα κι ανεξάρτητα από όλες τις άλλες αρνητικές αλλαγές και αναλλοίωτα χαρακτηριστικά. Έχοντας κακοποιηθεί από σοβαρές μορφές αντιξοότητας, οι ζωές των ανθρώπων έχουν κλονιστεί και επαναπροσανατολιστεί προς νέες και πιο κατάλληλες κατευθύνσεις. Βάζουν τη ζωή τους σε παύση και ταλαιπωρούνται από νέα και δύσκολα ερωτήματα αναφορικά με τους στόχους της ζωής τους, θέτουν σε επερώτηση το πώς ζούσαν πριν, κ.λπ. Ένα σημαντικό χαρακτηριστικό της AEA είναι η επίγνωση που αποκτιέται περί της σημαντικότητας πολλών πτυχών της ζωής τους που, προηγουμένως συνήθιζαν να

παίρνουν για δεδομένες, για παράδειγμα οι οικογενειακές σχέσεις τους, η καλή τους υγεία, κ.λπ. Υπάρχουν άπειρα παραδείγματα ΑΕΑ, όταν οι άνθρωποι κάνουν μια ανασκόπηση της προηγούμενης ζωής τους και τώρα εκτιμούν τις νέες ευκαιρίες που έχουν και υιοθετούν νέες και πιο κατάλληλες στάσεις ζωής, αναβαθμίζοντας τις αξίες τους και γενικώς ζώντας με νέο και πληρέστερο τρόπο τη ζωή τους.

Το Πλέγμα Αντιξοοτήτων μας βοηθάει να διακρίνουμε το σύνολο των συνεπειών των αντιξοοτήτων, τόσο των αρνητικών και των θετικών, όσο επίσης των αναλλοίωτων. Αυτή η δυνατότητα μας επιτρέπει να επιτύχουμε μια πιο ξεκάθαρη και ρεαλιστική κατανόηση της πολυπλοκότητας των επιπτώσεων της ακούσιας αποικεσίας, αποφεύγοντας, έτσι, την τάση προς την πόλωση, που περιορίζει τη θεώρησή μας είτε στις αρνητικές είτε στις θετικές επιπτώσεις, μια τάση που είναι σύμφυτη με δυσφορικές καταστάσεις. Ρητορικά μιλώντας, υποστηρίζω πως «το πρώτο θύμα του τραύματος είναι η πολυπλοκότητα», κάτι που σημαίνει ότι, υπό την πίεση τραυματικών εμπειριών, οι άνθρωποι τείνουν να χάνουν την αίσθηση της πολυπλοκότητας και καταλήγουν να επιδεικνύουν πολωμένες αντιλήψεις και εννοιολογικές συλλήψεις, αναφορικά με οτιδήποτε σχετικό με αυτά τα φαινόμενα: για παράδειγμα, βλέποντας τους επιζήσαντες είτε ως «τραυματισμένους» είτε ως «ανθεκτικούς», βιώνοντας τους εαυτούς τους είτε ως παντοδύναμους είτε ως αδύναμους, αντιλαμβανόμενοι τις αρχές είτε ως «με το μέρος μας» είτε ως «εναντίον μας», κ.λπ. Υπό την επίδραση σοβαρών μορφών αντιξοότητας, δεν είναι μονάχα ο ψυχικός κόσμος μας που πληγώνεται, αλλά και αυτή η ίδια η επιστημολογία μας. Γι'αυτό τον λόγο αναφέρομαι σε «τραυματισμένες επιστημολογίες» και «επιστημολογίες που τραυματίζουν», όταν βρισκόμαστε κατακλυσμένοι από ψυχοπιεστικές καταστάσεις και το μόνο που βλέπουμε είναι οι αρνητικές συνέπειες της αντιξοότητας σ' εμάς και παντού γύρω μας, αφού μας λείπει η επιστημολογική ευελιξία που θα μας επιτρέψει να διακρίνουμε τις τρεις κατηγορίες των συνεπειών των αντιξοοτήτων.

Συνεργική Θεραπευτική Πολυπλοκότητα

Εν κατακλείδι, το Πλέγμα Αντιξοοτήτων μας επιτρέπει να αναπτύξουμε μια πραγματικά σφαιρική αντίληψη για τους ανθρώπους με τους οποίους εργαζόμαστε, απελευθερώνοντάς μας από την τάση να τους αντιλαμβανόμαστε αποκλειστικά και μόνο ως καρικατούρες τραύματος, μονοδιάστατα, αγνοώντας την τρισδιάστατη υπόστασή τους. Επιπλέον, η ικανότητα που μας δίνει το Πλέγμα να τους αντιλαμβανόμαστε στερεοσκοπικά μέσα στην πολυπλοκότητα, μοναδικότητα και



ολότητά τους, ως πλήρεις ανθρώπινες υπάρξεις που εξακολουθούν να διατηρούν τα δυνατά στοιχεία τους (δηλαδή τις ανθεκτικές λειτουργίες), καθώς, επίσης, τα δυνατά τους στοιχεία που απόκτησαν πρόσφατα (δηλ. την ΑΕΑ), λειτουργεί, στην πραγματικότητα, ως μια μορφή αυθεντικής ενδυνάμωσής τους, αφού μας επιτρέπει να προσδιορίσουμε κατάλληλους τρόπους συνεργασίας με αυτά τα δυνατά και θετικά τους στοιχεία.

Είναι γι' αυτούς τους λόγους που έδωσα αυτό το όνομα στην προσέγγιση της «Συνεργικής Θεραπευτικής Πολυπλοκότητας». Όπως είδαμε, το πλαίσιο εργασίας που παρέχει το Πλέγμα Αντιξοοτήτων δίνει τη δυνατότητα, σε όσους εργάζονται υποστηρικτικά με ανθρώπους που έχουν ως κοινό χαρακτηριστικό την ακούσια αποικεσία, να διακρίνουν την *πολυπλοκότητα* των συνεπειών που οι αντιξοότητες φέρνουν σε αυτούς. Επικοινωνώντας στους εξυπηρετούμενους τους αυτή τη διάκριση με *θεραπευτικό* τρόπο (που σημαίνει, μεταδίδοντάς τους αυτή τη διάκριση χρησιμοποιώντας κατάλληλη γλώσσα και τρόπο, την κατάλληλη χρονική στιγμή), οι εργαζόμενοι μπορούν να ενώσουν *συνεργικά* τα δικά τους δυνατά στοιχεία με εκείνα των εξυπηρετούμενών τους. Πρόκειται για μια προσέγγιση διαφορετική από τις συνηθισμένες, σύμφωνα με τις οποίες οι εργαζόμενοι είναι οι ειδικοί που επιβάλλουν στους ανθρώπους στους οποίους παρέχουν τις υπηρεσίες τους τις δικές τους θεωρίες και τα δικά τους σχέδια, για ό,τι νομίζουν καλό για αυτούς.

Βιβλιογραφία

- Papadopoulos, R. K. (2002). Refugees, home and trauma. In Papadopoulos, R. K. (Ed.) *Therapeutic Care for Refugees. No Place Like Home*. London & New York: Routledge.
- Papadopoulos, R.K. (2007). Refugees, Trauma and Adversity-Activated Development. *European Journal of Psychotherapy and Counselling*, 9 (3), 301-312.
- Papadopoulos, R.K. (2008). Systemic Challenges in a Refugee Camp. *Context. Magazine of the Family Therapy Association*. August 16-19.
- Papadopoulos R.K. (2018). Home: Paradoxes, complexities, and vital dynamism. In Bahun, S., & Petrić, B. (Eds.) *Thinking Home: Interdisciplinary Dialogues*. London: Bloomsbury.
- Παπαδόπουλος, Ρ.Κ. (επιμ) (2019α), *Ψυχοκοινωνικές διαστάσεις της προσφυγικής συνθήκης. Η Συνεργική προσέγγιση*. Έκδοση του Κέντρου Ημέρας Βαβέλ. Αθήνα (<https://babeldc.gr/wp-content/uploads/2019/09/Psychokoinonikes-diastraseis-prosfygikhs-syn8hkhs.pdf>)
- Papadopoulos. R.K. (2019β). Trauma and *Umwelt*. An Archetypal Framework for Humanitarian Interventions. In Maercker, A., Heim, E. & Kirmayer, L.J. (Eds.) *Cultural Clinical Psychology and PTSD*. Göttingen: Hogrefe.



Papadopoulos R.K. (2020). The traumatising discourse of trauma and moral injury: distress and renewal. In Papadopoulos R.K (Ed.) *Moral Injury and Beyond: Understanding Human Anguish and Healing Traumatic Wounds*. London & New York: Routledge.

Papadopoulos R.K. (2021). *Involuntary Dislocation: Home, Trauma, Resilience and Adversity-Activated Development*. London & New York: Routledge.

Shay, J., (2010). *Achilles in Vietnam: Combat trauma and the undoing of character*. New York: Simon & Schuster.

Shay J. 'Moral Injury' Video of Dr. Jonathan Shay at the Narrative Medicine VA Workshop, March 9, 2012, Columbia University Medical Center, https://www.youtube.com/watch?v=XBkCg6_ISpQ

Γκιωνάκης, Ν., Στυλιανίδης, Στ. (2014). Φροντίδα της ψυχικής υγείας μετακινούμενων πληθυσμών στην κοινότητα. Στο: Στυλιανίδης, Στ. (επιμ). *Σύγχρονα Θέματα Κοινωνικής και Κοινοτικής Ψυχιατρικής*. Αθήνα: Εκδόσεις Τόπος.

Παπαδόπουλος, Ρ.Κ. (2005). Αποδημία, Νόστος και Τραύμα. Στο: Α. Παπαστυλιανού (Επιμ) *Διαπολιτισμικές διαδρομές Παλιννόστηση και Ψυχοκοινωνική προσαρμογή*. Αθήνα: Ελληνικά Γράμματα.

Παπαδόπουλος, Ρ., Γκιωνάκης, Ν. (2018) Υποστηρίζοντας πρόσφυγες με σοβαρές τραυματικές εμπειρίες. Η εφαρμογή της συνεργικής παρέμβασης σε πατέρες πρόσφυγες. *Σύναψις*, τόμος 14, 48: 25-37.