

Η σύγκρουση ως γλώσσα του άρρητου: Μυθολογικά ζευγάρια και κλινικές αναγνώσεις

Ειρήνη Σεργρέδου, MSc, PhD, ψυχίατρος, ψυχοθεραπεύτρια ομάδας και οικογένειας

Μονάδα Οικογενειακής Θεραπείας, Πολυδύναμη Νοσηλευτική Μονάδα Ψυχικής Υγείας Αττικής

eirinisegredou@gmail.com



Περίληψη

Η σύγκρουση στο ζευγάρι συχνά εκφράζει σχεσιακά νοήματα, συναισθήματα και ανάγκες που δεν έχουν ακόμη βρει λόγια. Το παρόν άρθρο προσεγγίζει τη μυθολογία ως μεταφορικό «κλινικό αρχείο» και εξετάζει τέσσερις μυθολογικές ιστορίες —Γκιλγκαμές και Ισθάρ, Κέφαλος και Πρόκρις, Κάλι και Σίβα, Έρως και Ψυχή— μέσα από μια κυρίως συστημική οπτική, με ψυχοδυναμικές έννοιες ως συμπληρωματικές γέφυρες κατανόησης. Οι ιστορίες αναδεικνύουν διαφορετικές τροχιές της σχεσιακής σύγκρουσης: συμμετρική κλιμάκωση, κυκλική αιτιότητα, αποκλιμάκωση και αλλαγή δεύτερης τάξης. Παράλληλα, έννοιες όπως το ναρκισσιστικό πλήγμα, οι προβλητικές διεργασίες, η περίεξη και η αναγνώριση του Άλλου φωτίζουν τις συναισθηματικές διεργασίες που οργανώνονται μέσα σε αυτά τα μοτίβα. Προτείνεται ότι θεραπευτικό ζητούμενο δεν είναι η εξάλειψη της διαφοράς, αλλά η δυνατότητα το άρρητο να αναγνωριστεί και να ονομαστεί, ώστε η ίδια η σχέση να μπορεί να μετασχηματιστεί.

Λέξεις-κλειδιά: θεραπεία ζεύγους, συστημική ψυχοθεραπεία, σύγκρουση, μυθολογία, σχεσιακά μοτίβα, άρρητο, μετασχηματισμός

Εισαγωγή

Όταν ένα ζευγάρι έρχεται σε θεραπεία σε κατάσταση πολέμου, αυτό για το οποίο πολεμά συχνά δεν εξαντλείται σε αυτό που φαίνεται να πολεμά. Μπορεί να δείχνουν ότι διαφωνούν για τα χρήματα, τα παιδιά, το σεξ, τις οικογένειες προέλευσης ή ακόμη και για μια λέξη που ειπώθηκε στο παρελθόν· συχνά όμως, πίσω από το περιεχόμενο της σύγκρουσης, διακυβεύεται ένα βαθύτερο σχεσιακό νόημα: είναι σαν να λένε στον/στην σύντροφό τους «Με υπολογίζεις;» «Με επιθυμείς;» «Μπορώ να βασιστώ πάνω σου;» «Θα είσαι εδώ όταν σε χρειαστώ;»

Οι Greenberg και Goldman, στο πλαίσιο της Emotion-Focused Couple Therapy, υποστηρίζουν ότι η εμφανής σύγκρουση στο ζευγάρι συχνά οργανώνεται γύρω από δευτερογενή συναισθήματα — θυμό, επίθεση, κατηγορία, απόσυρση — ενώ από κάτω βρίσκονται πιο ευάλωτα πρωτογενή συναισθήματα και ανάγκες: φόβος εγκατάλειψης, ντροπή, αίσθημα ανεπάρκειας, ανάγκη για εγγύτητα και ασφάλεια.

Ο Gottman υποστηρίζει ότι περίπου το 69% των συγκρούσεων των ζευγαριών αφορά “perpetual problems” — επαναλαμβανόμενες διαφορές που συνδέονται με σχετικά σταθερά χαρακτηριστικά της προσωπικότητας ή διαφορετικές ανάγκες και τρόπους ζωής. Όταν αυτές οι διαφορές οδηγούνται σε αδιέξοδο (gridlock), πίσω από τις παγιωμένες θέσεις των συντρόφων βρίσκονται συχνά βαθύτερα προσωπικά νοήματα, αξίες, ανάγκες και “όνειρα” που δεν έχουν αναγνωριστεί.

Με άλλα λόγια, το αντικείμενο της διαφωνίας μπορεί να είναι συγκεκριμένο· το νόημα που αποκτά όμως μέσα στη σχέση είναι σχεσιακό. Έτσι, πίσω από το «δεν με βοηθάς ποτέ» μπορεί να υπάρχει το «δεν νιώθω σημαντικός/ή για σένα». Πίσω από τον θυμό μπορεί να υπάρχει φόβος. Πίσω από την επίθεση, ντροπή. Πίσω από την ακινησία, πανικός. Και πίσω από τη σιωπή, καμιά φορά, μια κραυγή που δεν βρήκε ακόμη λέξεις.

Είναι ενδιαφέρον να προσεγγίσουμε μεταφορικά τη μυθολογία ως ένα είδος αρχαίου “κλινικού αρχείου”. Οι μύθοι μάς δείχνουν ανθρώπους που αγαπούν, ζηλεύουν, απορρίπτουν, εκδικούνται, φοβούνται, συγχωνεύονται, εγκαταλείπονται και μερικές φορές μεταμορφώνονται.

Μέσα από αυτό το πρίσμα θα προσεγγίσουμε τέσσερις μυθολογικές ιστορίες: δύο στις οποίες η κρίση οδηγεί σε κλιμάκωση και καταστροφή και δύο στις οποίες, μέσα στην ίδια την κρίση, αναδύεται η δυνατότητα μετασχηματισμού. Οι ιστορίες αυτές θα προσεγγιστούν πρωτίστως μέσα από μια συστημική οπτική, με έμφαση στα σχεσιακά μοτίβα, την κυκλικότητα και τις διαδικασίες κλιμάκωσης και



μετασχηματισμού. Παράλληλα, ψυχοδυναμικές και αντικειμενοτρόπες έννοιες θα χρησιμοποιηθούν ως συμπληρωματικός φακός για την κατανόηση των συναισθηματικών διεργασιών που οργανώνονται μέσα σε αυτά τα σχεσιακά μοτίβα.

Μυθολογικές διαδρομές

1. Γκιλγκαμές και Ιστάρ: όταν το τραύμα γίνεται εκδίκηση

Η πρώτη μας διαδρομή οδηγεί στο βαβυλωνιακό Έπος του Γκιλγκαμές, ένα από τα αρχαιότερα σωζόμενα μεγάλης έκτασης λογοτεχνικά έργα, με παράδοση που εκτείνεται σε βάθος περίπου τεσσάρων χιλιετιών. Στο επίκεντρό του βρίσκονται τα ηρωικά κατορθώματα του Γκιλγκαμές, βασιλιά της Ουρούκ, αλλά και η αναμέτρησή του με τη θνητότητα και η αναζήτηση της αθανασίας (George, 2003). Ο Γκιλγκαμές και η Ιστάρ δεν αποτελούν ζευγάρι με τη συμβατική έννοια. Ωστόσο, η σύντομη συνάντησή τους συμπυκνώνει μια ολόκληρη σχεσιακή ακολουθία δυναμικής κλιμάκωσης: επιθυμία, ερωτική πρόταση, απόρριψη, ταπείνωση, οργή, εκδίκηση και ανταπόδοση.

Στην Πινακίδα VI της Πρότυπης Βαβυλωνιακής εκδοχής του Έπους του Γκιλγκαμές, η Ιστάρ, γοητευμένη από την ομορφιά και την ανδρεία του Γκιλγκαμές, του προτείνει να γίνει σύζυγός της, υποσχόμενη πλούτο, δύναμη και δόξα. Η άρνησή του, ωστόσο, δεν περιορίζεται στην απόρριψη της πρότασής της· μετατρέπεται σε μια εκτενή και προσβλητική απαρίθμηση των προηγούμενων θνητών και θεϊκών εραστών της⁴ και της ολέθριας μοίρας που, σύμφωνα με την αφήγησή του, είχε επιφυλαχθεί στον καθένα (Abusch, 1986). Η απόρριψη μετατρέπεται έτσι σε ταπείνωση και η Ιστάρ εξοργίζεται. Ζητά από τον πατέρα της, τον Άνου, να εξαπολύσει τον Ταύρο του Ουρανού εναντίον του Γκιλγκαμές. Ο Γκιλγκαμές και ο Ενκιντού σκοτώνουν τον Ταύρο και ακολουθεί νέα δημόσια ταπείνωση της Ιστάρ.

Από συστημική σκοπιά, η ακολουθία επιθυμία → απόρριψη → ταπείνωση/ντροπή → οργή → εκδίκηση → ανταπόδοση → νέα ταπείνωση μπορεί να ιδωθεί ως μια μορφή συμμετρικής κλιμάκωσης (Watzlawick et al., 1967). Κάθε απάντηση δεν κλείνει την προηγούμενη κίνηση, αλλά την εντείνει και προκαλεί μια ισχυρότερη ανταπάντηση. Η σύγκρουση μετατρέπεται σταδιακά σε αγώνα επικράτησης, μέσα στον οποίο το αρχικό βίωμα χάνεται πίσω από την αμοιβαία κλιμάκωση.

Από μια ψυχοδυναμική οπτική, η απόρριψη και, κυρίως, η ταπείνωση μπορούν να ιδωθούν μέσα από την έννοια του ναρκισσιστικού πλήγματος. Ο Kohut συνδέει τη ναρκισσιστική οργή με την εμπειρία ενός τέτοιου πλήγματος και με την ανάγκη

⁴ όπως τον Ντουμούζι (Ταμμούζ) και τον κηπουρό Ισουλλάνου



ανταπόδοσης ή εκδίκησης που μπορεί να το ακολουθήσει (Kohut, 1972). Σύγχρονα ερευνητικά δεδομένα υποστηρίζουν επίσης τη σύνδεση της ναρκισσιστικής ευαλωτότητας και της ντροπής με την οργή και την επιθετικότητα (Théberge & Gamache, 2023).

Οι δύο οπτικές —συστημική και ψυχοδυναμική— μπορούν εδώ να λειτουργήσουν συμπληρωματικά: το εσωτερικό βίωμα του πλήγματος εκφράζεται μέσα στη σχέση και, μέσα από την απάντηση του άλλου, εντάσσεται σε έναν αυτοτροφοδοτούμενο κύκλο κλιμάκωσης.

Σε μια τέτοια κλινική ανάγνωση, το ευάλωτο συναίσθημα υποχωρεί και στη θέση του εμφανίζεται η άμυνα. Η πληγή γίνεται θυμός. Ο φόβος γίνεται έλεγχος. Η ντροπή γίνεται επίθεση. Η απόρριψη γίνεται εκδίκηση. Η Ιστάρ δεν λέει: «Με απέρριψες και με ταπείνωσες. Πονάω»· απαντά στέλνοντας τον Ταύρο. Θα μπορούσε έτσι κανείς να δει τον Ταύρο του Ουρανού ως μια συμβολική ενσάρκωση του άφατου συναισθήματος: αυτό που δεν μπορεί να ειπωθεί ως «Με πλήγωσες» επιστρέφει ως «Θα σε καταστρέψω».

Υπάρχει όμως κάτι ανάλογο και από την πλευρά του Γκιλγκαμές. Δεν μιλά για το δικό του βίωμα απέναντι στην πρόταση της Ιστάρ· μιλά για το ποια θεωρεί ότι είναι εκείνη. Ουσιαστικά της λέει: «Ξέρω τι είσαι. Όποιον αγαπάς, τον καταστρέφεις». Εδώ αναδεικνύεται μια σημαντική θεραπευτική μετακίνηση: από το «εσύ είσαι» στο «εγώ νιώθω». Το πρώτο ορίζει και κατηγορεί τον Άλλο· το δεύτερο αποκαλύπτει κάτι από το βίωμα του εαυτού. Και πολύ συχνά η θεραπεία ζεύγους αρχίζει ακριβώς εκεί.

2. Κέφαλος και Πρόκρις: όταν ο φόβος δημιουργεί αυτό που φοβάται

Ο Κέφαλος και η Πρόκρις αγαπιούνται. Δεν ξεκινούν ως εχθροί. Η Ηώ όμως ερωτεύεται τον Κέφαλο και σπέρνει μέσα του την αμφιβολία για την πίστη της Πρόκριδας. Και από αυτή τη στιγμή αρχίζει η καταστροφή. Ο Κέφαλος μεταμφιέζεται και αποφασίζει να δοκιμάσει την πίστη της Πρόκριδας. Την προσεγγίζει ως άλλος άνδρας, της προσφέρει δώρα, επιμένει, μέχρι εκείνη να κλονιστεί. Τότε αποκαλύπτει την ταυτότητά του. Η εμπιστοσύνη έχει ήδη πληγεί. Αργότερα συμφιλιώνονται.

Όμως τώρα η καχυποψία έχει αλλάξει πλευρά. Η Πρόκρις αρχίζει, τώρα, εκείνη να υποψιάζεται ότι ο Κέφαλος την απατά. Ακούει ότι εκείνος, όταν κυνηγά, καλεί κάποια «Αύρα». Νομίζει ότι πρόκειται για γυναίκα. Τον ακολουθεί κρυφά και κρύβεται στους θάμνους για να τον παρακολουθήσει. Ο Κέφαλος ακούει έναν θόρυβο. Νομίζει ότι πρόκειται για ζώο και εκτοξεύει το αλάνθαστο ακόντιό του. Σκοτώνει την Πρόκριδα (Ovid, *Metamorphoses*, VII.690–865).



Η σχέση καταστρέφεται από εκείνο ακριβώς που χρησιμοποιούν για να την προστατεύσουν: τον έλεγχο. Από συστημική σκοπιά, εδώ δεν έχουμε μια γραμμική σχέση αιτίου και αποτελέσματος, αλλά μια διαδικασία κυκλικής αιτιότητας, έναν ανατροφοδοτούμενο βρόχο (Watzlawick et al., 1967; Curtis, 2024): «Δεν σε εμπιστεύομαι, γι' αυτό σε ελέγχω». «Με ελέγχεις, άρα δεν μπορώ να νιώσω ασφαλής μαζί σου». «Η απόστασή σου επιβεβαιώνει ότι κάτι κρύβεις. Άρα πρέπει να σε ελέγξω ακόμη περισσότερο». Η προσπάθεια επίλυσης του προβλήματος γίνεται έτσι μέρος του ίδιου του προβλήματος και ο κύκλος αυτοτροφοδοτείται.

Από μια ψυχοδυναμική οπτική, η ιστορία μπορεί παράλληλα να διαβαστεί μέσα από την προβολή και τις προβλητικές διεργασίες (Abrams, 2009). Ο φόβος της προδοσίας δεν παραμένει μόνο ένα εσωτερικό βίωμα· αποδίδεται στον Άλλο και επηρεάζει τον τρόπο με τον οποίο ερμηνεύεται η συμπεριφορά του. Το αμφίσημο —όπως χαρακτηριστικά συμβαίνει με την *aura* («αύρα»)— ερμηνεύεται μέσα από τον ήδη υπάρχοντα φόβο, ενώ η καχυποψία στρέφει την προσοχή προς εκείνα τα στοιχεία που μοιάζουν να την επιβεβαιώνουν.

Έτσι, ο φόβος δεν αποτελεί απλώς αντίδραση σε μια ήδη υπάρχουσα πραγματικότητα. Συμμετέχει στη διαμόρφωση της ίδιας της σχεσιακής πραγματικότητας, η οποία στη συνέχεια βιώνεται ως απόδειξή του. Η ακολουθία θα μπορούσε σχηματικά να αποδοθεί ως εξής: φόβος → ερμηνεία του αμφίσημου ως απειλής → έλεγχος/παρακολούθηση → μεταβολή της σχεσιακής κατάστασης → περαιτέρω «επιβεβαίωση» του αρχικού φόβου.

3. Κάλι και Σίβα: όταν κάποιος δεν μπαίνει στον ίδιο χορό

Σε μία από τις γνωστές ινδικές παραδόσεις για την Κάλι, η θεά, αφού έχει εξοντώσει τις δαιμονικές δυνάμεις, παραμένει κυριευμένη από την πολεμική της μανία. Μετά τη σφαγή των αντιπάλων της, μεθυσμένη από το αίμα, συνεχίζει την καταστροφική της ορμή. Ο φρενήρης χορός της απειλεί πλέον όχι μόνο τους εχθρούς, αλλά και τον ίδιο τον κόσμο που είχε κληθεί να προστατεύσει. Ο Σίβα παρεμβαίνει τοποθετώντας τον εαυτό του ακίνητο στην πορεία της, ανάμεσα στους νεκρούς. Η Κάλι πατά επάνω του και, όταν αντιλαμβάνεται ότι κάτω από το πόδι της βρίσκεται ο Σίβα, σταματά. (Kinsley, 1986; Menon & Shweder, 1994, pp. 246–247)

Σε μια συστημική ανάγνωση, ο Σίβα κάνει κάτι παράδοξο: δεν τη μάχεται, δεν επιχειρεί να αποδειχθεί ισχυρότερος και δεν απαντά στη βία με μεγαλύτερη βία.



Εισάγει στην αλληλεπίδραση μια διαφορετική απάντηση, διακόπτοντας το καταστροφικό μοτίβο και ανοίγοντας τη δυνατότητα αποκλιμάκωσης (Carr, 2025).

Από μια ψυχοδυναμική οπτική, η στάση του Σίβα μπορεί να διαβαστεί μέσα από τη Bionian έννοια της περίεξης (*containment*): δέχεται την ένταση χωρίς να την ανταποδίδει με την ίδια μορφή και, με την παρουσία του, συμβάλλει στη μετατροπή της σε κάτι περισσότερο ανεκτό και επεξεργάσιμο (Zachrisson & Wong, 2023). Η ακινησία του δεν αποτελεί παθητικότητα· συνιστά μια ενεργητική μορφή περίεξης, κατά την οποία η ένταση γίνεται ανεκτή χωρίς να επιστρέφεται άμεσα στον άλλο.

Η έξοδος από τον κύκλο δεν έρχεται όταν κάποιος κερδίσει. Έρχεται όταν εισάγεται στη σχέση κάτι που μέχρι τότε δεν υπήρχε: μια παύση, μια διαφορετική απάντηση, η δυνατότητα να αντέξει κάποιος την ένταση χωρίς να την επιστρέψει αμέσως με την ίδια μορφή.

4. Έρως και Ψυχή: η κρίση που μεταμορφώνει

Στον Έρωτα και την Ψυχή προχωρούμε ακόμη ένα βήμα. Στην αρχή της ιστορίας, ο Έρως συνδέεται ερωτικά με την Ψυχή υπό έναν παράδοξο όρο: εκείνη δεν πρέπει να τον δει. Την επισκέπτεται μόνο τη νύχτα και η σχέση τους μπορεί να υπάρχει όσο η ταυτότητά του παραμένει αθέατη. Η Ψυχή, όμως, παραβιάζει τελικά την απαγόρευση: ανάβει το λυχνάρι και τον κοιτάζει. Ακολουθούν η ρήξη και ο αποχωρισμός και, για την Ψυχή, μια σειρά δοκιμασιών που την οδηγούν ακόμη και στον Κάτω Κόσμο. Η ιστορία, ωστόσο, δεν τελειώνει εκεί. Η Ψυχή επιστρέφει, αποκτά την αθανασία και η ένωση με τον Έρωτα αποκαθίσταται πλέον υπό μια νέα μορφή (Apuleius, *Metamorphoses*, V.21–VI.24).

Η Ψυχή δεν μεταμορφώνεται επειδή προστατεύεται από την κρίση, αλλά περνώντας μέσα από αυτήν. Από αυτή την οπτική, ο μύθος προσφέρει μια ιδιαίτερα γόνιμη μεταφορά για τη θεραπεία ζευγους. Ο στόχος δεν είναι πάντοτε η αποκατάσταση της σχέσης όπως ήταν πριν από τη ρήξη. Από μια συστημική οπτική, η μετάβαση αυτή μπορεί να ιδωθεί μέσα από την έννοια της αλλαγής δεύτερης τάξης (*second-order change*), η οποία δεν αφορά απλώς μεταβολές μέσα σε ένα ήδη υπάρχον σύστημα, αλλά μια ποιοτική αλλαγή από την οποία μπορεί να αναδυθεί κάτι νέο στο ίδιο το σχεσιακό σύστημα (Davey et al., 2012). Το θεραπευτικό ζητούμενο μπορεί, επομένως, να είναι η δυνατότητα να αναδυθεί μετά την κρίση μια διαφορετική μορφή σχέσης — μια σχέση που δεν αναπαράγει τις ίδιες συνθήκες και τα ίδια σχεσιακά μοτίβα που συνέβαλαν στη δημιουργία της κρίσης.



Από μια ψυχοδυναμική και διυποκειμενική οπτική, η αρχική σχέση του Έρωτα και της Ψυχής μπορεί να διαβαστεί μέσα από την έννοια της αναγνώρισης. Για την Benjamin (1995), η αγάπη ή η επιθυμία για τον άλλον ως αντικείμενο δεν ταυτίζεται κατ' ανάγκην με την αναγνώρισή του ως διακριτού υποκειμένου, με δικό του κέντρο ύπαρξης. Υπό αυτό το πρίσμα, η μετάβαση που διαγράφεται στον μύθο μπορεί να ιδωθεί ως κίνηση από την επιθυμία για τον Άλλο προς την αναγνώριση της ετερότητάς του. Ίσως αυτή η μετάβαση να μπορεί να συμπυκνωθεί στη φράση: «Δεν αρκεί να σε αγαπώ. Πρέπει να μπορώ και να σε δω».

Ο ρόλος του θεραπευτή

Τι γίνεται με τον θεραπευτή απέναντι στο ζευγάρι εν πολέμω; Όταν δύο άνθρωποι κάθονται απέναντί μας και πολεμούν, είναι πολύ εύκολο να παρασυρθούμε από το περιεχόμενο. Ποιος ξεκίνησε; Ποιος πρόδωσε ποιον; Ποιος είναι πιο επιθετικός; Ποιος έχει περισσότερο δίκιο;

Αλλά ίσως η θεραπευτική ερώτηση πρέπει να είναι διαφορετική. Τι προσπαθεί να ειπωθεί εδώ και δεν έχει ακόμη βρει λόγια; Τι βρίσκεται κάτω από την επίθεση, πίσω από τη σιωπή, πίσω από τον έλεγχο; Τι προστατεύει αυτός που αποσύρεται; Ποια διαγενεακή ιστορία παίζεται ξανά μπροστά μας σαν να είναι καινούργια; Και, κυρίως, πώς μπορούμε να βοηθήσουμε το ζευγάρι να σταματήσει να βιώνει τον σύντροφο ως εχθρό και να αρχίσει ξανά να τον βλέπει ως Άλλον;

Ο θεραπευτής δεν καλείται να κερδίσει τον πόλεμο για λογαριασμό κανενός. Ούτε να εξαλείψει την επιθετικότητα. Η επιθετικότητα είναι μέρος της σχέσης, μέρος της ανθρώπινης ζωής και συχνά μέρος της ίδιας της επιθυμίας για επαφή. Καλείται, όμως, να βοηθήσει ώστε αυτό που εκφορτίζεται να μπορέσει να αναγνωριστεί και να ονομαστεί.

Οι μύθοι δεν μας λένε ότι η σύγκρουση μπορεί να εξαφανιστεί. Μας λένε κάτι ίσως χρησιμότερο: ότι η σύγκρουση μπορεί να πάρει πολλές μορφές — να γίνει εκδίκηση, επανάληψη, καταστροφή. Αλλά μερικές φορές μπορεί να γίνει και δρόμος προς κάτι νέο.

Ο Napier μας θυμίζει ότι μέσα στη σχέση του ζευγαριού συχνά αναπαράγονται, με νέους πρωταγωνιστές, παλιές σχεσιακές εμπειρίες, φόβοι και τραύματα· και ότι οι δύο σύντροφοι συμμετέχουν, χωρίς να το γνωρίζουν, στη συν-κατασκευή αυτού του επαναλαμβανόμενου δράματος. Ο σύντροφος όμως δεν είναι μόνο εκείνος με τον οποίο αναπαριστούμε το παλιό σχεσιακό σενάριο. Επειδή ακριβώς είναι ένας Άλλος, προερχόμενος από έναν διαφορετικό σχεσιακό κόσμο, μπορεί να γίνει και εκείνος με τον οποίο θα διαφοροποιηθούμε από το παλιό σενάριο — ώστε το



ζευγάρι να μη χρειάζεται να το επαναλαμβάνει, αλλά να μπορέσει να γράψει ένα καινούργιο.

Επίλογος

Ένα ισχυρό θεραπευτικό στοίχημα στη θεραπεία ζεύγους δεν είναι, λοιπόν, να εξαφανιστεί η διαφορά ούτε να επιστρέψει το ζευγάρι σε μια ιδεατή προηγούμενη κατάσταση, αλλά να μπορούν δύο διαφορετικοί άνθρωποι να παραμένουν σε σχέση χωρίς να χρειάζεται να πολεμούν για να ακουστούν.

Γιατί ό,τι δεν λέγεται, μάχεται. Όταν όμως μπορεί να ειπωθεί, δεν χρειάζεται πια να πολεμά.

Πίνακας 1. Μυθολογικά ζευγάρια: συστημικές έννοιες, ψυχοδυναμικές γέφυρες και το άρρητο

Μυθολογικό ζευγάρι	Κύρια συστημική έννοια	Ψυχοδυναμική γέφυρα	Το Άρρητο
Γκιλγκαμές – Ισθάρ [Απόρριψη / ναρκισσιστικό πλήγμα]	Συμμετρική κλιμάκωση	Ναρκισσιστικό πλήγμα / ναρκισσιστική οργή	«Με απέρριψες, πονάω» → «Θα σε καταστρέψω» Πώς ο πόνος της απόρριψης μετατρέπεται σε αγώνα επικράτησης;
Κέφαλος – Πρόκρις [Ζήλια / καχυποψία]	Κυκλική αιτιότητα / ανατροφοδοτούμενος βρόχος	Προβολή / προβλητικές διεργασίες	«Φοβάμαι την προδοσία» → «Σε ελέγχω» → «Δημιουργώ τη σχέση που επιβεβαιώνει τον φόβο μου» Πώς ο φόβος της προδοσίας οδηγεί σε συμπεριφορές που τελικά μοιάζουν να τον επιβεβαιώνουν;
Κάλι – Σίβα [Καταστροφικότητα / κλιμάκωση]	αποκλιμάκωση / διακοπή καταστροφικού μοτίβου	Containment – container/contained	«Δεν θα σου επιστρέψω αυτό που μου δίνεις με την ίδια μορφή» Τι συμβαίνει όταν ένας κρίκος της ακολουθίας αλλάζει;
Έρως – Ψυχή [Παραβίαση εμπιστοσύνης / αποχωρισμός]	αλλαγή δεύτερης τάξης / μετασχηματισμός του σχεσιακού συστήματος	Αναγνώριση του Άλλου ως διακριτού υποκειμένου	«Δεν αρκεί να σε αγαπώ. Πρέπει να μπορώ και να σε δω» Μπορεί η κρίση να οδηγήσει όχι στην επιστροφή στο παλιό, αλλά σε μια νέα μορφή του «εμείς»;



ΒΙΒΛΙΟΓΡΑΦΙΑ

- Abrams, J., What's reality got to do with it?: Projective processes in adult intimate relationships, *Psychoanalytic Social Work*, 16(2), 126–138, 2009. <https://doi.org/10.1080/15228870903200319>
- Abusch, T., Ishtar's proposal and Gilgamesh's refusal: An interpretation of *The Gilgamesh Epic*, Tablet 6, lines 1–79, *History of Religions*, 26(2), 143–187, 1986. <https://doi.org/10.1086/463073>
- Apuleius. (1990) *Cupid and Psyche*. E. J. Kenney (Ed.). Cambridge: Cambridge University Press.
- Benjamin, J. (1995) *Like subjects, love objects: Essays on recognition and sexual difference*. New Haven, CT: Yale University Press.
- Carr, A., Couple therapy and systemic interventions for adult-focused problems: The evidence base, *Journal of Family Therapy*, 47, e12481, 2025. <https://doi.org/10.1111/1467-6427.12481>
- Curtis, M. G., Dynamic narrative therapy: A metamodern integration of narrative, and strategic family therapy, *Contemporary Family Therapy*, 46(4), 471–485, 2024. <https://doi.org/10.1007/s10591-024-09694-z>
- Davey, M. P., Davey, A., Tubbs, C., Savla, J. and Anderson, S., Second order change and evidence-based practice, *Journal of Family Therapy*, 34(1), 72–90, 2012. <https://doi.org/10.1111/j.1467-6427.2010.00499.x>
- George, A. R. (2003) *The Babylonian Gilgamesh epic: Introduction, critical edition and cuneiform texts* (Vols. 1–2). Oxford: Oxford University Press.
- Gottman, J. M. (1999) *The marriage clinic: A scientifically based marital therapy*. New York: W. W. Norton & Company.
- Greenberg, L. S. and Goldman, R. N. (2008) *Emotion-focused couples therapy: The dynamics of emotion, love, and power*. Washington, DC: American Psychological Association. <https://doi.org/10.1037/11750-000>
- Kenney, E. J. (1990) Psyche and her mysterious husband. In D. A. Russell (Ed.) *Antonine literature*. Oxford: Oxford University Press. Pp. 175–198. <https://doi.org/10.1093/oso/9780198140573.003.0007>
- Kinsley, D. R. (1986) *Hindu goddesses: Visions of the divine feminine in the Hindu religious tradition*. Berkeley, CA: University of California Press.
- Kohut, H., Thoughts on narcissism and narcissistic rage, *The Psychoanalytic Study of the Child*, 27(1), 360–400, 1972. <https://doi.org/10.1080/00797308.1972.11822721>
- Menon, U. and Shweder, R. A. (1994) Kali's tongue: Cultural psychology and the power of shame in Orissa, India. In S. Kitayama and H. R. Markus (Eds) *Emotion and culture: Empirical studies of mutual influence*. Washington, DC: American Psychological Association. Pp. 241–282.
- Napier, A. Y. (1997) *Το ζευγάρι: Ο εύθραυστος δεσμός* (Η. Ρόκου, Μτφρ.). Αθήνα: Ελληνικά Γράμματα. (Πρωτότυπο έργο δημοσιεύτηκε το 1988).
- Ovid. (1916) *Metamorphoses* (F. J. Miller, Trans.; Vol. 1, Books I–VIII). Cambridge, MA: Harvard University Press; London: William Heinemann.
- Théberge, D. and Gamache, D., An appraisal of narcissistic rage through path modeling, *Journal of Interpersonal Violence*, 38(1–2), NP796–NP818, 2023. <https://doi.org/10.1177/08862605221084746>
- Watzlawick, P., Beavin, J. H. and Jackson, D. D. (1967) *Pragmatics of human communication: A study of interactional patterns, pathologies, and paradoxes*. New York: W. W. Norton.
- Zachrisson, A. and Wong, M., Containment, affirmation and structural deficiency – revisiting an issue in psychoanalytic method, *The Scandinavian Psychoanalytic Review*, 46(1–2), 49–56, 2023. <https://doi.org/10.1080/01062301.2023.2296689>