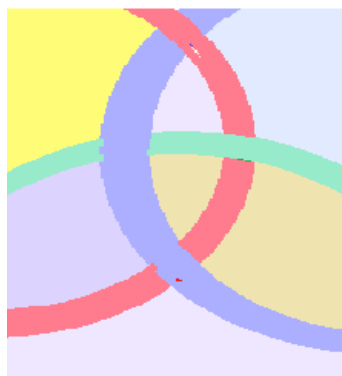


ΤΡΙΓΩΝΟΠΟΙΗΣΗ ΖΕΥΓΟΥΣ ΩΣ ΚΕΝΤΡΙΚΟ ΣΤΟΙΧΕΙΟ ΤΗΣ ΘΕΡΑΠΕΙΑΣ

Κάτια Χαραλαμπίκη, Ψυχίατρος συστημική ψυχοθεραπεύτρια



Η τριγωνοποίηση του ζευγαριού είναι ένα από τα βασικά ζητήματα που δημιουργούν βαριά προβλήματα στη συζυγική και οικογενειακή ζωή και, συχνά, γίνεται το κεντρικό θέμα αντιμετώπισης στη θεραπεία ζεύγους. «Τριγωνοποίηση» στο ζευγάρι δημιουργείται από διάφορους παράγοντες, όπως παιδιά, γονείς, εργασία, φίλους, εξωσυζυγικές σχέσεις κ.λπ. Στόχος της θεραπείας ζεύγους είναι η «αποτριγωνοποίηση» (από το παθολογικό τρίγωνο) και επιστροφή σε μια δυάδα με δυνατότητα επικοινωνίας, κυρίως μέσω και της «μεταεπικοινωνίας». Το ενδιαφέρον στην περίπτωση αυτή είναι ότι σε αυτή τη θεραπεία ζεύγους βασικός παράγοντας είναι το «θεραπευτικό τρίγωνο», δηλαδή η δημιουργία μιας τριάδας του ζεύγους με τον θεραπευτή. Υπάρχουν πολλά παραδείγματα από τη θεραπευτική εμπειρία μας που μπορούν να συζητηθούν.

Ας ξεκινήσουμε ορίζοντας την έννοια του τριγώνου από τη βιολογία του έμβριου, του ανθρώπινου τριγώνου. Ένας άνθρωπος δημιουργείται από την ένωση του ωαρίου της γυναίκας με το σπερματοζωάριο του άντρα. Και, επομένως, το προϊόν της γονιμοποίησης, το τέκνο, γίνεται το τρίτο μέρος, το παράγωγο της διπλής σχέσης. Βέβαια, η συνέχεια της εξέλιξης στη ζωή παράγει αντιθέσεις. Δηλαδή, το έμβριο δημιούργημα κυοφορείται στη μήτρα της μητέρας του και, πιθανόν, μετά την έξοδό του στον κόσμο τρέφεται από τον μαστό, πάλι της μητέρας του. Επομένως, είναι πιθανόν το βιολογικό τρίγωνο να εκπέσει σε «δυσάδίκη σχέση», συχνά έντονη. Τι αποτέλεσμα μπορεί να υπάρξει από αυτό; Από το τρίγωνο να μεταβούμε στην «τριγωνοποίηση», δηλαδή στη «σχέση των δύο εναντίον του ενός», στη συγχώνευση των δύο και την αποβολή του τρίτου.



Αλλά και σε επίπεδο σχέσης-συστήματος, αν δούμε το θέμα, το ζευγάρι είναι μια δυάδα που ορίζεται από ένα τρίτο σημείο, «τη σχέση», αυτή που καθορίζει τα όρια και τις συμπεριφορές των δύο. Όμως, ακριβώς από το είδος και τη διαμόρφωση αυτής της σχέσης, ορίζεται και η πραγματικότητα της αλληλεπίδρασης του ζεύγους και η μορφή του επακόλουθου τριγώνου. Κάποιοι, μάλιστα, συγγραφείς, όπως η Virginia Satir (1967), αναφέρονται στη φυσιολογική και χρήσιμη ύπαρξη του πρωταρχικού τριγώνου. Πρόκειται για το τρίγωνο που μπορεί να γίνει πηγή μάθησης και ανάπτυξης του ατόμου στα πρώτα στάδια της ζωής του, καθώς γίνεται ένα πεδίο κατανόησης της σχέσης του με άλλα άτομα, δυάδες, τριάδες και σύνολα ανθρώπων έξω από την οικογένεια. Και όλα αυτά αναπτύσσονται έντονα με την ηλικιακή εξέλιξη του νέου ανθρώπου. Π.χ. η ένταξή του στο σχολείο δημιουργεί δυαδικές και τριγωνικές σχέσεις με δασκάλους, συμμαθητές, παιδιά άλλων τάξεων κ.λπ. Παράλληλα, επιστημονικοί σχολιασμοί που έχουν γίνει για τη «θεωρία της συναισθηματικής πρόσδεσης» (attachment theory), του John Bowlby, αναφέρουν ότι η σχέση μητέρας παιδιού, που έχει μελετηθεί ως αυτοτελής, χρειάζεται να ειδωθεί και μέσα στο πλαίσιο της ύπαρξης και εξέλιξής της, που είναι η σχέση της με τον άντρα, όπως και η σχέση του παιδιού με τον πατέρα του. Διότι, η σχέση των δύο (π.χ. μητέρας-παιδιού) επηρεάζει και τη σχέση του κάθε μέλους της δυάδας με έναν τρίτο, όπως τη σχέση παιδιού με πατέρα, τη σχέση γυναίκας με άντρα κ.λπ. Επομένως, για να γίνουν σαφώς κατανοητές οι διαδικασίες της συναισθηματικής πρόσδεσης, θα πρέπει να μελετηθούν οι σχέσεις μητέρας-παιδιού-πατέρα σε ένα τριαδικό σύστημα. Κι εδώ, βέβαια, η σειρά των μελών της τριάδας μεταβάλλεται ανάλογα με τα ειδικά γεγονότα της ζωής που επιδρούν στις σχέσεις ή τις επιδράσεις των σχέσεων στις συνθήκες της ζωής. Μέσα σε αυτό το πλαίσιο, πολλοί ερευνητές έχουν παρατηρήσει και περιγράψει την έννοια του «πρωταρχικού τριγώνου» που ξεκινάει από την αρχή της γέννησης του τέκνου. Εγώ θα πρόσθετα, από την αρχή της κυοφορίας του ή από την αρχή της απόφασης των δύο συζύγων να τεκνοποιήσουν.

Φυσικά, οι παραπάνω περιγραφές του «οικογενειακού τριγώνου» αναφέρονται σε μια τριάδα που τη συνιστούν οι δύο γονείς με ένα παιδί. Αλλά χρειάζεται να προχωρήσουμε τη μελέτη και την περιγραφή μας και σε οικογένειες με περισσότερα τέκνα, όπου, από το «ένα τρίγωνο» περνάμε σε «πολυτριγωνικές» και «πολυπαραγοντικές» καταστάσεις. Και, φυσικά, θέτοντας την οικογένεια στο ευρύτερο οικογενειακό, εργασιακό και κοινωνικό πλαίσιο, μπορούμε να περάσουμε από το «πρωταρχικό τρίγωνο» στην ευρύτερη «τριγωνοποίηση», όπως από τις μορφές που περιέγραψε ο Ίψεν, τα «ιψενικά τρίγωνα», και τη συνακόλουθη ψυχοπαθολογία.

Ένας από τους βασικούς δασκάλους της συστημικής ψυχοθεραπείας, ο Gregory Bateson, έχει αναφερθεί και στο «τρίγωνο των μηνυμάτων» της ανθρώπινης επικοινωνίας. Πρόκειται για έναν «τριαδικό αστερισμό μηνυμάτων», όπου, στην



αλληλεπίδραση δύο μηνυμάτων περιλαμβάνεται και ένα τρίτο μήνυμα που ορίζει τη «μετα-επικοινωνία». Ακριβώς η έννοια της μετα-επικοινωνίας είναι βασικό στοιχείο που εμπεριέχεται σε κάθε είδους ψυχοθεραπεία και ειδικά σε εκείνη του ζεύγους και της οικογένειας. Η έλλειψη αυτού του τρίτου μηνύματος παρατηρείται στα όνειρα και στη σχιζοφρένεια, όπου το άτομο ταυτίζεται με τις φαντασίες του, χωρίς να μπορεί να τις κρίνει μέσα σε πλαίσιο. Ακριβώς η δυνατότητα κρίσης αποτελεί το «τρίτο σημείο» ανάμεσα στο συναίσθημα, στον νου και στο περιβάλλον.

Επίσης, βασικά στοιχεία που ορίζουν την τριάδα «γονέων και παιδιού» είναι εκείνα που το συνδέουν με κάθε γονέα και εκείνα που το αποκλείουν από το γονεϊκό ζεύγος. Για παράδειγμα, οι σεξουαλικές σχέσεις του ζεύγους γίνονται με τον αποκλεισμό του τέκνου τους. Αλλά τότε, το παιδί μπορεί να αισθανθεί ότι είναι το «τρίτο σημείο» ανάμεσα στη «γονεϊκή δυάδα», τον πατέρα και τη μητέρα «ως ζεύγος». Κι αυτό αποτελεί την υγιή πλευρά της έννοιας του τριγώνου.

Και, καθώς ο βίος του παιδιού και της οικογένειας εξελίσσονται χρονικά, νέες μορφές στις σχέσεις του οικογενειακού τριγώνου εμφανίζονται. Για παράδειγμα, ο νέος/νέα, έφηβη/έφηβος, ερωτεύεται και δημιουργεί ερωτικό δεσμό με άλλο άτομο. Αυτό μπορεί να σημάνει αποκλεισμό των γονέων από αυτή τη νέα δυάδα. Ή ακόμα και οι επαγγελματικές επιλογές, οι κοινωνικές σχέσεις-παρέες, ακόμα και οι πολιτικές τοποθετήσεις του παιδιού εισάγουν και εδραιώνουν νέα τρίγωνα, που μπορεί να είναι απλώς σημεία εξέλιξης των σχέσεων στην πάροδο του χρόνου ή, αντίθετα, να δημιουργούν έντονες και νοσηρές αντιθέσεις, εισάγοντας μορφές της «παθολογικής τριγωνοποίησης».

Και ας περάσουμε, τώρα, στην έννοια του τριγώνου όπως περιγράφεται στη θεραπεία ζεύγους, του αποκαλούμενου «θεραπευτικού τριγώνου». Κατ' αρχήν, ας ξεκινήσουμε από το «πλαίσιο» πραγματοποίησης της θεραπείας ζεύγους. Κατά την εκπαίδευσή μου στην οικογενειακή ψυχοθεραπεία στις Βρυξέλλες, εγώ και άλλοι εκπαιδευόμενοι παρακολουθούσαμε, πίσω από τον μονόδρομο καθρέφτη, τις θεραπείες οικογένειας ΑΛΛΑ και τις θεραπείες ζεύγους. Και, όπως είναι φυσικό, έτσι ξεκίνησα και αυτές τις θεραπείες μου στο Παγκράτι. ΑΛΛΑ: Στην πορεία διαπιστώθηκε ότι αυτή η παρουσία άλλων ατόμων πίσω από τον καθρέφτη επιδρούσε νοσηρά στη θεραπευτική διεργασία του ζευγαριού, καθώς στη δυάδα του ζεύγους με έναν θεραπευτή εισέρχονταν κάποιοι ως «ματάκιας» και «μπανιστριτζήδες», διαστρεβλώνοντας τη δυαδικότητα αλλά και τη θεραπευτική τριάδα. Και έτσι, καταργήθηκε ολοσχερώς. Επίσης, κάποιοι σε θεραπεία ζεύγους χρησιμοποιούν «θεραπευτικό ζευγάρι», είτε ιδίου είτε αντίθετου φύλου. Αλλά και αυτό το διακόψαμε (πάλι στα πλαίσια της μη αλλοίωσης του θεραπευτικού τριγώνου) εκτός, ίσως, από κάποιες περιπτώσεις, όπου η ύπαρξη βίας ή σοβαρών ψυχιατρικών διαταραχών στα θεραπευόμενα μέλη, εισάγουν την ανάγκη στήριξης



και του θεραπευτή μέσα από μια «θεραπευτική δυάδα». Αλλά αυτή η στήριξη γίνεται και μέσα από μια «θεραπευτική ομάδα», όταν ο θεραπευτής συζητάει τα θέματά του με συναδέλφους ή δασκάλους.

Μιλώντας, λοιπόν, για μια θεραπεία με ένα ζευγάρι και έναν θεραπευτή, ορίσαμε και την έννοια του «θεραπευτικού τριγώνου». Καθώς ο θεραπευτής μπαίνει στο εσωτερικό του θεραπευτικού συστήματος, δημιουργείται και με αυτόν μια τριγωνοποίηση. Αλλά με μια ουσιαστική διαφορά από τις προηγούμενες μορφές της: Η θεραπευτική διεργασία οδηγεί σε μια *μετα-τριγωνική* θέση, όπου στη θέση του θεραπευτικού τριγώνου εισέρχεται μια τριάδα με ικανότητα να συζητά, να κατανοεί και να «αποτριγωνοποιείται», μέσα από τη δυνατότητα της «μεταεπικοινωνίας».

Κάνοντας αναφορά στις προσωπικές μου εμπειρίες από θεραπείες ζεύγους, εγώ προσωπικά έχω να αναστοχαστώ κάποιες που ήταν πολύ καλές, άλλες καλές, άλλες καλούτσικες. Αλλά υπάρχει και μία που την ονομάζω πλήρη αποτυχία, καθώς το θεραπευτικό τρίγωνο μετατράπηκε σε «παθολογικό τρίγωνο». Το ζευγάρι (νέας ηλικίας) ήρθε με απόφαση της γυναίκας, καθώς η σχέση τους χαρακτηριζόταν από απόσταση ή βία. Από την πρώτη μας κιόλας συνάντηση, η γυναίκα μιλούσε συνέχεια, κατηγορούσε τον άντρα της, περιέγραφε δύσκολες και βίαιες καταστάσεις στο ζεύγος. Ο άντρας παρέμενε σιωπηλός. Εκείνη συνέχιζε ακατάπαυστα να μιλάει κι εκείνος να σιωπά. Προσπάθησα να του μιλήσω, να τον ρωτήσω, εκείνος συνέχισε να μην απαντά, να μη βγάζει λέξη. Λίγες συνεδρίες έγιναν, όπου στην τελευταία, ενώ ο άντρας παρέμενε εντελώς σιωπηλός και η γυναίκα κραυγαλέα, εκείνη μου είπε ότι δεν θα ξανάρθουν μια και δεν τους πρόσφερα τίποτα αφού είμαι ανάξια να βοηθήσω. Και η θεραπεία σταμάτησε εκεί, με μένα την ανάξια θεραπεύτρια. Σε σύντομο χρονικό διάστημα, έχοντας μια συνάντηση με συναδέλφους της Εταιρείας μας σε ένα νοσοκομείο, καθώς πλησίαζα, είδα τον άντρα του ζεύγους που περιέγραψα να κάθεται έξω από την πόρτα του νοσοκομείου. Μόλις με είδε, σηκώθηκε, χαμογέλασε και μου φώναξε δυνατά «Γεια σας, τι κάνετε! Χαίρομαι που σας βλέπω, έχετε δουλειά κι εδώ;». Μάλλον εγώ, τότε, έμεινα «ενεή». Ήταν μια κατ' αρχήν έκπληξη που, όμως, μπόρεσα στη συνέχεια να ερμηνεύσω. Το «θεραπευτικό τρίγωνο» που είχε δημιουργηθεί με το ζευγάρι κι εμένα είχε τα εξής παθολογικά χαρακτηριστικά: Όταν η γυναίκα με πλησίαζε μιλώντας, ο άντρας, το τρίτο μέρος, αποκλειόταν και σιωπούσε. Όταν, στην τυχαία συνάντησή μου με τον άντρα, η γυναίκα του είχε αποκλειστεί, εκείνος με πλησίασε θερμά. Συμπέρασμα, η σχέση του καθενός από τους δύο να επικοινωνεί με έναν τρίτο αποκλείοντας τον άλλον, επαναλήφθηκε και με εμένα. Ποτέ το τρίγωνο δεν έγινε πραγματικά θεραπευτικό, καθώς δεν μπόρεσε να εισαγάγει την «μετα-επικοινωνία».



Φαντάζομαι, ότι πολλοί θεραπευτές ζεύγους, αλλά και θεραπευόμενα ζευγάρια, θα έχουν θετικές και αρνητικές αναμνήσεις γύρω από το θέμα των τριγώνων του ζεύγους, για να τις μοιραστούμε.

ΒΙΒΛΙΟΓΡΑΦΙΑ

- BATESON G. (1972), Steps to an Ecology of Mind, The University of Chicago Press, Chicago.
- BOWLBY J. (1973), Attachment and Loss, Separation, Anger and Anxiety, Pimlico, London 1998.
- BRITTON R. (1998), Belief and Imagination, Brunner-Routledge, London.
- CRANE D. R. (1996), Fundamentals of Marital Therapy, Brunner/Mazel, New York.
- FIVAZ-DEPEURSIGNE E. & CORBOZ-WARNERY A. (1999), The Primary Triangle, Basic Books, Perseus Books, στα ελληνικά, Το Πρωταρχικό Τρίγωνο, Καστανιώτης 2004.
- ELKAİM M. (1989), Si tu m' aimes, ne m'aime pas, Le Seuil, Paris.
- GOLDBETER-MERINFELD E. (1999), Le deuil impossible-Familles et tiers pesants, Les Editions ESF, Paris.
- GUERIN P.J.J., POGARTY T.F., FAY L. F., KAUTTO J. G., (1996), Working with Relational Triangles, The Guilford Press, New York.
- HALEY J. (1980), Leaving Home: The therapy of disturbed young people, 2nd ed. 1997, Brunner/Mazel, New York.
- HALEY J. (1985), Changer les couples – Conversation avec Milton H. Ericson, Les Editions ESF, Paris.
- JOHNSON S. M. (1996), Creating Connection. The Practice of Emotionally Focused Marital Therapy, Brunner/Mazel, New York.
- SATIR V. (1967), Conjoint Family Therapy, reprint 1974, Souvenir Press, Great Britain.
- ΧΑΡΑΛΑΜΠΑΚΗ Κ. (2008), Το θεραπευτικό τρίγωνο (στο βιβλίο Θεραπεία Ζεύγους, Ψυχοθεραπευτικές προσεγγίσεις από την Ψυχαναλυτική, τη Συμπεριφορική και τη Συστημική οπτική), Εκδόσεις Καστανιώτη.