

Η ψυχολογική ωριμότητα σε σχέση με την τρίτη ηλικία: μελέτη μιας περίπτωσης

Αμαλία Ιωαννίδου Johnson - Τουρνά, D.S.W.

Τμήμα Κοινωνικής Εργασίας, Τ.Ε.Ι. Πάτρας

Παρά την περιορισμένη βιβλιογραφία γύρω από το θέμα της ψυχοθεραπείας ατόμων της τρίτης ηλικίας, η κλινική εμπειρία έχει δείξει ότι η ψυχοδυναμική προσέγγιση μπορεί να είναι αποτελεσματική στα άτομα αυτά. Πιο συγκεκριμένα, σ' αυτό το άρθρο υποστηρίζεται ότι άτομα τρίτης ηλικίας μπορούν να βοηθηθούν με ψυχοδυναμικού τύπου θεραπεία, η οποία βασίζεται σε μια εξελικτική διεργασία της ψυχολογικής ωριμότητας. Η παρακάτω αναφερόμενη περίπτωση επισημαίνει το συσχετισμό μεταξύ του λειτουργικού επιπέδου ωρίμανσης και του τρόπου που η ασθενής αντιμετωπίζει την ψυχολογική πίεση (stress). Υποστηρίζεται ότι προβλήματα που εμφανίζονται στη τρίτη ηλικία έχουν άμεση σχέση με προβλήματα, τα οποία έχουν απασχολήσει το άτομο πολύ νωρίτερα στη ζωή του (όπως ζητήματα εξατομικευσης-ανεξαρτοποίησης) αλλά παρέμειναν ανελημέρα στο πέρασμα του χρόνου. Στην κλινική περίπτωση που αναφέρεται, η θεραπευτική προσέγγιση γίνεται με βάση τις ψυχολογικές θεωρίες του «Εαυτού» και αφού ελήφθησαν σοβαρά υπόψην ορισμένες παράμετροι που είχαν σχέση με την τρέχουσα ηλικία της θεραπευόμενης και με τις συνθήκες της ζωής της.

Η βιβλιογραφία είναι περιορισμένη σχετικά με το θέμα της ψυχοθεραπείας ατόμων τρίτης ηλικίας, και ακόμη πιο περιορισμένη όσον αφορά τα προβλήματα των ηλικιωμένων και την ικανότητά τους να τα αντιμετωπίσουν σύμφωνα με το επίπεδο της ψυχολογικής τους ωριμότητας. Η πιο συνηθισμένη ή αποδεκτή αντιμετώπιση ατόμων τρίτης ηλικίας που ζητούν ψυχολογική βοήθεια, είναι η αντιμετώπιση με ψυχοφάρμακα, ή, σε περιπτώσεις σοβαρής κατάθλιψης, η θεραπεία με ηλεκτροσόκ. Ακόμη και όταν υπάρχει δυνατότητα για ψυχοθεραπευτική προσέγγιση, συνήθως η θεραπεία που επιλέγεται είναι μια υποστηρικτική θεραπεία περιορισμένης διάρκειας. Ψυχοδυναμική θεραπεία μακράς ή βραχείας διάρκειας, που λαμβάνει υπ' όψη το επίπεδο της ψυχολογικής ωριμότητας, σπάνια εφαρμόζεται.

Σ' αυτό το άρθρο υποστηρίζεται ότι άτομα τρίτης ηλικίας μπορούν να βοηθηθούν

με ψυχοδυναμικού τύπου θεραπεία, η οποία βασίζεται σε μια εξελικτική διεργασία της ψυχολογικής ωριμότητας. Η παρακάτω αναφερόμενη περίπτωση επισημαίνει το συσχετισμό μεταξύ του λειτουργικού επιπέδου ωρίμανσης και του τρόπου που η ασθενής αντιμετωπίζει την ψυχολογική πίεση (stress).

Τα προβλήματα της τρίτης ηλικίας είναι προεκτάσεις προβλημάτων που αντιμετωπίστηκαν νωρίτερα και τα οποία δεν αλλάζουν υποχρεωτικά με την πάροδο του χρόνου, δηλαδή με την χρονολογική ενηλικίωση (Bowen, 1978). Επομένως, η επιλογή της θεραπείας θα πρέπει να βασιστεί μάλλον στο βαθμό της ψυχολογικής ωριμότητας του ατόμου, παρά στη χρονολογική του ωριμότητα. Αν το άτομο συμβαίνει να έχει άλυτα προβλήματα, που σχετίζονται με διάφορους αποχωρισμούς στη διάρκεια της ζωής του, η ψυχοδυναμική θεραπεία μπορεί να του δώσει την ευκαιρία να βιώσει την ε-

μπειρία του αποχωρισμού και να το βοηθήσει να αντιμετωπίσει τη ζωή του με πιο εποικοδομητικό τρόπο. Η επιλογή της θεραπείας, βραχείας ή μακράς διάρκειας, θα πρέπει να βασίζεται στη βαρύτητα του προβλήματος, και όχι σ' αυτή καθαυτή την ηλικία.

Ως ψυχολογική ωριμότητα ορίζεται η καθόλη τη διάρκεια της ζωής εξελικτική διαδικασία κατά την οποία το άτομο αποχωρίζεται συναισθηματικά από την οικογένεια καταγωγής (το αρχικό του περιβάλλον), διατηρώντας όμως σχετικά στενή συναισθηματική επαφή μαζί της, και μ' αυτό το τρόπο επιτυγχάνει μια κατάσταση σχετικής διαφοροποίησης, αυτονομίας ή ατομικότητας (Johnson-Toungas, 1990). Οι συγκεκριμένες και βασικές θεωρητικές έννοιες που χρησιμοποιούνται για να ορίσουν την ψυχολογική ωριμότητα συμπεριλαμβάνουν την έννοια της «διαφοροποίησης Εαυτού» του Bowen (1978), την έννοια του «αποχωρισμού-εξατομίκευσης» της Mahler (1975) και την έννοια της επικρατούσας περιοχής της ψυχολογικής εξέλιξης, του Stern (1985). Και οι τρεις θεωρητικοί τονίζουν την ποιότητα των σχέσεων και την αλληλεπίδραση του ατόμου με το περιβάλλον, που αρχίζει από τη γέννησή του (Βλέπε επίσης Mahler, 1972 και Klein, 1959, σελ. 247-263).

Παρόν πρόβλημα

Η κυρία Μ. 72 χρόνων, έγγαμος, ήρθε για ψυχοθεραπεία για πρώτη φορά στην ηλικία των 69 χρόνων. Ζήτησε προληπτική βοήθεια καθώς πριν από ένα χρόνο είχε την εμπειρία ενός τρίτου επεισοδίου μείζονος κατάθλιψης σε διάστημα 10 χρόνων, το οποίο αντιμετωπίστηκε με ηλεκτροσόκ. Ζήτησε θεραπεία με την ελπίδα να διεισδύσει κατά κάποιο τρόπο στα αίτια της κατάθλιψής της, ελπίζοντας να προλάβει μια ενδεχόμενη υποτροπή, προκειμένου να αποφύγει

τη θεραπεία με ηλεκτροσόκ που την είχε πανικοβάλει.

Ιστορικό

Η κυρία Μ. έχει πέντε παιδιά και τρία εγγόνια και η ίδια είναι από οικογένεια με πέντε παιδιά. Όμως στην πατρική της οικογένεια μόνο δύο επέζησαν μετά τη γέννα. Το πρώτο γεννήθηκε νεκρό και ένα πέθανε κατά τη διάρκεια του τοκετού, όταν η κυρία Μ. ήταν πέντε ετών.

Η κυρία Μ. μιλά με θαυμασμό για τους γονείς της και τη μεταξύ τους αφοσίωση. Μιλά για την εποχή που συνόδευε στο πιάνο τον πατέρα της όταν τραγουδούσε, ή για τα προστατευτικά μέτρα που έπαιρνε η μητέρα της για τα παιδιά, μέχρι τα δεκαπέντε τους χρόνια, όπως για παράδειγμα να σκύβουν το κεφάλι τους κάθε φορά που έβλεπαν βίαιες σκηνές στον κινηματογράφο. Επίσης θυμάται ότι η μητέρα της ζωγράφιζε δύο πρόσωπα: ένα χαρούμενο και ένα λυπημένο, ή θυμωμένο πρόσωπο, και τη ρωτούσε ποιο από τα δύο προτιμούσε να έχει. Η κυρία Μ. διάλεγε το χαρούμενο μέχρι τα πενήντα εννέα της χρόνια, δηλαδή την εποχή που είχε το πρώτο σημαντικό επεισόδιο κατάθλιψης.

Φοίτησε σ' ένα πολύ καλό Ωδείο της χώρας της και η αγάπη της για τη μουσική διαπότιζε τη ζωή της. Η πρώτη της δουλειά ήταν σ' ένα κρατικό ψυχιατρείο, όπου η ίδια άρχισε ένα πρόγραμμα για τους ασθενείς, γνωστό σήμερα ως θεραπεία μέσω της έκφρασης ή/και της κίνησης. Χρησιμοποιούσε χορό και κίνηση γιατί πίστευε ότι τα προβλήματα που οι ασθενείς δυσκολεύονταν να εκφράσουν με λόγια, μπορούσαν να τα εκφράσουν μ' αυτό τον τρόπο θεραπείας. Στο χώρο αυτό συνάντησε τον άντρα της ο οποίος έκανε την πρακτική του άσκηση ως γιατρός. Κατά τη διάρκεια της σχέσης τους, πριν να παντρευτούν, έκανε δύο εκτρώσεις. Σύμφωνα με την κυρία Μ. δεν ήταν έτοιμοι για παιδιά και η σταδιο-

δρομία του «γιατρού», όπως αναφέρεται στο σύζυγό της, ήταν τότε το πιο σημαντικό γεγονός για αυτούς.

Μετά από λίγα χρόνια παραιτήθηκε από τη δουλειά της που αγαπούσε, για να ακολουθήσει το σύζυγό της σε μια μικρή πόλη, όπου εκείνος άρχισε την σταδιοδρομία του ως γιατρός-παθολόγος. Περιγράφει αυτά τα πρώτα χρόνια του γάμου της ως χρόνια αγώνα και δυσκολιών.

Η κυρία Μ. περιγράφει γενικά μια πολυάσχολη, δημιουργική ζωή με πολλές ώρες αφιερωμένες σε εθελοντική εργασία στην κοινότητα και από τους δύο. Είναι και οι δύο μουσικοί με σημαντική συμβολή σε θεατρικές παραστάσεις και μουσικά προγράμματα στην περιφέρεια όπου κατοικούν. Από τα πέντε παιδιά τους, το νεώτερο, είκοσι οκτώ ετών και ο μοναδικός γιος, είναι αλκοολικός με συναισθηματικά προβλήματα και ζει μαζί τους, ενώ τα τέσσερα κορίτσια περιγράφονται ως πολυάσχολα και ταλαντούχα. Η χαϊδεμένη της κόρη, η μεγαλύτερη, παντρεύτηκε παρά τη θέληση των γονιών της και ζει πολύ μακριά τους. Κανείς από τους γονείς της δεν ήταν παρών στο γάμο: «*Ήταν πολύ ακριβό το αεροπορικό ταξίδι*», είπε η κυρία Μ.

Εμφάνιση και ψυχική κατάσταση

Η κυρία Μ. είναι μια ελκυστική, μικρόσωμη γυναίκα με κόκκινα σγουρά μαλλιά και ζωηρά, ευγενικά, γαλανά μάτια. Το πρόσωπό της είναι χαμογελαστό κι ευχάριστο. Τα μαλλιά της τα χτενίζει σε πλεξούδα στεφάνι. Η φωνή της είναι τρεμουλιαστή και η ομιλία της υπερβολικά γρήγορη. Αναφέρει με υπερηφάνεια τα ονόματα θεατρικών παραστάσεων στις οποίες συμμετείχε κι άλλες τις οποίες βοήθησε να υλοποιηθούν και στη μουσική που έπαιξε διάφορα μουσικά όργανα.

Υπάρχει μια φινέτσα και ένας αέρας πριμαντόνας στην εμφάνισή της, ενώ το ντύσιμό της εντυπωσιάζει με τις αντιφάσεις

του. Δηλαδή παρ' ότι τα ρούχα της είναι διαλεγμένα με φινέτσα και γούστο, είναι πάντα μεγαλύτερου μεγέθους και λερωμένα στο λαιμό και στις άκρες των μανικιών.

Διαδικασία της ψυχοθεραπείας

Θα επικεντρώσω την προσοχή στη διαδικασία της θεραπείας γενικά, δίνοντας ιδιαίτερη προσοχή στην συναισθηματική μεταβίβαση και αντιμεταβίβαση, ακολουθώντας τις γενικές καθοδηγητικές γραμμές της θεωρίας της ψυχολογίας του Εαυτού (Kohut, 1978 και Basch, 1981), και έχοντας υπ' όψιν τη διεργασία της ψυχολογικής ωριμότητας (Johnson-Tournas, 1990 και 1992).

Από την πρώτη επαφή με την κυρία Μ. είχα την αίσθηση ότι πρόκειται για ένα άτομο που λειτουργούσε σε χαμηλότερα επίπεδα ψυχολογικής ωριμότητας, όπου το κάθε τι που εξέφραζε έδειχνε ανάγκη για επιδοκιμασία και θαυμασμό. Από την πρώτη στιγμή που ήρθε να μ' επισκεφθεί, τόνισε την εκτίμηση που είχε σ' αυτούς που τη συνέστησαν σ' εμένα, προφανώς για να με κάνει να νιώσω ως θεραπεύτρια, ξεχωριστή.

Ήταν επίσης φανερό ότι είχε δώσει ιδιαίτερη σημασία στην εμφάνισή της, κυρίως στα μαλλιά της, αλλά απέφευγε να παρουσιάσει μία εμφάνιση ενός τελειώς «*συντονισμένου Εαυτού*» - το παλτό της ήταν λερωμένο και σερόνταν στο έδαφος. Πάντως, το συρμένο ρούχο υπαιτισσόταν επίσης μια μεγαλοπρεπή είσοδο στη σκηνή. Έδειχνε σκληρή και επικριτική για τη χρηματική αμοιβή που της ζητήθηκε. «*Πώς είναι δυνατό να ζητούν στα εξωτερικά ιατρεία του κρατικού νοσοκομείου τόσα πολλά χρήματα, την ώρα που ο σύζυγός της, ένας γιατρός, δεν ζητά τέτοια αμοιβή!*»

Κατά τη διάρκεια της πρώτης συνέντευξης, καθώς ανέφερε τα ονόματα θεατρικών παραστάσεων στις οποίες συμμετείχε, τη μουσική που έπαιξε, τις εθελοντικές ομάδες όπου ανήκε, η ζωή της φαινόταν να ναι πο-

λύασχολη, εμπνευσμένη και επιδεικτική. Καθώς όμως περνούσε ο καιρός, η κυρία Μ. έλεγε όλο και λιγότερες ιστορίες έντονων δραστηριοτήτων και περισσότερες σκέψεις πάνω στα συναισθήματά της και την προσωπική της ιστορία. Παρ' όλα αυτά, στις συναντήσεις μας επικρατούσε επί το πλείστον «πολυλογία». Αρχικά, χρειάστηκε να διακρίνω έναν εύθραυστο, αβέβαιο Εαυτό, που προσπαθούσε να εντυπωσιάσει με μια φαινομενικά παιδική ακατάσχετη πολυλογία.

Τους πρώτους μήνες αναφερόταν λεπτομερώς στις δραστηριότητές της. Αργότερα άρχισε να μιλά για τις φορές που είχε αρνηθεί προσκλήσεις για να βοηθήσει σε διάφορες δραστηριότητες.

Η σκέψη που έκανα για τους πρώτους μήνες της ψυχοθεραπείας ήταν ενός παιδιού που, επιστρέφοντας από το νηπιαγωγείο, γεμάτο ενθουσιασμό μιλά στη μητέρα του για τα καθημερινά συμβάντα, δοσμένο ναρκισσιστικά στα λόγια, χωρίς πραγματικό ενδιαφέρον να μοιραστεί ουσιαστικά τις εμπειρίες του, αλλά μάλλον να έχει τη μητέρα να το ακούει με θαυμασμό και εναισθητική στάση (Basch, 1980, σελ. 88-104).

Με το πέρασμα του χρόνου, οι θεραπευτικές παρεμβάσεις άρχισαν να γίνονται όλο και με μεγαλύτερη άνεση απ' την πλευρά μου, η δε ασθενής ανταποκρινόταν ανάλογα. Όταν υπήρχε αποτυχία στην εναισθητική στάση, η ασθενής το παρατηρούσε και κατέφευγε σε ακατάσχετη φλυαρία, γινόταν βαρετή, ακατάδεκτη και απορροφημένη από τον εαυτό της, σαν να ήμουν απύσασα.

Όταν η ασθενής επέμενε να μιλάει για το πόσο υπέροχα ήταν όλα γύρω της, προσπαθούσα να αποφύγω τις παρεμβάσεις με αποτέλεσμα να έρχεται στη θεραπεία όλο και περισσότερο επώδυνο υλικό από την προσωπική της ζωή, όπως ήταν το πρόβλημα του αλκοολικού γιού της, ο οποίος συχνά παραβίαζε το χώρο του σπιτιού με την ακαταστασία του. Στο σημείο αυτό την ω-

θούσα να καταλάβει πως και οι δικές μου παρεμβάσεις παραβίαζαν τον προσωπικό της χώρο. Όμως η κ. Μ. αρνείτο να συνδέσει αυτά που συνέβαιναν μέσα στη θεραπεία με την ίδια και επέμενε να διατηρεί ένα ζέχωρο εαυτό προστατεύοντας έτσι τον «ψευδή εαυτό» της (Winnicott, 1965). Δεχόμουν αυτή την ανάγκη της να διατηρεί την ψευδαίσθηση ενός ξεχωριστού εαυτού, αλλά ταυτόχρονα την παρότρυνα μεθοδικά σε μια τέτοια συναλλαγή η οποία θα της επέτρεπε να βιώνει όλα της τα συναισθήματα μέσα στη θεραπεία, όπως λύπη, θυμό, κ.λπ.

Έτσι άρχισε, σιγά-σιγά να κάνει ορισμένες τροποποιήσεις, να διαπραγματεύεται το θέμα της αρχικής διαφωνίας ως προς την αμοιβή και για πρώτη φορά στη ζωή της άρχισε να διεκδικεί αμοιβή και για τον εαυτό της κι έτσι να ταυτίζεται μαζί μου. Ήταν μια διεκδίκηση τόσο για ψυχολογική αμοιβή όσο και για υλική. Άρχισε να ασχολείται όλο και λιγότερο με θελοντική εργασία, που δεν την ευχαριστούσε ιδιαίτερα και να επικεντρώνει την προσοχή της σε δραστηριότητες που είχαν ιδιαίτερη σημασία για την ίδια.

Κατά το δεύτερο έτος της θεραπείας της, άρχισε να φορά ένα πάντσο (Μεξικάνικο μανδύα). Μια μέρα, μετά από μια δύσκολη συνέντευξη, όπου προσπαθούσε να καλύψει το θυμό και τη λύπη της, είπε χαμογελώντας: *«ξέρετε, αυτό το πάντσο είναι φτιαγμένο από μαλλί λάμα. Τα λάμα είναι όμορφα ζώα αλλά είναι και κακόβουλα. Παρατήρησα ότι έχετε και σεις ένα λάμα»*, και έδειξε ένα μικρό ζωάκι λάμα στο περβάζι του τζακιού. Στο σημείο αυτό έκανα την εξής παρέμβαση: *«Δηλαδή μου λέτε ότι μπορώ να φιλοξενώ στο χώρο μου ένα ζωάκι όμορφο αλλά ταυτόχρονα κακόβουλο»*. Αρχικά έδειξε να εκπλήσσει, όμως στις επόμενες συνεντεύξεις έφερε υλικό στο οποίο εξέφραζε ανοιχτά το θυμό απέναντι στο σύζυγό της και στον ενήλικο αλκοολι-

κό γιού της, που ζούσε μαζί τους και ήταν πηγή μεγάλης ψυχολογικής πίεσης για την ίδια.

Σ' αυτό το διάστημα άρχισε να μελετά συστηματικά την Ιρλανδική άρπα. Αυτό το όργανο απορρόφησε τελείως την προσοχή της. Αναφέρονταν σ' αυτό με αφοσίωση λέγοντας ότι *«είναι το όργανο που αντιπροσωπεύει τον τωρινό της εαυτό»*. Έμοιαζε να αντιπροσωπεύει το «μεταβατικό αντικείμενο» του Winnicott (1965) ή το «αυτοαντικείμενο» του Kohut (1978 και 1982). Έλεγε ότι ήταν *«χαριτωμένο, ανακουφιστικό, ευπροσάρμοστο, ευέλικτο, ένα γλυκόηχο όργανο που βοηθά τους ανθρώπους να ηρεμούν και να νανουρίζονται»*. Όταν μιλούσε για την άρπα της και τη σχέση της μ' αυτή, μόνο τότε φαίνεται να μπορούσε να μιλήσει άμεσα για τον εαυτό της. Έλεγε ότι έπαιζε άρπα στα εγγόνια της. Μιλούσε με θαυμασμό για την αυστηρή αλλά άριστη δασκάλα της στην άρπα. Τις φορές που εξέφραζε τα συναισθήματά της και για τη θεραπεία της, δεν διατύπωνα ερμηνείες, γιατί φαινόταν να κάνει η ίδια τις αναγκαίες αλλαγές.

Μια μέρα έφερε την άρπα της στο γραφείο μου για να παίξει. Έπαιξε παιδικά τραγούδια, και ένα νανουρίσμα. Αυτό το γεγονός όμως είχε μάλλον τραυματική εμπειρία ωρίμανσης, γιατί απογοητεύτηκε από τον εαυτό της, π.χ. γιατί η εκτέλεσή της δεν ήταν τόσο καλή, όπως συνήθως, για το ότι έτρεμε και ήταν ανεξήγητα νευρική, και γιατί δεν ανταποκρίθηκε η θεραπεύτρια σύμφωνα με τις προσδοκίες της, παρόλο που δεν μπόρεσε να εκφράσει ακριβώς τι είχε ελπίσει να ακούσει. Σ' αυτό το σημείο της υπέδειξα ότι ίσως η απογοήτευσή της να συνδέεται με την αντίληψη ότι η ίδια ποτέ δεν θα μπορούσε να παίξει την άρπα της με την ίδια τελειότητα που θα έπαιζε η μητέρα της ή εγώ.

Το παίξιμο της άρπας έδωσε μια άλλη ώθηση στην θεραπεία της. Ένα μέρος του

καταπιεσμένου θυμού, που προερχόταν από τον ανταγωνισμό με τη μητέρα της, άρχισε να φανερώνεται και στην καθημερινή της ζωή, και έτσι να δείχνει μια λιγότερο τέλεια εικόνα της οικογενειακής ζωής της. Καθώς άρχισε να έχει την εμπειρία ενός πιο συντονισμένου ατόμου, μπορούσε να δει τα ελαττώματα του γιού της ως ξεχωριστά δικά του και να αρχίσει να μιλά για την προσπάθεια επίλυσής τους. Παρόλα αυτά εξακολουθούσε να είναι υπερβολικά ευγενική και προσεκτική στην κριτική της οικογένειάς της. Η ίδια αισθανόταν τη στάση της αυτή ως πολύ μεγάλη αλλαγή.

Μερικούς μήνες μετά το επεισόδιο της άρπας, στη διάρκεια των Χριστουγεννιάτικων διακοπών, μου έστειλε μια Χριστουγεννιάτικη κάρτα μαζί με μια φωτογραφία όλης της οικογένειας. Είχαν περάσει σχεδόν δύο χρόνια από την αρχή της ψυχοθεραπείας της. Στο πίσω μέρος της κάρτας έγραφε, *«...και σας ευχαριστώ που κρατούσατε τον μαγικό καθρέφτη με χέρι σταθερό»*.

Στο μεταξύ μεσολάβησε μια διακοπή δύομισι μηνών διότι έπρεπε για προσωπικούς λόγους να αλλάξω πόλη. Λίγο πριν από την διακοπή αυτή και προκειμένου ίσως η κ. Μ. να με κρατήσει κοντά της, μου απεκάλυψε το μυστικό των δύο εκτρώσεων που το μοιραζόταν ως τότε μόνο με τον σύζυγό της. Προφανώς το ενδεχόμενο του αποχωρισμού μαζί μου έφερε στο προσκήνιο το ναρκισσιστικό τραύμα που είχε βιώσει με τις δύο αυτές εκτρώσεις. Κατά την περίοδο της διακοπής από την ψυχοθεραπεία, είχε προσπαθήσει να συζητήσει με τον σύζυγο το θέμα των εκτρώσεων μαζί του αλλά δεν κατάφερε να το θίξει, φοβούμενη ότι θα σκότωνε τη μεταξύ τους σχέση εξ αιτίας του θυμού που πιθανόν να εξέφραζε, όπως συνέβη και με τη θεραπεύτρια, η οποία την εγκατέλειψε.

Επειδή οι συνθήκες θεραπείας θα οδηγούσαν σε βαθύτερη παλινδρόμηση και προκειμένου να κερδηθεί χρόνος ούτως ώστε η

ψυχολογική διεργασία να γίνει σύμφωνα με την υπάρχουσα πραγματικότητα (η ασθενής ήταν πλέον άνω των 70 ετών), πρότεινα να συνεχιστούν οι συνεντεύξεις με τη συμμετοχή του συζύγου. Αρχικά έδειξε έντονη απογοήτευση λέγοντας ότι θα καταστρεφόταν η συμβίωσή τους, όμως στη συνέχεια το δέχτηκε. Έτσι, σιγά-σιγά η συμβιωτική σχέση τόσο με τη θεραπεύτρια όσο και με τον σύζυγο άρχισε να καταρρέει και η ασθενής να βιώνει κάποια συναισθήματα αποχωρισμού και διαφοροποίησης του εαυτού. Έπαψε πλέον να είναι το «τέλειο» κορίτσι με το γελαστό πρόσωπο και τα ρούχα της μητέρας, αλλά και η «τέλεια» γυναίκα, όπως ήταν στη φαντασία της για τον σύζυγό της. Αυτή η περίοδος στη θεραπεία είχε αρκετά συγκινησιακό χαρακτήρα και αποτέλεσε μια σημαντική καμπή στη συνεργασία μας.

ΣΥΖΗΤΗΣΗ

Στην περίπτωση αυτή, αυτό που χαρακτηρίζει την προσωπικότητα της ασθενούς φαίνεται να είναι η εγκατάσταση ενός «ψευδούς εαυτού» ο οποίος συνέβαλε στο να παρουσιάζεται η ασθενής με περιορισμένο συναισθηματικό ρεπερτόριο. Τα απαγορευμένα συναισθήματα, όπως της λύπης, το θλιμμένο και θυμωμένο πρόσωπο - σε αντίθεση με το χαρούμενο πρόσωπο που συνήθιζε να ζωγραφίζει η μητέρα της - άρχισαν να κινητοποιούνται και να εκφράζονται με την παρουσία ενός πιο ενήλικου εαυτού, που αντιπροσώπευε γι' αυτήν η θεραπεύτρια. Κατ' αυτό τον τρόπο μπορούσε πλέον να βιώσει τον εαυτό της ως ένα «ολοκληρωμένο» άτομο, με συνείδηση όλων των συναισθημάτων της χωρίς να είναι αναγκαίο να χάνει τον έλεγχό της όταν φανταζόταν ότι εγώ κατακλυζόμουν από ανεπιθύμητα γι' αυτήν συναισθήματα.

Η πρώτη διακοπή της θεραπείας έδωσε

το έναυσμα για δυνατά συναισθήματα, για τα οποία όμως δεν δόθηκε η ευκαιρία να τα επεξεργαστεί τότε. Η μετά από δύομισί μήνες επιστροφή της στη θεραπεία φαινόταν να εκφράζει αυτήν ακριβώς την ανάγκη. Αυτή τη φορά επέστρεψε με το θλιμμένο της πρόσωπο, αυτό που της είχε απαγορεύσει η μητέρα της. Τώρα μπορούσε να διατηρεί το νέο αποκτηθέν αντικείμενο-θεραπεύτρια, χωρίς το φόβο κατακερματισμού από το αρχαϊκό-μητρικό αντικείμενο, το οποίο της προσέφερε μια αρχαϊκή (ναρκισσιστική) «τελειότητα».

Ασφαλώς τα ζητήματα που αντιμετωπίζει η κυρία Μ. οφείλονται κατ' αρχήν στη δομή της προσωπικότητάς της, όπου το ναρκισσιστικό στοιχείο φαινόταν να υπερέχει. Παρ' όλα αυτά, η ηλικία είχε επηρεάσει σημαντικά τον τρόπο με τον οποίο λειτουργούσε. Η μεταβλητή της ηλικίας υπήρξε κρίσιμη για τη διαδικασία της ωρίμανσής της. Όσο καιρό λειτουργούσε «συγχωνευτικά», χωρίς βασική διαφοροποίηση από τη μητέρα της, λειτουργούσε καλά. Όταν όμως έφτασε και η ίδια, φαινομενικά, να ταυτίζεται με τη νεκρή πλέον μητέρα της, μέσα από την εκδήλωση της κατατονικής εμβροντησίας, προφανώς είχε αγγίξει το σημείο της ναρκισσιστικής τελειότητας.

Έτσι, είδαμε ότι το πρώτο επεισόδιο κατάθλιψης, κατατονικής μορφής, ήταν στα 59 της χρόνια, τότε που πέθανε η μητέρα της. Ήταν φανερό ότι δεν είχε βιώσει το θάνατο της μητέρας της με το να πενήθει. Ήταν σαν να μην ήταν έτοιμη να στερηθεί τον συμβιωτικό δεσμό μαζί της. Συγχρόνως, ενώ νοερά την απασχολούσε αυτό το γεγονός, η μεγαλύτερη κόρη της «χωρίζε» από την ίδια, «στερώντας» της την ευκαιρία να την εφοδιάσει με τον εαυτό της ως αντικείμενο-εαυτός, όπως ήταν η ίδια για τη μητέρα της μέχρι τα 59 της χρόνια.

Ο θάνατος της μητέρας της, στα 59, άφησε την κυρία Μ. άδεια, χωρίς πρότυπο ζωής μετά την ηλικία αυτή. Ο στόχος της

θεραπείας με την κυρία Μ. ήταν από την αρχή να βοηθηθεί να μετουσιώσει το αρχαϊκό μεγαλείο και την παντοδυναμία της σε ρεαλιστική αυτο-εκτίμηση και ικανοποίηση. Πέραν τούτου, η επιδίωξη ήταν επίσης να βοηθηθεί για να μεταμορφωθούν οι επιθυμίες της που εμφανίζονταν ως επιθυμία να συνουσιαστεί και να συγχωνευτεί με το παντοδύναμο «αντικείμενο-εαυτός» δηλαδή με τη μητέρα της, και αργότερα τον άντρα της, τη δασκάλα της άρπας της και κατά τη διαδικασία της θεραπείας, τη θεραπεύτριά της (Kohut 1972, σελ. 367-368). Ο βαθμός της ψυχολογικής ωριμότητας στην προκειμένη περίπτωση φαινόταν να είναι ανεξάρτητος από τη βιολογική ηλικία. Μέσα από τη σχέση με τη θεραπεύτρια, η ασθενής κατόρθωσε να προσεγγίσει ψυχολογικά τη βιολογική της ηλικία.

Η περίπτωση της ασθενούς αυτής δείχνει ότι για να μπορέσει να φθάσει σε ευέλικτα επίπεδα ωρίμανσης ήταν αναγκαία η βιωματική επιστροφή και προσέγγιση, μέσα από τη ψυχοθεραπεία, προηγούμενων ανολοκλήρωτων γι' αυτήν θεμάτων, τα οποία είχαν αναστείλει την αναπτυξιακή διεργασία.

Έξι χρόνια αργότερα, μετά το τέλος της ψυχοθεραπείας, κι όταν η κυρία Μ. ήταν 79 ετών και ο σύζυγός της 84, η θεραπεύτρια

τυχαία τους συνάντησε σ' ένα ιδιωτικό γλέντι, όπου ήταν οι δυό τους οι μουσικοί της βραδιάς. Η θεραπεύτρια τους μίλησε και η κ. Μ. δήλωσε ότι ζούσαν πλέον αρκετά ευχαριστημένοι με τη ζωή τους και ο γιός τους είχε επί τέλους φύγει και ζούσε στο δικό του σπίτι κάπου κοντά τους.

Φάνηκε ότι εξακολουθούσαν να ζουν με την ίδια γενική ρουτίνα στη ζωή τους, με τη μόνη διαφορά ότι έδειχναν ιδιαίτερα ικανοποιημένοι με τους εαυτούς τους, έχοντας αποκτήσει μεγαλύτερη αυτο-εκτίμηση. Αυτό φάνηκε με το γεγονός ότι έπαιζαν μουσική σαν επαγγελματίες κι όχι εθελοντικά, και ότι οι ίδιοι ζήτησαν από τον γιό τους να ζήσει μόνος του πια, χωρίς να νιώσουν ενοχή για την πράξη τους.

Ο βαθμός της ψυχολογικής ωριμότητας στην προκειμένη περίπτωση φαινόταν να είναι ανεξάρτητος από τη βιολογική ηλικία της ασθενούς. Το γεγονός ότι ελήφθη υπόψιν η παράμετρος «ηλικία» και μέσα από τη σχέση με τη θεραπεύτρια κατάφερε να πλησιάσει μια ανάλογη ψυχολογική ηλικία, είναι μια ένδειξη ότι μπορεί να γίνονται τέτοιου είδους θεραπευτικές προσεγγίσεις και σε άτομα τρίτης ηλικίας, αρκεί να διαθέτει ο θεραπευτής την ανάλογη ευελιξία και προσαρμογή, όταν το απαιτούν οι συνθήκες ζωής.

ΒΙΒΛΙΟΓΡΑΦΙΚΕΣ ΑΝΑΦΟΡΕΣ

Basch M.F. *Doing psychotherapy*. New York, Basic Books, 1980, 88-104.

Basch M.F. Psychoanalytic interpretation and cognitive transformation. *International Journal of Psychoanalysis*, 1981, 62, 151-175.

Bowen M. *Family therapy in clinical practice*. New York, Jason Aronson, 1978.

Freed A.O. Psychotherapy with older women. *Smith College Studies in Social Work*, 1987, June, 171-183.

Getzel G. Critical themes in gerontological social work practice. *Journal of Gerontological Social Work*, 1985, 8, (3/4).

Ιωαννίδου Johnson-Τουρνά Α. Η χρήση του

συναισθήματος στη θεραπεία σχιζοφρενών εφήβων και η συμβολή του στη διεργασία της ψυχολογικής ωρίμανσης. *Ψυχολογικά Θέματα*, 1990, 3, 4, 229-238.

Ιωαννίδου Johnson-Τournά Α. Η εμπραθητική λειτουργία του ψυχοθεραπευτή: καταλύτης στην ψυχοθεραπεία. *Εκλογή* 1992, 1, 95, 300-310.

Johnson-Tournas A. «Prejudice and psychological development: Is there a relationship?» Unpublished doctorate dissertation. Boston College Graduate School of Social Work. April, 1990.

Klein M. Our adult world and its roots in infancy. In: *Writings of Melanie Klein 1946-1963* 1959, 247-263.

Kohut H. Thoughts on narcissism and narcissistic rage. *Psychoanalytic Study of the Child*, 1972, 27, 360-400.

Kohut H. *The restoration of the self*. New York, International Universities Press, 1977.

Kohut H. Introspection, empathy and the semi-circle of mental health. *Journal of Psychoanalysis*, 1982, 63, 395-406.

Kohut H. and Wolf E.S. The Disorders of the self and their treatment: An outline. *The In-*

ternational Journal of Psychoanalysis, 1978, 59, 413-424.

Lazarus L.W. Self psychology and psychotherapy of the elderly: Theory and practice. *Journal of Geriatric Psychiatry*, 1980, 13, 69-87.

Lazarus L.W. Self Psychology - Its application to brief psychotherapy with the elderly. *Journal of Geriatric Psychiatry*, 1988, 21, 109-122.

Mahler M. On the first three subphases of the separation-individuation process. *International Journal of Psychoanalysis*, 1972, 53, 333-338.

Mahler S.M. Pine F. and Bergman A. *The psychological birth of the human infant*. New York, Basic Books, 1975.

Stern D.N. *The interpersonal world of the infant: A view from psychoanalysis and developmental psychology*. New York, Basic Books, 1985.

Winnicott D.W. *The maturational process and the facilitating environment*. New York, International Universities Press, 1965.

Winnicott D.W. Aggression in relation to emotional development. In: *Through Paediatrics to Psychoanalysis*, New York, Basic Books, 1975.

ΕΥΧΑΡΙΣΤΙΕΣ

Ευχαριστώ ιδιαίτερα την Ιωάννα Βεργέλ Ιωαννίδου και την Ιωάννα Γαβριήλ, που με ιδιαίτερη επιμέλεια μετέφρασαν το κείμενο από τα αγγλικά. Επίσης η Ιωάννα Γαβριήλ βοήθησε με την κριτική και το σχολιασμό του κειμένου και γι' αυτό την ευχαριστώ θερμά.