**Η ικανότητα να είσαι μόνος και το επικοινωνείν στο έργο του Winnicott**

Ελίζα Νικολοπούλου

<https://ioaf.eu/wp-content/uploads/2024/07/8%CE%BF-%CE%94%CE%95%CE%9B%CE%A4%CE%99%CE%9F-%CE%99%CE%9F%CE%A5%CE%9B%CE%99%CE%9F%CE%A3-2024.pdf>

Ελίζα Νικολοπούλου Συνοπτική παρουσίαση της ομιλίας που δόθηκε από τη γράφουσα στο πλαίσιο του Εισαγωγικού Σεμιναρίου στην Ομαδική Ανάλυση στο Ινστιτούτο Ομαδικής Ανάλυσης S.H. Foulkes – ΙΟΑΦ, 10 Φεβρουαρίου 2024

Η ικανότητα να είσαι μόνος και το επικοινωνείν στο έργο του Winnicott

Στόχος της ομιλίας η παρουσίαση στους εκπαιδευόμενους των βασικών θέσεων του Γουίνικοτ πάνω στο ζήτημα της επικοινωνίας και την έννοια της ικανότητας να είσαι μόνος. Καθώς τα κείμενα στα οποία επικεντρωθήκαμε ανήκουν στο ύστερο έργο του, ήτοι σε μια εποχή όπου η σκέψη και η εμπειρία του έχουν ωριμάσει, ώστε να εμβαθύνει θέσεις που είχε αναπτύξει τα προηγούμενα χρόνια, έγινε αρχικά μια σύντομη αναφορά στο ψυχαναλυτικό περιβάλλον μέσα στο οποίο ανέπτυξε το έργο του (διακυβεύματα στο πλαίσιο των Επίμαχων συζητήσεων, δημιουργία Ανεξάρτητης Ομάδας, εμπειρική παράδοση), καθώς και σε ορισμένα σημεία της θεωρίας του για τις απαρχές ανάδυσης του ψυχισμού, τη συναισθηματική ανάπτυξη και τον ρόλο του περιβάλλοντος. Κύριο σημαίνον για εκείνον είναι να μεταφέρει στα γραπτά του, με αντιδογματικό πνεύμα και λόγο προσιτό, ακόμη και ποιητικό Ogden (2001), όσα διαπιστώνει και βιώνει αντιμεταβιβαστικά κατά την κλινική του πρακτική, από την οποία και προκύπτει η όποια θεωρητική έννοια ή θέση, που, με τη σειρά τους ανταποκρίνονται άμεσα στον τρόπο με τον οποίο αντιλαμβάνεται τη θεραπευτική διαδικασία, τη θέση του αναλυτή, το πλαίσιο και ζητήματα τεχνικής γενικότερα. Η ανάδυση του ψυχισμού και το περιβάλλον9 Το καίριο ερώτημα που απασχόλησε τον Γουίνικοτ από την αρχή μέχρι το τέλος της πορείας του είναι: Πώς δομείται ψυχικά το ανθρώπινο υποκείμενο; Ποιες συνθήκες διευκολύνουν ή αντίθετα περιπλέκουν ή/και εμποδίζουν τις διαδικασίες ανάδυσης και ωρίμανσης του ψυχισμού; Θεωρεί πως, παρότι το βρέφος γεννιέται με εγγενείς δυνατότητες που αφορούν την «τάση προς την εξέλιξη και την ανάπτυξη», βρίσκεται αρχικά σε μια συνθήκη πλήρους εξάρτησης. Ένας πρωτογενής εαυτός άμορφος, αδιαφοροποίητος, ασταθής, εύθραυστος, χωρίς άμυνες (Χάμπτυ-Ντάμπτυ), συνεχώς «στο χείλος ενός αδιανόητου άγχους». Πώς θα επιτευχθεί η μετάβαση από την κατάσταση απόλυτης εξάρτησης σε εκείνη της σχετικής εξάρτησης, στην ανεξαρτησία αργότερα και μετά στην κοινωνική συνείδηση; Από την αίσθηση ενός σώματος κατακερματισμένου στην απαρτίωση, στο βίωμα της ολότητας και της συνέχειας του είναι; Από τη συνθήκη συγχώνευσης με τη μητέρα στην κατάσταση της μονάδας [unit-status], στη διαφοροποίηση Εγώ/Μη εγώ και τελικά στο διαφοροποιημένο I am /Είμαι; Και εδώ ο Γουίνικοτ διαφοροποιείται και καινοτομεί10 καθώς, μελετώντας την ανάδυση του ψυχισμού στα πολύ πρώιμα στάδια της ζωής, στρέφει την προσοχή και το ενδιαφέρον του στη διάδραση, στις 9 Όλες οι παραπομπές, εκτός αν αναφέρεται κάτι διαφορετικό, αφορούν άρθρα του Γουίνικοτ από το βιβλίο του Διαδικασίες ωρίμανσης και διευκολυντικό περιβάλλον, Μελέτες για τη θεωρία της συναισθηματικής ανάπτυξης. Εισαγωγή-Μετάφραση: Θανάσης Χατζόπουλος, Εκδόσεις του Εικοστού Πρώτου, 2023. Η ιδιαίτερα προσεγμένη έκδοση περιλαμβάνει ορισμένα από τα πιο σημαντικά και κλασικά πλέον άρθρα του Γουίνικοτ (1957-1964), καθώς και εκτενή βιβλιογραφία (1926-1964) των δημοσιεύσεών του, ενώ το ευρετήριο που την εμπλουτίζει αποτελεί, συγχρόνως, ουσιώδη συμβολή σε ό,τι αφορά τη μετάφραση της γουινικοτιανής ορολογίας. 10 Σε σχέση με τις θέσεις της εποχής του και ειδικότερα με εκείνες της Κλάιν, η οποία επικεντρώνεται στον εσωτερικό κόσμο του βρέφους. 17 διαδικασίες που εκτυλίσσονται σε «ενδιάμεση περιοχή» (σ.9), μεταξύ του βρέφους και του περιβάλλοντος. Και θα μιλήσει για «ζεύγος φροντίδας» [nursing couple]. Μέσα από τη μητρική φροντίδα, η απαραίτητη συνθήκη είναι να υπάρξει ένα περιβάλλον που «κρατά» το βρέφος, ένα περιβάλλον «έστω και λίγο ικανό» για να υποστηρίξει το κληρονομημένο δυναμικό, έτσι ώστε «οι τάσεις του νεογέννητου να αναδυθούν σύμφωνα με τον προσωπικό του ρυθμό και τον προσωπικό του τρόπο» (αναφέρεται στο Dethiville & Νικολοπούλου, 2023, σ. 22-23). Στο πλαίσιο της λεγόμενης πρωταρχικής μητρικής ενασχόλησης, η προσαρμοστική ικανότητα της μητέρας αφορά, κατά κύριο λόγο, την ικανότητά της να ενεργοποιεί την «υποστηρικτική-του-εγώ» λειτουργία. Η μητέρα θα κρατήσει το βρέφος της, θα το χειριστεί και θα ταυτιστεί με τις ανάγκες του, επιβιώνοντας και χωρίς να βιάζει ή να παραβιάζει τον εαυτό που θα αποτελέσει τον πυρήνα της προσωπικότητας του βρέφους. Υποστηρίζοντας τη σπουδαιότητα του περιβάλλοντος και της ποιότητας της ανταπόκρισής του, θέτει ωστόσο και το όριο: «Το διευκολυντικό περιβάλλον επιτρέπει σταθερά την πρόοδο των διαδικασιών ωρίμανσης. Το παιδί, όμως, δεν φτιάχνεται από το περιβάλλον. Στην καλύτερη περίπτωση το περιβάλλον δίνει στο παιδί τη δυνατότητα να πραγματώσει το δυναμικό του» (σ.131-132). Διότι, «ακόμη και αν έχει όλη την καλή φροντίδα του κόσμου, το παιδί ως άτομο είναι επιρρεπές σε διαταραχές συνδεδεμένες με συγκρούσεις που απορρέουν από την ενστικτική ζωή» (σ.106). Όσο πιο διαταρακτικοί, βίαιοι και πρώιμοι οι σφετερισμοί και, κυρίως, όσο πιο ασταθές και απρόβλεπτο είναι το περιβάλλον τόσο μεγαλύτερος ο κίνδυνος ρήξης της αίσθησης συνέχειας του είναι, καθώς και ο κίνδυνος αποσύνδεσης. Αν ο σφετερισμός καταστεί τραυματικός (ιδιαίτερα πρώιμος ή μεγάλης έντασης) το βρέφος δεν έχει άλλη επιλογή από το να αντιδράσει. Και αυτές οι αντιδράσεις, εφόσον επαναλαμβάνονται για μεγάλο διάστημα, θα είναι επιβλαβείς, οδηγώντας σε κατακερματισμό του είναι. Τότε καιροφυλακτεί τόσο η ψύχωση όσο και η δημιουργία του ψευδούς εαυτού, άμυνα ενάντια στην ψύχωση αλλά και απόπειρα διαφύλαξης του αληθούς εαυτού. Στο πλαίσιο της σταδιακής ανάπτυξης εκείνου που ονομάζει σχετίζεσθαι-με-αντικείμενο, ο Γουίνικοτ επισημαίνει δύο σημαντικές διαδικασίες: 1. Το βρέφος δημιουργεί το αντικείμενο που είναι εκεί περιμένοντας να ανακαλυφθεί: «Στην κατάσταση της υγείας το αντικείμενο δημιουργείται δεν ανακαλύπτεται. [...] Το βρέφος [...] δημιουργεί και ανα-δημιουργεί το αντικείμενο και η διαδικασία εσωτερικεύεται βαθμιαία και αποκτά μια μνημονική υποστήριξη. Ένα καλό αντικείμενο είναι καλό για το βρέφος μόνο αν δημιουργείται. [...] Όμως το αντικείμενο, για να δημιουργηθεί, πρέπει να ανακαλυφθεί» (σ. 268-269). Το δημιουργηθέν-ευρεθέν αντικείμενο: ένα από τα περίφημα παράδοξα του Γουίνικοτ, που μας ζητά να το αποδεχτούμε ως τέτοιο, καθώς κάθε απόπειρα να το επιλύσουμε θα το αναιρούσε. 2. Το αντικείμενο από υποκειμενικό φαινόμενο γίνεται σταδιακά ένα αντικειμενικά αντιληπτό αντικείμενο. Το υποκειμενικό αντικείμενο αφορά το πρώτο αντικείμενο που το παιδί δεν έχει ακόμα αποκηρύξει ως «μη εγώ». Η μητέρα αποτελεί ένα υποκειμενικό αντικείμενο στο μέτρο που επιτρέπει στο παιδί να βιώσει την αυταπάτη της παντοδυναμίας. Το υποκειμενικό αντικείμενο οφείλει να μην καταστραφεί, καθότι είναι αυτό που τροφοδοτεί μια πλούσια εσωτερική ζωή και αποτελεί στη συνέχεια τη βάση για την ικανότητα για παιχνίδι, που θα αναπτυχθεί στον ενδιάμεσο χώρο (χώρος ανάμεσα στο υποκειμενικό αντικείμενο και το αντικειμενικά αντιληπτό αντικείμενο), και για την πολιτισμική ζωή (Abram, 2007). 18 Η διαδικασία αλλαγής στη φύση του αντικειμένου «προχωρά σιγά- σιγά και πιο αποτελεσματικά μέσα από τις δυσαρέσκειες παρά από τις ικανοποιήσεις». Η λειτουργία του ανικανοποίητου είναι σημαντική, προκειμένου το βρέφος να νιώσει πραγματικό: πρέπει να έχει την αίσθηση πως το γεγονός ότι έλαβε γάλα οφείλεται στη δική του προσπάθειά του, στο ενεργητικό του πιπίλισμα, ενώ «με ένα ικανοποιητικό τάισμα το βρέφος αισθάνεται ότι το "ξεφορτώνονται"» (σ.269). [...] Η ικανοποίηση-του-ενστίκτου δίνει στο βρέφος μια προσωπική εμπειρία και αφήνει σχεδόν άθικτη τη θέση του αντικειμένου. Αντίθετα [η μη ικανοποίηση οδηγεί στη] βιωμένη επιθετικότητα, εκείνη που αφορά τον μυϊκό ερωτισμό [...]· με τις ιδέες που συνδέονται μαζί της προσφέρεται στη διαδικασία τοποθέτησης του αντικειμένου, τοποθέτησης ξέχωρα από τον εαυτό, στον βαθμό που ο εαυτός έχει αρχίσει να προβάλλεται ως οντότητα» (σ. 269- 270). Η αυταπάτη της παντοδυναμίας, μέσω της εμπειρίας του δημιουργημένου- ευρεθέντος αντικειμένου, εντάσσεται στη φάση σχέσεων με υποκειμενικά αντικείμενα. Σε δεύτερο χρόνο, εάν και εφόσον το βρέφος την έχει βιώσει και εάν και εφόσον το πραγματικό, εξωτερικό αντικείμενο έχει επιβιώσει, η περιβαλλοντική ματαίωση ή αποτυχία, μέσω της σταδιακής έλλειψης προσαρμοστικότητας της μητέρας, μπορεί να παίξει τον θετικό της ρόλο: θα επιτρέψει τη σταδιακή διάλυση της αυταπάτης παντοδυναμίας, τον διαχωρισμό Εγώ/Μη εγώ και τη σχέση με αντικειμενικά αντιληπτά αντικείμενα, δίνοντας στο βρέφος τη δυνατότητα να μισήσει το αντικείμενο, δηλαδή «να συγκρατήσει την ιδέα του αντικειμένου ως δυνητικά ικανοποιούντος, ενώ αναγνωρίζει την αποτυχία του να συμπεριφερθεί ικανοποιητικά» (σ. 270). Και ο Γουίνικοτ επισημαίνει: «Στην υγιή ανάπτυξη υπάρχει ένα ενδιάμεσο στάδιο στο οποίο η πιο σπουδαία εμπειρία του ασθενούς σε σχέση με το καλό αντικείμενο ή με το δυνητικά ικανοποιητικό αντικείμενο είναι η άρνησή του. Η άρνησή του αποτελεί μέρος της διαδικασίας δημιουργίας του» (σ. 270). Η ικανότητα να είσαι μόνος11 Ο Γουίνικοτ ξεκινά το σχετικό κείμενο του 1958 με την υπόθεση-δήλωση ότι η ικανότητα να είσαι μόνος «αποτελεί ένα από τα πιο σημαντικά σημάδια ωριμότητας στη συναισθηματική ανάπτυξη» (σ. 50). Και προχωρεί, στο «κύριο σημείο του άρθρου» για να υποστηρίξει ότι αυτή η ικανότητα βασίζεται σε ένα παράδοξο, το οποίο αποτελεί τη βάση που τη θεμελιώνει: «Συνίσταται στην εμπειρία του να είσαι μόνος ενόσω κάποιος άλλος είναι παρών» (σ. 52). Αν και δεν αμφισβητεί το γεγονός ότι αυτή η ικανότητα μπορεί να αφορά διάφορα αναπτυξιακά στάδια (λ.χ. στο πλαίσιο μιας δυαδικής ή μιας τριαδικής σχέσης), εκεί που θέλει εκείνος να εστιάσει είναι στη σχέση του ενός, στην οποία μας παραπέμπει η φύση της συγγενικότητας-του-εγώ (ego-relatedness),12 που «αναφέρεται στη σχέση ανάμεσα σε δύο άτομα, ένα από τα οποία είναι οπωσδήποτε μόνο. Ίσως και τα δύο να είναι μόνα, όμως η παρουσία του καθενός 11 Μετά τη σχετική ομιλία του Γουίνικοτ το 1957, η Κλάιν γράφει το κείμενο, με τίτλο "On the sense of loneliness" (παρουσίαση στο Συνέδριο της Κοπεγχάγης (1959) και δημοσίευση μετά τον θάνατό της το 1963). Η Agostini (2005) επιχειρεί μια συγκριτική ανάγνωση των θέσεων δύο ψυχαναλυτών ως προς αυτό το θέμα. 12 Αργότερα, θα εγκαταλείψει αυτόν τον όρο για να μιλήσει για «σχετίζεσθαι με αντικείμενα» (object-relating) (έννοια που με τη σειρά της αποτελεί προάγγελο εκείνης της «χρήσης αντικειμένου» (object usage). 19 είναι σημαντική για το άλλο» (σ. 53). Θεωρεί ότι, όχι μόνο αποτελεί μια αφετηρία ζωτικής σημασίας για την υγιή συναισθηματική ανάπτυξη, αλλά και ότι «συνιστά το υλικό από το οποίο είναι φτιαγμένη η φιλία. Κι ίσως», συμπληρώνει, «αποδειχθεί ότι αποτελεί τη μήτρα της μεταβίβασης» (σ. 57). Στη συγγενικότητα-του-εγώ έχει τις ρίζες της το ειδικό είδος σχέσης που αφορά την εμπειρία του να είσαι μόνος παρουσία άλλου· «μπορεί να συμβεί σε ένα πολύ πρώιμο στάδιο, όταν η ανωριμότητα του εγώ εξισορροπείται φυσικά με υποστήριξη-του-εγώ από τη μητέρα» (σ. 55). Ο μητρικός άλλος (m/other) (μητέρα, μητρικό υποκατάστατο ή συμβολικό της υποκατάστατο) λειτουργεί ως υποστηρικτικό εγώ και ανταποκρίνεται τη σωστή στιγμή και αρκετά καλά στις ανάγκες του βρέφους και στις φυσιολογικές του παρορμήσεις, μεταβολίζοντας και δίνοντας νόημα στο ενορμητικό του βίωμα. Αντιπαραβάλλοντας την ικανότητα να είσαι μόνος στην ορμή-του-αυτό, η οποία «είτε αποδιοργανώνει ένα αδύναμο εγώ είτε ενισχύει ένα ισχυρό», συμπληρώνει: «Μόνον όταν είναι μόνο (παρουσία, δηλαδή, κάποιου άλλου) μπορεί το βρέφος να ανακαλύψει τη δική του προσωπική ζωή. Η παθολογική εναλλακτική λύση είναι μια ψευδής ζωή οικοδομημένη σε αντιδράσεις απέναντι σε εξωτερικά ερεθίσματα» (σ. 57). Μελετώντας τη έννοια (concept) «Εγώ είμαι μόνος» (I Am alone), ο Γουίνικοτ επισημαίνει τρία διαφορετικά στάδια συναισθηματικής ανάπτυξης, τονίζοντας πάντα τη σημασία του περιβάλλοντος. Το Εγώ (I) συνεπάγεται μεγάλη συναισθηματική ανάπτυξη, μέσω της σταδιακής απαρτίωσης και της διάκρισης Εγώ/Μη Εγώ, που υποδηλώνει ότι είναι δυνατόν να υπάρχει ένας εσωτερικός κόσμος. Ύστερα, «το άτομο μπορεί να φτάσει με επιτυχία στο στάδιο του “είμαι”, μόνο επειδή υπάρχει ένα προστατευτικό περιβάλλον, η μητέρα, η οποία [...] είναι προσανατολισμένη στις απαιτήσεις του εγώ του βρέφους μέσω της ταύτισής της μαζί του». Και στη συνέχεια, το στάδιο του «είμαι μόνος» «εξαρτάται από τη βρεφική αντίληψη της συνέχειας της ύπαρξης μιας αξιόπιστης μητέρας, που η αξιοπιστία της καθιστά εφικτό για το βρέφος να είναι μόνο, και να χαίρεται να είναι μόνο για ένα περιορισμένο χρονικό διάστημα» (σ. 56). Βλέπουμε ότι ικανότητα να είναι κανείς μόνος, δεν είναι δεδομένη. Τρόπον τινά αποτελεί επίτευγμα που εξαρτάται από το πώς θα κρατηθεί (holding) το, με αδύναμη οργάνωση του εγώ, βρέφος. Αφορά την ικανότητά του να αντέξει μια συνθήκη ήρεμης μη απαρτίωσης, δηλαδή αφήματος και χαλάρωσης, χωρίς φόβο διάλυσης ή εκμηδένισης, εφόσον υπάρχει κάποιος παρών για να περιέξει όλη την κατάσταση· ένας άλλος παρών, χωρίς να διατυπώνει αιτήματα και παρέχοντας μια αξιόπιστη υποστήριξη-του-εγώ (Dethiville, 2008). Στην πορεία το βρέφος θα μπορέσει να παραιτηθεί της πραγματικής παρουσίας της μητέρας ή μιας μητρικής μορφής με υποστηρικτική-του-εγώ λειτουργία, «διαμορφώνοντας έτσι μια ικανότητα να είναι πραγματικά μόνο. Ακόμα και έτσι, θεωρητικά υπάρχει πάντοτε κάποιος παρών, κάποιος που εξομοιώνεται ασυνείδητα και σε τελική ανάλυση με τη μητέρα, το πρόσωπο που, τις πρώτες ημέρες και εβδομάδες, ήταν προσωρινά ταυτισμένο με το βρέφος και για το χρονικό αυτό διάστημα δεν ενδιαφερόταν για τίποτε άλλο εκτός από τη φροντίδα του» (σ. 60-61). Η ικανότητα να είσαι μόνος διαφέρει από το αίσθημα της μοναξιάς καθώς και από την κατάσταση απόσυρσης· συνθήκες που παραπέμπουν εν πρώτοις σε σφετερισμούς. Γράφει: «Αυτό που συζητώ δεν αφορά το να είσαι πραγματικά μόνος. Ένα πρόσωπο μπορεί να βρίσκεται σε απομόνωση, όμως να μην είναι ικανό να είναι μόνο» (σ. 52). Στην περίπτωση του βιώματος μιας έντονης μοναξιάς που υποδηλώνει στην ουσία την απουσία εμπειρίας να είσαι μόνος παρουσία ενός σημαντικού άλλου, ο σφετερισμός 20 έγκειται ακριβώς στην έλλειψη της εμπειρίας συγγενικότητας-του-εγώ με μια μητέρα που είναι σε θέση να είναι αξιόπιστα παρούσα, επειδή βρίσκεται σε ταύτιση με το βρέφος της. Η περίπτωση της απόσυρσης μπορεί κάλλιστα, επίσης, να επιδεικνύει μια ανικανότητα να είναι κανείς μόνος, καθώς εδώ το άτομο είναι αναγκασμένο να αποσυρθεί, λόγω των σφετερισμών, προκειμένου να προστατεύσει τον πυρήνα του εαυτού του από την παραβίαση. Πρόκειται για μια μόνωση που δεν βοηθά στον εμπλουτισμό και την ανάπτυξη της αίσθησης του εαυτού, παρόλο που το αίσθημα του να νιώθεις πραγματικός μπορεί να είναι παρόν. Υπάρχει, ωστόσο, μια πτυχή της απόσυρσης που είναι υγιής, καθώς αποτελεί μια σχέση με υποκειμενικά αντικείμενα που διευκολύνει το αίσθημα του να νιώθεις πραγματικός. Ως προς το ζήτημα της υγιούς απόσυρσης ο Γουίνικοτ επανέρχεται όταν συζητά ειδικότερα τις θέσεις του περί επικοινωνίας. Επικοινωνία και μη επικοινωνία Η κεντρική ιδέα του άρθρου «Μελέτη ορισμένων αντιθέτων με παράμετρο την επικοινωνία και τη μη επικοινωνία» (1963), «η μία και μόνη ιδέα του», γράφει ο Γουίνικοτ, αφορά την υπόθεση ότι σε κάθε άτομο υπάρχει, από την αρχή της ζωής, ένας πρωτογενής, απομονωμένος εαυτός, ο incommunicado self. Πρόκειται για ένα εγγενές δυναμικό, που με τον δικό του ρυθμό θα βρει την προσωπική του ψυχική πραγματικότητα · μυστικός, ιδιωτικός, είναι κρυφός και, όχι μόνο έχει δικαίωμα στη μη επικοινωνία, αλλά κατά βάση «δεν πρέπει να έρθει ποτέ σε επικοινωνία με την εξωτερική πραγματικότητα ή να επηρεαστεί από αυτήν» (σ. 278), προκειμένου να υπάρξει και να είναι ζωντανός. Αυτό είναι κάτι το οποίο οφείλουμε να σεβαστούμε και να μην τον παραβιάσουμε, άλλως το άτομο θα χρειαστεί να στήσει ένα ολόκληρο αμυντικό σύστημα, για να προστατέψει τον πυρήνα του εαυτού του. Γράφει: Υποθέτω ότι, στην κατάσταση της υγείας, υπάρχει στην προσωπικότητα ένας πυρήνας που αντιστοιχεί στον αληθή εαυτό της προσωπικότητας σε σχάση. Υποθέτω ότι αυτός ο πυρήνας δεν επικοινωνεί ποτέ με τον κόσμο των αντιληπτών αντικειμένων [...]. Παρόλο που τα υγιή πρόσωπα επικοινωνούν και χαίρονται να επικοινωνούν, αληθεύει εξίσου και το αντίθετο, ότι κάθε άτομο είναι απομονωμένο, μονίμως μη-επικοινωνούν, μονίμως άγνωστο, στην πραγματικότητα ανεύρετο. Στη ζωή και στο ζην αυτό το σκληρό γεγονός απαλύνεται από το μοίρασμα που αφορά όλη την κλίμακα της πολιτιστικής εμπειρίας. Στο κέντρο κάθε προσώπου υπάρχει ένα ακοινώνητο στοιχείο, και αυτό είναι ιερό και πάνω απ' όλα άξιο διαφύλαξης [...] Οι τραυματικές εμπειρίες που οδηγούν στην οργάνωση πρώιμων αμυνών αφορούν την απειλή του απομονωμένου πυρήνα, την απειλή του να ανακαλυφθεί, να αλλοιωθεί, να επικοινωνηθεί. Η άμυνα συνίσταται στην περαιτέρω απόκρυψη της μυστικής ζωής, ακόμα και στην ακραία περίπτωση της προβολής και της ατελείωτης διασποράς (σ.278-279). Εδώ θα συναντήσουμε ένα ακόμα γουνικοτιανό παράδοξο: «Είναι χαρά να κρύβεσαι και καταστροφή να μη σε βρίσκουν» (σ. 277). Πρόκειται για ένα έμφυτο δίλημμα που, κατά τον Γουίνικοτ, μπορεί κανείς να ανιχνεύσει ειδικότερα σε κάθε καλλιτέχνη και αφορά τη συν-ύπαρξη δύο τάσεων: «της επείγουσας ανάγκης να επικοινωνήσει και της ακόμα πιο επείγουσας να μην ευρεθεί». (σ. 275). Σύμφωνα με τον Γουίνικοτ (1968 και 1969) οι ποιότητες της επικοινωνίας ποικίλλουν ανάλογα με το αναπτυξιακό στάδιο του παιδιού. Η ασυνείδητη επικοινωνία μητέρας/βρέφους υπάρχει εξαρχής και 21 αφορά εν πρώτοις τη διάδραση σε επίπεδο συναισθημάτων, μια προλεκτική διάδραση, μέσω «αμοιβαιότητας». Από την πλευρά της μητέρας συνδέεται με την πρωταρχική μητρική ενασχόληση (ικανότητα για ταύτιση) και η επικοινωνία ξεκινά πριν από τη γέννηση του μωρού, με τις φαντασιώσεις της οι οποίες αφορούν το μωρό αλλά και τη δική της βρεφική ηλικία. Από την πλευρά του βρέφους η αμοιβαιότητα, αν και συνδέεται με το εγγενές δυναμικό του για συναισθηματική ανάπτυξη, αποτελεί ένα αναπτυξιακό επίτευγμα. Όπως λέει ο Γουίνικοτ, όλα τα μωρά θα θηλάσουν, αλλά υπάρχει επικοινωνία μητέρας/βρέφους μόνον εφόσον δημιουργηθεί μια συνθήκη αμοιβαίου ταΐσματος. Η μητέρα ταΐζει το μωρό της, αλλά και εκείνο ταΐζει τη μητέρα και, μάλιστα, η εμπειρία του βρέφους περιλαμβάνει και την ιδέα ότι η μητέρα γνωρίζει τι σημαίνει να σε ταΐζουν (Abram, 2007). Σε αυτό το πνεύμα, ο Γουίνικοτ υποστηρίζει περαιτέρω ότι εκείνο που έχει σημασία δεν είναι τόσο τα λόγια της μητέρας καθαυτά, όσο ο τρόπος εκφοράς τους, το συναισθηματικό τους περίβλημα Το ίδιο ισχύει και στην ανάλυση, όπου μαζί με το περιεχόμενο της ερμηνείας, ιδιάζουσας σημασίας είναι ο τρόπος και ο χρόνος της εκφοράς της, όπως και η όλη στάση του αναλυτή (Dethiville & Νικολοπούλου, 2023). Έτσι, διακρίνει τρεις οδούς επικοινωνίας στην περίπτωση της υγιούς ανάπτυξης: Στο ένα άκρο υπάρχει η επικοινωνία που είναι πάντα σιωπηλή· επικοινωνία προσωπική, που δίνει στο άτομο την αίσθηση του πραγματικού. Ο μη επικοινωνών κεντρικός εαυτός είναι παντοτινά απρόσβλητος από την αρχή της πραγματικότητας. Στο άλλο άκρο υπάρχει η επικοινωνία που είναι ρητή, έμμεση, «ευχάριστη και συνεπάγεται εξαιρετικά ενδιαφέρουσες τεχνικές συμπεριλαμβανομένης της γλώσσας». Και τέλος, υπάρχει η τρίτη ή ενδιάμεση μορφή επικοινωνίας που εκτείνεται από το παιχνίδι προς κάθε μορφή πολιτισμικής εμπειρίας. «Υπάρχει για πολλούς, αλλά όχι για όλους, μια μορφή επικοινωνίας που είναι ο πολυτιμότερος συμβιβασμός» (σ. 279-280 και 286) . Όσο το αντικείμενο γίνεται αντικειμενικά αντιληπτό, τόσο μεγαλύτερη σημασία αποκτά η αντιπαραβολή της επικοινωνίας με δύο αντίθετά της: 1. Το απλό μη επικοινωνείν, που μπορεί να εναλλάσσεται με την επικοινωνία και αφορά τις ήρεμες στιγμές της αποαπαρτίωσης και του είναι μεταξύ μητέρας και βρέφους. Μια φάση ανάπαυσης που οδηγεί στη χαλάρωση. 2. Το μη επικοινωνείν, που είναι δράση ή αντίδραση. Το ενεργητικό μη επικοινωνείν είναι αποτέλεσμα υγείας αλλά και επιλογής. Αντίθετα το αντιδραστικό μη επικοινωνείν σχετίζεται με την παθολογία, είναι αποτέλεσμα ενός, περισσότερο ή λιγότερο, μη διευκολυντικού περιβάλλοντος, το οποίο έχει αποτύχει σε ό,τι αφορά το σχετίζεσθαι-με-αντικείμενο. Συνέπεια αυτού θα δημιουργηθεί μια σχάση: Το βρέφος σχετίζεται με το παρουσιαζόμενο αντικείμενο μέσω του ενός σε σχάση ημίσεός του, και γι' αυτόν τον σκοπό αναπτύσσεται εκεί αυτό που έχω ονομάσει «ψευδής ή συμμορφωμένος εαυτός». Μέσω του άλλου σε σχάση ημίσεός του το βρέφος σχετίζεται με ένα υποκειμενικό αντικείμενο ή με απλά φαινόμενα βασισμένα σε σωματικές εμπειρίες, που ελάχιστα επηρεάζονται από έναν αντιληπτό κόσμο [...] 22 Κατ' αυτόν τον τρόπο εισάγω την ιδέα μιας επικοινωνίας με υποκειμενικά αντικείμενα και ταυτόχρονα την ιδέα μιας ενεργού μη επικοινωνίας με αυτό που είναι αντικειμενικά αντιληπτό από το βρέφος. [...] Η αδιέξοδη επικοινωνία (επικοινωνία με υποκειμενικά αντικείμενα) έχει όλη τη σημασία του πραγματικού. Αντίθετα, η επικοινωνία με τον κόσμο, έτσι όπως πραγματοποιείται από τον ψευδή εαυτό, δεν γίνεται αισθητή ως πραγματική. Δεν είναι αληθινή επικοινωνία, επειδή δεν εμπλέκει τον πυρήνα του εαυτού, αυτόν που μπορούμε να ονομάσουμε αληθή εαυτό (σ. 273). Κατά συνέπεια, η επικοινωνία που κινείται από και κινεί τον ψευδή εαυτό συχνά συνοδεύεται από αισθήματα κενού, ματαιότητας ή/και απελπισίας, καθώς το άτομο είναι αποκομμένο από τον αληθή εαυτό. Αντίθετα, η σιωπηλή ή μυστική επικοινωνία με υποκειμενικά αντικείμενα, που φέρουν μια αίσθηση πραγματικού, παρόλη τη φαινομενική της ματαιότητα, δημιουργεί στο άτομο την αίσθηση του υπάρχειν και του να νιώθει αληθές και υπογραμμίζει τη δημιουργικότητά του, την αίσθηση δηλαδή ότι αξίζει να ζει κανείς τη ζωή. Πρόκειται για άλλο ένα καινοτόμο στοιχείο που εισάγει ο Γουίνικοτ, όταν θεωρεί ότι σχάση που παρατηρούμε στην παθολογία είναι και μέρος της υγείας: Υποθέτω ότι στο υγιές άτομο (στο άτομο που είναι ώριμο, δηλαδή, από την άποψη της ανάπτυξης του σχετίζεσθαι- με-αντικείμενο) υπάρχει ανάγκη για κάτι αντίστοιχο με την κατάσταση του ατόμου σε σχάση, όπου το ένα σε σχάση μέρος επικοινωνεί σιωπηλά με υποκειμενικά αντικείμενα [...] Θα μπορούσε κανείς να καθορίσει με θετικό τρόπο την υγιή χρήση του μη επικοινωνείν στην εγκατάσταση της αίσθησης του πραγματικού. Για να γίνει αυτό, είναι ίσως αναγκαίο να μιλήσουμε από την άποψη της πολιτισμικής ζωής του ανθρώπου, που αποτελεί το ενήλικο ισοδύναμο των μεταβατικών φαινομένων της βρεφικής και της πρώιμης παιδικής ηλικίας, στην περιοχή των οποίων η επικοινωνία γίνεται χωρίς αναφορά στην κατάσταση του αντικειμένου, στο αν πρόκειται δηλαδή για υποκειμενικό ή αντικειμενικά αντιληπτό αντικείμενο» (σ. 274). Στην τεράστια σημασία διαφύλαξης του μυστικού, απομονωμένου πυρήνα του εαυτού, ο Γουίνικοτ θα αποδώσει, μεταξύ άλλων, και την εχθρότητα ή το αίσθημα απειλής που υπάρχει απέναντι στην ψυχανάλυση, εκείνη που προσεγγίζει με διεισδυτικό τρόπο την ανθρώπινη προσωπικότητα. Επίλογος: ορισμένες κλινικές επισημάνσεις Εκκινώντας πάντα από την κλινική του εμπειρία, ειδικότερα δε την εργασία του ως ψυχαναλυτή με «δύσκολες» περιπτώσεις ενήλικων ασθενών πρωτίστως, ο Γουίνικοτ δεν θα διστάσει, όταν το θεωρεί αναγκαίο, να εισαγάγει τροποποιήσεις σε επίπεδο τεχνικής και πλαισίου, τη σημασία του οποίου ανέδειξε όσο λίγοι ψυχαναλυτές της εποχής του. Χαρακτηριστικό παράδειγμα η περίπτωση της θεραπευτικής παλινδρόμησης, η οποία αφορά τη δυνατότητα που δίνεται σε κάποιους ασθενείς να επιστρέψουν με ασφάλεια, εντός της μεταβίβασης, σε μια κατάσταση εξάρτησης ή στο σημείο πριν ακριβώς από εκεί όπου ανακόπηκαν οι διαδικασίες ωρίμανσης, χάρη στο κράτημα που παρέχει το θεραπευτικό πλαίσιο ή το περιβάλλον. Αν και συνήθως η θεραπευτική παλινδρόμηση κρίνεται ως μια αναγκαιότητα με ασθενείς των οποίων η συναισθηματική ανάπτυξη έχει διαταραχθεί, σε μικρότερο ή μεγαλύτερο βαθμό, από τραυματικούς σφετερισμούς και από ένα περιβάλλον ελλειμματικό, στον βαθμό 23 που στον καθένα μπορεί να υπάρχουν ψυχωτικά στοιχεία, η παλινδρόμηση μπορεί να καταστεί αναγκαία σε κάποια φάση της ανάλυσης ακόμα και νευρωτικών ασθενών. «Η ψυχανάλυση είναι επικίνδυνη», γράφει, «μόνο όταν ο αναλυτής δεν έχει μετατραπεί από υποκειμενικό αντικείμενο σε αντικειμενικά αντιληπτό αντικείμενο»· τότε «γινόμαστε αιφνίδια «μη εγώ» ["not-me"] για εκείνον. Γνωρίζουμε πάρα πολλά και είμαστε επικίνδυνοι, επειδή βρισκόμαστε πολύ κοντά σε μια επικοινωνία με τον κεντρικό, ακίνητο και σιωπηλό τόπο της οργάνωσης-του-εγώ του ασθενούς», επισημαίνει υπογραμμίζοντας για άλλη μια φορά τη σημασία του να σεβαστούμε τον ρυθμό του ασθενή, προκειμένου να γίνουμε «αντικειμενικά αντιληπτοί από τον ασθενή στον δικό του χρόνο», αλλά και προκειμένου να του δώσουμε χώρο, για να βρει τις δικές του ερμηνείες (σ. 281). Σε γενικές γραμμές, το περιβάλλον αποτελεί για τον Γουίνικοτ θεραπευτικό εργαλείο. Το πλαίσιο της θεραπείας ειδικότερα οφείλει να είναι ένας τόπος όπου ο ασθενής θα μπορέσει να (ξανα)βιώσει την εμπειρία του να είναι μόνος παρουσία ενός άλλου (Dethiville, 2008)· ενός μη παρεμβατικού, αξιόπιστου και περιέχοντος υποστηρικτικού-του-εγώ (μητρικού) άλλου, που σταδιακά εσωτερικεύεται. Όπως επισημαίνει γι' αυτήν την πλευρά της μεταβίβασης: «Σε όλες σχεδόν τις ψυχαναλυτικές θεραπείες υπάρχουν στιγμές όπου η ικανότητα του ασθενή να είναι μόνος είναι σημαντική για τον ίδιο. Κλινικά, αυτό μπορεί να εμφανιστεί και με μια φάση σιωπής ή με μια σιωπηλή συνεδρία. Αυτή η σιωπή, απέχοντας πολύ από το να είναι ένδειξη αντίστασης, αποδεικνύεται τελικά μια επίτευξη από μέρους του ασθενούς. Ίσως εδώ ο ασθενής μπόρεσε για πρώτη φορά να είναι μόνος» (σ. 50). Είναι, νομίζω, σαφές ότι εδώ ο Γουίνικοτ βλέπει την ικανότητα να είσαι μόνος παρουσία ενός άλλου ως μια εξέλιξη στην πορεία μιας ανάλυσης. Η σιωπή σε αυτή την περίπτωση είναι θετική και ενεργητική και κατά συνέπεια απέχει μακράν της αρνητικής θεραπευτικής αντίδρασης. Γράφει: Υπάρχει, λοιπόν, κάτι που πρέπει να λάβουμε υπόψη εμπράκτως στην εργασία μας: τη μη επικοινωνία του ασθενούς ως μια θετική συμβολή. Πρέπει να αναρωτηθούμε αν η τεχνική μας επιτρέπει στον ή στην ασθενή να μας επικοινωνεί ότι δεν επικοινωνεί; Για να συμβεί αυτό, πρέπει εμείς ως αναλυτές να είμαστε έτοιμοι για το σήμα «Δεν επικοινωνώ» και να είμαστε ικανοί να το διακρίνουμε από το αγωνιώδες σήμα που συνδέεται με μια αποτυχία επικοινωνίας. Αυτό σχετίζεται κάπως με την ιδέα τού να είσαι μόνος παρουσία κάποιου άλλου, που αρχικά είναι ένα φυσικό συμβάν στη ζωή του παιδιού και αργότερα ένα ζήτημα απόκτησης μιας ικανότητας απόσυρσης χωρίς απώλεια της ταύτισης με εκείνο από το οποίο έγινε η απόσυρση. Αυτό εμφανίζεται ως ικανότητα συγκέντρωσης σε ένα καθήκον (σ. 280). Όπως επισημαίνει η Abram (2007), εδώ τίθεται ένα ζήτημα τεχνικής. Διότι εκεί που ο Φρόιντ θα προσκαλέσει τον ελεύθερο συνειρμό του ασθενή, με τον βασικό κανόνα, ο Γουίνικοτ θα υποστηρίξει ότι η μητέρα/αναλυτής οφείλει να σεβαστεί την αναγκαιότητα του παιδιού/αναλυόμενου να διαφυλάξει σιωπηλά τον ιδιωτικό εαυτό και να μην τον επικοινωνήσει. Αυτή η θέση αποκτά ιδιαίτερη σημασία, για διαφορετικούς λόγους, σε δύο κυρίως περιπτώσεις: α. με ασθενείς που δεν έχουν πρόσβαση στη μεταφορικότητα του λόγου και στο συμβολικό. Σε αυτές τις περιπτώσεις, 24 είναι πάρα πολύ εύκολο μια ανάλυση να περιπέσει σε μια ατελείωτα παρατεινόμενη συμπαιγνία του αναλυτή, με την άρνηση του ασθενούς για μη επικοινωνία. Μια τέτοια ανάλυση γίνεται ανιαρή εξαιτίας της έλλειψης αποτελέσματος, παρά την καλή εργασία που πραγματοποιείται. Σε μια τέτοια ανάλυση, η πιο θετική συμβολή του ασθενούς είναι ίσως μια περίοδος σιωπής, η οποία και εμπλέκει τον αναλυτή σε ένα παιχνίδι αναμονής (σ. 280- 281). β. με τους εφήβους, ως απομονωμένα άτομα, καθώς στο νεαρό άτομο που βιώνει τις αλλαγές της ήβης υπάρχει μια ενίσχυση των αμυνών ενάντια στο να ανακαλυφθεί [...] πριν να είναι εκεί για να ανακαλυφθεί. Αυτό που είναι αληθινά προσωπικό και γίνεται αισθητό ως πραγματικό πρέπει πάση θυσία να προστατευθεί. [Έτσι,] η διατήρηση της προσωπικής απομόνωσης αποτελεί μέρος της αναζήτησης ταυτότητας και της εγκατάστασης μιας προσωπικής τεχνικής για επικοινωνία που δεν οδηγεί σε βιασμό του κεντρικού εαυτού. Αυτός είναι ίσως ο λόγος για τον οποίοι έφηβοι αποφεύγουν γενικά την ψυχαναλυτική αγωγή. [...] Στην πράξη, ο αναλυτής μπορεί από αυτή την άποψη να αποφύγει την επιβεβαίωση των φόβων του έφηβου, αλλά ο αναλυτής ενός εφήβου πρέπει να θεωρεί αναμενόμενο ότι θα δοκιμαστεί σε βάθος και πρέπει να είναι προετοιμασμένος να χρησιμοποιεί εμμέσου τύπου επικοινωνία και να αναγνωρίζει την απλή μη επικοινωνία (σ. 282 και 283). Επισημαίνοντας την αναγκαιότητα ορίων που διασφαλίζουν ένα ασφαλές πλαίσιο στην αναλυτική σχέση ο Γουίνικοτ υποστηρίζει ότι το να μη γνωρίζει ο αναλυτής είναι μια χρήσιμη εμπειρία για τον αναλυόμενο ο οποίος έχει ανάγκη, όπως και το μωρό, να ζήσει τη διάλυση της αυταπάτης σε σχέση με τον αναλυτή του. Σε αυτό το πνεύμα, ακόμα και οι αποτυχίες του αναλυτή σε επίπεδο τεχνικής έχουν αξία: ο ασθενής μπορεί να κάνει χρήση αυτών, προκειμένου να ζήσει τον θυμό, ένα συναίσθημα που η εύθραυστη οργάνωση-του-εγώ του βρέφους δεν επέτρεπε, την εποχή της αρχικής αποτυχίας του περιβάλλοντος (Abram, 2007).

Βιβλιογραφία

Abram J. ([1996] 2007) The language of Winnicott, Karnac.

Agostini D. (2005) Les concepts de "capacité d'être seul" (D,W.Winnicott) et de "se sentir seul" (M.Klein). Adolescence, 1, T. 23, no 1: 67-78

Dethiville, L. (2008). Donald W. Winnicott Une nouvelle approche. Paris, Ed. Campagne Première.

Dethiville L.& Νικολοπούλου Ε. (2023) Συνομιλώντας για τον D.W. Winnicott και την κλινική του. Αθήνα, Εκδ. Αρμός, σειρά Γραφές της ψυχανάλυσης.

Ogden Th. (2001). Reading Winnicott, The Psychoanalytic Quartely, Vol. LXX, issue 2, April 2001: 299-323

Winnicott D.W. ([1975]1984) Through Paediatrics to Psycho-analysis: collected papers. Routledge. Ειδικότερα τα κεφάλαια: - Primitive emotional development (1945) - Metapsychological and clinical aspects of regression within the psycho-analytical set up (1954) - Primary maternal preoccupation (1956)

Winnicott D.W. ([1984] 2023) Διαδικασίες ωρίμανσης και διευκολυντικό περιβάλλον, Μελέτες για τη θεωρία της συναισθηματικής ανάπτυξης. Εισαγωγή-Μετάφραση: Θανάσης Χατζόπουλος. Αθήνα, Εκδόσεις του Εικοστού Πρώτου. Ειδικότερα τα κεφάλαια:

- Η ικανότητα να είσαι μόνος (1958) - Η θεωρία της σχέσης γονέα-βρέφους (1960)

- Παραμόρφωση του εγώ από την άποψη του Αληθούς και του Ψευδούς εαυτού (1960) - Η απαρτίωση του εγώ στην ανάπτυξη του παιδιού (1962)

- Προνοώντας για το παιδί στην υγεία και στην κρίση (1962)

- Από την εξάρτηση προς την ανεξαρτησία στην ανάπτυξη του ατόμου (1963)

- Μελέτη ορισμένων αντιθέτων με παράμετρο το επικοινωνείν και το μη-επικοινωνείν (1963)

- Η εξάρτηση στη φροντίδα του βρέφους και του παιδιού και η εξάρτηση στο ψυχαναλυτικό πλαίσιο (1963).

Winnicott D.W. (1968) Communication between infant and mother and mother and infant, compared and contrasted. The Collected works of D.W. Winnicott, Vol. 8

Winnicott D.W. (1969) The mother-infant experience of mutuality. In Psycho-analytic Explorations, Routledge, 1989