

Ειδικό άρθρο Special article

Η διαμόρφωση της έννοιας του χρόνου και η σημασία της στην ψυχαναλυτική-ψυχοθεραπευτική σχέση

Ε. Σουμάκη,¹ Δ. Αναγνωστόπουλος,¹ Δ. Αναστασόπουλος²

¹Ελληνική Εταιρεία Ψυχαναλυτικής Ψυχοθεραπείας, Αθήνα

²Ελληνική Εταιρεία Ψυχαναλυτικής Ψυχοθεραπείας του Παιδιού και του Εφήβου, Αθήνα

Ψυχιατρική 2008, 19:145–152

Η ψυχανάλυση συνδέεται στενά με την έννοια του χρόνου στην προσπάθειά της να κατανοήσει με ποιο τρόπο οι διαταραχές στο παρόν ορίζονται από τα γεγονότα του παρελθόντος. Το άρθρο αναφέρεται στη διαμόρφωση της έννοιας του χρόνου στα διάφορα στάδια ψυχοσεξουαλικής ανάπτυξης του ατόμου, από τη γέννηση και την κατάκτηση της σταθερότητας του αντικειμένου μέχρι και τη φάση της ανάπτυξης της ταυτότητας και της αυτονομίας. Ο χρόνος ως προβολή της εσωτερικότητας του ατόμου και αναπαράσταση των ψυχολογικών του συγκρούσεων και της αποδοχής του στις βαθύτερες και αντιφατικές ενορμήσεις του, αναγνωρίζεται ως άλλη εμπειρία στις διάφορες ψυχοπαθολογικές οντότητες. Οι ασθενείς στη μεταβίβαση δημιουργούν μια δική τους κατάσταση καθώς προβάλλουν τη δική τους ξεχωριστή αίσθηση χώρου και χρόνου. Οι παραμορφώσεις τους, όσον αφορά στον χρόνο, αντανακλούν τόσο την ψυχοπαθολογία τους όσο και τις αντιδράσεις τους τις σχετικές με τη χρονική συναισθηματική στιγμή, που εκδραματίζονται στο ψυχοθεραπευτικό πλαίσιο.

Λέξεις ευρετηρίου: Χρόνος, αντίληψη, ψυχοσυναισθηματική ανάπτυξη, ψυχανάλυση.

Εισαγωγή

Ο χρόνος και ειδικότερα «ο προσωπικός χρόνος» μετριέται με ό,τι καταφέρνουμε ν' αντιληφθούμε, να αναγνωρίσουμε, να βιώσουμε. Πρόκειται για μια αλληλουχία στιγμών, πράξης ή απραξίας, ζωντανίας ή σιωπής, μουσικής ή παύσης, που οδηγούν στην ανάπτυξη του ατόμου, στην εξέλιξη της προσωπικότητάς του, στη διαμόρφωση μιας προσωπικής πορείας.

Οι σχέσεις που έχουν οι άνθρωποι με το χρόνο είναι περίπλοκες, αλλά υπέρμετρου πλούτου. Θα μπορούσαμε να τον φανταστούμε ως προϊόν μιας δύσκολης σχέσης ανάμεσα στη ανάμνηση του παρελθόντος και στην ελπίδα του μέλλοντος. Το ανθρώπινο υποκείμενο θα μπορούσε να θεωρηθεί ότι αντιμετωπίζει το χρόνο μέσα από μια διαδικασία προσπάθειας να ενώσει τις διαφορετικές στιγμές σε ένα ενιαίο «όλον». Αυτός φαίνεται να αντανάκλα την ανάγκη συγχώνευσης του αντικειμένου με το υποκείμενο, όπως αυτή εκφράζεται μέσα από την πραγμάτωση της ανθρώπινης δημιουργίας, εγγράφοντας έτσι στο ψυχικό χώρο μian ελπίδα αιωνιότητας ενάντια σε κάθε άγχος αφανισμού και θανάτου.

Στην αρχή της ζωής μας νιώθουμε πως χρόνος και χώρος δεν είναι παρά ένα «παλιό γέρικο ζευγάρι» όπως λέει ο Φουκώ.¹ Ένα ζευγάρι που ούτως ή άλλως εμάς δεν μας αφορά, καθώς οι δικές μας σχέσεις με το χρόνο όπως τον βιώνουμε τότε μοιάζουν ελαστικές, αφού αισθανόμαστε αθάνατοι. Σύμμαχός μας σ' αυτό η απώθηση, η λήθη. Η αίσθηση του «άχρονου» είναι μια ασυνείδητη επιθυμία αλλά και συχνά μια αμυντική λειτουργία. Η αίσθηση του χρόνου όμως, είναι υποκειμενική και ανάλογη με τα δρώμενα. Έτσι θεωρούμε ότι οι ευτυχισμένες στιγμές «τρέχουν σαν αστραπή», ενώ αντίθετα η θλίψη «κυλάει βαριά και αργά». Σύμφωνα με τον Proust² άλλωστε, πρόκειται για το ρυθμό με τον οποίο ξετυλίγεται η ύπαρξη ως αποτέλεσμα του υποκειμενικού χρόνου εγγεγραμμένου στον ψυχισμό υπό μορφή ψηφίδων ψυχικού υλικού, αισθητηριακού και κιναισθητικού τύπου, υλικών που διευθετούνται στη βάση των ενορμητικών κινήσεων.

Ο χρόνος ως πρωταρχική εμπειρία είναι σύμφωνα και με το Χαρτοκόλλη³ εννοιατικός και ως έμφυτη δομή όπως και ο χώρος, εξυπηρετεί την ενοποίηση και ταυτοποίηση της εμπειρικής ασυνέχειας της αντίληψης, της συνείδησης και της αλλαγής. Ο υποκειμενικός χρόνος δηλαδή καθορίζεται από ψυχικές δυναμικές επιδράσεις, προσωπικές και βιωματικές.

Ψυχολογικά η καταγραφή της διαδοχής των γεγονότων είναι ο ακρογωνιαίος λίθος της εμπειρίας του χρόνου. Σύμφωνα με τον Loeward,⁴ παρελθόν, παρόν και μέλλον είναι στατικές και γραμμικές έννοιες, εμπειρίες αίσθησης του χρόνου που αλληλο-διαμορφώνονται και σταθερά επηρεάζονται από ενδοψυχικές δυνάμεις.

Οι πρώτες αναλυτικές θεωρίες εστίασαν στη λειτουργία του Εκείνο (Id) και σύμφωνα με το τοπογραφικό μοντέλο ο χρόνος θεωρείται ότι είναι μια ανακεφαλαίωση προηγούμενων καταστάσεων. Στη συνέχεια με την υπεροχή του δομικού μοντέλου και της ψυχολογίας του Εγώ, διατυπώθηκε μια πιο εξελιγμένη θεωρία, σύμφωνα με την οποία ο χρόνος αντιπροσώπευε την έκφραση των δυναμικών αλληλεπιδράσεων του Εκείνο (Id), Εγώ και Υπερεγώ. Έτσι άρχισε να αναγνωρίζεται η υποκειμενική φύση της εκτίμησης του Εγώ για το χρόνο (Colarusso 1979).⁵

Η αίσθηση του παρόντος και του μέλλοντος συνδέθηκε με τη λειτουργία του Εγώ και του Υπερεγώ. Η θεωρία των αντικειμενότροπων σχέσεων και το αναπτυξιακό μοντέλο σκέψης προσέφεραν εργαλεία σύλληψης ιδιαίτερα βοηθητικά στην ψυχαναλυτική μελέτη του χρόνου. Η θεωρία των αντικειμενότροπων σχέσεων υποστηρίζει ότι για να αποκτήσει το βρέφος την έννοια του χρόνου, πρέπει να περάσει από μια διαδικασία κινήτρων που περιλαμβάνει τη μητέρα ως αντικείμενο που ικανοποιεί, αλλά και ματαιώνει. Έτσι με την απαρτίωση των «καλών» και «κακών» εμπειριών αναπτύσσεται η αναγνώριση του παρελθόντος ως εμπειρία.

Ο Arlow (1972)^{6,7} αναγνωρίζει την αίσθηση του χρόνου και τα στοιχεία του όπως αντίληψη, κινητικότητα και μνήμη ως περίπλοκες εκφράσεις της λειτουργίας του Εγώ.

Η διαμόρφωση της έννοιας του χρόνου στα διάφορα στάδια ψυχοσεξουαλικής ανάπτυξης του ατόμου

A. Ο χρόνος από τη γέννηση μέχρι την κατάκτηση της σταθερότητας του αντικειμένου

Ο Eissler⁸ αναφέρεται στο χρόνο σαν μια καθολική αντίθεση ανάμεσα στις πρώιμες αντιλήψεις της παιδικής ηλικίας περί χρόνου και την αποδοχή της πραγματικότητας στην ενήλικη ζωή, οπότε ο χρόνος βιώνεται ως μη ελεγχόμενος και τετελεσμένος, σκέ-

ψη που οδηγεί τον ενήλικα να αποδέχεται το αναπόφευκτο του θανάτου. Έτσι, σύμφωνα με τον Eissler, η αλληλεπίδραση των συναισθημάτων, οι διαβαθμίσεις τους, οι αποδοχή του Εγώ ή η άρνησή τους φαίνεται να ορίζουν τον τρόπο με τον οποίο βιώνεται ο χρόνος.

Η Α. Freud (1965)⁹ θεωρεί πως υπάρχουν βασικές διαφορές στον τρόπο που βιώνεται η υποκειμενικότητα του χρόνου από τα παιδιά και τους ενήλικες. Ξεκινώντας λοιπόν απ' την αρχή, παρατηρούμε ότι το βρέφος καθορίζει το δικό του υποκειμενικό χρόνο με βάση την ψυχική του πραγματικότητα, δηλαδή με μοναδικό κριτήριο τις ανάγκες του Εκείνου και τις λειτουργίες του Εγώ.

Στην αρχή της ζωής, λόγω του σχετικά αδιαφοροποίητου βρεφικού Εγώ, δεν υπάρχει επαρκής αίσθηση της διάρκειας. Όλα καθορίζονται από ομοιοστατικούς μηχανισμούς, κανονικές και εναλλασσόμενες αισθήσεις ευχαρίστησης και ματαίωσης. Αναπόφευκτα αυτοί οι παράγοντες εμπεριέχονται και στην πρώτη σχέση του ανθρώπινου υποκειμένου, τη σχέση με τη μητέρα.

Άλλες ψυχαναλυτικές έρευνες υποστηρίζουν ότι οι πρώτες ενδείξεις της διαφορετικότητας του χρόνου μπορούν να αναγνωριστούν από την τρίτη εβδομάδα της ζωής (Gifford 1960).¹⁰ Αυτό το συνδέουν με τις ανάγκες του βρέφους και την ανταπόκριση που έχει σ' αυτές από την πλευρά της μητέρας. Και η ανταπόκριση της μητέρας σχετίζεται αφενός με την ετοιμότητά της, όσο και με την αντίληψή της περί χρόνου στη διάρκεια του εικοσιτετράωρου (γεγονός που επιβεβαιώνεται και από το πρόγραμμα ύπνου και διατροφής του μωρού). Μ' αυτό τον τρόπο οι ενστικτώδεις βιολογικές ανάγκες του βρέφους γίνονται ψυχολογικές, μέρος του βρεφικού Εγώ, αντανάκλαση της σχέσης του με το αναδυόμενο αντικείμενο (μητέρα). Οι ενστικτώδεις απαιτήσεις βιώνονται για μια μεγάλη περίοδο του χρόνου (στοματικό στάδιο) και οδηγούν σε μια αίσθηση διαβαθμιζόμενης παρουσίας-απουσίας, ευχαρίστησης-ματαίωσης. Για το βρέφος, ο χρόνος δεν έχει ακόμα οργανωθεί γύρω από μια δομή τριών διαστάσεων, όμως παρά ταύτα βιώνεται ως «πανταχού παρών». Φαίνεται σαν να βιώνει το βρέφος την αίσθηση ενός «αιώνιου παρόντος», που συνδέεται από τη μια με την αρχή της ευχαρίστησης και την πρωταρχική ναρκισσιστική παντοδυναμία, όπου ανάγκες και επιθυμίες ικανοποιούνται ευθύς αμέσως, πριν από την εγκαθίδρυση της διάστασης

του παρελθόντος (μνήμη) και τη διάσταση του μέλλοντος (προσδοκία), και από την άλλη με μια έλλειψη σαφούς διαφοροποίησης του Εαυτού από τον εξωτερικό κόσμο, πριν ακόμα από τη δόμηση του αντικειμένου και τη σταθερότητά του, τις σχέσεις του και την αίσθηση της ταυτότητάς του.

Ο Χαρτοκόλης (1974)³ θεωρεί ότι η αντίληψη του βρέφους για τις μεταβολές του χρόνου όσον αφορά στην ένταση των ενστικτωδών απαιτήσεών του, καθορίζεται στην περίοδο του πρώιμου προσανατολισμού του στο χώρο και το χρόνο από τις διαβαθμίσεις στο επίπεδο της έντασης των ερεθισμάτων. Όσο λιγότερη δηλαδή η διαβάθμιση, τόσο λιγότερη η συνείδηση του χρόνου.

Οπωσδήποτε πάντως η «αρκετά καλή μητέρα» (Winnicott 1969)¹¹ μέσω της ικανοποίησης των αναγκών του βρέφους για πείνα, δίψα, αγκαλιά κ.λπ. γίνεται ο φορέας και εκφραστής του χρόνου του. Αυτός όμως ο χρόνος, χρήσιμος σύμμαχος στη δόμηση της σχέσης τους, μπορεί να γίνει ο ίδιος δυνάστης και για το βρέφος, όταν δεν ικανοποιείται, και για τη μάνα, που υποχρεώνεται να παραμένει διαθέσιμη ελαχιστοποιώντας το δικό της προσωπικό χρόνο.

Στην επόμενη φάση (πρωκτική) η εμπειρία του χρόνου του νηπίου συνδυάζεται με τη λειτουργία του κατώτερου γαστρεντερικού συστήματος, την ούρηση και την αφόδευση. Για άλλη μια φορά στηρίζεται στην αλληλεπίδραση με τη μητέρα, που θα καθοδηγήσει την ανάπτυξη του ελέγχου αυτών των λειτουργιών, γεγονός που σημαίνει και την ικανοποίησή τους, σε διαφορετικό και ελεγχόμενο χρόνο από τη στιγμή της γέννησης της επιθυμίας έως την ικανοποίησή της. Ο Jones (1923)¹² υποστήριξε ότι το παιδί εξισώνει το χρόνο με τα πρωκτικά προϊόντα, αλλά και ο Doob (1994)¹³ τόνισε την επίδραση του πρωκτικού ερωτισμού που παράγει μιαν αίσθηση αυξημένης λιβιδινικής σχέσης μεταξύ χρόνου και πρωκτικότητας. Αυτό μαζί με την επιβεβαίωση της παντοδυναμίας του παραμένει για το νήπιο ένα βασικό θέμα της υποκειμενικής αίσθησης του χρόνου και καταγράφεται στο ασυνείδητό του σαν κεντρικό σημείο. Έτσι η μετακίνηση προς τη σταθερότητα του αντικειμένου και η ενδοβολή του, προκαλεί τρεις σημαντικές αλλαγές στον τρόπο που το παιδί αντιλαμβάνεται το χρόνο:

1. Ο χρόνος σταδιακά ενδοβάλλεται ως στοιχείο Εαυτού που εξαρτάται όλο και λιγότερο από την παρουσία του Άλλου.

2. Παρελθόν, παρόν και μέλλον αρχίζουν να έχουν συνέχεια ως ψυχικές εμπειρίες.
3. Λόγω της αίσθησης σταθερότητας του αντικειμένου δομείται και η αίσθηση της διάρκειας.

Από μια άλλη άποψη λοιπόν, όπως υποστηρίζει και ο Χαρτοκόλλης¹⁴ το αίσθημα του χρόνου καθορίζεται από τη σχέση του Εγώ και του Εαυτού κυρίως με τα εσωτερικά αντικείμενα. Ο Piaget (1937)¹⁵ υποστήριξε ότι το παιδί αποκτά μια γενικευμένη κατανόηση του χρόνου κατά τη διάρκεια του 2ου έτους της ζωής του, παραλληλίζοντάς την με την ανάπτυξη της γλωσσικής του ικανότητας. Υποστηρίζει επίσης ότι ο χρόνος που δημιουργεί τη μεγαλύτερη εντύπωση στο παιδί είναι ο χρόνος των γεγονότων που το περιβάλλουν.

Στην προσπάθεια κατανόησης της δομής του χρόνου, χρειάζεται να γίνει αναφορά και στην έννοια των μεταβατικών αντικειμένων κατά Winnicott,¹⁶ τα οποία προηγούνται χρονολογικά από τη θεμελίωση του κριτηρίου της πραγματικότητας και αντιπροσωπεύουν το αντικείμενο της πρώτης σχέσης (μητέρας-παιδιού). Το παιδί διαλέγει το αρκουδάκι επειδή είναι μαλακό, επειδή η αίσθηση του μαλακού είναι χαρακτηριστικό της μητέρας του. Έτσι το αρκουδάκι γίνεται για το παιδί η δυνατότητα να κρατήσει την εικόνα της μητέρας του παρούσα, μηδενίζοντας το χρόνο της απουσίας της. Η μεταφορά αυτή είναι μια έκφραση συμβόλων που αναφέρονται στη συμπλοκή του παρόντος με το παρελθόν, του όλου με το μέρος. Το «παιγνίδι» αυτό μέσω του μεταβατικού αντικειμένου, ανάμεσα στις παρούσες και παρελθούσες εικόνες Εαυτού και Αντικειμένου, σηματοδοτεί την αρχή ενός πλησιάζματος ανάμεσα σε παρελθόν και παρόν που διευκολύνεται από την ψυχική αναπαράσταση της μητέρας και την εξωτερική εικόνα της. Το παιδί ελέγχει το μεταβατικό αντικείμενο και χειρίζεται ταυτόχρονα και τα δύο, δηλαδή και τις ψυχικές αναπαραστάσεις και τις εξωτερικές εικόνες, κάνοντάς τες να «έρχονται και να φεύγουν». Το παρόν λοιπόν γίνεται παρελθόν, και το παρελθόν παρόν. Η παρουσία της μητέρας αντιπροσωπεύει το παρόν, η ψυχική της αναπαράσταση εν τη απουσία της γίνεται το παρελθόν, και η αναμονή της επιστροφής της το μέλλον. Με τη σταδιακή απόσυρση του μεταβατικού αντικειμένου και την κατάκτηση της αίσθησης σταθερότητας του αντικειμένου, δημιουργείται μια απώθηση της εξίσωσης «μητέρα ισοδύναμη με χρόνο».

Η αίσθηση του χρόνου σταδιακά γίνεται μια πιο αυτόνομη λειτουργία του Εγώ, σύμμαχος του αντι-

κειμενικού χρόνου. Οι αναλυτές, αρχίζοντας από τον Freud (1915),¹⁷ όρισαν το χρόνο ως λειτουργία του συνειδητού. Και ακολουθώντας τη γραμμή του, συνδέσαν την αίσθηση του χρόνου με την αίσθηση της εσωτερικής αντίληψης των βιωμάτων. Με την ανάπτυξη του συνειδητού, αυτή προβάλλεται στο εξωτερικό περιβάλλον και την ονομάζουμε χρόνο.

Β. Ο χρόνος κατά την ψυχοσεξουαλική φάση της ανάπτυξης της κατάκτησης της ταυτότητας και της αυτονομίας

Η διαμόρφωση της έννοιας του χρόνου κατά την εφηβεία κυριαρχείται από τις βασικές αναπτυξιακές διαδικασίες αυτής της περιόδου, δηλαδή από την πορεία κατάκτησης της αυτονομίας του ατόμου, την παγίωση της σεξουαλικής και την ολοκλήρωση της συνολικής του ταυτότητας. Η πορεία αυτή χαρακτηρίζεται από τις συνεχείς παλινδρομικές και αμφιθυμικές ψυχικές κινήσεις, από ένα συνεχές «μπρος-πίσω».

Κλινικό παράδειγμα 1

Η Έλλη, ετών 14, περιγράφει το χρόνο σαν ένα «Χάος, ένα Δράκο με μεγάλο στόμα που θα την καταπιεί». Τρομάζει μπροστά στο πέραςμα και προσπαθεί ν' ακινητοποιήσει το χρόνο. Σε κάθε προσπάθεια αυτονομίας ένα λιποθυμικό επεισόδιο έρχεται να την κρατήσει πάλι στη σχέση με τη μητέρα. Αναρωτιέται γιατί να διαβάσει αφού θα πεθάνει, γιατί να συνδεθεί με τα παιδιά αφού θα χωρίσουν, γιατί να κάνει οτιδήποτε.

Η Έλλη φοβάται συνεχώς ότι θα βαρεθεί με ό,τι κι αν κάνει παρομοιάζοντας τον πανικό της απέναντι στο χρόνο-δράκο, που έφθασε «να την πάρει απ' τους γονείς της», σαν μια φυσική παγίδα. Κατά βάθος όμως ξέρει πως η παγίδευσή της βρίσκεται στην αμφιθυμία της για αλλαγή και μετακίνηση, αλλά και στην ανάγκη της να παραμείνει καθηλωμένη στην πρώιμη σχέση με τη μητέρα που της προσέφερε ασφάλεια, ένα παιδικό καταφύγιο.

Η στάση καθήλωσης είναι εμφανής και στις ψυχοθεραπευτικές συνεδρίες, που χαρακτηρίζονται άλλοτε από μια υπερβολική ενεργητική στάση και άλλοτε από μια ακινησία που δημιουργεί ένα αίσθημα ανίας τόσο στην ίδια όσο και στον θεραπευτή. Η αλλαγή για την Έλλη μοιάζει να βιώνεται ως απειλή. Η Έλλη μ' αυτό τον τρόπο μοιάζει να θέλει να επιστρέψει και να κρατηθεί στο παρελθόν.

Κλινικό παράδειγμα 2

Η Άννα, επίσης στα 14 της, αντίθετα σπρώχνει το χρόνο της σεξουαλικής της ενηλικίωσης μέσω ανταγωνισμού με το αντικείμενο, υιοθετώντας συμπεριφορές εκδραμάτισης των εσωτερικών της συγκρούσεων και της έντονης επιθετικότητας προς τη μητέρα, με ευκαιριακές και επιπόλαιες ερωτικές σχέσεις εν δυνάμει επικίνδυνες. Φαίνεται να επιδιώκει να μεταφέρει το μέλλον στο ανώριμο παρόν. Και οι δύο έφηβες έρχονται αντιμέτωπες με τις δικές τους συγκρούσεις εξάρτησης, αυτονομίας και ελέγχου, σε σχέση με την ενδοβλημένη μητέρα και ερμηνεύουν το χρόνο με αντιθετικό τρόπο, υιοθετώντας η μια το ένα και η άλλη το άλλο άκρο του ψυχικού εκκρεμούς.

Είναι ενδιαφέρον να σημειώσουμε εδώ ότι η διαφορετική αυτή στάση των εφήβων βρίσκεται σε αναλογία με μια παρόμοια διαφοροποιημένη στάση των μητέρων τους, γεγονός που αντανακλάται και στη σχέση της κάθε έφηβης με τη μητέρα της.

Στην εφηβεία ταιριάζει όμορφα το παραμύθι «Η ωραία κοιμωμένη» των αδελφών Γκριμ, που συμβολοποιεί το εξής μήνυμα: «μη προσπαθείς να βιάσεις τα πράγματα. Όταν ο χρόνος ωριμάσει, το πρόβλημα θα λυθεί από μόνο του». ¹⁸ Το άτομο καθόλη τη διάρκεια της εφηβείας αγωνίζεται να εξερευνήσει τις προηγούμενες απρόσιτες περιοχές της ύπαρξης και να τις αφομοιώσει στην αίσθηση της ταυτότητάς του. Η διαδικασία αυτή συνοδεύεται από μεγάλες συναισθηματικές εντάσεις, για την αντιμετώπιση των οποίων άμυνα είναι η ναρκισσιστική απόσυρση. Η ωραία κοιμωμένη-έφηβη μπορεί να εκληφθεί ως μια φαντασίωση, όπου ο θάνατος είναι απλά ο ύπνος, όπου ο χρόνος αιωρείται, όπου αντιστρέφονται οι ρόλοι του γρήγορου και του αργού. Στις φαντασιώσεις των εφήβων πολλές φορές ο θάνατος δεν αντιπροσωπεύει το σταμάτημα του υποκειμενικού χρόνου. Αντίθετα αντιμετωπίζεται ως κάτι παροδικό και ελέγξιμο, ως ένας δυναμικά αναιρούμενος χρόνος π.χ. «να πεθάνω να δω ποιος θα κλάψει, ποιος θα έρθει στην κηδεία μου».

Συζήτηση

Η σημασία του χρόνου στην ψυχαναλυτική-ψυχοθεραπευτική σχέση

Ο χρόνος από μόνος του είναι μια αυθαίρετη θεώρηση του ανθρώπου. Οποσδήποτε όμως είναι μια προβολή της εσωτερικότητάς του, αναπαράσταση

των ψυχολογικών του συγκρούσεων, των αποδοχών του, της προσαρμογής του στις βαθύτερες και αντιφατικές ενορμήσεις του. Αποδεχόμενος το χρόνο, ο άνθρωπος αποδέχεται τον εαυτό του και τη ζωή με τα αναπόφευκτα ελλείμματα και τους περιορισμούς της. Μέσω της διαδικασίας των ελεύθερων συνειρμών και του ονείρου στην ψυχαναλυτική σχέση, είναι δυνατόν να μελετηθεί η καταγραφή των ακολουθιών των ψυχικών εμπειριών. Οι ψυχικές δομές (Loeward)⁴ στην ουσία είναι χρονικές. Ο χρόνος δηλαδή όπως προτείνει ο Arlow⁷ «ανθρωπομορφοποιείται» και γίνεται σύμμαχος και δυνάστης στη σχέση.

Μια σειρά από διαφορετικές ψυχοπαθολογικές πιθανότητες και συνδυασμούς μπορεί να προκύψει από την «ασύμμετρη ή αριστοτελική λογική», κατά την οποία ο χρόνος και ο χώρος καθώς και η διαφορά μεταξύ του όλου και των μερών, είναι τελείως συμβατή. Αυτή συνιστά ακόμη τη λογική βάση της έννοιας της δευτερογενούς διαδικασίας σκέψης κατά Freud,¹⁹ και της «συμμετρικής λογικής», που ως διαδικασία επιτρέπει τις συνδέσεις, συσχετίσεις, αναπαραστάσεις, εξισώσεις, συμβολισμούς. Αποτέλεσμα αυτών είναι η διαταραχή στην έννοια του χώρου-χρόνου, όπως για παράδειγμα στην αγοραφοβική παθολογία.

Μπορεί επίσης να υπάρξει διαταραχή στην ικανότητα διάκρισης μεταξύ του όλου και των μερών του, η οποία εκφράζεται σαν μια αποτυχία κατανόησης του χρόνου και του χώρου, όπως παρατηρείται στις ψυχωτικές ή οριακές ψυχοπαθολογίες. Πράγματι στη βιβλιογραφία υπάρχει γενική συμφωνία ότι η εμπειρία του χρόνου ως «ακίνητου», «παγωμένου», «σιωπηλού» συναντιέται στη σχιζοφρένεια (Bouchard 1926, Scott 1948, Dubois 1955, Jaspers 1959), ή άλλοτε ότι ο χρόνος βιώνεται τελείως χαοτικός, άλλοτε γρήγορος, άλλοτε αργός, χωρίς παρελθόν και μέλλον. Ασθενείς που πάσχουν από ψυχωτική κατάθλιψη νιώθουν ότι ο χρόνος κινείται συνεχώς, ενώ οι ίδιοι παραμένουν ακίνητοι. Καταθλιπτικοί ασθενείς ταυτίζουν το χρόνο με τον ίδιο τους τον εαυτό, καθώς το μέλλον κατακλύζεται και παγιδεύεται από το παρελθόν. Οι αγχώδεις προσωπικότητες κυριαρχούνται από ένα αίσθημα χρόνου που εμπεριέχει ένα αμετάκλητο παρελθόν και ένα αγωνιώδες μέλλον.

Σε άλλους ασθενείς μπορεί να υπάρξει δυσκολία στην αντίληψη του χρόνου όπως την παρατηρούμε στην ψυχαναγκαστική-καταναγκαστική παθολογία. Σύμφωνα με τον Stekel (1927) οι ψυχαναγκαστικοί ασθενείς «δεν θέλουν να παραδεχτούν το χρόνο».

Όπως είπε ένας ψυχαναγκαστικός ασθενής (Dooley 1941) «δεν πρέπει ποτέ να ξεχαστώ. Κοιτάω το ρολόι και απασχολούμαι. Διαφορετικά δεν θα ήξερα ποιος είμαι» (Χαρτοκόλλης 2006).¹⁴

Στην ψυχαναλυτική σχέση ο χρόνος μετριέται με τον ίδιο τρόπο, όπως αναφερθήκαμε στη σχέση μάνας-παιδιού, στη σχέση των εφήβων με την αποδοχή της πραγματικότητας και της φαντασίωσης. Θα μπορούσε κανείς να κάνει αναφορά σε συνεδρίες που ο χρόνος δεν φτάνει, ή σε συνεδρίες που ο χρόνος δεν τελειώνει πάντα στα πλαίσια της σχέσης μεταβίβασης-αντιμεταβίβασης. Ποια είναι η σημασία του χρόνου γι' αυτόν που μετράει με το ρολόι του τα λεπτά της συνεδρίας που απομένουν χωρίς πράγματι να θέλει να φύγει; Ο χρόνος αντιπροσωπεύει πιο ζωντανά από κάθε άλλη κατάσταση την ανάγκη της αποδοχής της οριοθέτησης όπως και την ανάλογη ανικανότητα, συμβολίζοντας με αυτό τον τρόπο το συνολικό θέμα της ζωής του ατόμου, τη σχέση του με τη διαδικασία ανάπτυξης από την αρχή ως το τέλος, απ' τη γέννηση ως το θάνατο.

Μέσα στη χρονική ασφάλεια που προσφέρουν τα σαράντα πέντε λεπτά της συνεδρίας, τη σταθερότητα, τη συνέχεια, την επανάληψη και τις τελετουργίες της ψυχοθεραπευτικής διαδικασίας, διευκολύνεται η παλινδρόμηση σε στάδιο πρώιμο και άχρονο. Αναδύονται αδόμητες αναπαραστάσεις που συνδέονται με τη λειτουργία του ασυνειδήτου υπό τη μορφή ονειρών και ελευθέρων συνειρμών. Γι' αυτό εξάλλου ζητείται από τους ασθενείς μας να είναι χαλαροί προκειμένου να απελευθερωθούν από τους καθορισμένους δεσμούς με το χρόνο. Και είναι ακριβώς λόγω της συνύπαρξης αυτών των διαφορετικών χρονικών ασυμφωνιών που μπορούμε να φθάσουμε σ' αυτές τις σπάνιες αλλά και συναρπαστικές στιγμές της ενόρασης, στιγμές έντονες και σημαντικές ως τώρα της ύπαρξης, στιγμές όπως αυτές που περιγράφονται από τους ασθενείς μας π.χ. «χάθηκα μες το χρόνο», «χάθηκα στο παρελθόν μου», «δεν ξέρω που βρίσκομαι», «δεν ξέρω ποιος είμαι».

Ο ψυχοθεραπευτής απ' την άλλη μεριά αυτής της σχέσης ζει ένα παράδοξο. Όπως και η «αρκετά καλή μητέρα», χρειάζεται κι αυτός ανάλογα να πετύχει το δύσκολο συνδυασμό «του να χαθεί και ο ίδιος», από το δικό του Εγώ, για να παρακολουθήσει την πορεία του εσωτερικού ταξιδιού του θεραπευόμενου. Συγχρόνως πρέπει να είναι παρών, κατανοώντας, ερμηνεύοντας και κρατώντας το όριο του καθορι-

σμένου χρόνου που ζητάει απ' τον ασθενή του και από το ίδιο του το Εγώ ν' απαρνηθεί, επιτυγχάνοντας έτσι μια ικανοποιητική όσο και απαραίτητη ενσυναίσθηση. Χρειάζεται δηλαδή «ν' αφήσει» το χρόνο και για τους δύο, αλλά και παράλληλα να «κρατήσει» το χρόνο και για τους δύο. Και μέσα σ' αυτή την χρονικά οριοθετημένη συνεδρία των σαράντα πέντε λεπτών, που όμως βιώνεται σαν να διαρκεί άλλοτε πέντε λεπτά, άλλοτε μια αιωνιότητα, αυτή η σχέση, σύμμαχος και δυνάστης και για τους δύο, θα κινηθεί ανάμεσα σε εκφράσεις και σιωπές, μονολόγους και διαλόγους, αναστεναγμούς, παύσεις και ενθαρρυντικούς ήχους, συσχετισμούς, ερμηνείες και ανακατασκευές.

Έτσι, θέματα όπως τα σαράντα πέντε λεπτά της συνεδρίας, ο αριθμός των συνεδριών, κάποιες αλλαγές, κάποιες καθυστερήσεις ή άκαιρες προσελεύσεις, η διάρκεια της διακοπής και η διάρκεια της θεραπείας, έχουν τεράστια σημασία και για τα δύο μέλη αυτής της σχέσης. Ο θεραπευτής διαχειρίζεται το χρόνο, ο θεραπευόμενος τον χρησιμοποιεί, και οι δύο του δίνουν νόημα. Και βέβαια το τέλος της συνεδρίας, το πέρασμα όπως βιώνεται σ' αυτή την ιδιαίτερη συνάντηση στα πλαίσια της μεταβίβασης στον εξωτερικό χρόνο, δηλαδή στην εξωτερική πραγματικότητα, μπορεί και για τους δύο να είναι δύσκολο. Φράσεις όπως: «μόλις βγήκα χρειαζόμουν τουαλέτα», ή «βγήκα και ήμουν σα χαμένος», ή «δε μπορούσα να περπατήσω, βαρύ ήταν το σώμα μου και άδειο το μυαλό μου», ή «έπρεπε να καθίσω κάπου, να φάω μια ολόκληρη σοκολάτα για να συνέλθω» επιβεβαιώνουν τη δυσκολία αυτής της προσαρμογής. Η μεταφορά από παρελθόντα σε ενεστώτα χρόνο, λειτουργεί σαν την «μηχανή του χρόνου», καθώς σχετίζεται με τις συγκρούσεις, τις ενορμήσεις, τις αποστερήσεις. Η μνήμη ενέχει θέση παρελθόντος χρόνου, ενώ η νοηματοδότηση στη ψυχοθεραπευτική σχέση εξυπηρετεί την αποκατάσταση της συνέχειας του χρόνου, δηλαδή της προσωπικής ιστορίας του ασθενούς στον οποίο με αυτόν τον τρόπο επιτρέπεται η προβολή του εαυτού του στο μέλλον.

Οι ασθενείς στη μεταβίβαση δημιουργούν μια δική τους κατάσταση καθώς προβάλλουν τη δική τους ξεχωριστή αίσθηση χώρου και χρόνου. Οι παραμορφώσεις τους, όσον αφορά στο χρόνο, αντανακλούν τόσο την ψυχοπαθολογία τους, όσο και τις αντιδράσεις τους τις σχετικές με τη χρονική συναισθηματική στιγμή που εκδραματίζονται στο ψυχοθεραπευτικό πλαίσιο, αυτές δηλαδή που παράγονται μέσα από την

ανάδυση των απωθημένων μνημών και εμπειριών και μέσα από την αλληλεπιδραστική σχέση. Ορισμένοι άλλοι πάλι αρνούνται το πέρασμα του χρόνου, προβάλλοντας αντίσταση στην αλλαγή, στο θρήνο, στο πένθος, ανήμποροι να διαπραγματευθούν την έννοια του τέλους, που συνοδεύεται από το φόβο της απώλειας και το φόβο του θανάτου.

Ο Freud επεσήμανε ότι η έννοια του χρόνου και η γένεσή της είναι έμφυτες στην οργάνωση και λειτουργία του Εγώ. Η ανάπτυξη, η καθήλωση, η παλινδρόμηση, η επιστροφή του απωθημένου, το «άχρονο» του ασυνείδητου και το μεθύτερο βίωμα (Nachträglichkeit) είναι έννοιες που συναντάμε στα έργα του και που αποδεικνύουν πως δεν υπάρχει παραδοσιακά ευθεία συνέχεια με το χρονολογικό χρόνο. Ο ίδιος από το 1900 έγραφε σε σχέση με τα όνειρα όπως και το ασυνείδητο, ότι δεν υποκύπτουν στους περιορισμούς του χρόνου. Ο όρος «άχρονο» για το όνειρο είναι μάλλον ουδέτερος, καθώς και η εμπειρία αλλά και η έννοια του χρόνου μπορεί να υπάρχουν είτε στο έκδηλο περιεχόμενο του ονείρου, είτε στη δομή του:¹⁹ «Αλήθεια είναι πως δε μπορείς ποτέ να είσαι σίγουρος πως ένα όνειρο έχει τελείως ερμηνευθεί». Το περιεχόμενο του ασυνείδητου και του ονείρου προέρχεται από το απώτερο παρελθόν και φέρνει στην επιφάνεια παιδικές επιθυμίες και συγκρούσεις, συχνά μεταμφιεσμένες. Έτσι συμβαίνει και στην ανάλυση στο σύνολό της: «Όσο βαθιά

μπορείς να πας, υπάρχει σίγουρα και βαθύτερα. Η ανάλυση μπορεί να θεωρηθεί ατελείωτη μέσα σε μια τελειωμένη ψυχαναλυτική διαδικασία» (Berenstein 1987).²⁰

Με βάση την ψυχαναλυτική σχέση οργανώνεται μια διαδικασία κατά την οποία αναλυτής και αναλύομενος τελικά μαθαίνουν να χρησιμοποιούν την προαναφερόμενη ώρα απ' την αρχή ως το τέλος, με όλο και λιγότερους φόβους, αντιστάσεις, δυσaréσκειες ή και απληστία. Είναι απαραίτητο για το θεραπευτή να μπορεί να αποδεχθεί την αξία της χρονικής διάρκειας της συνεδρίας, είτε πρόκειται για την πρώτη διαγνωστική συνεδρία με το έντονο συναίσθημα του «τώρα» που τον κατακλύζει, είτε για την εκατοστή επαναλαμβανόμενη συνεδρία.

Όσο κι αν φαίνεται παράδοξο, με τη βοήθεια του δικού του ολοκληρωμένου χωροχρόνου οφείλει να συγκεντρώνει τα τεμαχισμένα αυτά κομμάτια του αντικειμενικού χρόνου, και του χρόνου ως καταγραφή εμπειριών, να τα ξεχωρίσει, να τα ενώσει, να τα συρράψει σε μια προσωπική χρονική ιστορία ζωής. Κύριος προορισμός της διεργασίας αυτής είναι η ανακατασκευή, δηλαδή η ανασύσταση ενός μέρους της παιδικής ιστορίας του ατόμου, πραγματικής ή φαντασιωσικής, μέσα από την ανάμνηση, την ανάμιξη παρελθόντος και μέλλοντος, την εσωτερική και εξωτερική συνέχεια.

The concept of time and its relation to the psychoanalytic-psychotherapeutic setting

E. Soumaki,¹ D. Anagnostopoulos,¹ D. Anastasopoulos²

¹Hellenic Society of Psychoanalytic Psychotherapy,

²Hellenic Society of Psychoanalytic Psychotherapy of Child and Adolescent, Athens, Greece

Psychiatriki 2008, 19:145–152

Psychoanalysis is fundamentally related to time because it is an effort to understand how disturbances in the present are determined by events in the past. This paper represents an attempt to delineate the developmental line of time sense from birth to object constancy, concentrating on those maturational and environmental factors which determine psychotemporal adaptation in infancy and early childhood until the age of adolescence. Patients' distortions of time can frequently and readily be observed in clinical psychoanalysis reflecting both their psychopathology and their reactions to the temporal aspects of the psychoanalytic setting.

Key words: Time, perception, development, psychoanalysis.

Βιβλιογραφία

1. Εκο Ο. *Το Εκκρεμές του Φουκώ*. Μετάφραση: Έφη Καλλιφατίδη, Ελληνικά Γράμματα, Αθήνα, 2002
2. Προυστ Μ. *Αναζητώντας τον χαμένο χρόνο*. Μετάφραση: Ζάννας Π, Πούλος Π. Εκδόσεις Εστία, Αθήνα, 2001
3. Hartocolis P. Origins of time, a reconstruction of the ontogenetic development of the sense of time based on object-relations theory. *Psychoanal Q* 1974, 43:243–261
4. Lovewald W. The experience of time *Psychoanal. Study Child* 1972, 27:135–148
5. Colarusso C. The development of time sense – from birth to object constancy. *Int J Psycho Anal* 1979, 60:243–251
6. Arlow J. Disturbances of the sense of time. *Psychoanalytic Q* 1984, 53:13–37
7. Arlow J. Psychoanalysis and time. Monographs of the Journal of the American Psychoanalytic Association (ed) *J Am Psychoanal*, New York, 1972
8. Eissler KR. The Psychiatrist and the Dying Patient. *Int Univ Press*, New York, 1955
9. Freud A. Normality and Pathology in Childhood. *Int Univ Press*. New York, 1965
10. Gifford S. Sleep time and the early ego. *J Am Psychoanal Ass* 1960, 8:5–42
11. Winnicott N. *Από την Παιδιατρική στην Ψυχανάλυση*. Μετάφραση: Χατζόπουλος Θ. Εκδόσεις Καστανιώτη, Αθήνα, 2002
12. Jones E. Hate and anal eroticism in the obsessional neurosis. In: *Papers on Psycho-analysis*. Baillieue, Tindall and Cox 3d (ed) London, 1923
13. Doob LW. *Patterning of time*. Yale Univ Pres. New Haven, 1971
14. Χαρτοκόλλης Π. *Χρόνος και Αχρονικότητα. Παραλλαγές της χρονικής εμπειρίας*. Εκδόσεις Καστανιώτη, Αθήνα, 2006
15. Piaget J. Time perception in children. In: Fraser JT (ed) *The Voices of time*. George Braziller, New York, 1966
16. Winnicott DW. *Διαδικασίες ωρίμανσης και διευκολυντικό περιβάλλον*. Μετάφραση: Χατζόπουλος Θ. Εκδόσεις Ελληνικά Γράμματα, Αθήνα, 2003
17. Φρόυντ Σ. *Δοκίμια Μεταψυχολογίας*. Μετάφραση: Παραδέλλης Θ. Εκδόσεις Καστανιώτη, Αθήνα, 1980
18. Bettelheim B. *Ο άγνωστος κόσμος των παραμυθιών*. Εκδόσεις Καστανιώτη, Αθήνα, 1975
19. Freud S. *The Unconscious*. SE London, 1915, 14:187
20. Sabbadini A. Boundaries of timelessness. Some thoughts about the temporal dimension of the Psychoanalytic space. *Int J Psycho Anal* 1989, 70:305–318

Αλληλογραφία: Ε. Σουμάκη, Ακτή Θεμιστοκλέους 6, 185 36 Πειραιάς
 e-mail: soumaki@otenet.gr
 Τηλ.: 210-42 83 308