

**Α.Τ.Ε.Ι. ΠΑΤΡΩΝ**

**Σ.Ε.Υ.Π.**

**ΚΟΙΝΩΝΙΚΗ ΕΡΓΑΣΙΑ**

**«ΨΥΧΟΛΟΓΙΚΟΙ ΑΠΟΧΩΡΙΣΜΟΙ ΚΑΙ ΓΟΝΕΪΚΟΣ  
ΘΑΝΑΤΟΣ»**

**ΣΠΟΥΔΑΣΤΡΙΕΣ: ΑΝΔΡΕΟΥ ΕΛΠΙΔΑ  
ΖΑΧΑΡΑΚΗ ΔΗΜΗΤΡΑ**

**ΥΠΕΥΘΥΝΗ ΚΑΘΗΓΗΤΡΙΑ: ΓΕΩΡΓΙΟΥ ΔΙΑΜΑΝΤΩ**

Πτυχιακή για τη λήψη του πτυχίου στην Κοινωνική Εργασία από το τμήμα της Κοινωνικής Εργασίας της Σχολής Επαγγελματιών Υγείας και Πρόνοιας του Ανώτατου Τεχνολογικού Εκπαιδευτικού Ιδρύματος(Α.Τ.Ε.Ι. Πατρών).

## ΑΝΑΓΝΩΡΙΣΗ

Θα ήταν παράλειψη μας να μην ευχαριστήσουμε από “καρδιάς” όλους αυτούς που άμεσα και έμμεσα βοήθησαν στη συγγραφή αυτής της μελέτης.

Συγκεκριμένα θα θέλαμε να ευχαριστήσουμε ιδιαίτερα:

- Την επόπτριά μας , κα Διαμάντω Γεωργίου, καθηγήτρια του Τμήματος Κοινωνικής Εργασίας του Α.Τ.Ε.Ι Πάτρας, που με τις κατευθύνσεις της και την αμέριστη συμπαράστασή της, κατορθώσαμε να ολοκληρώσουμε αυτή την εργασία.
- Τους γονείς μας, που με την ηθική τους συμπαράσταση σε όλη τη διάρκεια της ενασχόλησης μας με την παρούσα εργασία, μας έδιναν δύναμη και κουράγιο να συνεχίσουμε.
- Το επιστημονικό προσωπικό της Μέριμνας για τη διάθεση υλικού και την ευγενική από μέρους τους, εξυπηρέτησή μας.
- Τους επόπτες Κοινωνικούς Λειτουργούς, στα πλαίσια της εξαμηνιαίας πρακτικής μας άσκησης(Κέντρο Πρόληψης κατά των Ναρκωτικών Νομού Αιτωλ/νίας “ΟΔΥΣΣΕΑΣ”- Περιφερειακό Νοσοκομείο Ιωαννίνων “Χατζηκώστα”), για τη στήριξη, τις συμβουλές και το έντυπο υλικό που μας παρείχαν.

## Αφιέρωση

*Η εργασία αυτή αφιερώνεται στους γονείς μας, με σεβασμό και αγάπη για τη στήριξη που μας παρείχαν καθ' όλη τη διάρκεια των σπουδών μας αλλά και κατά την εκπόνηση αυτής της μελέτης.*

## Περίληψη μελέτης.

Παρόλο που ο θάνατος αποτελεί αναπόσπαστο κομμάτι της ζωής, στις σύγχρονες δυτικές κοινωνίες ο θάνατος παραμένει ένα σημαντικό ταμπού. Σύμφωνα με την Baum.H.,(2003) τα τελευταία χρόνια έχει παρατηρηθεί μια διακριτική σιωπή γύρω από το θέμα. Ο θάνατος αναιρεί τον υπαινισμό της τεχνοκρατικής κοινωνίας για την παντοδυναμία του ανθρώπου, γι' αυτό και η τελευταία προσπαθεί να τον αγνοήσει και να τον αποκρύψει. Το αποτέλεσμα τότε είναι να δημιουργείται στον άνθρωπο η ψευδαίσθηση της αθανασίας του. Έτσι όμως όταν έρθει ο θάνατος, το άτομο βρίσκεται απροετοίμαστο και βυθίζεται στην απόγνωση και στον φόβο.

Με έναν τέτοιο τρόπο οι γονείς διδάσκουν τα παιδιά προσπαθώντας να τα προστατεύσουν από τα τραυματικά γεγονότα της ζωής. Ακόμα και σήμερα, προσπαθώντας, συχνά, να τα προφυλάξουν από έναν τραυματισμό, μοιάζουν να ξεχνάνε ότι εκείνα δεν ιεραρχούν με το δικό τους τρόπο τις απώλειες που υφίστανται.

Από τη γέννηση του το παιδί περνάει από διάφορες εξελικτικές φάσεις και από αναπόφευκτους αποχωρισμούς. Στην εργασία αυτή γίνεται μια προσπάθεια να καταγραφούν οι εξελικτικές φάσεις και μια αναφορά για τη σταδιακή δημιουργία του δεσμού μητέρας παιδιού, τις ανάγκες που καλύπτει και τις φάσεις που διανύει. Κρίθηκε σκόπιμη η αναφορά στη δόμηση της σχέσης μητέρας βρέφους γιατί φανερώνεται πόσο σημασία έχει η παρουσία της μητέρας για το βρέφος. Ο τρόπος που το παιδί θα βιώσει τους εξελικτικούς αποχωρισμούς θα καθορίσουν και τον τρόπο που θα χειρίζεται τις μετέπειτα απρόσμενες απώλειες.

Ο J, Piaget, αποδεικνύει ότι το παιδί, για να αφομοιώσει πλήρως την έννοια του θανάτου, πρέπει να φτάσει στην ηλικία των 7- 8 ετών, όταν, δηλαδή, θα έχει συνειδητοποιήσει τις δύο απαραίτητες έννοιες, της ολότητας και της μη αντιστρεψιμότητας.( J.Piaget, 1926)

Η απώλεια ενός γονιού και η περίοδος κατά την οποία το άτομο βιώνει το πένθος αποτελούν μια από τις πιο συγκλονιστικές εμπειρίες για το παιδί και τον έφηβο μιας και επηρεάζουν την ανάπτυξη και την εξέλιξη της ζωής του.

Επομένως η τακτική αυτή της αποκρύψεως των συναισθημάτων δεν καθιστά τα άτομα αυτά ικανά να αντιμετωπίσουν το θέμα του αποχωρισμού και να προετοιμαστούν για το ενδεχόμενο της απώλειας ενός από τους γονείς.

Από την έναρξη της πένθιμης περιόδου, μέχρι και την ολοκλήρωσή της, ο πένθος καλείται να περάσει μια σειρά από στάδια και φάσεις με πολλές ψυχολογικές διακυμάνσεις. Βέβαια δεν περνούν όλοι από την ίδια διαδικασία θρήνου. Ωστόσο κατά τη περίοδο αυτή ενδέχεται να μην επιτευχθεί ομαλή έκβαση των σταδίων με αποτέλεσμα τη δημιουργία παθολογικών συμπτωμάτων πένθους.

Είναι χαρακτηριστικό ότι το παιδί βιώνει πολύ πιο έντονα τον θάνατο από οποιονδήποτε άλλο. Η μελαγχολία, η απόγνωση, η αγωνία για το μέλλον, η καινούργια κατάσταση που επικρατεί μετά το θάνατο, συμβάλουν στη δημιουργία μιας τραυματικής προσωπικότητας στην παιδική, προεφηβική και εφηβική ηλικία. Έχει παρατηρηθεί ότι το γεγονός του θανάτου των γονέων έχει πολύ μεγάλη επίδραση στη ζωή του παιδιού διότι σύμφωνα με τον Κοσμόπουλο (1980) «εκτός από βιολογικές ανάγκες υπάρχουν και οι συναισθηματικές ανάγκες που πρέπει να καλυφθούν για να πραγματοποιηθεί η ολοκλήρωση της προσωπικότητας του και να επέλθει μια σωστή ψυχική και συναισθηματική ισορροπία και ανάπτυξη ».

Λόγω των ιδιαίτερων χαρακτηριστικών που έχουν οι δύο αυτές ηλικίες του παιδιού αλλά και της καθοριστική επίδρασης του θανάτου του γονέα στη

ζωή του, η βοήθεια από ειδικά εκπαιδευμένους επαγγελματίες σε θέματα πένθους όπως είναι οι κοινωνικοί Λειτουργοί είναι αμέριστη και πολλές φορές αναγκαία για την πρόληψη και θεραπεία των παθολογικών συμπτωμάτων.

Τέλος, σύμφωνα με τους Buskaglia. L.(1988) Leshan. E. (1982) Φάρος (1982) η εμπειρία του πένθους συμβάλει θετικά στην ανάπτυξη και ωρίμανση της προσωπικότητας του ατόμου καθώς και στην ανάπτυξη της ευθύνης και ρεαλισμού για τη ζωή στην παιδική και εφηβική ηλικία. Ακόμη το πένθος βοηθά το παιδί να συνειδητοποιήσει τον προσωπικό του θάνατο και να κάνει μια πολύ χρήσιμη επαναξιολόγηση της ζωής δίνοντας νόημα και αξία στην κάθε στιγμή της ζωής του.

Εξαιτίας της περιορισμένης μελέτης έρευνας που έχει γίνει σχετικά με το πένθος, σκοπός αυτής της εργασίας είναι να γίνει μία περαιτέρω μελέτη και να εξεταστεί ο ρόλος που παίζει το πένθος στην όλη πορεία ζωής παιδιού/εφήβου καθώς επίσης να επισημανθεί ο τρόπος βιωσής του. Παράλληλα γίνεται μια προσπάθεια να δοθούν λύσεις για την ομαλή εκβασή του.

## ΠΙΝΑΚΑΣ ΠΕΡΙΕΧΟΜΕΝΩΝ

	Σελίδα
Αναγνώριση.....	2
Αφιέρωση.....	3
Περίληψη μελέτης.....	4
Πίνακας περιεχομένων.....	7

### ΚΕΦΑΛΑΙΟ 1

1.1.	Εισαγωγή .....	12
1.2.	Το πρόβλημα.....	15
1.3.	Σκοπός της μελέτης.....	16
1.4.	Ορισμοί εννοιών.....	17
1.5.	Μεθοδολογία (Ανασκόπηση επιστημονικών μελετών και σχετικών συγγραμμάτων).....	19

### ΚΕΦΑΛΑΙΟ 2

#### ΙΣΤΟΡΙΚΗ ΑΝΑΔΡΟΜΗ – ΚΟΙΝΩΝΙΟΛΟΓΙΚΗ ΠΡΟΣΕΓΓΙΣΗ ΘΑΝΑΤΟΥ ΚΑΙ ΠΕΝΘΟΥΣ.

2.1.	Ιστορική θεώρηση του θανάτου και πένθους στις βιομηχανικές κοινωνίες.....	21
2.2.	Η αντίληψη του θανάτου και του πένθους στην ελληνική κοινωνία.....	23

2.2.1. Η αντίληψη θανάτου και πένθους στην Ομηρική Εποχή.....	24
2.2.2. Η αντίληψη του θανάτου και η έκφραση του πένθους στην Αρχαία Ελλάδα.....	25
2.2.3. Η αντίληψη του θανάτου και οι εκδηλώσεις του πένθους κατά τους πρώτους μεταχριστιανικούς χρόνους και σήμερα.....	26
2.3. Στάσεις και πεποιθήσεις για το θάνατο και το πένθος σε διάφορες κουλτούρες.....	28
2.3.1. Εβραϊκή άποψη θανάτου και πένθους.....	29
2.3.2. Αμερικάνικη άποψη θανάτου και πένθους .....	30
2.3.3. Η άποψη θανάτου στον Ινδουισμό και Βουδισμό.....	32
2.3.4. Η άποψη θανάτου και πένθους στους Ιάπωνες και στην Κινέζικη κοινωνία.....	32
2.4. Ο ρόλος της θρησκείας στη διαμόρφωση ιδέας γύρω από το θάνατο και το πένθος.....	34

## **ΚΕΦΑΛΑΙΟ 3**

### **ΑΠΟΧΩΡΙΣΜΟΣ**

3.1. Το πένθος ως επακόλουθο διαφόρων μορφών αποχωρισμού .....	37
3.2. Συναισθήματα και συμπεριφορές του ατόμου που αποχωρίζεται τον αγαπημένο.....	38
3.3. Ο ρόλος και η ερμηνεία του θυμού ως αντίδραση στον αποχωρισμό από την οπτική της θεωρίας της εξέλιξης.....	40
3.4. Ο θρήνος ως έκφραση του άγχους αποχωρισμού .....	41
3.5. Άγχος αποχωρισμού και ψυχοπαθολογία.....	42



3.6. Margaret Mahler: Αναπτυξιακή θεώρηση.....	43
3.6.α. Φυσιολογική – αυτιστική φάση (normal- autistic phase).....	44
3.6.β. Συμβιωτική φάση (symbiotic phase).....	46
3.6.γ. Φάση αποχωρισμού- ατομικοποίησης (separation phase).....	47
3.7. Η συμβολή της Melanie Klein.....	55
3.7.α. Η παρανοειδής – σχιζοειδής θέση.....	57
3.7.β. Η καταθλιπτική θέση.....	61
3.8. Η συμβολή του Donald Winnicott.....	64
3.8.α. Ο απογαλακτισμός : ένας από τους πρώτους αποχωρισμούς που βιώνει το άτομο.....	64
3.8.β. Η αναγκαιότητα της ζωντανής παρουσίας του πατέρα στην οικογένεια.....	66
3.9. Η συμβολή του John Bowlby :Φάσεις αντίδρασης στον αποχωρισμό.....	71

## ΚΕΦΑΛΑΙΟ 4

### ΠΕΝΘΟΣ

4.1. Γιατί οι άνθρωποι πενθούν.....	73
4.2. Στάδια- φάσεις του φυσιολογικού πένθους .....	74
4.3. Επιπλοκές του πένθους σε σχέση με το χρόνο.....	76
4.4. Απόψεις θεωρητικών για το πένθος.....	78
4.5. Ψυχαναλυτική θεώρηση του Freud.....	84
4.5.α. Φυσιολογική πορεία του πένθους - ο ρόλος των αναπαραστάσεων.....	86

4.5.β. Παθολογικές αντιδράσεις στην απώλεια – μηχανισμοί άμυνας.....	88
4.6. Melanie Klein :Άγχη σε σχέση με την απώλεια λόγω θανάτου (bereavement) και με το πένθος.....	96
4.7. Παιδική αντίληψη του θανάτου.....	99
4.7.α. Παιδιά προσχολικής ηλικίας.....	100
4.7.β. Παιδιά σχολικής ηλικίας.....	102
4.8. Η διεργασία του πένθους στα παιδιά.....	103
4.9. Παράγοντες που διευκολύνουν ή παρεμποδίζουν το υγιές πένθος.....	109
4.10. Το πένθος στην παιδική ηλικία – εφηβεία και οι επιπτώσεις του στη ψυχική υγεία.....	115
4.11. Ομοιότητες και διαφορές μεταξύ ενός ενήλικα και ενός παιδιού στην έκφραση του πένθους.....	117

## **ΚΕΦΑΛΑΙΟ 5**

### **ΑΝΤΙΔΡΑΣΕΙΣ ΚΑΙ ΣΤΗΡΙΞΗ ΤΟΥ ΠΑΙΔΙΟΥ ΣΤΗΝ ΑΠΩΛΕΙΑ ΤΟΥ ΓΟΝΙΟΥ.**

5.1. Γονεϊκή απώλεια. Σχέση με προηγούμενες και επόμενες απώλειες.....	123
5.2. Αντιδράσεις των παιδιών στην απώλεια του γονιού.....	125
5.3. Φόβοι και ανησυχίες σχετικά με το θάνατο.....	132
5.4. Εκπαιδύοντας τα παιδιά στην απώλεια.....	136
5.5. Βοηθώντας τα παιδιά που βιώνουν την απώλεια του γονιού.....	137

5.5.1. Πότε χρειάζεται ιδιαίτερη φροντίδα το παιδί που θρηνεί.....	139
5.5.2. Ποιες είναι οι ανάγκες των παιδιών που θρηνούν.....	141
5.5.3. Πρέπει να πηγαίνουν τα παιδιά στις κηδείες; .....	143
5.6. Ο ρόλος των αδερφών στις δυσκολίες που βιώνει το άτομο λόγω του θανάτου του γονιού.....	146
5.7. Η συμβολή των συγγενών στην στήριξη του πενθούντος.....	147
5.8. Ο ρόλος του Κοινωνικού Λειτουργού.....	148

## **ΚΕΦΑΛΑΙΟ 6**

<b>ΣΥΜΠΕΡΑΣΜΑΤΑ – ΠΡΟΤΑΣΕΙΣ.....</b>	<b>156</b>
--------------------------------------	------------

<b>ΒΙΒΛΙΟΓΡΑΦΙΑ.....</b>	<b>159</b>
--------------------------	------------

<b>ΠΑΡΑΡΤΗΜΑ.....</b>	<b>165</b>
-----------------------	------------

## ΚΕΦΑΛΑΙΟ 1

### Εισαγωγή

Στη ζωή ενός παιδιού μερικοί αποχωρισμοί είναι αναπόφευκτοι, αποτελούν μέρος της φυσιολογικής του ανάπτυξης, καθώς σε κάθε κρίσιμο στάδιο της εξέλιξής του, καλείται να αφήσει πίσω του κάτι γνώριμο και οικείο για να κατακτήσει κάτι νέο και άγνωστο που βρίσκεται μπροστά του. Η εξέλιξη είναι εφικτή μονάχα μέσα από αλληπάλληλους αποχωρισμούς και νέες κατακτήσεις, οι οποίοι -αν και για μας τους ενήλικες φαίνονται απόλυτα φυσιολογικοί – για το βρέφος, το παιδί και τον έφηβο, δεν είναι καθόλου ανώδυνοι.

Όμως, τι συμβαίνει όταν παράλληλα με αυτές τις εξελικτικές απώλειες, ένα παιδί έρχεται αντιμέτωπο με ορισμένες απρόσμενες μεγάλες απώλειες, που επηρεάζουν βαθιά το ίδιο και το άμεσο περιβάλλον του; Μια από αυτές τις απώλειες, μπορεί να είναι και ο θάνατος ενός αγαπημένου του προσώπου, ακόμα και του ίδιου του του γονιού.

Ο θάνατος, όπως και η γέννηση, είναι ένα αναπόσπαστο κομμάτι της ανθρώπινης ύπαρξης, ανάπτυξης και εξέλιξης όπου οριοθετεί τη διαρκεί ζωής πάνω στον πλανήτη. Είναι ένα δυσάρεστο γεγονός το οποίο πλήττει χωρίς διάκριση όλους τους ανθρώπους της γης. Αρκετές φορές επέρχεται απροειδοποίητα, ενώ άλλες μετά από μια αναμενόμενη κατάσταση.

Ωστόσο, υπάρχουν αρκετές σημαντικές διαφορές στο τρόπο που ερμηνεύεται και αντιμετωπίζεται ο θάνατος και το πένθος στους διάφορους πολιτισμούς και θρησκείες. Φυσικά, δεν υπάρχει ανθρώπινη ομάδα που να καλοδέχεται το γεγονός του θανάτου, ωστόσο όμως κάποιες κοινωνίες έχουν

μάθει να αντιμετωπίζουν το θάνατο πιο στωικά αφομοιώνοντας την προσδοκία του μέσα στο νόημα που δίνουν στη ζωή.

Στη σημερινή εποχή ο θάνατος σε όλες σχεδόν τις βιομηχανικά αναπτυγμένες κοινωνίες είναι ένα γεγονός που αντιμετωπίζεται ως “ταμπού”. Λίγοι είναι αυτοί που άνετα μιλούν για το θέμα αυτό, ενώ αρκετοί είναι αυτοί που αποφεύγουν να ασχολούνται.

Έτσι, στην εποχή μας θεωρούμε απόλυτα φυσιολογικό να εξηγούμε σε ένα παιδί πως γεννιέται ο άνθρωπος, αλλά εντελώς αφύσικο να συζητάμε μαζί του για το θάνατο. Θεωρούμε το θέμα μακάβριο, θλιβερό, αποτρόπαιο και ασυμβίβαστο με την παιδική ηλικία. Στη φαντασία μας, η παιδική ηλικία είναι το βασίλειο όπου κανείς δεν πεθαίνει. Τουλάχιστον, δεν πεθαίνει κανείς «καλός», όπως συμβαίνει στα περισσότερα παραμύθια. Ο κόσμος όμως που ζούμε δεν είναι παραμύθι και μέσα σε αυτόν ο θάνατος αποτελεί αναπόσπαστο μέρος της ζωής μας. Η πραγματικότητα όμως μας διαψεύδει γιατί τα παιδιά αντιλαμβάνονται τι συμβαίνει γύρω τους πολύ περισσότερο απ’ ότι εμείς νομίζουμε.

Για το παιδί, ο θάνατος και οι άλλοι αποχωρισμοί βιώνονται τις περισσότερες φορές ως τραυματικά γεγονότα. Η εξωτερική πραγματικότητα, εισβάλλει βίαια στον ψυχισμό του και τον κατακλύζει. Έτσι ο κόσμος του, δεν είναι πλέον ασφαλής και προβλέψιμος, παύει να έχει μία τάξη και μοιάζει ιδιαίτερα απειλητικός και τρομακτικός.

Αν και οι αποχωρισμοί που βιώνει διαφέρουν μεταξύ τους, όλοι εγείρουν μία φυσιολογική διεργασία θρήνου. Ο θρήνος δεν είναι ούτε αρρώστια, ούτε ένα πρόβλημα που απαιτεί επίλυση. Κάθε παιδί που πενθεί, βιώνει και εκδηλώνει το θρήνο με το δικό του μοναδικό τρόπο. Υπάρχουν ποικίλοι παράγοντες που επηρεάζουν τη μορφή του πένθους, τον τρόπο έκφρασης του πόνου, την ένταση, τη διάρκεια της θλίψης, καθώς και την υγιή έκβαση και ολοκλήρωση της πένθιμης διαδικασίας.

Η στήριξη και βοήθεια του παιδιού που πενθεί από συγγενείς και φίλους, θεωρείται πολύ σημαντική για την ομαλή πορεία της θλίψης. Ακόμη, η βοήθεια από ειδικά εκπαιδευμένους επαγγελματίες σε θέματα αποχωρισμού είναι αμέριστη και σε πολλές περιπτώσεις αναγκαία για την πρόγνωση, πρόληψη και θεραπεία παθολογικών συμπτωμάτων πένθους.

Μπορεί να υπάρξει όφελος μετά από τόση οδύνη; Είναι διαπιστωμένο εμπειρικά και αποδεδειγμένο επιστημονικά ότι η εμπειρία πένθους συμβάλλει θετικά στην ανάπτυξη και ωρίμανση της ανθρώπινης προσωπικότητας, ενώ η συνειδητοποίηση της ιδέας του θανάτου συμβάλλει στον εμπλουτισμό της γήινης ύπαρξης του ανθρώπου, δίνοντας νόημα και αξία στην κάθε στιγμή της ζωής.

## Το πρόβλημα

Όπως προκύπτει από τη μελέτη της σχετικής βιβλιογραφίας, το άτομο βιώνει πολλούς αποχωρισμούς από τη γέννηση του μέχρι και το τέλος της ζωής του. Κάποιοι είναι μέρος της φυσιολογικής του ανάπτυξης όντας παιδί, όπου βέβαια μέσα από αυτές εξελίσσεται. Εκτός από αυτούς τους εξελικτικούς αποχωρισμούς συμβαίνει να αντιμετωπίζει και ορισμένους απρόσμενους και αναπόφευκτους αποχωρισμούς. Ένας από αυτούς μπορεί να είναι ο θάνατος κάποιων από τα αγαπημένα του πρόσωπα και ιδιαίτερα των γονέων του, που το επηρεάζουν σε όλη τη μετέπειτα πορεία του.

Όλες οι μορφές αποχωρισμού διεγείρουν μια διαδικασία θρήνου. Η διαδικασία αυτή, επηρεαζόμενη από κάποιους παράγοντες και συνθήκες άλλοτε εξελίσσεται ομαλά και άλλοτε παθολογικά.

Πόσο προετοιμασμένο είναι ένα παιδί για τις απώλειες της ζωής;

Ο θάνατος είναι μέσα στη ζωή, και τα παιδιά των αντιμετωπίζουν πολύ συχνά αλλά σπάνια βοηθιούνται όσο χρειάζεται ώστε να διεργαστούν αυτές τις απώλειες πολλές φορές επειδή και οι ίδιοι οι κοντινοί τους ενήλικες βρίσκονται σε θρήνο αλλά επίσης και επειδή ο θάνατος θεωρείται ένα θέμα μακάβριο, αποτρόπαιο και ασυμβίβαστο με τη παιδική ηλικία.

Σε αυτό το σημείο θέτουμε το ερώτημα, αν και με ποιο τρόπο οι ειδικά εκπαιδευόμενοι επαγγελματίες ψυχικής υγείας (κοινωνικοί λειτουργοί, ψυχολόγοι, ψυχίατροι) συμβάλουν στη στήριξη του πενθούντος.

## Σκοπός μελέτης

Η παρούσα μελέτη στοχεύει στην αναφορά και καταγραφή των διαφόρων φυσιολογικών αποχωρισμών που βιώνει το παιδί από τη γέννησή του έως και τα πρώτα χρόνια της ζωής του.

Επίσης στοχεύει στην καταγραφή και εμβάθυνση ενός άλλου είδους αποχωρισμού, απρόσμενου και αναπόφευκτου όπως είναι ο θάνατος, αγαπημένων για εκείνο προσώπων και ιδιαίτερα των γονιών του. Η κατάσταση αυτή θεωρείται κρίσιμη για την ψυχική και σωματική υγεία του παιδιού που τη βιώνει.

Γίνεται ακόμα περιγραφή της κοινωνικής πραγματικότητας η οποία συνήθως λειτουργεί ανασταλτικά για την ομαλή έκβαση της πένθιμης περιόδου αφού σχεδόν αποκλείεται η ελεύθερη έκβαση των συναισθημάτων πόνου και θλίψης, δεδομένου ότι, ο θάνατος παραμένει θέμα ταμπού στις σύγχρονες κοινωνίες και ιδιαίτερα η αναφορά του στα παιδιά. Τέλος, παραθέτουμε τρόπους εκπαίδευσης των παιδιών γύρω από το θάνατο και στήριξης του, όταν αυτό πενθεί.

Η επιλογή του θέματος στηρίχθηκε στο προσωπικό ενδιαφέρον και ευαισθητοποίηση μας γύρω από το θέμα του παιδικού πένθους λόγω σχετικών εμπειριών στο άμεσο οικογενειακό και φιλικό περιβάλλον.

Είναι γνωστό ότι στον ελληνικό χώρο λίγα έχουν λεχθεί και γραφτεί για το θάνατο και ειδικά για το παιδικό πένθος.

Επίσης, θα θέλαμε να αναφέρουμε το παράπονό μας ότι το πολύπλοκο και ευρύ θέμα του πένθους, που βιώνουν τα παιδιά, δεν αναλύεται επαρκώς στο χώρο της εκπαίδευσης των κοινωνικών λειτουργών.



## Ορισμοί εννοιών

Ο **θάνατος** από βιολογικής απόψεως, σύμφωνα με τον Πολίτη(1962,τόμος 6, σελ. 442) ορίζεται ως εξής: *'' Θάνατος είναι η τελειωτική παύση όλων των λειτουργιών και εκδηλώσεων της ζωής. Είναι δηλαδή η κατάργηση της ανταλλαγής της ύλης του συνόλου των κυττάρων των ιστών του σώματος και των λειτουργιών που εξαρτώνται από αυτά''*.

Από χριστιανικής απόψεως, ο **θάνατος**, σύμφωνα με τη χριστιανική διδασκαλία είναι το ύψιστο κακό που μ' αυτό τιμωρείται η προπατορική αμαρτία.

Η Ross(1988, σελ. 11) για το θέμα του θανάτου ορίζει ότι: *'' Θάνατος είναι η τελευταία φάση της εξέλιξης, ένα αναπόσπαστο κομμάτι της ανθρώπινης ύπαρξης, ανάπτυξης και εξέλιξης. Είναι η φυσική κατάληξη του κύκλου ζωής του ανθρώπου''*.

Όσον αφορά το **θρήνο** ο Πιντέρης (1982,σελ.68) ορίζει ότι: *'' Θρήνος είναι το χρονικό εκείνο διάστημα κατά το οποίο έρχεσαι σε επαφή με την απώλεια''*.

Ο Κολτσίδας (1978,τόμος 27, σελ.426) αναφέρει: *''Θρήνος είναι η βαθιά εκδήλωση λύπης για συμφορά, μεγάλο κακό που πλήττει ένα άτομο ή μια ομάδα ατόμων και η οποία εκδηλώνεται ιδιαίτερα με το μοιρολόγι''*.

Επίσης ο Φάρος (1981,σελ 125) υποστηρίζει ότι: *''Θρήνος είναι ένας τρόπος έκφρασης της θλίψης όπου οι θλιμμένοι εκφράζουν δραματικά και με πάθος τον απερίγραπτο πόνο για την απώλεια''*.

Ο Πολίτης (1962, τόμος 27, σελ. 576) αναφερόμενος στο πένθος τονίζει: *'' Με τη λέξη πένθος εννοούμε όχι μόνο το συναίσθημα της λύπης, το οποίο νιώθει κάποιος με την απώλεια ενός προσφιλούς προσώπου, αλλά και όλα τα πολυποίκιλα έθιμα, τα οποία συνοδεύουν τη λύπη αυτή και τα οποία δεν είναι*

εκδήλωση μόνο αυτής, αλλά και του φόβου και της λατρείας προς τον νεκρό καθώς και των άλλων σχετικών δοξασιών. Τα έθιμα αυτά, ως προς τη μορφή διακρίνονται στις εξής τρεις κατηγορίες: α)Κακομεταχειρίσεις του ίδιου του σώματος, β)Αποχή από ορισμένες πράξεις και γ)Μεταβολή της μορφής ή της ενδυμασίας του πενθούντα.

Σύμφωνα με τον Φάρο(1981) **πένθος** είναι μια διεργασία η οποία αποβλέπει στην κάλυψη του χάσματος που δημιουργεί η απώλεια μεταξύ της προηγούμενης κατάστασης του θλιμμένου και της κατάστασης που η απώλεια δημιουργεί. Η διεργασία λοιπόν αυτή εξωτερικεύεται με διάφορα μέσα που χρησιμοποιεί ο πενθών σε όλη τη διάρκεια της ενασχόλησής του με την απώλεια.

Όσον αφορά τον **αποχωρισμό** , ο όρος αυτός προτάθηκε από τη M. Mahler για να περιγράψει τη διαδικασία σύμφωνα με την οποία τα βρέφη, κατά τη διάρκεια των πρώτων χρόνων της ζωής τους, απομακρύνονται από την κατάσταση συμβίωσης με τη μητέρα στην οποία δεν έχουν επίγνωση του εαυτού σαν ένα κομμάτι ξέχωρο από τους άλλους. Βασίζεται στην υπόθεση ότι τα βρέφη, στην αρχή της ζωής τους, βρίσκονται σε μια κατάσταση μη διαφοροποίησης και πλήρους εξάρτησης από την μητέρα από την οποία διαφοροποιούνται σταδιακά με αποτέλεσμα τη δημιουργία των ενδοψυχικών δομών του εαυτού και του αντικειμένου.(Χουντουμάδη - Πατεράκη ,Σύντομο Ερμηνευτικό Λεξικό Ψυχολογικών Ορών,1997)

## **Μεθοδολογία(Ανασκόπηση επιστημονικών μελετών και σχετικών συγγραμμάτων).**

Στη μελέτη που ακολουθεί, επιχειρείται η καταγραφή της "πορείας" και των συναισθημάτων του παιδιού μέσα από τους διάφορους εξελικτικούς αποχωρισμούς που αυτό βιώνει, φτάνοντας στην καταγραφή και εμβάθυνση ενός απρόσμενου και τραυματικού αποχωρισμού, αυτόν του θανάτου του γονιού του. Η εξέταση του θέματος γίνεται μέσα από την ανασκόπηση της σχετικής βιβλιογραφίας που μελετήθηκε.

Η παρουσίαση του υλικού γίνεται μέσα από κεφάλαια. Κάθε κεφάλαιο αποτελείται από υποκεφάλαια. Πιο αναλυτικά στο πρώτο κεφάλαιο αναφέρονται το πρόβλημα που επιχειρούμε να αναλύσουμε, ο σκοπός που θέλουμε να επιτευχθεί μέσω αυτής της εργασίας και επίσης δίνονται και οι ορισμοί κάποιων όρων κεντρικής σημασίας για την εργασία μας.

Στο δεύτερο κεφάλαιο επιχειρείται μια ιστορική ανασκόπηση του θέματος του θανάτου γενικότερα και γίνεται αναφορά στην αντιμετώπιση του πένθους στις ανεπτυγμένες κοινωνίες και στον ελλαδικό χώρο. Επίσης δίνονται στοιχεία από την ομηρική εποχή, την αρχαία Ελλάδα, τους πρώτους μεταχριστιανικούς χρόνους και τη σημερινή εποχή.

Στο τρίτο κεφάλαιο γίνεται αναφορά στους αποχωρισμούς που βιώνει ένα παιδί κατά την ανάπτυξή του καθώς και τα συναισθήματα- αντιδράσεις που τους συνοδεύουν. Όλα τα παραπάνω αναλύονται και αντιπαραβάλλονται μέσα από την περίληψη των θεωριών, μεγάλων ειδικών όπως ο Freud, η Mahler, ο Bowlby, ο Winnicot κ.α.

Στο τέταρτο κεφάλαιο γίνεται μια ανασκόπηση- ανάλυση του όρου πένθους, πώς αυτό βιώνεται από τα παιδιά, τα στάδια της πορείας του, οι παράγοντες που διευκολύνουν ή παρεμποδίζουν το υγιές πένθος. Κι εδώ παρατίθενται οι απόψεις κάποιων θεωρητικών(Freud,M.Klein).

Στο πέμπτο κεφάλαιο αναφέρονται οι αντιδράσεις των παιδιών ή των εφήβων απέναντι στο γονεϊκό θάνατο, οι φόβοι και οι ανησυχίες τους γύρω από το γεγονός του θανάτου. Επίσης αναφέρονται τρόποι στήριξης των παιδιών κατά την περίοδο του πένθους καθώς και οι ρόλοι που μπορούν να διαδραματίσουν πρόσωπα του περιβάλλοντος(αδέρφια, συγγενείς) κατά τη διάρκεια της πένθιμης περιόδου αλλά και ο ρόλος του κοινωνικού λειτουργού.

Τέλος, στο έκτο κεφάλαιο αναφέρονται κάποια συμπεράσματα πάνω στο θέμα του παιδικού πένθους καθώς και ορισμένες προτάσεις.

Η συλλογή της απαραίτητης βιβλιογραφίας έγινε από τις εξής βιβλιοθήκες:

- Ø Βιβλιοθήκη Α.Τ.Ε.Ι. Πατρών,
- Ø Βιβλιοθήκη Παντείου Πανεπιστημίου Αθήνας,
- Ø Βιβλιοθήκη Μέρμνας,
- Ø Βιβλιοθήκη Πανεπιστημίου Ιωαννίνων,
- Ø Ζωσιμαία Δημοτική Βιβλιοθήκη Ιωαννίνων,
- Ø Βιβλιοθήκη Α.Τ.Ε.Ι. Αθήνας,
- Ø Παπαστράτειος Δημοτική Βιβλιοθήκη Αγρινίου.

## ΚΕΦΑΛΑΙΟ 2

### ΙΣΤΟΡΙΚΗ ΑΝΑΔΡΟΜΗ– ΚΟΙΝΩΝΙΟΛΟΓΙΚΗ ΠΡΟΣΕΓΓΙΣΗ

#### 2.1. Ιστορική θεώρηση του θανάτου και πένθους στις βιομηχανικά κοινωνίες.

Ο Άριες(1988), διακεκριμένος Γάλλος ιστορικός, ο οποίος ασχολήθηκε με το θέμα του θανάτου ερεύνησε τη στάση του ανθρώπου μπροστά στο θάνατο μέσα στις διάφορες εποχές. Στο βιβλίο του, *“Ο άνθρωπος μπροστά στο θάνατο”* φανερώνεται μέσα από μια ιστορική θεώρηση η στάση των ανθρώπων των βιομηχανικών κοινωνιών απέναντι στο θάνατο και η έκφραση του πένθους , χθες και σήμερα. Έτσι, ο συγγραφέας περιγράφει το βαθμιαίο πέρασμα από τον *“εξημερωμένο”* θάνατο του Μεσαίωνα στον *“απαγορευμένο”* θάνατο της εποχής μας. Αναφερόμενος στον *“εξημερωμένο”* θάνατο,(σελ 12) λέει ότι: *“Ο θάνατος κατά την Μεσαιωνική εποχή επέρχονταν ύστερα από προειδοποίηση του ίδιου του μελλοθάνατου με σωματικές ενδείξεις ή από μια εσωτερική βεβαιότητα. Όλο λοιπόν δέχονταν τον θάνατο με ηρεμία και απλότητα. Ο θάνατος ήταν ταυτόχρονα οικείος, κοντινός και μοιραίος”*. Στη συνέχεια , ο ίδιος συγγραφέας αναφέρει ότι η παραδοσιακή οικειότητα που παρατηρούνταν εκείνη την εποχή απέναντι στο θάνατο συνδέονταν με μια συλλογιστική αντίληψη της μοίρας. Ο άνθρωπος υφίστατο με το θάνατό του έναν από τους μεγάλους νόμους του είδους του κι έτσι δεν σκέφτονταν, ούτε να τον αποφύγει , αλλά και ούτε να τον εκθειάζει.

Όσον αφορά την έκφραση του πένθους κατά τον Μεσαίωνα, όπως παρατηρεί ο Άριες(1988), οι πιο σκληροί πολεμιστές και οι πιο διακεκριμένοι άρχοντες σωριάζονταν μπροστά στα σώματα των φίλων ή συγγενών, οι οποίοι ξεσπούσαν με βίαιες εκδηλώσεις πένθους, όπως σκίσιμο των ρούχων τους, ξερίζωμα μαλλιών και γδάρισμα του προσώπου τους.

Από τον 13<sup>ο</sup> αιώνα οι εκδηλώσεις πένθους χάνουν τον αυθορμητισμό τους και η όλη διαδικασία ακολουθεί μια συγκεκριμένη ιεροτελεστία. Είναι γνωστός ο ρόλος των μοιρολογιστών , όπου με πληρωμή αναλαμβάνουν το θρήνο και το μοιρολόγι για το νεκρό. Ενώ στα τέλη του 18<sup>ο</sup> αιώνα και στις αρχές του 19<sup>ου</sup> επανέρχεται ο αυθορμητισμός του Μεσαίωνα όσον αφορά τις πένθιμες εκδηλώσεις.(Άριες 1988).

Ο Άριες(1988) αναφερόμενος στον *“απαγορευμένο”* θάνατο επισημαίνει ότι 19<sup>ος</sup> αιώνας σφραγίζει την αρχή μιας νέας αντιμετώπισης θανάτου και πένθους. Από τον 19<sup>ο</sup> αιώνα οι εικόνες θανάτου και πένθους γίνονται όλο και πιο σπάνιες. Ο άνθρωπος των βιομηχανικών κοινωνιών τείνει να δώσει στο θάνατο καινούργιο νόημα. Τον εξυμνεί και τον δραματοποιεί. Διαπιστώνει όμως ο Άριες(1988) ότι ο θάνατος στη σημερινή εποχή θεωρείται ολοένα και περισσότερο σαν μια υπέρβαση η οποία τραβάει τον άνθρωπο από την καθημερινή του ζωή, από την κοινωνία του , από τη μονότονη δουλειά του και τον υποβάλλει σε έναν παροξυσμό. Σε όλα τις βιομηχανικές κοινωνίες σήμερα ο θάνατος αντιμετωπίζεται σαν *“ταμπού”*. Είναι θέμα τόσο απαγορευμένο, για το οποίο αποφεύγουν όλοι να μιλούν. Το πένθος παύει να θεωρείται ένα απαραίτητο χρονικό διάστημα σεβαστό από την κοινωνία και γίνεται μια νοσηρή κατάσταση, η οποία θα πρέπει να θεραπευτεί και να συντομευτεί. Η αναγκαιότητα της ευτυχίας, το ηθικό καθήκον και η κοινωνική υποχρέωση συμμετοχής στη συλλογική ευτυχία είναι κάποιοι λόγοι που κατά τον Άριες (1988) μετατρέπουν το πένθος σε μια κατάσταση εσωτερική την οποία αντιμετωπίζει μόνο του το άτομο που πενθεί.

## 2.2 Η αντίληψη θανάτου και πένθους στην ελληνική κοινωνία.

### 2.2.1. Η αντίληψη θανάτου και πένθους στην ομηρική εποχή.

Ο θάνατος ήταν θεός των Ελλήνων. Ήταν γιος του Ερέβους και της Νύκτας και δίδυμος αδελφός του Ύπνου και της Λήθης. Στον Κάτω Κόσμο, δηλαδή στον Άδη, θεοί του θανάτου ήταν ο Πλούτωνας, η Περσεφόνη και ο ίδιος ο Θάνατος. Σύμφωνα με τις ομηρικές δοξασίες οι νεκροί ξανάρχονται στα όνειρα σαν χλωμές σκιές. Από τις δοξασίες αυτές γεννήθηκε η πίστη των ομηρικών ανθρώπων ότι με το θάνατο κάτι χωρίζεται από το σώμα. Οι ομηρικοί άνθρωποι φαντάστηκαν το θάνατο με διάφορες μορφές, άλλες ήπιες κι άλλες φοβερές.

Τον θάνατο στις μάχες τον προσωποποιούσαν με θηλυκές θεότητες, φοβερές στην όψη, μαύρες, ολέθριες και κακές. Τις ονόμαζαν "Κώρες" και τις περιέγραφαν ντυμένες με κατακόκκινα από το αίμα ρούχα. Δρούσαν στο πεδίο μάχης μαζί με την Έριδα, το Σάλο του πολέμου και άλλους ακόλουθους του θεού Άρη, σέρνοντας βίαια τραυματίες και νεκρούς. Ο Άδης όπου πήγαιναν οι ψυχές μετά το θάνατο, ήταν τόπος σκοτεινός και αραχνιασμένος. Ο ευρύτερος αυτός χώρος ήταν άχαρος, μουχλιασμένος και τρόμαζε όχι μόνο ανθρώπους αλλά και θεούς. Στον Άδη οι νεκροί δεν διατηρούσαν τις δυνάμεις της επίγειας ζωής, ήταν είδωλα, σκιές που στερούνταν νου και φωνής. Δεν είχαν οστά και σάρκες, διατηρούσαν όμως το σχήμα του σώματος και περνούσαν τη ζωή τους όπως περνούσαν στη Γη πριν το θάνατο. (Παπαγεωργίου, 1986).

Η ζωή λοιπόν στον Άδη δεν είχε αξία. Κι αυτό γιατί η αρχαία ομηρική αντίληψη για την ανθρώπινη ζωή τοποθετούσε το κέντρο βάρους πάνω στη Γη. Έτσι ο ομηρικός άνθρωπος θρηνούσε και οδύρετο για την απώλεια της ζωής στον πάνω κόσμο. Χαρακτηριστικό είναι το παράδειγμα από την Ιλιάδα

(Π.855-857) όπου φαίνεται ο θρήνος του Πάτροκλου για τον εαυτό του, αφού τον σκότωσε ο Έκτορας.

*''Ως είπε τούτα, ευτύς ο θάνατος σκέπασε τα μάτια, κι απ' το κορμί η ψυχή του επέταξε να κατεβεί στον Άδη, θρηνολογώντας για τη μοίρα της, που άφηκε αντρεία και νιότη.''*

Η ομηρική, λοιπόν, αντίληψη θεωρούσε την ανθρώπινη ζωή πάνω στη γη σαν το μεγαλύτερο πράγμα του κόσμου και την στέρησή της σαν τη μεγαλύτερη δυστυχία. Αυτή η αντίληψη της ομηρικής εποχής πέρασε δια μέσου των αιώνων και διασώθηκε μέχρι και σήμερα με τη δημοτική μας ποίηση και τα μοιρολόγια του λαού μας.

### 2.2.2. Η αντίληψη του θανάτου και η έκφραση πένθους στην Αρχαία Ελλάδα.

Οι τραγικοί ποιητές χαρακτήριζαν το θάνατο όχι σαν εχθρό του ανθρώπου αλλά ως μέγιστο ευεργέτη και μάλιστα ως ιατρό, αφού πίστευαν ότι απαλλάσσει τους θνητούς από τους πόνους. Ο Πλάτων υποστήριζε ότι είχε μόνο μια φροντίδα: να πεθάνει. Ο θάνατος σύμφωνα με την αντίληψη που επικρατούσε στην αρχαία Ελλάδα δήλωνε χωρισμό της ψυχής και του σώματος. Όταν πέθαινε το σώμα, η ψυχή παρέμενε αθάνατη και έτσι η ζωή παρατείνονταν επ' άπειρον.(Macbawell,1988).

Στην αρχαία Ελλάδα η τελική φάση μιας απλής και λιτής ζωής ήταν μια διακριτική ταφή. Τα ζητήματα που ρυθμίζονταν με νόμο στην αρχαία Σπάρτη, σύμφωνα με τον Macbawell(1988) ήταν τα εξής τρία:

- Ο ενταφιασμός αντικειμένων μαζί με το σώμα του νεκρού.
- Η επιγραφή του ονόματος.
- Η διάρκεια του πένθους.



Οι νόμοι ήταν σχεδιασμένοι έτσι ώστε να εμποδίζουν την υπερβολική επίδειξη λύπης. Η σύντομη περίοδος πένθους, σύμφωνα με τον Macbawell (1988), μπορεί να αντιπαρατεθεί με την περίοδο των τριάντα ημερών από το θάνατο, που φαίνεται να θεωρούνταν κανονική στην Αθήνα.

Κανένας όμως από τους περιορισμούς των νόμων για υπερβολικό πένθος δεν ίσχυε για τον θάνατο του βασιλιά. Υπήρχε ακόμη κανονισμός όπου επιφύλασσε τη μεγαλύτερη τιμή για έναν άνδρα που πέθαινε στον πόλεμο ή μια γυναίκα που πέθαινε την ώρα του τοκετού. Αυτό ταιριάζει απόλυτα με την Σπαρτιατική αρχή που έλεγε ότι ο σκοπός του άνδρα στη ζωή του ήταν να είναι καλός στρατιώτης και μιας γυναίκας να είναι η μητέρα καλών στρατιωτών.

2.2.3. Η αντίληψη θανάτου και οι εκδηλώσεις πένθους κατά τους πρώτους μεταχριστιανικούς χρόνους και σήμερα.

Η Παλαιά Διαθήκη, σύμφωνα με τον Φάρο(1981), η οποία περιέχει τον πυρήνα της Χριστιανικής θεολογίας για το θέμα του θανάτου, εκφράζει μια στάση αποδοχής απέναντι στο γεγονός του θανάτου.

Στην Παλαιά Διαθήκη, κατά τον ίδιο συγγραφέα, η θλίψη που προκαλεί ο θάνατος εκφράζεται αβίαστα με θρήνους, φωνές, κλάματα, ξέσκισμα ρούχων, πένθιμη αμφίεση και μια περίοδο πένθους, που άλλοτε διαρκεί καθορισμένο χρονικό διάστημα και άλλοτε για ακαθόριστο χρόνο. Με ανάλογες εκδηλώσεις εκφράζεται και στην Κοινή Διαθήκη η θλίψη που προκαλεί ο θάνατος.

Η εκκλησιαστική υμνολογία, σύμφωνα με τον Φάρο(1981), καθώς και η εκκλησιαστική αγιογραφία περιέχουν άφθονες και συγκινητικότερες περιγραφές του πένθους και του θρήνου, με τα οποία διάφορες άγιες μορφές εκφράζουν τον πόνο που δημιουργεί ο θάνατος ενός προσφιλούς προσώπου. Αξιοσημείωτος είναι ο θρήνος του Χριστού, όταν πληροφορήθηκε ότι ο

αγαπημένος του φίλος Λάζαρος είχε πεθάνει καθώς επίσης και η θλίψη της Παναγίας για το χαμό του γιου της.

Με την άφιξη του Χριστιανισμού είναι φανερό ότι η αντίληψη για το θάνατο και το πένθος διαφοροποιείται. Το ελπιδοφόρο μήνυμά του για το θάνατο καθησυχάζει τους πιστούς κι έτσι γενικά παρατηρείται μια σχετική στωικότητα και ηρεμία. *‘‘Η νίκη του Χριστού κατά του θανάτου επέτρεψε στον άνθρωπο να νικήσει τον θάνατο ακολουθώντας το δρόμο που Εκείνος άνοιξε’’*.(Φάρος,1981, σελ.37).

Έτσι κατά την Χριστιανική αντίληψη ο θάνατος είναι το σπουδαιότερο γεγονός της ζωής , που ανοίγει την πύλη της αιωνιότητας. Δεν είναι εκμηδενισμός, αλλά μια προσωρινή κατάσταση που προετοιμάζει τον άνθρωπο για μια καινούργια ζωή. Ο Απόστολος Παύλος (Κορ. Α΄ 15, 41-42) αναφέρει ότι δεν τελειώνουν όλα στον τάφο, αλλά αντίθετα όλα αρχίζουν από εκεί. Σε μια τέτοια θεώρηση θανάτου της χριστιανικής αλήθειας ο άνθρωπος λυπάται βέβαια, όπως και για κάθε χωρισμό , αλλά δεν απελπίζεται, γιατί ξέρει πως η προσωρινή ζωή της γης δεν είναι παρά ο προθάλαμος της άλλης παντοτινής. Βασικά οι χριστιανικοί πατέρες αποδέχονταν τη θλίψη που προκαλούσε ο θάνατος ενός προσφιλούς προσώπου, το πένθος και το θρήνο, ενώ καταδίκασαν τις υπερβολές . Όπως τονίζει ο Βασιλειάδης (1986), η χριστιανική πίστη βοηθά τον άνθρωπο να υπερνικήσει το φόβο του θανάτου και ταυτόχρονα να απαλύνει τον πόνο και τη θλίψη του πενθούντα. Δεν αποκλείει την έκφραση του πόνου, αντίθετα βοηθά τους πενθούντες να βιώσουν την απουσία του αγαπημένου τους προσώπου, αλλά συνιστά ότι το πένθος δεν θα πρέπει να είναι υπερβολικό, αφού ως χριστιανοί θα πρέπει να έχουν έντονη την αίσθηση της συνέχισης της ζωής μετά τον θάνατο.

Επιπλέον γίνεται γνωστό ότι στα πρώτα χριστιανικά χρόνια , που παρατηρούνταν πλήρη ταύτιση των ανθρώπων με τις χριστιανικές αντιλήψεις, η ιδέα για το θάνατο δεν τρόμαζε τους ανθρώπους, βέβαια δεν ήταν ένα ευχάριστο

γεγονός αλλά θεωρούνταν αναγκαίο για την μετάβαση του ανθρώπου στην αιωνιότητα.(Βασιλειάδης, 1986). Ο άνθρωπος, παρατηρεί ο Φάρος (1981) δεν τρώμαζε μπροστά στο γεγονός του θανάτου, αλλά αντιμετώπιζε το θάνατο με μια σχετική στωικότητα και ηρεμία. Το πένθος, ως ένδειξη λύπης για το άτομο που χανόταν, περιγραφόταν με ένα αυθορμητισμό που δεν ξεπερνούσε βέβαια τα όρια του αρεστού μέτρου, εφόσον και η χριστιανική αντίληψη διακηρύσσει το ελπιδοφόρο μήνυμα για το σμίξιμο των ανθρώπων στην αιώνια ζωή.

Η ελληνικά αντίληψη για το θάνατο και ο τρόπος εκδήλωσης του πένθους, που στηρίζεται στην χριστιανική παράδοση, τα τελευταία χρόνια έχουν υποστεί τρομακτικές μεταμορφώσεις και μεταβολές . Η απομάκρυνση από την χριστιανική πίστη, με την υπεραξία της παρούσας ζωής, την αίσθηση παντοδυναμίας του ανθρώπου και ο σφοδρός βομβαρδισμός από ξένες πολιτιστικές επιδράσεις κυρίως της Δυτικής Θεολογίας του θανάτου έκαναν τον σύγχρονο Έλληνα να φοβάται, να αποστρέφεται και να αρνείται το θάνατο(Φάρος,1978).

Έτσι, σήμερα η αντιμετώπιση θανάτου και πένθους της ελληνικής κοινωνίας παρουσιάζει πολλές ομοιότητες με εκείνη του Δυτικού πολιτισμού.

Όπως παρατηρεί ο Φάρος (1981), ο διαρκώς αυξανόμενος αγνωστικισμός, η αθεΐα, η έμφαση στον ηδονισμό, η θεοποίηση της νεότητας , η απόδοση ιδιαίτερης αξίας στην κατανάλωση έχουν αποδυναμώσει την ικανότητα της οργανωμένης χριστιανικής θρησκείας να βοηθήσει στην αποτελεσματική αντιμετώπιση του θανάτου και του πένθους. Σήμερα ο σύγχρονος άνθρωπος, αδιαφορώντας για τον παράδεισο της ψυχής, παρασυρόμενος από τις απολαύσεις και τις διευκολύνσεις της πλούσιας κοινωνίας, δίνει έμφαση στο νόημα της ζωής προσπαθώντας να μειώσει τις πιθανότητες θανάτου, πράγμα που δηλώνει την αποστροφή του προς αυτόν. Όσον αφορά το πένθος στη σημερινή Ελληνική κοινωνία παρατηρείται μια τάση εξωτερίκευσης των συναισθημάτων θλίψης που δημιουργεί η απώλεια ενός προσφιλούς προσώπου

στον πενθούντα. Στην Ελλάδα σήμερα διακρίνεται μια αποφυγή των δυσάρεστων συναισθημάτων που προκαλεί η απώλεια ως ένδειξη ανάπτυξης, εξέλιξης και καλλιέργειας, πράγμα που κάνει το άτομο να πενθεί, να πνίγει τα δυσβάσταχτα συναισθήματα θλίψης και θρήνου στο βωμό της κοινωνικής αναγνώρισης και αποδοχής. Ωστόσο όμως κατά τον Φάρο(1978) στη σημερινή ελληνική κοινωνία παρατηρείται μια διαφοροποίηση μεταξύ των λαϊκότερων τάξεων και των ανθρώπων της υπαίθρου από τη μια και των αστών από την άλλη.

Η διαδικασία του πένθους στις λαϊκότερες τάξεις είναι αυθόρμητη, αφού δεν περνάει από το στάδιο της αυτοσυγκρατήσεως, ενώ η αστική τάξη φαίνεται να ακολουθεί τη γραμμή που παρατηρείται στις Δυτικές κοινωνίες, οι οποίες θεωρούνται κοινωνικά ανεπτυγμένες, με χαρακτηριστικό γνώρισμα τη μη εξωτερίκευση των συναισθημάτων θλίψης, πράγμα που από τα σύγχρονα θανατολογικά συμπεράσματα θεωρείται επικίνδυνο για την ψυχική και σωματική υγεία του πενθούντος.

### **2.3. Στάσεις και πεποιθήσεις για το θάνατο και το πένθος σε διάφορες κουλτούρες.**

Το θέμα του θανάτου είναι ένα θέμα που απασχόλησε και απασχολεί πολύ περισσότερο σήμερα, όλες τις κοινωνίες και όλες τις κοινωνικές ομάδες σε παγκόσμια κλίμακα. Μια σειρά από ανθρωπολογικές μελέτες εντοπίζουν τις σημαντικές διαφορές που υπάρχουν στον τρόπο που ερμηνεύεται και αντιμετωπίζεται ο θάνατος στους διάφορους πολιτισμούς και θρησκείες.

Η Ross(1988), η οποία ασχολήθηκε με ανθρώπους διαφόρων πολιτισμών και θρησκείων, παρατηρεί ότι το πρόβλημα του θανάτου είναι ερώτημα παγκόσμιο,

μα η απάντηση ποικίλει ανάμεσα σε διάφορες κουλτούρες. Ακόμη υποστηρίζει ότι εκτός από τους διαφορετικούς τρόπους αντιμετώπισης των ετοιμοθάνατων, πολλές κοινωνίες ερμηνεύουν διαφορετικά το γεγονός του θανάτου και του πένθους.

Λαμβάνοντας υπόψη τις παραπάνω διαπιστώσεις κρίνεται αναγκαίο στο σημείο αυτό να αναφερθούν απόψεις διαφόρων ενδεικτικών πολιτισμών, οι οποίοι προσδίδουν στο θάνατο και στο πένθος διαφορετική σημασία.

### 2.3.1. Εβραϊκή άποψη θανάτου και πένθους.

Η εβραϊκή κουλτούρα στηριζόμενη στον Ιουδαϊκό νόμο που ωρίμασε μέσα από εμπειρίες πόνου αιώνων και αγώνων για επιβίωση απαιτεί θάνατο με αξιοπρέπεια. Έτσι η Ιουδαϊκή παράδοση αντιμετωπίζει το θάνατο κατά πρόσωπο και τον θεωρεί ως το τελευταίο στάδιο εξέλιξης της ζωής. Ο Ιουδαϊκός νόμος εγκρίνει ή και αξιώνει πολλές φορές την απόσυρση κάθε παράγοντα- ανεξάρτητα αν είναι ξένος στον άρρωστο ή όχι που μπορεί να καθυστερεί τεχνητά την εξέλιξη της τελικής φάσης.

Ο Gordon(1975) αναφέρει: *'' Οι Ιουδαϊκές απόψεις για το θάνατο και οι Ιουδαϊκοί τρόποι πένθους έχουν σοφία. Έχουν σοφία γιατί δίνουν ένα ολοκληρωμένο πλαίσιο μέσω του οποίου ο άνθρωπος μαθαίνει να δέχεται το θάνατο, να πενθεί με την καρδιά του και να επανέρχεται ολόκληρος στη ζωή''*.(Ross,1988,σελ.81).

Όσον αφορά το πένθος, όπως περιγράφει ο ίδιος συγγραφέας(1975), ο Ιουδαϊσμός δεν επιτρέπει σ' αυτόν που πενθεί να δραπετεύσει από την πραγματικότητα του θανάτου, αντίθετα τον υποβάλλει να την αντιμετωπίζει και τον οδηγεί μέσα από ένα ολόκληρο δίκτυο κηδευτικών και πένθιμων διαδικασιών που τον συμφιλιώνουν με το θάνατο. Η εβραϊκή κηδεία χαρακτηρίζεται από ρεαλισμό και απλότητα. Όλες οι κηδευτικές διευθετήσεις

αναλαμβάνονται υποχρεωτικά από το άτομο που πενθεί δίνοντάς του την ευκαιρία να κάνει πράγματα για τον νεκρό του.

Η πιο εντυπωσιακή έκφραση της λύπης στους Εβραίους, όπως αναφέρει ο Gordon(1975), είναι το ξέσκισμα των ρούχων λίγο πριν την κηδεία, επιτρέποντας σ' αυτούς που πενθούν να δώσουν διέξοδο στην οργή τους. Ακόμη ο Ιουδαϊσμός αναγνωρίζοντας την ύπαρξη επιπέδων και σταδίων θλίψης διοργανώνει τη χρονιά του πένθους. Τρεις μέρες ημέρες βαθιάς θλίψης , επτά ημέρες πένθους, τριάντα ημέρες σταδιακής αποκατάστασης και έντεκα μήνες μνήμης και λύτρωσης.

Συμπερασματικά ο ίδιος ο συγγραφέας τονίζει ότι η Εβραϊκή άποψη θανάτου περιέχει νόημα και σοφία που βοηθά την έκφραση της θλίψης και ισχυροποιεί τους οικογενειακούς και κοινοτικούς θεσμούς, ενώ δίνει την ευκαιρία στους ανθρώπους να τιμήσουν το θεό και να δεχθούν το θέλημά του.

Οι παρακάτω στίχοι δείχνουν τη στάση των Εβραίων απέναντι στο θάνατο.

*“Τη μέρα που ο θάνατος θα χτυπήσει την πόρτα σου*

*Εσύ τι θα 'χεις να μου προσφέρεις;*

*Θα βάλω μπρος απ' το ξένο μου το γιομάτο σταμνί της ζωής μου και δεν θα τον αφήσω να φύγει με άδεια χέρια...”*

Redindranath Tagore

Ross(1988,σελ.90)

### 2.3.2.Αμερικανική άποψη θανάτου και πένθους.

Η Ross (1988) μετά από μια εντυπωσιακή έρευνα στο εργαστήριό της που διατηρούσε στη Χαβάη, τον Ιούνιο του 1970, δουλεύοντας με ανθρώπους

διαφόρων πολιτισμών και θρησκειών για το θέμα της αντιμετώπισης του θανάτου αναφέρει σημαντικές διαφορές ανάμεσα στην αμερικανική κουλτούρα και σε άλλους μικρονησιακούς πολιτισμούς. Αναφέρει ότι οι Η.Π.Α. είναι μια κοινωνία που με τη γνωστή της αδυναμία στα νιάτα και με το σταθερό της προσανατολισμό προς την πρόοδο αρνείται να απορρίπτει την ιδέα του θανάτου. Τα σύγχρονα αμερικανικά ήθη, όπως η περιποίηση του νεκρού, τα αρώματα, τα εξεζητημένα μαξιλάρια και τα ατλαζωτά φέρετρα, καθώς και τα περίτεχνα πράσινα παραπετάσματα που κρύβουν από τα μάτια των οικείων προσώπων τον θανόντα, το άνοιγμα του τάφου, είναι όλα τρόποι που υιοθετεί η αμερικανική κουλτούρα, για να αποφευχθεί η αντιμετώπιση της πραγματικότητας του θανάτου.

Κατά τον Γάλλο ιστορικό Άριες(1988) οι Η.Π.Α. θεωρούνται ως η κοινωνία απ' την οποία ξεκίνησε η απαγόρευση και η αποστροφή απέναντι στο θάνατο. Όπως παρατηρεί ο ίδιος συγγραφέας, σε μια τέτοια κοινωνία, που απωθεί την ιδέα του θανάτου, που υπολογίζει στα νιάτα, που κρύβει σε ιδρύματα τους γέροντες και τους αρρώστους, που φαντάζεται το θάνατο τόσο τραγικό, φοβερό και ανεπιθύμητο, είναι φυσικό ο θάνατος να ερμηνεύεται σαν ύβρη και σαν βάρος στη ζωή.

Ο Φάρος(1981) παρατηρεί επίσης ότι στην αμερικανική κοινωνία ο θάνατος θεωρείται παραλογισμός και ψυχολογικά απαράδεκτη πιθανότητα, ενώ η προπαρασκευή για το θάνατο εξισώνεται με την αυτοκτονία. Κάθε ιδέα θανάτου είναι μια απειλή, ενώ η αμερικανική κοινωνία αντιμετωπίζει το θάνατο με μια νευρωτική φοβία.

Όσον αφορά το πένθος ο Φάρος (1978) αναφέρει ότι όλες οι συνήθειες, όπως η νάρκωση του πενθούντος, η απομάκρυνσή του από τον τάφο, η μη θέα του νεκρού, είναι μέρος μιας γενικότερης στάσης που θεωρείται αξιοθρήνητη και που ενισχύει το αίσθημα της μη πραγματικότητας.

### 2.3.3. Η άποψη θανάτου στον Ινδουισμό και Βουδισμό.

Σύμφωνα με τον Long(1975) υπάρχει μια γενική συμφωνία ανάμεσα στον Ινδουισμό και τον Βουδισμό. Και οι δύο υποστηρίζουν ότι δεν μπορεί καμιά ανθρώπινη ζωή να έχει νόημα και πρακτική αποτελεσματικότητα, αν δεν επιτευχθεί πλήρης ή από μέρους αποδοχή του γεγονότος του θανάτου. Το σμίξιμο με το θάνατο όχι μόνο σαν τέρμα της ζωής, αλλά και σαν συστατικό απαραίτητο της ζωικής διαδικασίας είναι τόσο για τον Ινδουισμό όσο και για το Βουδισμό ο επιβαλλόμενος τελικός σκοπός (Ross,1988).

Το μήνυμα του Βούδα (buddhacarita xxxi 88 κ.ε.) αναφέρει ότι κάθε το στατικό ή κινούμενο υπόκειται τελικά στη φθορά, στο νόμο του θανάτου. Γι' αυτό παροτρύνει τους πιστούς του να καταλάβουν την αληθινή φύση του ζώντος κόσμου και να μην ανησυχούν για τη ζωή και το θάνατό τους.

Η κυρίαρχη αντίληψη του θανάτου στον Ινδουισμό και Βουδισμό, όπως προκύπτει από την βιβλιογραφία, βρίσκεται σε εμφανή αντίθεση με τη σύγχρονη αντίληψη.

Όπως παρατηρεί ο Long(1975), οι Ινδουιστές και οι Βουδιστές βλέπουν το θάνατο σαν οτιδήποτε άλλο και όχι σαν απουσία της ύπαρξης. Η μετενσάρκωση που συμβαίνει αμέσως μετά το θάνατο κατά τον Βουδισμό είναι μια ιδέα που βοηθά τους οπαδούς του να βλέπουν το θάνατο των ανθρώπων γύρω τους και τον προσωπικό τους θάνατο πιο στωικά(Ross,1988).

### **2.3.4. Η άποψη θανάτου και πένθους στους Ιάπωνες και στην Κινέζικη κοινωνία.**

Σύμφωνα με τις βιβλιογραφικές αναφορές διαπιστώνεται ότι τόσο οι Ιάπωνες όσο και οι Κινέζοι είναι δύο λαοί που αποστρέφονται λιγότερο το θάνατο.



Όπως αναφέρει η Ross(1988), οι Κινέζοι από τη μια απωθούν το θάνατο , ενώ από την άλλη είναι άνθρωποι του πεπρωμένου. Πιστεύουν ότι ο θάνατος είναι μια από τις πραγματικότητες της ζωής και αφού υπάρχει η αρχή, υπάρχει και το τέλος. Στις κηδείες είναι μεγάλο το πένθος, το μοιρολόγι και ο θρήνος, ενώ αν δεν υπάρχουν αρκετοί συγγενείς, χρησιμοποιούν επαγγελματίες μοιρολογίστρες.

Όσον αφορά τους Ιάπωνες πιστεύουν ότι ο θάνατος δεν είναι κάτι τρομακτικό ή τραγικό. Όταν πεθαίνει κάποιος πορεύεται στην καθαρή γη, ένα μέρος που συχνά περιγράφεται ωραιότατα διακοσμημένο με ασήμι, χρυσάφι και πολύτιμες πέτρες. Δίνεται προσοχή στους πενθούντες, τα άτομα που αντιμετωπίζουν την απώλεια ενός προσφιλούς τους προσώπου. Οι επιμνημόσυνες τελετές σκοπό έχουν να βοηθήσουν τους πενθούντες να εκφράσουν τη θλίψη τους και να θυμηθούν τον νεκρό τους. Ειδικές τελετές οργανώνονται στο σπίτι του νεκρού και συγκεκριμένα στο κρεβάτι του, όπου δίνεται η ευκαιρία στον ιερέα να παρηγορήσει την οικογένεια που θρηνεί (Ross,1988).

Όπως προκύπτει από την παραπάνω ανάλυση, υπάρχει σοβαρή διαφορά στην ιδέα του θανάτου, τον τρόπο αντιμετώπισής του και την έκφραση της θλίψης μεταξύ της Δυτικής και Ανατολικής κουλτούρας. Αυτό πιστοποιείται από πολλούς ερευνητές τόσο από την Ross(1988),τον Bruse Long(1975), τον Aries(1988) όσο και από τον Φάρο(1981). Επομένως υποστηρίζεται ότι οι δυτικές κοινωνίες και ιδιαίτερα η αμερικανική, αψηφούν το θάνατο, αντιμετωπίζοντάς τον ως το σημαντικότερο "ταμπού". Ο Φάρος Φ.(1981) αναφέρει ότι η διαπαιδαγώγηση σχετικά με το θάνατο είναι περισσότερο "ταμπού" απ' ότι η διαπαιδαγώγηση για το θέμα του "σεξ" ή για τα ναρκωτικά. Ένα άλλο στοιχείο όσον αφορά το πένθος είναι η απόκλιση της θλίψης. Η εξωτερίκευση της θλίψης αποκλείεται με αποτέλεσμα να αναζητά το άτομο παθολογικές διεξόδους, όπως η κατάθλιψη.

Τη σοβαρή αυτή παθολογία, που όπως υποστηρίζει η Ross(1988) ξεπηδά από την πολιτισμική ανάπτυξη, την αντιλήφθηκαν πολλοί εκπρόσωποι ανθρωπιστικών επαγγελμάτων με αποτέλεσμα να δημιουργηθούν νέοι επιστημονικοί κλάδοι όπως η θανατολογία και μια πληθώρα βιβλιογραφίας που ερευνά το θέμα.

Οι ερευνητές αναφερόμενοι στον τρόπο που αντιμετωπίζουν το θάνατο οι ανατολικές κουλτούρες εντοπίζουν τη διαφορά που υπάρχει με τις δυτικές. Ένας απ' αυτούς, ο Long(1975) αμερικανός συγγραφέας, συγκρίνοντας τον τρόπο αντιμετώπισης του θανάτου όπως τον παρατηρεί στις κοινωνίες της Ανατολής διαπιστώνει τη διαφορά με τη δική του κοινωνία.(Ross,1988). *''Ο δυτικός πολιτισμός γνωρίζει δύο μόνο τρόπους αντίδρασης στον ανθρώπινο πόνο: την άρνηση ή την απόγνωση, την ολύμπια ηρεμία της Pieta του Μιχαήλ Άγγελου ή την υστερία και τον τρόπο του Grunewald(Φάρος,1981, σελ.135)''* Η ανατολή παρατηρεί ο Φάρος(1981), βρήκε μια Τρίτη δυνατότητα. Έμαθε να κρατάει το νου της στον Άδη και να μην απελίζεται, να αναγνωρίζει και να αντιμετωπίζει με γνησιότητα και ρεαλισμό τον ανθρώπινο πόνο χωρίς να πέφτει σε απόγνωση.

Συμπερασματικά μπορεί να αναφερθεί ότι οι κοινωνίες της Ανατολής σε σχέση με το Δυτικό κόσμο, αντιμετωπίζουν πιο στωικά και ήρεμα το γεγονός του θανάτου , ενώ προσδίδουν μεγαλύτερο νόημα στο πένθος υποκινώντας την εξωτερίκευση της θλίψης.

#### **2.4. Ο ρόλος της θρησκείας στη διαμόρφωση της ιδέας γύρω από το θάνατο και το πένθος.**

Όπως παρατηρεί ο Παπανούτσος(1984), σε όλες τις θρησκείες που γνώρισε ως τώρα ο κόσμος, ο θάνατος αποτελεί ένα από τα κύρια, αν όχι το κυριότερο

θέμα: *'' Θα φανεί ίσως παράξενο, θρησκεία χωρίς θεούς υπήρξε, θρησκεία όμως που δεν σημασιοδότησε το θάνατο δεν υπήρξε ποτέ''*. (Παπανούτσος,1984,σελ.179). Ο ίδιος συγγραφέας υποστηρίζει ότι θα μπορούσε κανείς να κατατάξει τις μεγάλες θρησκείες της ανθρωπότητας σ'ένα διάγραμμα, καθορίζοντας τη θέση τους ανάλογα με τον τρόπο που *''σημασιολογούν''* το γεγονός του θανάτου. Έτσι στο ένα άκρο κατατάσσονται οι θρησκείες εκείνες που τιμούν πάνω απ' όλα τα αγαθά της ζωής και απαξιώνουν τη μεταθανάτια ύπαρξη και στο άλλο άκρο τοποθετούνται οι θρησκείες που καταφρονούν τη ζωή και θεωρούν το θάνατο λύτρωση. Αναμφίβολα, υποστηρίζει ο Παπανούτσος(1984), ανάμεσα στις δύο ακραίες καταστάσεις παίρνουν θέση κι άλλες μεγάλες θρησκείες, όπως π.χ. ο Χριστιανισμός που, ενώ δεν απαξιώνει την εγκόσμια ζωή, θεωρεί το θάνατο είσοδο προς την αιωνιότητα.

Είναι φανερό πως οι αντιλήψεις που επικρατούν σε διάφορες κοινωνίες για το θάνατο είναι καθορισμένες από το θρησκευτικό δόγμα, το οποίο ακολουθείται. Ο θάνατος αποτελεί για κάθε θρησκευτική πεποίθηση αναπόσπαστο κομμάτι. Η ιδέα για το θάνατο και το πώς θα πρέπει να αντιμετωπίζεται, καθορίζεται κάθε φορά από το θρησκευτικό δόγμα.(Βασιλειάδης,1986).

Όπως παρατηρεί ο Φάρος(1981), σε διάφορες κοινωνίες, η θρησκεία δεν διαφωτίζει ικανοποιητικά τους ανθρώπους για το θάνατο, βοηθώντας τους να τον αντιμετωπίζουν ελπιδοφόρα, με αποτέλεσμα να τους ωθεί να τον αποστρέφονται. Αναφερόμενος στο Δυτικό πολιτισμό και στο Δυτικό χριστιανισμό, οι οποίοι είναι δύο παράγοντες που διαμορφώνουν την ιδέα θανάτου, υποστηρίζει:*''Ο Δυτικός πολιτισμός και ιδιαίτερα ο Δυτικός χριστιανισμός δεν έχει διαφωτίσει ικανοποιητικά τον Δυτικό άνθρωπο για το θάνατο και δεν τον έχει βοηθήσει να αντιμετωπίσει δημιουργικά και ελπιδοφόρα το θάνατο το δικό του και το θάνατο εκείνων που αγαπά''*(σελ.54)

Ωστόσο υπάρχουν θρησκείες που βοηθούν τα άτομα που πενθούν αγαπημένα τους πρόσωπα που χάθηκαν, να εκφράσουν τη θλίψη τους, έτσι ώστε να εξαλειφθούν κάποια δυσάρεστα συναισθήματα που νιώθουν . (Φάρος,1981) Ο Χριστιανισμός, όπως αναφέρει ο Βασιλειάδης (1986), βοηθά τον άνθρωπο να υπερνικήσει το φόβο του θανάτου , ενώ ταυτόχρονα απαλύνει τον πόνο του πενθόντος. Η χριστιανική πίστη δεν αποκλείει την έκφραση του πόνου, αντίθετα βοηθά του πενθούντες να βιώσουν την απουσία του θανόντος και με την καθιέρωση διαφόρων τελετών και εθίμων(κηδείες, μνημόσυνα κ.τ.λ) διατηρείται η επικοινωνία πενθόντος- νεκρού.

## **ΚΕΦΑΛΑΙΟ 3**

### **ΑΠΟΧΩΡΙΣΜΟΣ**

#### **3.1. Το πένθος ως επακόλουθο διαφόρων μορφών αποχωρισμού.**

Ο αποχωρισμός είναι αναπόσπαστο κομμάτι της ζωής. Δεν είναι κάτι το οποίο συμβαίνει όσο ζούμε, αλλά η ίδια η ζωή. Ακόμη και πολύ συνηθισμένες καταστάσεις, όπως η μετακόμιση σε ένα καινούργιο σπίτι, σε άλλη γειτονιά, η αλλαγή πλαισίου εργασίας, αποτελούν μεν αλλαγή και ενδεχομένως εξέλιξη, αλλά συγχρόνως σημαίνουν ότι αφήνουμε κάτι πίσω μας, ότι κάτι που μέχρι εκείνη τη στιγμή υπήρχε στη ζωή μας δεν υπάρχει πια.

Το πένθος μπορεί να είναι το αποτέλεσμα για ένα ευρύ φάσμα αποχωρισμών. Τα παιδιά που φτάνουν στην εφηβεία συχνά βιώνουν έντονα συναισθήματα θλίψης για το τέλος της παιδικής τους ηλικίας. Στη μέση ηλικία θρηνούμε για την απώλεια της νιότης μας, για τα όνειρα που δεν πραγματοποιήθηκαν και στην τρίτη ηλικία για την απώλεια της ενεργητικότητας, των φυσικών μας λειτουργιών και για το ότι φτάνουμε στο τέλος της ζωής μας, καθώς και της ζωής των αγαπημένων μας προσώπων. Η έκφραση του πένθους περιλαμβάνει διάφορα συναισθήματα, ανάλογα με τα πολιτισμικά πρότυπα και τις προσδοκίες και επίσης σχετίζεται με τις συνθήκες της απώλειας.

Οι περισσότεροι άνθρωποι δηλώνουν έτοιμοι να δεχθούν, χωρίς υπέρμετρο φόβο και ανησυχία, τον επερχόμενο θάνατο τους ή τον θάνατο των αγαπημένων τους, και μαζί του τη μη αναστρεψιμότητα του γεγονότος αυτού. Η αποδοχή αυτή, ωστόσο, βασίζεται σε μια κατανόηση που, λόγω της φύσης του θανάτου, δεν μπορεί να είναι ποτέ πλήρης. Ουσιαστικά πρόκειται για την αποδοχή του αναπόφευκτου, του μη αναστρέψιμου, που δεν μπορεί παρά να είναι αναγκαστική. Όμως η λογική αποδοχή του θανάτου δε συνοδεύεται πάντα

και σίγουρα όχι αμέσως , από συναισθηματική αποδοχή και ψυχική γαλήνη. Η δυσκολία της αντιμετώπισης του γεγονότος του θανάτου ενδεχομένως είναι μεγαλύτερη για τα παιδιά και τους νέους όπου μάλλον η ζωή, η ανάπτυξη, η δημιουργία ταιριάζουν στην ηλικιακή τους φάση.

### **3.2. Συναισθήματα και συμπεριφορές του ατόμου που αποχωρίζεται τον αγαπημένο.**

Τα συναισθήματα *άγχους, φόβου, ανασφάλειας* και *θυμού* είναι κοινοί, άμεσοι και σταθεροί τρόποι αντίδρασης στον αποχωρισμό. Ο θυμός περιλαμβανομένου και του θυμού προς το χαμένο πρόσωπο (Parkes,1970, σελ.444), είναι αναπόσπαστο μέρος της αντίδρασης θρήνου και εξυπηρετεί δύο λειτουργίες: αφενός στοχεύει στην ενδυνάμωση των προσπαθειών για αποκατάσταση της σχέσης με το χαμένο πρόσωπο κι αφετέρου στην αποτροπή μιας νέας εγκατάλειψης(Μπόλμπυ,1995, σελ.86). Καθώς η ίδια η πραγματικότητα αποδεικνύει ανέλπιδες αυτές τις προσπάθειες, υπάρχει η τάση να θεωρείται η θυμωμένη προσπάθεια αποκατάστασης του χαμένου προσώπου παθολογική. Αντίθετα, η αντίδραση αυτή όχι μόνο θεωρείται αναμενόμενη κι εξηγήσιμη αλλά επιπλέον, η ανοιχτή έκφραση των συναισθημάτων που πυροδοτεί η απώλεια συμβάλλει στην ανάρρωση του πενθούντα (Μπόλμπυ,1995,σελ.88). Με άλλα λόγια, όσο ανέλπιδη και εξωπραγματική κι αν είναι η επιθυμία αποκατάστασης του δεσμού, όσο κι αν ο θυμός δεν έχει λογική βάση, βοηθούν το άτομο ώστε το πένθος να ακολουθήσει μια υγιή πορεία αφού κάθε προσπάθεια επανασύνδεσης *''ναυαγήσει''*, απομένει η αποδοχή της ανεπανόρθωτης απώλειας. Σύμφωνα με τον Bowlby η *διαμαρτυρία, η θυμωμένη απαίτηση για επιστροφή, η κατηγορία προς το νεκρό*

αποτελούν μέρος της αντίδρασης στον αποχωρισμό, τόσο ενός μικρού όσο κι ενός ενήλικα(Μπόλμπυ,1991,σελ.86).

Σε μια μελέτη με άτομα που πενθούσαν και χρειάζονταν ψυχολογική στήριξη, ο Parkes βρήκε ότι ένα τέταρτο αυτών εξέφραζε έντονη εχθρότητα προς άτομα όπως γιατρούς και κληρικούς (Parkes,1965,σελ.1).Σε άλλη έρευνα του ίδιου, βρέθηκε ότι οι περισσότερες χήρες με αναμενόμενες αντιδράσεις στο πένθος, περνούσαν περιόδους ευερεθιστότητας και πίκρας με τάση να κατηγορούν τους γύρω τους, φίλους στενούς και συγγενείς(Parkes,1970,σελ.444). Οι καλές προθέσεις όσων επιχειρούν να παρηγορήσουν τους πενθούντες μπορεί να αντιμετωπιστούν με θυμωμένα σχόλια και κατηγορίες ότι δεν καταλαβαίνουν, ούτε νοιάζονται αρκετά.

Σε πολλές περιπτώσεις, οι πενθούντες μπορεί να αισθανθούν ανακούφιση με το θάνατο του αγαπημένου, όταν, για παράδειγμα, το άτομο ζούσε ήταν καταδικασμένο να υποφέρει από κάποια ανίατη ασθένεια. Στα πλαίσια της λογικής και ενός αισθήματος αλτρουισμού, το γεγονός ότι ο άνθρωπος που αγαπάμε βρήκε γαλήνη από τα βάσανά του μπορεί να είναι παρηγορητικό ακόμη και αν σημαίνει ότι θα τον στερηθούμε(Hinton,1972,σελ.172).

Συνηθέστατη κατάσταση μετά το θάνατο ενός αγαπημένου είναι να βρίσκεται το άτομο σε διαρκές πένθος, καθηλωμένο στη *φάση μουδιάσματος*, αδύναμο να ολοκληρώσει το θρήνο του, να αντιμετωπίσει και να αντιδράσει στον πόνο που νιώθει (Parkes,1965,σελ1). Υπάρχουν ενδείξεις ότι άτομα που αρχικά δεν εκδηλώνουν τον πόνο τους θρηνώντας, ίσως αργότερα εμφανίσουν αυτή την κατάσταση χρόνιου ψυχικού πόνου(Parkes,1970,σελ.444).

Τέλος, πέρα από τα συναισθήματα απόγνωσης, απελπισίας, ματαιότητας και την απαθή συμπεριφορά που αναμένονται κατά τη διαδικασία του πένθους, αυτές δεν είναι οι μόνες εκδηλώσεις που έχουν παρατηρηθεί. Συχνά τα άτομα δείχνουν ανεξάντλητη ενεργητικότητα, ασχολούνται με ένα σωρό πράγματα γύρω τους, ξεκινούν εργασίες που δε φέρουν σε πέρας, συνεχίζουν τις

δραστηριότητές τους με μεγαλύτερη ένταση σα να μην άλλαξε κάτι στη ζωή τους, μηχανικά ανταποκρίνονται στις όποιες υποχρεώσεις τους και καταφέρνουν να είναι αντάξιοι των περιστάσεων. Έχουν δυσκολία με τον ύπνο λόγω της υπερέντασης και μπορεί να τρώνε ελάχιστα (Engel, 1961, σελ.18/ Lindemann, 1994, σελ.141).

### **3.3. Ο ρόλος και η ερμηνεία του θυμού ως αντίδραση στον αποχωρισμό από την οπτική της θεωρίας της εξέλιξης.**

Όσον αφορά στην έκφραση θυμού και κατηφοριών του πενθούντα προς το νεκρό και τη μη ρεαλιστική απαίτηση για επιστροφή, η θεωρία της εξέλιξης παρέχει μια καλή εξήγηση αυτής της συμπεριφοράς.

Μια ανασκόπηση των αντιδράσεων συμπεριφοράς στον αποχωρισμό όπως εμφανίζεται σε άλλα είδη – πουλιά, κατώτερα και πρωτεύοντα θηλαστικά- δείχνει ότι αυτές οι αντιδράσεις έχουν παμπάλαιες βιολογικές ρίζες. Τα περισσότερα, αν όχι όλα, χαρακτηριστικά που περιγράφονται για τους ανθρώπους- άγχος και διαμαρτυρία, απόγνωση και αποδιοργάνωση, 'αποδέσμευση' και επαναδιοργάνωση- είναι ο κανόνας και σε πολλά άλλα είδη(Μπόλμπυ,1995,σελ.86-87).

Ο ισχυρός δεσμός μεταξύ των μελών της οικογένειας είναι προς το συμφέρον της ατομικής ασφάλειας αλλά και της αναπαραγωγής του είδους. Επομένως, κάθε αποχωρισμός, έστω και σύντομος, πρέπει να αντιμετωπίζεται με άμεση, αυτόματη και έντονη προσπάθεια επανασύνδεσης με την οικογένεια, ιδιαίτερα με τα μέλη που ο δεσμός είναι στενότερος και να αποθαρρύνετε το μέλος από την επανάληψη της φυγής(Μπόλμπυ,1995,σελ.87).



Ο Bowlby, βασισμένος σε αρχές της επιστήμης της ηθολογίας και συνδυάζοντας τις γνώσεις του από την επαφή του με την επιστήμη αυτή και την ψυχαναλυτική του παιδεία, υποθέτει ότι οι κληρονομικοί καθοριστικοί παράγοντες της συμπεριφοράς (που συχνά ονομάζονται ενστικτώδεις) παρεμβαίνουν με τέτοιο τρόπο, ώστε οι καθιερωμένοι τρόποι αντίδρασης στην απώλεια αγαπημένου προσώπου είναι κατ' αρχάς μια έντονη τάση για επανόρθωση και στη συνέχεια η επίπληξη. Αν λοιπόν η λαχτάρα για επανασύνδεση και η επίπληξη είναι αυτόματες αντιδράσεις έμφυτες στον οργανισμό, συνάγεται ότι θα λειτουργήσουν σε *κάθε* και *οποιοδήποτε* αποχωρισμό, χωρίς διάκριση ανάμεσα σε εκείνον που επανορθώνεται και σε εκείνον που όχι (Μπόλμπυ, 1995, σελ.87). Αυτή η υπόθεση εξηγεί γιατί ένα άτομο που πενθεί βιώνει υποχρεωτικά μια ανάγκη επανασύνδεσης με το χαμένο άτομο, αν και γνωρίζει ότι η προσπάθεια αυτή είναι ανέλπιδη και η προσπάθεια επίπληξης του ατόμου αυτή παράλογη.

### **3.4. Ο θρήνος ως έκφραση του άγχους αποχωρισμού.**

Το άτομο θρηνεί ακριβώς επειδή δε θέλει να εγκαταλειφθεί από το χαμένο πρόσωπο, δε θέλει να χάσει την αγάπη του. Κατά τον Bowlby, *ο θρήνος είναι η πιο σημαντική αντίδραση στην απώλεια* (Τσιάντης, 1991, σελ.167). Ο πόνος που γεννά η απώλεια δε διαφέρει από το συναίσθημα που νιώθει το βρέφος όταν βρίσκεται με άγνωστα πρόσωπα, όταν είναι σκοτάδι και κατά την απουσία της μητέρας, όπως συμπεραίνει κανείς από την έκφραση του προσώπου και το κλάμα. Ο ίδιος ο Freud κάνει αυτή την παρατήρηση στο *φαινόμενο του βρεφικού άγχους* για τα άγνωστα πρόσωπα, και υποστηρίζει ότι το βρεφικό άγχος είναι αντίδραση στο συναίσθημα της απώλειας της αγάπης εκείνου που παρέχει φροντίδα και στην απορρέουσα αίσθηση του αβοήθητου. Στην αρχή το βρέφος

δεν μπορεί να διαχωρίσει την προσωρινή απουσία από την μόνιμη απώλεια και επομένως, βιώνει το γεγονός ότι του λείπει η μητέρα, όχι απλά ως κατάσταση επικινδυνότητας, αλλά ως τραυματική (Edme,1995,σελ.203-205). Ο πόνος είναι η άμεση συνέπεια της απώλειας, ενώ το *άγχος αποχωρισμού* και το συναίσθημα που συνοδεύει την *αντίληψη ότι υπάρχει κίνδυνος απώλειας ή ότι έχει συμβεί απώλεια*. Το *άγχος αποχωρισμού* θα πάψει να εκδηλώνεται από τη στιγμή που η απώλεια είναι ένα γεγονός. Αυτή η απώλεια όμως, δε γίνεται αμέσως παραδεκτή και επομένως για αρκετό διάστημα μετά την απώλεια το *άγχος αποχωρισμού* εκδηλώνεται με το επώδυνο συναίσθημα του θρήνου, τη διαμαρτυρία, την αναζήτηση, το κλάμα, το θυμό(Τσιάντης,1991,σελ168).

### **3.5. Άγχος αποχωρισμού και ψυχοπαθολογία.**

Ο Horacio Etchegoyen περιγράφοντας πώς το άτομο που βρίσκεται σε διαδικασία αποχωρισμού από ένα σημαντικό αντικείμενο, φέρει στην αναλυτική διαδικασία το *άγχος* που συνοδεύει τη διαδικασία αυτή, ορίζει το *άγχος αποχωρισμού* ως ένα συγκεκριμένο είδος σύνδεσης στο οποίο *το υποκείμενο έχει ανάγκη κάποιον δίπλα του*( Etchegoyen,1991,σελ.579). Το *άγχος* αυτό συχνά παραμένει ασυνείδητο γιατί αν γίνει αντιληπτό , το υποκείμενο μπαίνει σε κατάσταση επικίνδυνης εξάρτησης από το αντικείμενο. Όταν το άτομο αρνείται το *άγχος αποχωρισμού* ενισχύεται ο ναρκισσισμός, που είναι η μεγαλύτερη λύση για όλα τα προβλήματα(Etchegoyen,1991,σελ.580). Γι' αυτό ο Meltzer(1967) λέει ότι η *μαζική προβλητική ταυτοποίηση* είναι ο υπέρτατος μηχανισμός άμυνας ενάντια στο *άγχος αποχωρισμού*.

Σε ακραίες περιπτώσεις μπορεί να υπάρχει μια δομή σχεδόν παραληρηματική που έχει να κάνει με την ψευδοωριμότητα και σχηματοποιεί μια σοβαρή ψυχοπαθολογία. Το άτομο ανατρέχει σε προβλητικές ταυτοποιήσεις, πολύ

ενεργητικές που διαταράσσουν την πραγματικότητα και την αυτονομία των εσωτερικών αντικειμένων, για να αρνηθεί το άγχος αποχωρισμού, έχοντας όμως ένα είδος ψυχικής λειτουργίας παραληρηματικού τύπου (Etchegoyen, 1991,σελ.580).

Η προβλητική ταυτοποίηση λειτουργεί ως εξής : ένα αγχώδες μέρος του εαυτού τοποθετείται αποφασιστικά και βίαια σε ένα αντικείμενο(εσωτερικό ή εξωτερικό). Με αυτόν τον τρόπο ο ασθενής παρουσιάζεται ελεύθερος από το άγχος (Etchegoyen,1991,σελ.580). Δεν είναι πάντα για λόγους ανάγκης να καταπραυνθεί το άγχος αποχωρισμού που το άτομο τοποθετείται στο αντικείμενο, αλλά και για λόγους επιθετικούς, για να σβήσει τις διαφορές του με το αντικείμενο. Η επιθετικότητα, ο φθόνος και η ζήλια είναι πάντα μέρος της διαδικασίας αποχωρισμού και γενικότερα της διαδικασίας ολοκλήρωσης του πένθους(Etcegoyen,1991,σελ.581).

### **3.6.Margaret Mahler: Αναπτυξιακή θεώρηση.**

Η θεωρία της Margaret Mahler δεν αναφέρεται άμεσα στο θέμα της παρούσας εργασίας σχετικά με τη διάσπαση του συναισθηματικού δεσμού. Σχετίζεται έμμεσα με αυτό, περιγράφοντας: τη σταδιακή δημιουργία αυτού του δεσμού, τις ανάγκες που καλύπτει και τις φάσεις που διανύει. Κρίθηκε σκόπιμη η αναφορά στη δόμηση της σχέσης μητέρας- βρέφους γιατί φανερώνεται πόσο ζωτικής σημασίας είναι η ζωντανή και ψυχολογική παρουσία της μητέρας για το βρέφος. Η απουσία του μητρικού προσώπου, χωρίς υποκατάστατο, στα πρώτα χρόνια ζωής του νέου ανθρώπου ισοδυναμεί με στέρηση μιας σχέσης απόλυτης εξάρτησης, βιολογικής και συναισθηματικής, που η ποιότητά της θα έχει καταλυτική επίδραση σε μελλοντικές σχέσεις του ατόμου με άλλα σημαντικά πρόσωπα. Ακόμη κι αν το μητρικό πρόσωπο χαθεί σε υστερότερη φάση της

ανάπτυξης του ατόμου, η αναπαράσταση μιας καλής μητέρας θα βοηθήσει το παιδί να δεχτεί την απώλειά της και την απώλεια άλλων σημαντικών σχέσεων που ενδεχομένως του προκύψουν. Τονίζεται η σημασία του δεσμού για τη φυσιολογική ανάπτυξη του νέου ανθρώπου, καθώς μέσω της σύνδεσης με το πρόσωπο που φροντίζει το βρέφος, μπορεί αυτό να ανακαλύψει τον εαυτό του, να δημιουργήσει συναισθηματική σχέση και να επενδύσει στον άλλο.

Κατά τη Mahler, η ψυχολογική γέννηση δε συμπίπτει με τη βιολογική. Το παιδί αποκτά την ταυτότητα του μέχρι τα τρία του χρόνια μέσω τριών φάσεων, οι οποίες είναι:

- § Φυσιολογική αυτιστική φάση
- § Συμβιωτική φάση
- § Φάση αποχωρισμού - ατομικοποίησης

Μέσα από τις φάσεις αυτές, το βρέφος σταδιακά αποκτά επίγνωση του εαυτού και του άλλου, αναπτύσσεται αντικειμενότερος σχέση και είναι σε θέση να κατακτήσει αυτονομία (M.Mahler, F.Pine, A.Bergman, 1975).

### **3.6. α. Φυσιολογική αυτιστική φάση (normal autistic phase).**

Για κάθε βρέφος το πρόσωπο που αναλαμβάνει τη φροντίδα του, συνήθως η μητέρα, είναι το άτομο που θα δημιουργήσει μαζί του ένα στενό συναισθηματικό δεσμό. Κατά τη Mahler, στο διάστημα αυτής της πρώτης αναπτυξιακής φάσης που καλύπτει τις πρώτες εβδομάδες ζωής, από τη γέννηση μέχρι το 2<sup>ο</sup> μήνα, η σχέση με τη μητέρα είναι βασικά βιολογική και ρυθμίζεται με βάση την εκπλήρωση των βιολογικών αναγκών (M.Mahler, F.Pine, A.Bergman, 1975). Το νεογέννητο δεν μπορεί να διαφοροποιήσει μεταξύ εσωτερικών (σωματικών) κι εξωτερικών (περιβαλλοντικών) ερεθισμάτων. Οι

προσπάθειές του να μειώσει τις διάφορες εσωτερικές εντάσεις (βήχας, εμετός, ούρηση κ.τ.λ.) δεν ξεχωρίζουν από τις μητρικές φροντίδες, για την ελάττωση της αγωνίας της πείνας για παράδειγμα. Το σώμα της μητέρας γίνεται αντιληπτό ως προέκταση του σώματος του ίδιου του βρέφους. Όλα τα παραπάνω σημαίνουν ότι το βρέφος δεν έχει επίγνωση της ξεχωριστής ύπαρξης του ατόμου που το φροντίζει, οπότε υπάρχει αδυναμία δημιουργίας δεσμού καθώς το βρέφος είναι χωρίς αντικείμενο (objectless). Η Mahler μιλά για "πρωτογενή ψευδαισθητική σύγχυση", καθώς το βρέφος, μη αντιλαμβανόμενο την ξεχωριστή οντότητα του συν-τρόφου του, δε συσχετίζει την ικανοποίηση των εσωτερικών αναγκών με αυτό το πρόσωπο, αλλά η όποια ικανοποίηση των αναγκών του φαίνεται να προέρχεται χάρη στην *αυτιστική παντοδυναμία*. Επομένως, η *φυσιολογική αυτιστική φάση* χαρακτηρίζεται από την αγνωσία του ατόμου που προσφέρει τις μητρικές φροντίδες (M.Mahler, F.Pine, A.Bergman, 1975).

Στη φάση αυτή, που διαρκεί τις πρώτες μόνο εβδομάδες, οι αντιδράσεις σε εξωτερικά ερεθίσματα είναι γενικευμένες και αδιαφοροποίητες, γι' αυτό και χρησιμοποιείται ο όρος "αυτιστικό κέλυφος" για την περιγραφή της μη εστιασμένης ανταπόκρισης του νεογέννητου σε περιβαλλοντικά ερεθίσματα. Η Mahler υποστηρίζει ότι παρά αυτή την ανταπόκριση, το βρέφος δεν επενδύει λιβιδινικά σε κάποιο αντικείμενο. Ο εαυτός παραμένει αδιαφοροποίητος από τον Άλλο, επενδεδυμένος με ενστικτική ενέργεια και το βρέφος δε μπορεί ακόμη να επενδύσει σε αντικειμενότροπο σχέση (M.Mahler, F.Pine, A.Bergman, 1975).

### **3.6.β. Συμβιωτική φάση(symbiotic phase).**

Από τον 2<sup>ο</sup> μήνα της ζωής, το βρέφος αρχίζει να αποκτά μια μαυδρή επίγνωση του αντικειμένου που ικανοποιεί τις ανάγκες του. Η αρχική αναπαράσταση του αντικειμένου σηματοδοτεί τη συμβιωτική φάση που καλύπτει το διάστημα από το 2<sup>ο</sup> ως τον 6<sup>ο</sup> μήνα.

Με τον όρο "συμβίωση" η Mahler θέλησε να περιγράψει την ενδοψυχική (γνωστική- συναισθηματική) ενότητα ανάμεσα στην μητέρα και το βρέφος. Η διαφοροποίηση μεταξύ εαυτού και μητέρας δεν έχει ακόμα επιτευχθεί. Το βρέφος εξακολουθεί να αντιλαμβάνεται η μητέρα σαν επέκταση του εαυτού που ικανοποιεί τις ανάγκες του. Επίσης εξακολουθεί να υπάρχει η αίσθηση παντοδυναμίας του βρέφους, όχι όμως αυτιστικά πια, αλλά μέσα από την ψευδαισθητική συγχώνευση του βρέφους με την αναπαράσταση της μητέρας(M.Mahler, F.Pine, A.Bergman,1975).

Το βρέφος είναι απόλυτα εξαρτημένο από τη μητέρα καθώς οι λειτουργίες αυτοσυντήρησης δεν έχουν ακόμη αναπτυχθεί. Η προσαρμοστικότητα της στα μηνύματά του, η ικανότητά της να συναισθάνεται, μα ταυτίζεται, να παλινδρομεί, με άλλα λόγια, να μοιράζεται το βίωμα του παιδιού, εξασφαλίζει την επιβίωσή του. Κατά τη Mahler, η προσφορά εκ μέρους της μητέρας μιας καλής συμβιωτικής εμπειρίας στο βρέφος, βοηθά στην οικοδόμηση ενός λειτουργικού Εγώ του νέου ανθρώπου. Η σωματική φροντίδα του μωρού συμβάλλει στην υποχώρηση του "αυτιστικού κελύφους". Η επαφή, το χάδι, η περιποίηση μετακινούν την προσοχή του βρέφους από τις εσωτερικές λειτουργίες στην περιφέρεια του σώματος. Για πρώτη φορά το μωρό επενδύει σε αισθητικές και αντιληπτικές εμπειρίες. Η ευχαρίστηση που νιώθει από τις φροντίδες της μητέρας αρχίζουν να συσχετίζονται με την οπτική αναπαράσταση αυτών και σταδιακά χτίζονται τα θεμέλια των αντικειμενότροπων σχέσεων.

Η μετακίνηση των επενδύσεων του βρέφους από τις εσωτερικές(ιδιοδεκτικές) αισθήσεις στις εξωτερικές (εξωδεκτικές) αισθητικές αντιληπτικές εμπειρίες, αποτελεί ένα καθοριστικό αναπτυξιακό βήμα, απαραίτητο για τη δόμηση του Εγώ. Μέχρι τώρα το "αίσθημα της ταυτότητας" βασιζόταν εξολοκλήρου στις ενδοαισθησιακές προσλήψεις του βρέφους. Μέσω της εμπειρίας της συμβίωσης με την μητέρα και την ενασχόλησή της με τη σωματική φροντίδα του βρέφους, το μωρό για πρώτη φορά εστιάζει την αντίληψή του σε εξωτερικά ερεθίσματα.

Κατά τη διάρκεια της συμβιωτικής φάσης, η μητέρα είναι ο οργανωτής, η "μαία της ψυχολογικής γέννησης του παιδιού", όπως τη χαρακτηρίζει η ίδια η Mahler (M.Mahler, F.Pine, A.Bergman,1975).Χάρη στην επαφή της με το βρέφος (αισθητηριακή- αντιληπτική) συμπληρώνεται το μη λειτουργικό Εγώ του παιδιού. Οι ενστικτικές παρορμήσεις δεν ορίζουν αποκλειστικά πια τη ταυτότητα του ατόμου, καθώς για πρώτη φορά γίνεται αντιληπτή η παρουσία και η επίδραση του άλλου.

### **3.6.γ. Φάση αποχωρισμού- ατομικοποίησης(separation-individuation).**

Ο όρος "αποχωρισμός", όπως τον χρησιμοποιεί η Mahler, δεν αναφέρεται στη φυσική απώλεια ή την απομάκρυνση, αλλά στο ενδοψυχικό αίσθημα της αυτονομίας. Το βρέφος σταδιακά, μέσα από συγκεκριμένες διαδικασίες διαφοροποίησης και ατομικοποίησης, αντιλαμβάνεται τον εαυτό του ως ξεχωριστή ύπαρξη μέσα στον περιβάλλοντα κόσμο, ανεξάρτητη από την ύπαρξη της μητέρας.

Η Mahler χωρίζει την τελευταία αυτή φάση για την απόκτηση ταυτότητας του βρέφους σε τέσσερα στάδια :

- ο Διαφοροποίηση(differentiation) και ανάπτυξη της εικόνας του σώματος.

- ο Εξάσκηση(practicing).
- ο Επαναπροσέγγιση(rapprochement).
- ο Σταθεροποίηση της ατομικότητας κα αρχές της συναισθηματικής μονιμότητας του αντικειμένου(object constancy).

*-Διαφοροποίηση και ανάπτυξη της εικόνας του σώματος(differentiation).*

Ήδη από το τελευταίο διάστημα της συμβιωτικής φάσης(4-5 μήνα) εμφανίζονται οι πρώτες συμπεριφορές διαφοροποίησης του βρέφους από το συμβιωτικό πλαίσιο. Με την εστίαση της προσοχής στην περιφέρεια του σώματος, το βρέφος σταδιακά αναπτύσσει τη σωματική του εικόνα. Το στάδιο της διαφοροποίησης ξεκινά από τον 5<sup>ο</sup>- 6<sup>ο</sup> μήνα και διαρκεί 4-5 μήνες.

Το βρέφος αρχίζει να αντιλαμβάνεται την παρουσία και απουσία της μητέρας και διατηρεί την ανάμνησή της κι ένα απόθεμα "καλών" και "κακών" εμπειριών από τη συναναστροφή μαζί της. Οι διαδικασίες ωρίμανσης οδηγούν στη βαθμιαία ελάττωση της σωματικής εξάρτησης από τη μητέρα. Σταδιακά το παιδί κατακτά τη ικανότητα μετακίνησης στο χώρο και συντονισμού μελών-αισθητηρίων οργάνων. Η αυξανόμενη ικανότητα του βρέφους να στέκεται, να στρέφει τον κορμό του, να "αρκουδίζει", να γραπώνεται, να σκαρφαλώνει, ενισχύει την αυτονομία του και το βοηθά να ικανοποιήσει την περιέργειά του για ό,τι το περιβάλλει. Πέρα από την εξερεύνηση του περιβάλλοντα κόσμου, το βρέφος επιζητά να ανακαλύψει το σώμα του, καθώς και το σώμα της μητέρας. Το πρόσωπο, το στόμα και τα μάτια της μητέρας τραβούν την προσοχή του και καλείται να κάνει τις σωματικές αντιστοιχίες στον εαυτό του.(Όσον αφορά στην ικανότητα των βρεφών για αυτή την αντιστοίχιση, έχουν γίνει έρευνες με νεογέννητα, λίγα λεπτά μετά τον τοκετό, που φανέρωσαν ότι τα βρέφη διαθέτουν αυτή την ικανότητα ήδη από τη γέννησή τους



(Κουγιουμουτζάκης,1995). Σταδιακά, το μωρό διακρίνει ανάμεσα στον εαυτό, τη μητέρα και άλλα πρόσωπα. Περιεργάζεται με τα μάτια, τα χέρια, το στόμα κι αντλεί ευχαρίστηση κατά την ενασχόλησή του με το σώμα του και το σώμα της μητέρας (7<sup>0</sup>-8<sup>0</sup> μήνα). Την ίδια περίπου περίοδο το μωρό εκδηλώνει ανησυχία μπρος στα άγνωστα πρόσωπα(άγχος των ξένων).

Το μωρό επιζητά την εγγύτητα με το συμβιωτικό πρόσωπο. Όλες οι αναδυόμενες λειτουργίες εκδηλώνονται στο χώρο που βρίσκεται η μητέρα. Ως το 10<sup>ο</sup> μήνα περίπου, το βρέφος προτιμά να παίζει στην αγκαλιά της, κοντά της έχει σταθερότερη διάθεση και λειτουργεί καλύτερα. Η ποιότητα της σχέσης τους και οι φροντίδες της μητέρας προς το βρέφος κατά τη συμβιωτική φάση, θα επηρεάσουν τις προσπάθειες του μωρού για χειραφέτηση από το συμβιωτικό πλαίσιο. Όσο πιο συντροφική υπήρξε η μητέρα στην προηγούμενη φάση κι όσο πιο υποστηρικτική σε αυτό το στάδιο, τόσο πιο ομαλά θα προχωρήσει το βρέφος στην ανεξαρτητοποίησή του. Η συγκεκριμένη αναπαράσταση "εαυτού και αντικειμένου" που είχε ως τώρα, βαθμιαία θα διαχωριστεί και η ταυτότητά του θα γίνεται ολοένα πιο λειτουργική.

#### *-Εξάσκηση(practicing).*

Το δεύτερο στάδιο της φάσης αποχωρισμού-ατομικοποίησης παρουσιάζει αλληλοεπικάλυψη με το προηγούμενο στάδιο – αρχίζει πριν το 1<sup>ο</sup> μήνα και διαρκεί μέχρι τον 16<sup>ο</sup> περίπου και μπορεί να διαιρεθεί δε πρώιμη και κανονική περίοδο εξάσκησης. Με την έναρξη του σταδίου αρχίζει η σωματική ανεξαρτητοποίηση του παιδιού από τη μητέρα. Αρχίζει να απομακρύνεται από κοντά της ολοένα και περισσότερο , ωστόσο πάντα την αναζητά ή την ακολουθεί με τα μάτια, ζητώντας να επιβεβαιώσει την παρουσία της. Η ανάγκη διατήρησης της επαφής μαζί της, προσδίδει στις λειτουργίες της ακοής και της όρασης ύψιστη σημασία αυτό το διάστημα. Κατά τη διάρκεια της πρώιμης

περιόδου εξάσκησης, το μωρό επενδύει έντονα στις αναδυόμενες κινητικές λειτουργίες που μονοπωλούν το ενδιαφέρον του, το οποίο παροδικά φαίνεται να εξασθενεί για τη μητέρα. Εξακολουθεί όμως να ζητά από αυτή τη συναισθηματικά ανατροφοδότηση που έχει ανάγκη για να συνεχίσει την ενασχόλησή του με τον περιβάλλοντα κόσμο. Το άγγιγμα, η αγκαλιά της, η φωνή της αρκούν για να λειτουργήσουν σαν εφελτήριο. Η μητέρα παραμένει η βάση στην οποία το παιδί επιστρέφει όταν έχει κάποια ανάγκη.

Στην κανονική περίοδο εξάσκησης, περιλαμβάνεται στα κινητικά επιτεύγματα του παιδιού η ελεύθερη όρθια μετακίνηση(βάδιση). Είναι από τις μεγαλύτερες κατακτήσεις του παιδιού, το πρώτο μεγάλο βήμα προς την ανεξαρτητοποίηση. Τώρα το οπτικό πεδίο του παιδιού διευρύνεται, δείχνει έντονη επιθυμία για εξερευνήσεις, έχει επιλογές, αναζητά ικανοποιήσεις, αντιμετωπίζει ματαιώσεις, εκδηλώνει ενδιαφέρον για τα αντικείμενα –άψυχα και έμψυχα-, το ελκύουν αμέτρητα ερεθίσματα, είναι η εποχή που αρχίζει το “ειδύλιο με τον κόσμο” (“love affair with the world”, Greenpeace). Γενικά, το γεγονός ότι αποκτά καινούρια προοπτική δημιουργεί στο παιδί ευφορία. Τέλος, χαρακτηριστικό αυτής της φάσης είναι επίσης η πίστη του παιδιού στην παντοδυναμία των ικανοτήτων του, που πηγάζει από την ψευδαίσθηση πως μοιράζεται ιδιότητες της μητέρας του.

*-Επαναπροσέγγιση(rapprochement).*

Το τρίτο στάδιο της φάσης του αποχωρισμού-ατομικοποίησης είναι η περίοδος επαναπροσέγγισης. Εκτείνεται από τον 16<sup>ο</sup> έως τον 24<sup>ο</sup> μήνα. Η γνωστική εξέλιξη του παιδιού (αναπαραστατική και συμβολική σκέψη στην ηλικία των 18 μηνών, σύμφωνα με τον Piaget) παίζει σημαντικό ρόλο στην ψυχοσυναισθηματική του ανάπτυξη.

Η επαναπροσέγγιση θα μπορούσε να υποδιαιρεθεί σε: ανερχόμενη επαναπροσέγγιση, κρίση της επαναπροσέγγισης και επίλυση της κρίσης αυτής, βάσει ατομικών επεμβάσεων. Το παιδί, αντιμέτωπο με την κρίση της επαναπροσέγγισης, θα εκδηλώσει συγκεκριμένους τρόπους συμπεριφοράς και χαρακτηριστικά της προσωπικότητάς του, με τα οποία θα μπει στο τελευταίο στάδιο της φάσης αποχωρισμού- ατομικοποίησης, που είναι η σταθεροποίηση της ατομικότητας του.

Στην αρχή της επαναπροσέγγισης, γύρω στους 16 μήνες, παρατηρείται μια σημαντική αλλαγή στην ποιότητα της σχέσης του παιδιού με τη μητέρα. Η τελευταία, από βάση στην οποία το παιδί επέστρεφε όταν είχε κάποια ανάγκη, γίνεται τώρα σύντροφος που το παιδί επιλέγει για να μοιραστεί μαζί της όλα όσα ανακαλύπτει στον κόσμο γύρω του. Κουβαλά στη μητέρα διάφορα αντικείμενα που τράβηξαν την προσοχή του, την καλεί με λεκτικούς ή εξωλεκτικούς τρόπους να επεξεργαστούν μαζί τα ευρήματά του, να ανακαλύψει μαζί της τις ιδιότητες τους. Με άλλα λόγια, εκδηλώνει συμπεριφορές που φανερώνουν την επιθυμία κι ανάγκη του για επικοινωνία κι αλληλεπίδραση. Μετά τη συνταρακτική, πρώτη επαφή του με τον κόσμο, το ενδιαφέρον του παιδιού μεταστρέφεται στον έμψυχο στο έμψυχο περιβάλλον και εκδηλώνεται η διάθεσή του για κοινωνική αλληλεπίδραση.

Στη φάση αυτή της αρχόμενης επαναπροσέγγισης, το μωρό που είναι πια νήπιο, έχει μεγαλύτερη επίγνωση ότι χωρίζεται σωματικά από τους άλλους. Συνειδητοποιεί την ξεχωριστή του ύπαρξη από αυτή της μητέρας, καθώς επίσης ότι οι επιθυμίες της μητέρας δε συμπίπτουν πάντοτε με τις δικές του και πολλές φορές μάλιστα αντιτίθενται σε αυτές. Η εκδήλωση της συμπεριφοράς του μοιράσματος των αντικειμένων με τη μητέρα, αποτελεί προσπάθεια μείωσης του χάσματος μεταξύ τους. Για πρώτη φορά κλονίζεται το αίσθημα παντοδυναμίας του νηπίου, καθώς αυτονομείται ως οργανισμός συνεχώς κι έρχεται αντιμέτωπο με την πραγματικότητα και τις ματαιώσεις που συχνά αυτή

επιφυλάσσει. Χαρακτηριστικό αυτής της αναπτυξιακής φάσης είναι η έκφραση επιθετικών συναισθημάτων και θυμού όταν δεν επιτυγχάνεται ο επιθυμητός στόχος.

Αυτήν την περίοδο αρχίζουν να εμφανίζονται συμπεριφορές μίμησης και ταυτοποίησης, οι οποίες πέρα από την κοινωνική μάθηση του παιδιού, εξυπηρετούν την ανάγκη να γίνει αρεστό και να δημιουργήσει συναισθηματικό δεσμό με άλλα πρόσωπα.

Στην ηλικία των 18 με 30 μηνών παρατηρούμε αντιδράσεις του νηπίου, που η Mahler χαρακτηρίζει ως *'' κρίση της επαναπροσέγγισης''* (M.Mahler, F.Pine, A.Bergman,1975). Συγκεκριμένα, το παιδί δεν είναι καθόλου δεκτικό στις ματαιώσεις, δείχνει έντονο άγχος αποχωρισμού και ελαττώνεται η ανοχή του στην απουσία της μητέρας. Αντίθετα με το στάδιο της εξάρτησης, όπου το νήπιο πρόθυμα στρέφεται στον εξωτερικό κόσμο, φαινομενικά αδιάφορο για την παρουσία της μητέρας, τώρα την αναζητά έντονα κι εκδηλώνει συμπεριφορά προσέγγισης. Ωστόσο, τα συναισθήματα που εκφράζει φανερώνουν αμφιθυμία. Η επιθυμία του για αυτονομία μετριάζεται από την αυξανόμενη επίγνωση της ανάγκης του για τη μητέρα και της εξάρτησής του από το συμβιωτικό σύντροφο. Το παιδί έχει πλέον συνειδητοποιήσει τη διαφοροποίηση εαυτού και αντικειμένου και γνωρίζει ότι όταν είναι μόνο, είναι πραγματικά μόνο. Δοκιμάζει για πρώτη φορά το αίσθημα της απώλειας του λιβιδινικού αντικειμένου και οι αντιδράσεις του ποικίλουν: εκδηλώνει έντονη ανησυχία πως η μητέρα έφυγε ενώ είναι παρούσα, φέρεται σα να μη την αναγνωρίζει, εκδηλώνει αναποφασιστικότητα (π.χ. να παίζει με άλλα παιδιά ή να μείνει με τη μητέρα), συμπεριφορές που φανερώνουν την αμφιθυμία του παιδιού και τη σύγκρουση ανάμεσα στην επιθυμία να μείνει μαζί της, Η σύγκρουση αυτή εκφράζεται με εναλλασσόμενες συμπεριφορές προσέγγισης – απομάκρυνσης και η έντασή της διαφέρει από παιδί σε παιδί.

Κατά την κρίση της επαναπροσέγγισης χρησιμοποιούνται δύο πολλοί σημαντικοί μηχανισμοί: ο πρώτος αποτελεί έκφραση της δυσκολίας του παιδιού να ελαττώσει την ένταση του αγώνα επαναπροσέγγισης. Πρόκειται για το *μηχανισμό της διάσχισης* (splitting), όπου για παράδειγμα το παιδί αντιμετωπίζει ως “κακή” ή “καλή” τη μητέρα ανάλογα με το αν είναι απύσχα ή παρούσα και την αποφεύγει ή προσκολλάται σε αυτήν υιοθετώντας συμπεριφορά μικρότερου παιδιού. Ο δεύτερος διευκολύνει τον αποχωρισμό με τη χρησιμοποίηση *μεταβατικών αντικειμένων* και γενικότερα *μεταβατικών φαινομένων* (όπως το διάβασμα παραμυθιών).

Εξαιτίας των συμπεριφορών που εκδηλώνει το παιδί κατά την κρίση της επαναπροσέγγισης, πολλές φορές οι μητέρες φοβούνται ότι το παιδί έχασε την ανεξαρτησία που φαινομενικά είχε κατακτήσει κατά την περίοδο της εξάσκησης. Δε σπανίζει επίσης το φαινόμενο η μητέρα να έχει δυσκολία να αποχωριστεί το παιδί. Στην ηλικία των 21 μηνών περίπου, παρατηρείται μια ελάττωση στην ένταση του αγώνα επαναπροσέγγισης και τα προηγούμενα έντονα φαινόμενα υποχωρούν, καθώς το παιδί φαίνεται να έχει βρει την ιδανική απόσταση από τη μητέρα, την απόσταση δηλαδή από όπου μπορεί να λειτουργεί καλύτερα(επίλυση της κρίσης).

*-Σταθεροποίηση της ατομικότητας και απαρχές της συναισθηματικής μονιμότητας του αντικειμένου(object constancy).*

Η αυξανόμενη ατομικοποίηση του παιδιού και η ικανότητά του να λειτουργεί πιο ανεξάρτητα σχετίζονται με την ανάδυση σύνθετων γνωστικών λειτουργιών, όπως η ανάπτυξη του λόγου, οι διεργασίες ταυτοποίησης με τους γονείς και εσωτερίκευσης κανόνων και περιορισμών και η ικανότητα έκφρασης επιθυμιών μέσω του συμβολικού παιχνιδιού.

Από τον 21<sup>ο</sup> μήνα και μετά δεν είναι πλέον δυνατή η ομαδοποίηση των παιδιών με βάση γενικά κριτήρια, γιατί οι διεργασίες ατομικοποίησης παρουσιάζουν έντονες διαφορές, προερχόμενες τόσο από την ιδιοσυγκρασία του ατόμου, όσο και από το προηγούμενο ιστορικό της σχέσης με τη μητέρα.

Στην κατάσταση της συναισθηματικής μονιμότητας του αντικειμένου, το αντικείμενο αγάπης δεν απορρίπτεται ούτε ανταλλάσσεται με κάποιο άλλο, ακόμη και αν δεν μπορεί να προσφέρει ικανοποιήσεις. Η στάση αυτή συνεπάγεται σταθερότητα της κάθεξης του αντικειμένου και η ικανότητα διατήρησης θετικών συναισθηματικών δεσμών με το συγκεκριμένο αντικείμενο, ανεξάρτητα από την ματαίωση ή την ικανοποίηση των αναγκών. Σημαδεύει το πέρασμα από το στάδιο των σχέσεων που ικανοποιούν τις ανάγκες (need satisfying relationships) σε μια πιο ώριμη ψυχολογική σχέση με τα αντικείμενα.. Γενικά, η λιβιδινική μονιμότητα του αντικειμένου είναι επαρκώς εδραιωμένη στο φυσιολογικό παιδί των 3 ετών κι αυτό εκφράζεται κοινωνικοπολιτισμικά με τη θεώρηση αυτής της ηλικίας κατάλληλης για την είσοδο του παιδιού σε παιδικό σταθμό. Με την αύξηση των λεκτικών του ικανοτήτων και την ανάπτυξη της αίσθησης του χρόνου, το παιδί ανέχεται την καθυστέρηση και τον αποχωρισμό από τη μητέρα και ικανοποιείται με μια απλή και σαφή εξήγηση για το που βρίσκεται αυτή.

Από τους 20-22 μήνες μέχρι τους 30-36 μήνες παρατηρείται μια γρήγορη διαφοροποίηση του Εγώ και η ατομικοποίηση προχωράει με γρήγορους ρυθμούς. Η λεκτική επικοινωνία εξελίσσεται και αντικαθιστά σε μεγάλο βαθμό τους άλλους τρόπους επικοινωνίας, το συμβολικό παιχνίδι γίνεται πιο δημιουργικό και προσφέρει στο παιδί τη δυνατότητα να παίζει ρόλους και να εκφράζει φόβους και επιθυμίες. Συχνά παρατηρείται ενεργητική αντίσταση στις απαιτήσεις των ενηλίκων και μια μεγάλη επιθυμία για αυτονομία και ανεξαρτησία. Αυτός ο ήπιος έως μέτριος αρνητισμός φαίνεται ότι είναι

ουσιώδης για την ανάπτυξη της αίσθησης της ταυτότητας και είναι επίσης χαρακτηριστικός αυτού του σταδίου.

Καθώς ολοκληρώνονται οι διεργασίες ατομικοποίησης – διαφοροποίησης δομείται ο εαυτός. Η εδραίωση ψυχικών αναπαραστάσεων του εαυτού, σαφώς διακεκριμένων από τις ψυχικές αναπαραστάσεις του αντικειμένου, οδηγεί στο σχηματισμό του αισθήματος της ταυτότητας, που μαζί με την έναρξη απόκτησης συναισθηματικής μονιμότητας του αντικειμένου (object constancy) αποτελούν τα επιτεύγματα του τελευταίου σταδίου της φάσης αποχωρισμού-ατομικοποίησης .

### **3.7. Η συμβολή της Melanie Klein.**

Μέσα από διεργασίες εσωτερικεύσεων και εξωτερικεύσεων, κατά τη διάρκεια των πρώτων χρόνων ζωής του παιδιού, δομούνται το ψυχικό όργανο, οι μηχανισμοί άμυνας, οι σχέσεις αντικειμένου του παιδιού και διαμορφώνεται η προσωπικότητα. Οι εκδηλώσεις της παιδικής σεξουαλικότητας σχετίζονται στην αρχή της ζωής με το σώμα του παιδιού, είναι αυτοερωτικές, καθώς η ευχαρίστηση αντλείται από το ίδιο το σώμα και όχι σε σχέση με κάποιο αντικείμενο έξω από το παιδί (Πανοπούλου-Μαράτου, 1987, σελ.3-4).

Στην ψυχαναλυτική θεώρηση γενικά, ανεξάρτητα από διαφοροποιήσεις μεταξύ θεωρητικών, η *στοματική φάση θεωρείται εκδήλωση της παιδικής σεξουαλικότητας αφενός, κι αφετέρου έκφραση της διεργασίας εσωτερίκευσης της ταύτισης*, η οποία θα παίξει καθοριστικό ρόλο στην ψυχική εξέλιξη (Πανοπούλου-Μαράτου, 1987,σελ.4). Η στοματική επαφή με τα αντικείμενα, η λειτουργία της κατάποσης του φαγητού συμβολίζουν την *ενσωμάτωση του αντικειμένου*. “Το τρώω και γίνεται δικό μου”. Δεν πρόκειται απλά για έκφραση κτητικότητας που χαρακτηρίζει έντονα τη βρεφική και παιδική

συμπεριφορά, αλλά και για ένα φανταστικό τρόπο- αποτελεσματικό ωστόσο για να καταπραΰνει τα άγχη του βρέφους με τον οποίο εμποδίζεται η αποστέρηση του σημαντικού αντικειμένου, ο αποχωρισμός από αυτό.

Η M.Klein, παρότι διαφοροποιήθηκε από την κλασσική φροϋδική θεωρία (ήδη από τις αρχές του 1930), συμβάλλει με το δικό της τρόπο στη μελέτη της πρώιμης ψυχοσυναισθηματικής εξέλιξης του παιδιού. Δέχεται την κανιβαλική σεξουαλική οργάνωση της στοματικής φάσης του Freud κι αναφέρεται στις πρώιμες ενδοβολές και προβολές των μερικών αντικειμένων (part object). Διατυπώνει τις φάσεις της ψυχοσεξουαλικής οργάνωσης στο παιδί σύμφωνα με τη δική της δομική άποψη, εισάγοντας την έννοια της θέσης (position)- αντίστοιχη του φροϋδικού σταδίου-(Klein, 1935 & 1946), καθώς και αυτή της *ασυνείδητης φαντασίωσης* (Πανοπούλου-Μαράτου, 1987, σελ.8-9/ Klein, 1958).

Οι δύο θέσεις της κλειϊνικής θεωρίας, η παρανοειδής- σχιζοειδής και η καταθλιπτική, αποτελούν με αυτή τη σειρά, φάσεις της ψυχοσεξουαλικής οργάνωσης. Οι θέσεις ορίζονται ως ψυχικές οργανώσεις ή ως "ειδικοί σχηματισμοί των σχέσεων αντικειμένου, του άγχους και των αμυνών που διατηρούνται σε όλη τη ζωή" (Segal, 1982). Η Klein αναφέρει αυτές ως τα δύο βασικά αναπτυξιακά στάδια στην εξέλιξη του ατόμου, τα επονομαζόμενα προγεννητικά, τα οποία παρουσιάζονται κατά τη διάρκεια του πρώτου χρόνου ζωής.

Παράλληλα, η φαντασίωση κατά την Klein, είναι η *διανοητική έκφραση των παρορμήσεων ή ενστίκτων και των ασυνείδητων κινήτρων* (Σάλτζμπεργκερ- Ουιτενμπέργκ, 1995, σελ.45), καθώς *αμυντικό εργαλείο του παιδιού εναντίον της εσωτερικής ή εξωτερικής πραγματικότητας που βιώνεται ως απειλητική* (Πανοπούλου- Μαράτου, 1987, σελ.9). Οι φαντασιώσεις προέρχονται από τις πρώιμες ενδοβολές και προβολές μερικών αντικειμένων (part object). Ο σχηματισμός τους είναι λειτουργία του Εγώ, εφόσον σύμφωνα με την άποψη



της το νεογέννητο μπορεί ήδη να φαντασιώσει (Πανοπούλου-Μαράτου,1987,σελ.9).

Τέλος, υποστηρίζει ότι οι απώλειες που είναι εν δυνάμει παθογενείς ανήκουν αποκλειστικά στον πρώτο χρόνο της ζωής και είναι κυρίως συνδεδεμένες με το θηλασμό και τον απογαλακτισμό. Η επιθετικότητα θεωρείται ως έκφραση του ενστίκτου θανάτου και το άγχος ως αποτέλεσμα της προβολής του.

### **3.7.α.Η παρανοειδής – σχιζοειδής θέση.**

Η παρανοειδής – σχιζοειδής θέση επικρατεί κατά τους πρώτους 5-6 μήνες. Το Εγώ που υπάρχει στη γέννηση επιτρέπει στο βρέφος να βιώσει άγχος και να διαμορφώσει πρωτόγονη σχέση με τη μητέρα, βασισμένη στις φαντασιώσεις που ξεπηδούν από τις φυσικές και συναισθηματικές του ανάγκες. Αυτό το Εγώ είναι ακόμη ανοργάνωτο και ανώριμο ψυχολογικά, όπως και οργανισμός βιολογικά, χαρακτηριστικά στα οποία αποδίδεται η αντίληψη εκ μέρους του βρέφους των σημαντικών αντικειμένων (προσώπων) στη ζωή του αποσπασματικά , ως μερικά αντικείμενα και όχι ως ολόκληρα . Δηλαδή, οι πρώτες σχέσεις αντικειμένου δημιουργούνται με μερικά αντικείμενα, όχι με το μητρικό πρόσωπο σαν ολότητα, αλλά σαν χέρι , αγκαλιά και κυρίως σαν μαστό(Χριστοπούλου,1997,σελ.32).

Ο αμυντικός μηχανισμός που χαρακτηρίζει κυρίως τη θέση αυτή είναι ο *διαχωρισμός του αντικειμένου ή αλλιώς σχάση(splitting)*, οπότε κάθε αντικείμενο μαζί με τις ιδιότητές του , γίνεται αντιληπτό ως χωρισμένο σε δύο μέρη (spit off) (Πανοπούλου- Μαράτου,1987, σελ.9). Το ένα μέρος εξιδανικεύεται και γίνεται αντιληπτό ως απόλυτα καλό και το άλλο είναι ο διώκτης του Εγώ και βιώνεται ως απόλυτα κακό. Η αντίληψη του βρέφους αμφιταλαντεύεται μεταξύ εξιδανικευμένων και διωκτικών εικόνων του κάθε αντικειμένου που πηγάζουν από φαντασιώσεις που το βρέφος δημιουργεί , οι

οποίες με τη σειρά τους αντικατοπτρίζουν τις ενορμήσεις του βρέφους. Το παιδί πιστεύει ότι τα συναισθήματά του αντιστοιχούν σε εντελώς διαφορετικά και ξεχωριστά αντικείμενα. Συνεπώς, για το βρέφος, υπάρχει μια καλή, εξιδανικευμένη μητέρα και μια διαφορετική, κακιά και διωκτική. Η σχάση επιτρέπει τη διατήρηση μιας μόνο στάσης και συναισθήματος σε μια δεδομένη στιγμή, αποκλείοντας από τη συνειδητή σκέψη μας οτιδήποτε είναι αντίθετο, προβάλλοντάς το ταυτόχρονα σε κάποιον άλλο (Σάλτζμπεργκερ-Ουίτενμπεργκ, 1995, σελ. 83)

Η αδυναμία ενοποίησης του αντικειμένου οφείλεται, όπως ήδη αναφέρθηκε, στη βιολογική και ψυχολογική ανωριμότητα του βρέφους κι επίσης αντικατοπτρίζει την αδυναμία του για ενοποίηση των αντίθετων συναισθημάτων που νιώθει για το αντικείμενο. Τα αρνητικά απειλούν να καταστρέψουν τα θετικά, μια σύγκρουση που προκαλεί ένταση στο βρέφος, αλλά και χαρακτηρίζει ένα στάδιο απαραίτητο στη συναισθηματική εξέλιξη του μικρού παιδιού. Το διευκολύνει να ξεχωρίσει και να διατηρήσει σε σχετική ασφάλεια τα κομμάτια του εαυτού και της μητέρας, που προάγουν την ανάπτυξη και τη ζωή από δυνάμεις, ενορμήσεις απειλητικές για τον εαυτό. Αυτός ο απόλυτος διαχωρισμός σε "καλά" και "κακά" εξωτερικά αντικείμενα, συμβάλλει στην ανάπτυξη του συναισθήματος εμπιστοσύνης του βρέφους προς ένα εξιδανικευμένο αντικείμενο, συναίσθημα απαραίτητο για τη ζωή του παιδιού και προϋπόθεση για τη δημιουργία αντικειμενότροπων σχέσεων. Χάρη σε αυτό αντέχει το *άγχος του εκμηδενισμού* όταν βιώνει τον εξωτερικό κόσμο ως απειλητικό, χαώδη, ανεξέλεγκτο κι ακόμη μπορεί να φαντασιώνει (Winnicott, 1964) ότι εναρμονίζεται με την παντοδυναμία αυτού του εξιδανικευμένου αντικειμένου. Επιπλέον, η επιθυμία του να διαχωρίσει τον εαυτό από το "κακό" αντικείμενο, πάνω στο οποίο προβάλλει τη δική του καταστροφικότητα, οδηγεί στην ανάγκη και προωθεί την αναγνώριση της ύπαρξης κάποιου άλλου, εκτός του εαυτού, της διαφορετικότητας του "Εγώ"

από το "μη Εγώ", του εσωτερικού κόσμου και της εξωτερικής πραγματικότητας( Σαλτζμπέργκερ-Ουιένμπεργκ,1995.σελ81).

Το εάν το παιδί βιώνει το μερικό αντικείμενο, το μαστό της μητέρας για παράδειγμα, ως "καλό" ή ως "κακό" εξαρτάται από δύο πράγματα: αφενός από το αν ο μαστός προσφέρει ικανοποίηση στο μωρό, οπότε τον βιώνει ως "καλό" ή εάν δε μπορεί να έχει επαφή μαζί του, οπότε τον βιώνει ως "κακό". Αφετέρου, η αντίληψη του παιδιού σχετίζεται με τα συναισθήματά του, τα οποία προβάλλει στα εξωτερικά αντικείμενα(Χριστοπούλου,1997,σελ.32). Το βρέφος συνδέει τη μητέρα, η οποία είναι ικανή να εξασφαλίσει ικανοποίηση και ανακούφιση , με συναισθήματα αγάπης και στην αρχή τείνει να αισθάνεται ότι αυτή η καλή μητέρα είναι ο εαυτός του. Συναισθήματα μίσους συνδέονται με τη μητέρα την οποία το βρέφος αισθάνεται υπεύθυνη για ματαιώσεις και πόνο. Το είδος των εννομήσεων του Εκείνου του βρέφους, θα καθορίσει το είδος της ενδοβολής ή προβολής του αντικειμένου. Για παράδειγμα, κατά τη διάρκεια της στοματικής φάσης, όταν το παιδί έχει κυρίως συναισθήματα στοματικής επιθετικότητας, προβάλλει αυτά προς τα εξωτερικά αντικείμενα, τα οποία ταυτόχρονα έχει ενδοβάλλει ως επικίνδυνα κι απειλητικά.

Παράλληλα με την προβολή των επιθετικών συναισθημάτων του παιδιού προς τα "κακά", "απειλητικά" εξωτερικά αντικείμενα ,ώστε να μπορέσει να τα ελέγξει, ο δεύτερος αμυντικός μηχανισμός που εκδηλώνεται, συγκεκριμένα ο μηχανισμός της *προβλητικής ταύτισης* (projective identification), κατευθύνεται και προς το ιδανικό αντικείμενο, ώστε να αποφευχθεί ο αποχωρισμός(Πανοπούλου-Μαράτου,1987,σελ9). Η ενδοβολή των "καλών" όψεων της μητέρας "ενοποιούν" το βρέφος μαζί της, βοηθά την έμφυτη δύναμη του βρέφους για αγάπη να εκδηλωθεί και να ενεργοποιήσει φαντασιώσεις αγάπης, που θα επηρεάσουν ανάλογα την αντίληψή του για τον κόσμο που το περιβάλλει.

Η πολικότητα των έμφυτων ορμών που χαρακτηρίζει όλους εμάς, από τη βρεφική κιόλας ηλικία, γεννά συναισθήματα ελπίδας και φόβου, που πολλές φορές απευθύνονται σε διαφορετικά άτομα και εκφράζονται διαφορετικές χρονικές στιγμές σα να υπάρχουν μέσα μας εντελώς ξεχωριστά. Όταν όμως αυτές οι δύο κατηγορίες συναισθημάτων συναντώνται, η κατάσταση που επικρατεί ονομάζεται "αμφιθυμία" (Σαλτζμπεργκερ- Ουίτενμπεργκ,1995,σελ.50). Το παιδί συνεχώς αμφιταλαντεύεται μεταξύ ενδοβολής και προβολής των σημαντικών για αυτό αντικειμένων-προσώπων της ζωής του- προπαντός της μητέρας, γιατί βιώνει έντονα αμφιθυμικά συναισθήματα πίσω από τα οποία βρίσκονται φαντασιώσεις, χρωματισμένες από παρορμήσεις ή ένστικτα.

Όταν το παιδί, στοματικά, ενδοβάλλει αντικείμενα που γίνονται αντιληπτά ως απειλητικά προς το Εγώ του, λόγω της προβολής σε αυτά των επιθετικών του ενορμήσεων, αυτή η ενδοβολισμένη επιθετικότητα είναι πολύ απειλητική. Το βρέφος βιώνει *το φόβο της εκμηδένισης* κι αναγκάζεται να αμυνθεί προβάλλοντας την επιθετικότητα αυτή προς το εξωτερικό αντικείμενο, για να διαφυλάξει την αίσθηση της υγείας του. Επομένως, όταν το εξωτερικό αντικείμενο γίνεται αντιληπτό και βιώνεται ως επικίνδυνο, κάνει τις ενορμήσεις του Εκείνου ακόμη πιο επιθετικές προς το αντικείμενο, σαν αυτοαμυντική στάση. Έτσι, δημιουργείται ένας φαύλος κύκλος μεταξύ ενδοβολής και προβολής επιθετικών ορμήσεων(Χριστοπούλου, 1997,σελ 33).

Αυτή η διαδικασία βοηθά στην ερμηνεία των έντονων, "παράλογων" φόβων των μικρών παιδιών για τα εξωτερικά αντικείμενα (Χριστοπούλου,1997,σελ.34) Η Klein συνέδεσε το φόβο για την ύπαρξη μιας "κακής παρουσίας", κατά τη διάρκεια της απουσίας της καλής μητέρας, με την προβολή του μίσους και στη συνέχεια με την αναμονή μιας επερχόμενης κακής εξωτερικής δύναμης, που προκαλεί θάνατο ή κάποιο κακό (Σαλτζμπεργκερ- Ουίτενμπεργκ,1995,σελ.78).

Εξηγεί επίσης εν μέρει την ακραία αυστηρότητα του Υπερεγώ τους. Πρόκειται για ένα Υπερεγώ σκληρό, που αποτελείται αρχικά από τις πρώτες ενδοβολές των “κακών” εικόνων (images) των γονέων κι όχι από την εσωτερίκευση της πραγματικής τους εικόνας(Πανοπούλου – Μαράτου,1987, σελ.11). Ο Freud(1923) σκέφτηκε ότι το παιδί καταλήγει να αποκτά συνείδηση και ηθικές αξίες (ένα Υπερεγώ) ενδοβάλλοντας ψυχολογικά, τις σαφείς καθώς και τις υπονοούμενες απαιτήσεις των γονέων του.

Οι δύο προαναφερθείσες ψυχικές άμυνες-*προβλητική ταύτιση και σχάση* – συμμετέχουν στην οργάνωση του Εγώ κι ό,τι συμβαίνει με το αντικείμενο, συμβαίνει και με το Εγώ του βρέφους, είναι δηλαδή κι αυτό διχασμένο. Τέλος, ο φθόνος για το μερικό αντικείμενο λειτουργεί από τη γέννηση (Πανοπούλου-Μαράτου,1987, σελ.9). Εάν η μητέρα φροντίζει το μωρό σωστά, βοηθά στο να μειωθεί η αίσθηση διωγμού και το άγχος του βρέφους και να περάσει αυτό στην επόμενη φάση, στην καταθλιπτική θέση.

### **3.7.β. Η καταθλιπτική θέση.**

Σε αυτή τη φάση της εξέλιξης,που διαρκεί κατά το δεύτερο εξάμηνο του πρώτου χρόνου ζωής, το βρέφος αρχίζει να αναγνωρίζει το αντικείμενο ως όλον (whole object) και να δημιουργεί μαζί του σχέσεις. Παράλληλα, το Εγώ σταδιακά λειτουργεί ως όλον και όχι ως διχασμένο όπως στην προηγούμενη φάση. Η προβολή κακών ενορμήσεων ελαττώνεται κι έτσι το Εγώ δυναμώνει (Πανοπούλου-Μαράτου,1987, σελ.10).

Η αλλαγή δεν αφορά μόνο το αντικείμενο (αντίληψη της μητέρας ως ανεξάρτητο άτομο με καλές και κακές όψεις ενοποιημένες), ούτε μόνο το Εγώ που συγκροτείται σε όλον, αλλά επιπλέον το μωρό αρχίζει να ανέχεται τα αμφιθυμικά του συναισθήματα προς τα εξωτερικά αντικείμενα. Μπορεί να ανεχθεί τη σύγκρουση μεταξύ αγάπης και μίσους προς το ίδιο αντικείμενο,

γεγονός το οποίο του επιτρέπει να δει το αντικείμενο σαν μια οντότητα. Το μωρό επίσης, αρχίζει να αισθάνεται ενοχή για τα επιθετικά συναισθήματά του προς το αντικείμενο και έχει για πρώτη φορά συναίσθηση για την πιθανότητα να κάνει επανορθώσεις προς το αντικείμενο, τόσο μέσα στη φαντασίωσή του, όσο και στην πραγματικότητα(Χριστοπούλου,1997, σελ.34). Αυτή η κατάκτηση ανοίγει το δρόμο για τη δημιουργία αντικειμενότητων σχέσεων.

Σε αυτή τη θέση οι διεργασίες ενδοβολής εντείνονται, γιατί το μωρό έχει ανάγκη από το αντικείμενο και δε μπορεί να αντέξει την απώλειά του. Ένα παιδί μπορεί να παρουσιάζει συμπεριφορά προσκόλλησης ή να ουρλιάζει με απόγνωση, ή το έντονο κλάμα του βρέφους να μας μεταφέρει τόσο έντονα το μήνυμα "πεθαίνω", "είμαι σε κίνδυνο", που να μας αναγκάσει να τρέξουμε να το βοηθήσουμε. Εστιάζοντας την προσοχή της στα κίνητρα που υπάρχουν κάτω από κάθε συμπεριφορά η Klein βρήκε ότι η στάση "σε χρειάζομαι, πρέπει να σε έχω κοντά μου συνεχώς" δεν βασίζεται μόνο στην πλεονεξία ή στην κτητικότητα που χαρακτηρίζει τα λεγόμενα "βρεφικά συναισθήματα", αλλά είναι ένας τρόπος για να καταπραΰνονται τρομερά άγχη, όπως το άγχος που δημιουργεί η αίσθηση του αποχωρισμού: "φοβάμαι τόσο πολύ, όταν εσύ που είσαι τόσο καλή και βοηθητική φεύγεις": "Δε μπορώ να επιβιώσω χωρίς την παρουσία σου": "Θα πεθάνω"(Σαλτζμπεργκερ-Ουίτενμπεργκ,1995,σελ.77).

Η αντίληψη του αντικειμένου ως ολότητα εκ μέρους του βρέφους συνοδεύεται από την αναγνώριση ότι είναι ξεχωριστό από τη μητέρα. Η αίσθηση του γενικού χωρισμού μεταξύ εαυτού και μητέρας σχετίζεται με τα συναισθήματα, όπως λύπη, οργή και διωγμό κι όχι μόνο όταν η μητέρα απουσιάζει. Σταδιακά, αρχίζει να έχει την ικανότητα να πενθεί, όταν έχει κάποια απώλεια και ακόμη, να αντιμετωπίζει την απώλεια και τα συναισθήματα που τη συνοδεύουν(Χριστοπούλου,1997,σελ34-35).

Ένα άλλο σημαντικό επίτευγμα της θέσης αυτής είναι ότι το βρέφος αρχίζει και διαφοροποιεί μεταξύ εσωτερικής και εξωτερικής πραγματικότητας, μια

διαδικασία που φυσιολογικά θα ολοκληρωθεί στην πορεία της παιδικής ηλικίας. Αρχίζει και καταλαβαίνει ότι διάφορα συναισθήματα προέρχονται από τον εαυτό του . Για παράδειγμα αυτό νιώθει επιθετικότητα για το μαστό που δεν έχει περισσότερο γάλα να προσφέρει, κι όχι ότι ο μαστός του επιτίθεται με αυτόν τον τρόπο. Η ενδοβολή της μητέρας, σταδιακά εξελίσσεται σε ένα σταθερό κρατημένο εσωτερικό αγαπημένο αντικείμενο. Αυτό επιτρέπει την επέκταση των δραστηριοτήτων του Εγώ στη δημιουργία σχέσεων και με άλλα αντικείμενα, καθώς το βρέφος θα νιώθει ολοένα περισσότερη ασφάλεια(Χριστοπούλου,1997, σελ.35).

Σε αυτή τη θέση συνεχίζεται η διαμόρφωση του Υπερεγώ. Το εξιδανικευμένο και τι διωκτικό μερικό αντικείμενο βιώνονται τώρα διαφορετικά. Ενσωματώνονται, αντίστοιχα, ως επιθυμία και απαγόρευση των εξωτερικών σημαντικών αντικειμένων (των γονέων), ώστε το βρέφος να εξασφαλίσει (Πανοπούλου-Μαράτου,1987,σελ.10).

Η καταθλιπτική θέση διαρκεί συνήθως πολύ και ίσως δεν ξεπερνιέται ποτέ στην ψυχική εξέλιξη του ατόμου. Από αυτή πηγάζουν μηχανισμοί, όπως η απώθηση και η μετάθεση. Όπως ήδη αναφέρθηκε, σε αυτή τη θέση βιώνεται ταπένθος για την απώλεια του αντικειμένου . Το ομαλότερο δυνατό πέρασμα από αυτό το αναπτυξιακό στάδιο, θα ενίσχυε τη δυνατότητα του ατόμου να έρθει αντιμέτωπο με ματαιώσεις της ζωής και με τα συναισθήματα που θα πυροδοτούσε μια ενδεχόμενη μελλοντική πραγματική απώλεια.

### **3.8. Η συμβολή του Donald Winnicott.**

#### **3.8.α. Ο απογαλακτισμός: ένας από τους πρώτους αποχωρισμούς που βιώνει το άτομο.**

Ο Winnicott κάνει ιδιαίτερη αναφορά στο θέμα του αποθηλασμού του παιδιού στο βιβλίο του `` Το παιδί, η οικογένεια και ο εξωτερικός του κόσμος``. Κατά τον αποθηλασμό, το μωρό στερείται την επαφή με το στήθος της μητέρας, το οποίο, μέχρι τότε, είχε στη διάθεσή του όποτε και για όσο χρόνο επιθυμούσε.

Αποκόβεται από το μαστό, ένα σημαντικό γι' αυτό αντικείμενο, που του προσέφερε ικανοποίηση στην ανάγκη για τροφή, στην επιθυμία για στοματική διερεύνηση, αλλά και στην ανάγκη για συναισθηματική εγγύτητα και σωματική επαφή, καθώς η διαδικασία του θηλασμού συνοδεύεται από εναγκαλισμό του βρέφους από τη μητέρα, οπτική επαφή μαζί της, άγγιγμα του στήθους. Πρόκειται δηλαδή για μια διαδικασία, όχι απλά και μόνο λήψης της τροφής, αλλά μοιράσματος εμπειριών που θα γίνουν αναμνήσεις, χτισίματος της συναισθηματικής σχέσης μεταξύ του παιδιού και της μητέρας.

Αν δούμε τον απογαλακτισμό ως μια πρώτη εμπειρία αποχωρισμού από ένα σημαντικό αντικείμενο, θα επισημάνουμε κοινά σημεία με τον αποχωρισμό από κάποιο σημαντικό πρόσωπο. Όπως στην περίπτωση αποχωρισμού από ένα πρόσωπο, υπάρχουν έντονα συναισθήματα θυμού γιατί το άτομο νιώθει εγκαταλελειμμένο, έτσι και η οργή του βρέφους για τη στέρηση του στήθους, καθώς και η πιθανή διαμαρτυρία, είναι έντονες, μολονότι σε ηλικία εννέα μηνών τα περισσότερα μωρά έχουν μάθει να απαλλάσσονται και να πετούν διάφορα πράγματα, ίσως και να αποθηλάζουν μόνα τους (Winnicott, 1976, σελ. 93).



Ο Winnicott τονίζει ότι το βρέφος που έχει θηλάσει με επιτυχία είναι πρόθυμο να αποθηλάσει όταν έρθει η ώρα. Πέρα λοιπόν από την αναπτυσσόμενη ικανότητα του βρέφους να απαλλάσσεται από πράγματα που διευκολύνει την αποκοπή από το στήθος, η καλή εμπειρία της διατροφής είναι η βάση του αποθηλασμού. Το βρέφος που έχει "χορτάσει" ανταπόκριση, ευαίσθητη προσαρμογή της μητέρας στις ανάγκες του, επιβεβαίωση για την αγάπη που το περιβάλλει από την υπομονή της μητέρας στις στοματικές επιθέσεις του από το χάδι και το βλέμμα της, είναι πρόθυμο να "εγκαταλειφθεί" και να "εγκαταλείψει" ευκολότερα το μαστό (Βίννικοττ,1976).

Όμοια με τον απογαλακτισμό και στον αποχωρισμό από ένα σημαντικό πρόσωπο, η καλή εμπειρία από τη σχέση με το πρόσωπο αυτό ίσως είναι η βάση του αποχωρισμού. Η ικανότητα αποχωρισμού και διαφοροποίησης από ένα αντικείμενο εξαρτάται από την ποιότητα και τον τρόπο εσωτερικής αναπαράστασης αυτού του αντικειμένου, καθώς και από την ικανότητα αυτής της αναπαράστασης να αντισταθεί στις καταστρεπτικές τάσεις που κινητοποιούνται, είτε από τον αποχωρισμό, είτε από τη διαφοροποίηση (Μπούρας, ανέκδοτο). Το είδος της σχέσης που προϋπήρχε μεταξύ των ατόμων, θα επηρεάσει το είδος των συναισθημάτων, την έντασή τους και τον τρόπο που θα εκφραστούν και θα διευκολύνουν ή όχι τον αποχωρισμό. Όπως έχει αναφερθεί, αν η σχέση ήταν αμφιθυμική, το άτομο, χάνοντας το δέκτη των αμφιθυμικών συναισθημάτων, μπορεί να κρατήσει και να αποδώσει στον εαυτό του τα αρνητικά και να εκφράσει για το χαμένο τα θετικά, μη μπορώντας έτσι να πενήσει φυσιολογικά. Επίσης, αδυναμία αποδοχής των καλών στοιχείων αυτού που "φεύγει", που μας "εγκαταλείπει", που η απουσία του μας πονάει, αλλά η αναγνώριση μόνο κακών (ένας αρνητικός μηχανισμός άμυνας, που θυμίζει την αδυναμία του βρέφους να αντιληφθεί αρνητικές και θετικές ιδιότητες στο ένα και αυτό αντικείμενο – πρόσωπο- και να ενοποιήσει τα

αμφιθυμικά συναισθήματα που νιώθει για το αντικείμενο, στην παρανοειδή – σχιζοειδή θέση της Klein ), είναι συμπεριφορά που δυσκολεύει τον αποχωρισμό και φανερώνει επίσης μια προϋπαρχουσα σχέση με έντονα αμφιθυμικά συναισθήματα.

### **3.8.β. Η αναγκαιότητα της ζωντανής παρουσίας του πατέρα στην οικογένεια.**

“Στη μητρική λειτουργία εναπόκειται να καταστήσει ανεκτό ό,τι μέσα είναι αβάσταχτο. Στην πατρική λειτουργία εμπίπτει το έργο να φέρει την τάξη και το νόημα εκεί που φαίνεται να μην υπάρχουν.”

Ποταμιάνου Άννα(1988, σελ.34)

Η μητέρα και ο πατέρας ως πρόσωπα έχουν ιδιότητες που κατά τη γνωριμία του βρέφους με τους γονείς του σε όλη την πορεία της σχέσης παιδιού- γονιών, το παιδί αναγνωρίζει και συνδέει με το κάθε ένα ξεχωριστά και κατ’ επέκταση με τις έννοιες “μητρότητα” - “πατρότητα” ξεχωριστά.

Η αναγκαιότητα της μητέρας για την ανάπτυξη του βρέφους σε όλους τους τομείς(βιολογικό, ψυχικό, γνωστικό) έχει καταφανεί στο κεφάλαιο που αναφέρεται στις αναπτυξιακές φάσεις σύμφωνα με τη θεώρηση της M.Mahler. Στα πρώτα χρόνια της ζωής, περιβάλλον του παιδιού είναι η μητέρα. Αυτή είναι τροφός, “ψυχική μαία”, σύντροφος του παιδιού, ορμητήριο και “λιμάνι” του. Ο Winnicott στο έργο του “Το παιδί, η οικογένεια και ο εξωτερικός του κόσμος”(Βίννικττ,1976, κεφ.17) κάνει ιδιαίτερη αναφορά στη σημασία της ζωντανής παρουσίας του πατέρα για το παιδί. Επισημαίνοντας την προσφορά

του πατέρα στο παιδί και την οικογένειά του, μπορούμε να προσδιορίσουμε τι κενά αφήνει η απουσία του, τι ακριβώς στερείται το παιδί που στερείται τον πατέρα του.

Το βρέφος γνωρίζει πρώτα τη μητέρα μέσα από τις περιποιήσεις και φροντίδα που του παρέχει. Αργά ή γρήγορα αναγνωρίζει ορισμένες ιδιότητες της μητέρας και μερικές από αυτές –απλότητα, τρυφερότητα, γλυκύτητα- θα συνδέει πάντα με εκείνη. Η μητέρα όμως έχει και ορισμένες σκληρές ιδιότητες : μπορεί να είναι σκληρή, αυστηρή και άκαμπτη, για παράδειγμα όσον αφορά στην ακρίβειά της στο θέμα της διατροφής, ώστε το βρέφος αποδέχεται πως Δε μπορεί να τρέφεται τη στιγμή ακριβώς που το επιθυμεί. Αυτές οι ιδιότητες που δεν είναι ταυτόσημες με το ρόλο της μητέρας, δεν αποτελούν ουσιαστικά μέρος της φύσης της , αλλά εξυπηρετούν στη μάθηση ορίων για το παιδί, συνδυάζονται μεταξύ τους στο μυαλό του βρέφους και συσπειρώνουν γύρω τους αισθήματα που το βρέφος τελικά αναπτύσσει εκούσια απέναντι στον πατέρα. Είναι πολύ καλύτερο να υπάρχει αυτός ο πατέρας, ως η δύναμη προσωποποιημένη, που γίνεται σεβαστός και αγαπητός, από το να υπάρχει απλώς ένας συνδυασμός από ιδιότητες της μητέρας, κανόνες και κανονισμούς, ελευθερίες και απαγορεύσεις, πράγματα νεκρά και ασυμβίβαστα(Βίννικοττ,1976,σελ.130). Πιο συγκεκριμένα, όταν ο Πατέρας μπαίνει στη ζωή του παιδιού, ξεκινάει από ορισμένα αισθήματα που το βρέφος έχει ήδη αναπτύξει απέναντι σε μερικές ιδιότητες της μητέρας και είναι μεγάλη ανακούφιση για εκείνη όταν μπορεί ο πατέρας να αναλάβει το ρόλο του και χρήσιμο για το βρέφος να γνωρίζει και να συνδέει με το πρόσωπο του πατέρα αυτές τις ιδιότητες.

Αν επιχειρήσουμε να διακρίνουμε τον τρόπο με τον οποίο συμβάλλει ο πατέρας, το πρώτο που θα αναφέρουμε είναι ότι η ζωντανή και ενεργή παρουσία του βοηθάει τη μητέρα να νιώθει σωματική και ψυχική πλήρωση. Το παιδί είναι ιδιαίτερα ευαίσθητο στην αντίχνευση της ψυχικής διάθεσης των

γονιών του, ειδικά της μητέρας του με την οποία περνά τις περισσότερες ώρες της ημέρας. Αν όλα πάνε πραγματικά καλά είναι το πρώτο που εκτιμά την όλη κατάσταση, πράγμα που εκφράζεται με το γεγονός ότι βρίσκει τη ζωή ευκολότερη, είναι πιο ικανοποιημένο και πολύ πιο ευκολοχείριστο (Βίνικττ,1976, σελ.131).

Θα ήταν "βαρύ" για ένα παιδί να φορτώσει στον εαυτό του την ευθύνη της ευτυχίας του γονιού που του έχει απομείνει όταν ο ένας είναι απών. Μολονότι σε μια οικογένεια οι ρόλοι είναι καθορισμένοι, η απουσία κάποιου μέλους της, μόνιμη ή προσωρινή, συχνά κλονίζει την κανονικότητα και στην προσπάθεια να διευκολύνει και να προστατεύσει ο ένας τον άλλο, οι ευθύνες μοιράζονται άνισα. Έτσι η απώλεια του πατέρα θα φορτώσει τη μητέρα με περισσότερα βάρη και ενδεχομένως το παιδί με την "ευθύνη" να στηρίζει και να προστατεύσει την πονεμένη μητέρα του, να γίνει δηλαδή γονιός για εκείνη και τα μικρότερα αδέρφια του. Αυτό είναι ένα παράδειγμα σύγχυσης ρόλων σε μια οικογένεια από την οποία ο πατέρας είναι απών.

Στην αποκλειστική δυαδική σχέση μητέρας-βρέφους, στην απαρχή της ζωής, η παρουσία του "απόντος" πατέρα υπάρχει στο βίωμα της μητέρας, γιατί μόνη η αγάπη του παιδιού δεν θα μπορούσε να ικανοποιήσει εκείνη (Ποταμιάνου,1988,σελ.15). Η αγάπη του συζύγου, συντρόφου, πατέρα στηρίζει τη μητέρα, η οποία με τη σειρά της μεταδίδει τα συναισθήματα αγάπης και αποδοχής στο παιδί. Η διπολικότητα των ενορμήσεων εμπεριέχεται τόσο στο επίπεδο της μητέρας, όσο και στο επίπεδο του παιδιού και θα μπορούσε να "κλονίσει" τη σχέση τους. Η ζωντανή παρουσία και συμπαράσταση του πατέρα βοηθά ώστε οι διακυμάνσεις των συναισθημάτων της μητέρας να λειτουργήσουν ως εμπόδιο στη σχέση της με το βρέφος. Αν για κάποια αιτία ο πατέρας βρεθεί αποκλεισμένος από τη σχέση μητέρας- παιδιού, ο αποκλεισμός βαραίνει πολύ πάνω στο πεπρωμένο του παιδιού, σηματοδύοντας την εξέλιξη

της σκέψης του με πολλαπλούς φραγμούς και προκαλώντας συναισθηματικές αναστατώσεις.

Το δεύτερο που μπορούμε να αναφέρουμε είναι ότι ο πατέρας χρειάζεται για να συμπαρασταθεί ηθικά στη μητέρα, να στηρίζει το κύρος της, να αντιπροσωπεύσει το νόμο και την τάξη που η μητέρα εδραιώνει στη ζωή του παιδιού. Κάθε γυναίκα πρέπει να ικανή να μιλά και να ενεργεί χωρίς αυταρχικότητα. Αν όμως πρέπει να αναλάβει ολόκληρη την αποστολή και να παράσχει παράλληλα με την αγάπη και το στοιχείο της δύναμης και της αυστηρότητας στη ζωή των παιδιών της, τότε το φορτίο είναι πραγματικά βαρύ. Όταν υπάρχουν δύο γονείς είναι ευκολότερο για τα παιδιά να εκφράσουν αμφιθυμικά συναισθήματα προς ένα αντικείμενο αγάπης. Μπορεί ο ένας γονιός να παραμένει αγαπητός, ενώ ο άλλος να δέχεται το μίσος, ώστε να εξισορροπείται η κατάσταση. Για παράδειγμα, μερικές φορές μπορεί ένα παιδί να εκφράζει επιθετικότητα, λεκτική ή σωματική στη μητέρα του. Αν ο πατέρας ήταν μπροστά να την υποστηρίξει, ίσως επιθυμούσε να στραφεί ενάντια σ' εκείνον, αλλά μάλλον δε θα επιχειρούσε το παραμικρό. Κάθε τόσο το μικρό παιδί μισεί τη μητέρα για κάποιον περιορισμό ή απαγόρευση. Αν ο πατέρας δε βρίσκεται εκεί κοντά να το αναχαιτίσει, ακόμη και να "φορτωθεί" το φταίξιμο και το θυμό του παιδιού, ως αυτός που ορίζει τους κανόνες, το παιδί θα μισήσει τη μητέρα του κι αυτό που προκαλεί τη σύγχυση γιατί εκείνη είναι που το αγαπάει βασικά (Βίννικοττ, 1976, σελ. 132). Στην περίπτωση της απώλειας τα πράγματα περιπλέκονται περισσότερο: δε μπορείς να εκφράσεις μίσος ή επιθετικότητα σε έναν νεκρό πατέρα και δύσκολα ένα μεγαλύτερο παιδί θα επιτρέψει στον εαυτό του να εκφράσει τέτοια συναισθήματα στο μοναδικό σημαντικό πρόσωπο που του έχει απομείνει, τη μητέρα. Συχνά η επιλογή είναι να τα κρατήσει για τον εαυτό του, χωρίς να μπορεί να ελέγξει πώς και πότε θα εκφραστούν.

Το τρίτο πράγμα που πρέπει να αναφέρουμε, είναι ότι ο πατέρας χρειάζεται στο παιδί, για τα θετικά του προσόντα, γι' αυτά που τον διακρίνουν από τους άλλους άντρες και για τη ζωντάνια της προσωπικότητάς του. Με την προσωπικότητά του θα επηρεάσει το παιδί και θα εμπλουτίσει τη ζωή του με εντυπώσεις και εμπειρίες. Τα παιδιά διαμορφώνουν το ιδεώδες τους, μερικά τουλάχιστον, με βάση αυτό που βλέπουν ή νομίζουν πως βλέπουν πάνω τους. Για παράδειγμα, όταν ο πατέρας αποκαλύπτει λίγο -λίγο στα παιδιά του τη φύση της δουλειάς του, όπου πηγαίνει κάθε πρωί και από όπου επιστρέφει κάθε βράδυ, ανοίγεται στα παιδιά ένας ολόκληρος νέος κόσμος. Το νοικοκυριό είναι κάτι οικείο για τα παιδιά, καθώς συμβαίνει συνέχεια μπροστά τους, ενώ η δουλειά του πατέρα, όπως και τα χόμπυ του, διευρύνουν τους ορίζοντες του παιδιού σχετικά με τον κόσμο (Βίνικοττ,1976,σελ.133).

Όλα τα παραπάνω αναφέρονται σε όσα γενικά στερείται το παιδί που στερείται τον πατέρα του, ανεξάρτητα από το φύλο του. Επιπλέον, ειδικοί παράγοντες, όπως η ηλικία που έγινε ο αποχωρισμός, το φύλο του παιδιού και το φύλο του γονέα που είναι απών, επηρεάζουν τις διαδικασίες ταύτισης με το φύλο, με επιπτώσεις στον τρόπο που θα λειτουργήσει το παιδί ως ενήλικας και ως γονέας αργότερα (Τσιάντης,1991,σελ.154).

Η μητέρα και ο πατέρας είναι το ίδιο σημαντικοί για το παιδί, όμως ο χαμός του ενός από τους δύο δε σημαίνει την ίδια απώλεια. Τα δύο γονεϊκά πρόσωπα είναι εξίσου απαραίτητα κι αγαπημένα στο παιδί, αλλά η προσφορά τους είναι διαφορετική και βέβαια συμπληρωματική και για το λόγο αυτό η απώλεια του ενός από τους δύο σημαίνει απώλεια διαφορετικών πραγμάτων.

### 3.9. Η συμβολή του John Bowlby: Φάσεις αντίδρασης στον αποχωρισμό.

Στην ενασχόληση με το θέμα του αποχωρισμού απαραίτητη είναι η αναφορά στις *φάσεις αντίδρασης στον αποχωρισμό*, που διατυπώθηκαν από τον John Bowlby και τον συνεργάτη του James Robertson. Μετά το δεύτερο παγκόσμιο πόλεμο και ενώ ήταν υποδιευθυντής της κλινικής Tavistock του Λονδίνου, η Παγκόσμια Οργάνωση Υγείας ανέθεσε στον Bowlby να συντάξει μια έκθεση υγείας των ορφανών και των άστεγων παιδιών. Οι παρατηρήσεις του συνδυάστηκαν με τις παρατηρήσεις του Robertson, ο οποίος ερευνούσε τις συμπεριφορές παιδιών 18 μηνών έως 4 ετών που είχαν εισαχθεί σε βρεφοκομείο ή νοσοκομείο για μία έως δύο εβδομάδες ή και για ακόμη μεγαλύτερη περίοδο.

Από τις έρευνες βρέθηκε ότι ένα παιδί 1,5 έως 2,5 ετών, που είχε αποχωριστεί από τη μητέρα του, αναμενόταν να εμφανίσει μια σειρά συμπεριφορών που μπορούν να διακριθούν σε τρεις φάσεις αντίδρασης (Παπανικολάου Κ.- Ρόβλια Τ., 1995, 24-25).

α. Τη φάση *διαμαρτυρίας* (protest), που αρχίζει αμέσως ή σιγά σιγά και διαρκεί από λίγες ώρες έως μια εβδομάδα ή και περισσότερο. Το παιδί στη φάση αυτή κλαίει, μοιάζει απαρηγόρητο, αναζητά το χαμένο πρόσωπο και απορρίπτει την όποια προσφορά από άλλα πρόσωπα εναλλακτικών μορφών ανακούφισης.

β. Τη φάση *απελπισίας* (despair), στην οποία αναζητά ακόμη τη μητέρα, αλλά εμφανίζεται να έχει χάσει τις ελπίδες του. Είναι περίοδος πένθους και εσφαλμένα δίνεται η εντύπωση ότι η στεναχώρια του έχει μειωθεί.

γ. Τη φάση *απόσπασης- απομάκρυνσης* (detachment), η οποία θεωρείται λανθασμένα ως σημάδι ανάρρωσης. Σε αυτή τη φάση, το παιδί αποχωρίζεται συναισθηματικά από τη μητέρα του και απομακρύνεται από αυτήν.

Ανταποκρίνεται στη φροντίδα που του προσφέρουν εναλλακτικά πρόσωπα και δείχνει απαθής όταν το επισκέπτεται η μητέρα του.

Οι φάσεις αυτές αφορούν την αντίδραση του παιδιού στην απώλεια, την οποία ο Bowlby,μεταξύ άλλων (Fairbairn και Stengel),δεν ταυτίζει με το πένθος (Μπόλμπυ,1995,σελ.97).

Γενικότερα η άποψή του για τους μηχανισμούς άμυνας, οι οποίοι έπονται της απώλειας είναι ότι εμφανίζονται και στο υγιές πένθος και δεν είναι παθολογική αντιμετώπιση σε αυτό. Εκείνο που τους κάνει παθολογικούς ως αμυντικές διαδικασίες, δεν είναι η ύπαρξή τους, αλλά η ένταση και πρόωμη εμφάνισή τους. Μολονότι αποδίδονται παθογενείς προεκτάσεις στην απώλεια ενός γονιού ή της αγάπης του, η ψυχαναλυτική παράδοση θεωρεί ότι η προέλευση του παθολογικού πένθους, με τις ψυχιατρικές συνέπειές του στην ενήλικη ζωή, δε συνδέεται με την τάση του να ακολουθεί παθολογική πορεία όταν έπεται κάποιας απώλειας στη βρεφική και πρώτη παιδική ηλικία (Μπόλμπύ,1995,σελ.97-99).



## ΚΕΦΑΛΑΙΟ 4

### ΠΕΝΘΟΣ

#### 4.1. Γιατί οι άνθρωποι πενθούν

Η απώλεια ενός προσώπου είναι δυνατόν να προκαλέσει μεγάλη θλίψη και έντονο πόνο. Ο χωρισμός στην περίπτωση του θανάτου είναι πολύ πιο οδυνηρός από κάθε άλλη μορφή αποχωρισμού, αφού το γεγονός είναι οριστικό και αμετάκλητο.

Η έκφραση του πόνου των επιζώντων σύμφωνα με τον ιστορικό Aries(1988) οφείλεται στη έλλειψη ανεκτικότητας απέναντι στο χωρισμό. Οι πενθούντες αισθανόμενοι αδύναμοι να ξεπεράσουν τα συναισθήματά τους και την απώλεια που δημιούργησε ο θάνατος, ξεσπούν σε έντονη θλίψη και θρήνο.

Ο Παπανούτσος(1984,σελ.180) δίνει μια άλλη εξήγηση για το θέμα: *''Όταν θρηνούμε ένα αγαπημένο μας πρόσωπο που έφυγε από τον κόσμο, ο θρήνος μας δεν είναι μονοσήμαντος.Κατα ένα μεγάλο μέρος δεν κλαίμε για αυτόν που χάθηκε αλλά για τον ίδιο μας τον εαυτό που προορίζεται να τον ακολουθήσει αργά ή γρήγορα''*

Ο Rogers(1963) για το ίδιο θέμα υπογραμμίζει ότι το εγώ αναπτύσσεται δια της επαφής και της αλληλεπιδράσεως του οργανισμού με τα αντικείμενα και τα πρόσωπα του περιβάλλοντος, που γίνονται μια επέκταση της προσωπικότητας. Κάθε φορά λοιπόν που το άτομο χάνει ένα από τα πιο σημαντικά του πρόσωπα, αισθάνεται αυτή την απώλεια σαν απειλή κατά το εγώ του, στο οποίο έχει ενσωματωθεί . Έτσι η θλίψη δημιουργείται όχι για την απώλεια του αγαπημένου προσώπου αλλά για την αποκοπή ενός μέρους της ύπαρξης του θλιμμένου(Φάρος,1981).

Το ίδιο νόημα αποδίδει και ο Φάρος(1981), ο οποίος αναφέρει ότι το άτομο, εφόσον είναι μια οντότητα και το εγώ του στηρίζεται στη σχέση με άλλους ανθρώπους, αντιλαμβάνεται κάθε διακοπή ως απειλή ενάντια στο εγώ του. Έτσι ο θρήνος έρχεται για να πενήσει τη διακοπή αυτής της σχέσης, ανάμεσα στο άτομο που χάθηκε και στο άτομο που το εγώ του ήταν συνδεδεμένο με αυτόν .

Συνοψίζοντας τα όσα αναφέρθηκαν μπορεί να ειπωθεί ότι οι άνθρωποι βασικά πενθούν γιατί η ανεκτικότητα τους απέναντι στο χωρισμό είναι ελλιπής. Δεν έχουν την ψυχική δύναμη να αποκοπούν εύκολα από τα άτομα που σχετίζονται και έτσι τα άτομα που μένουν στη ζωή θρηνούν για την διακοπή της σχέσης τους με τον αποθανόντα.

#### **4.2. Στάδια – φάσεις του φυσιολογικού πένθους.**

Δεν είναι λίγοι εκείνοι που ασχολήθηκαν με στάδια από τα οποία περνά ο πενθών ύστερα από το θάνατο του αγαπημένου του προσώπου.

Αναλυτικότερα:

Ο Fulconer(1942) αναφέρει τέσσερα στάδια της πένθιμης περιόδου:

1. Το άμεσο στάδιο που έχει να κάνει με την αναγγελία του θανάτου και τις πρώτες αντιδράσεις (κατάρρευση, δάκρυα).
2. Το δεύτερο στάδιο που έχει να κάνει με την απομόνωση, την διαμαρτυρία , την έξαρση, τη συντριβή και τη συγκατάβαση.
3. Το μεταβατικό στάδιο που οριοθετείται από την περίοδο της κηδείας μέχρι το άτομο να επανέρθει στην φυσιολογική του ροή
4. Το τελικό στάδιο που έχει να κάνει με την ανακατάταξη της συμπεριφοράς.

Ο Oates(1955)αναφέρει έξι στάδια της πένθιμης περιόδου:

1. Μη ενεργοποίηση πενθούντος,
2. Συγκλονισμός που οδηγεί σε συναισθηματική απευαισθητοποίηση(προστασία του εγώ),
3. Ανάπτυξη φαντασίας(προστασία του εγώ),
4. Έκφραση θλίψης,
5. Μετριασμός έντασης άγχους και επιστροφή σε καθημερινές ασχολίες
6. Ενσωμάτωση της εικόνας του αγαπημένου προσώπου στην δική του ιδέα για τον εαυτό του.

Ο Bowlby(1961) αναφέρει τρία στάδια πένθιμης περιόδου:

1. Προσπάθεια επαναφοράς αποθανόντος,
2. Απελπισία και σταδιακή αποδιοργάνωση
3. Επανασυγκρότηση

Ο Lindemann(1966) αναφέρει τρία στάδια πένθιμης περιόδου:

1. Σοκ, δυσπιστία, άρνηση πενθούντος,
2. Οξεία θλίψη, έλλειψη ενδιαφερόντων, αίσθημα μοναξιάς, διαταραχές ύπνου και φαγητού, συνεχής ενασχόληση με τον αποθανόντα,
3. Επαναφορά πενθούντος στις καθημερινές ασχολίες του, σταδιακή μείωση σκέψης του νεκρού.

Ο Spiegel(1971) αναφέρει τέσσερα στάδια πένθιμης περιόδου:

1. Στάδιο συγκλονισμού ή πανικού,
2. Στάδιο συγκράτησης,
3. Στάδιο ψυχολογικής οπισθοδρόμησης,
4. Στάδιο προσαρμογής

Η Ross(1979) αναφέρει πέντε στάδια πένθιμης περιόδου:

1. Άρνηση- απομόνωση,
2. Συναισθήματα θυμού προς τον θεό και άλλα πρόσωπα,
3. Παζάρεμα- διαπραγμάτευση,
4. Κατάθλιψη,
5. Αποδοχή πραγματικότητας

Ο Worden(1982) αναφέρει τέσσερα στάδια πένθιμης περιόδου:

1. Αποδοχή πραγματικότητας,
2. Βίωση πόνου,
3. Προσαρμογή,
4. Αποεπένδυση και επανεπένδυση σε μια καινούργια σχέση.

Μπορεί να λεχθεί λοιπόν ότι το πένθος δεν είναι μια εύκολη υπόθεση για οποιονδήποτε το βιώνει για πρώτη φορά είτε για πολλές. Είναι μια φάση από την οποία όλοι όσοι πενθούν είναι καλό να την περάσουν και ιδίως να την βιώσουν ούτως ώστε να μπορέσουν να ξανασυνδεθούν με τη ζωή και να προσαρμοστούν σε μια νέα πραγματικότητα.

#### **4.3. Επιπλοκές του πένθους σε σχέση με το χρόνο.**

Επειδή μεταξύ των ατόμων υπάρχουν μεγάλες παραλλαγές, τα συμπτώματα και οι φάσεις του πένθους δεν είναι τόσο σαφή και διακριτά όσο οι καταστάσεις υπονοούν. Παρόλα αυτά, οι διάφορες εκδηλώσεις του πένθους, συνήθως, έχουν την τάση να υποχωρούν με την πάροδο του χρόνου. Σύμφωνα με την παράδοση, το πένθος κρατάει γύρω στον ένα χρόνο, καθώς το άτομο έχει

την ευκαιρία να ζήσει όλο το ημερολογιακό έτος για μια τουλάχιστον φορά χωρίς το πρόσωπο που έχασε. Σταδιακά, το φυσιολογικό πένθος λύεται και οι άνθρωποι επιστρέφουν σε μια κατάσταση ευεξίας. Ωστόσο γίνεται όλο και πιο φανερό ότι, μερικά σημεία και συμπτώματα του πένθους, μπορεί να κρατήσουν πολύ περισσότερο και ότι ένα άτομο μπορεί να έχει συναισθήματα, συμπτώματα ή συμπεριφορές που συνδέονται με το πένθος και που μπορεί να κρατήσουν για όλη του τη ζωή. Ορισμένες επιπλοκές του πένθους σε σχέση με το χρόνο αφορούν στις εξής περιπτώσεις:

*Αναβλητικό πένθος:* Η αρχική απάρνηση του θανάτου δεν υποχωρεί με το πέρασμα του χρόνου. Αντιστοιχεί σε μια ασυνείδητη απόρριψη της πραγματικότητας. Έτσι το άτομο δεν εμφανίζει καμιά ορατή αντίδραση μετά την απώλεια του αγαπημένου προσώπου. Το άτομο φέρεται σαν να μην έχει αλλάξει τίποτα, και συνεχίζει να ζει όπως πριν από το συμβάν, σχεδόν ψευδαισθητικά. Ένα χάσμα έχει δημιουργηθεί μεταξύ της αντικειμενικής πραγματικότητας και των συναισθημάτων που αυτή προκάλεσε. Στην περίπτωση του αναβλητικού πένθους, η κατάθλιψη του πένθους επέρχεται αναπόφευκτα, έστω και καθυστερημένα, μετά από μια εσωτερική επεξεργασία ή ένα αιφνίδιο γεγονός, που θα αναγκάσει απότομα το άτομο να αντιμετωπίσει την πραγματικότητα.

*Ανεσταλμένο πένθος:* Σε ένα πρώτο στάδιο, τα φυσιολογικά συμπτώματα του πένθους απουσιάζουν κι εδώ. Όπως και στην κρυφή κατάθλιψη (Kielholz, 1979), οι συναισθηματικές διαταραχές παραχωρούν τη θέση τους σε σωματικά προβλήματα. Σύμφωνα με τον Parkes (1965), το ανεσταλμένο πένθος είναι μια μορφή αναβλητικού πένθους, του οποίου οι άμυνες είναι πολύ λιγότερο αποτελεσματικές, δεδομένου ότι είναι περισσότερο εμφανείς στο σώμα παρά στη συμπεριφορά. Αυτή η μορφή παθολογικού πένθους είναι η συνηθέστερη στα παιδιά, αλλά και σε όσους παρουσιάζουν μειωμένες νοητικές ή λεκτικές ικανότητες.

*Χρόνιο πένθος:* Στην περίπτωση της συγκεκριμένης μορφής πένθους, η κατάθλιψη που προκαλεί το πένθος, μπορεί να διαρκέσει μια ολόκληρη ζωή, εάν το στάδιο της αμφιθυμίας και η σχέση εξάρτησης με το νεκρό, δεν ξεπεραστούν . Το χρόνιο πένθος μπορεί να πάρει τη μορφή μιας ατέρμονης αναζήτησης, με σκοπό την ανακάλυψη των αιτιών του θανάτου, των υπευθύνων και την ανασύσταση της άγνωστης ιστορίας του νεκρού. Ένα παρατεταμένο πένθος, χαρακτηρίζεται από χρόνια κατάθλιψη και αστείρευτα δάκρυα. Η μόνη διέξοδος σε αυτό το πένθος, που μοιάζει ακινητοποιημένο στο χρόνο, είναι η εξουδετέρωση της αμφιθυμικής σύγκρουσης, δηλαδή της συνύπαρξης αισθημάτων αγάπης και μίσους προς το νεκρό. Η απάρνηση της διεργασίας του πένθους αντιστοιχεί σε μια ασυνείδητη αυτοτιμωρία του ατόμου, για το ανομολόγητο μίσος που νιώθει για το εξιδανικευμένο αντικείμενο. Η διεργασία του πένθους αποτελεί μια δυναμική διαδικασία. Κάθε φορά που η πορεία της ανακόπτεται η παρακωλύεται , καθίσταται αδύνατος ο συναισθηματικός διαχωρισμός των αναμνήσεων από το γεγονός της απώλειας.

#### **4.4. Απόψεις θεωρητικών για το πένθος.**

##### **Karl Abraham**

Από το 1911, ο Abraham κάνει λόγο, για πρώτη φορά, περί ομοιότητας πένθους και μελαγχολίας (K. Abraham, 1912). Κατά την άποψή του η μελαγχολία μπορεί να προσδιοριστεί ως μία "εσωτερική αιμορραγία", αληθινή κένωση του ψυχισμού, που οφείλεται στην απώλεια του εξιδανικευμένου αντικειμένου αγάπης. Η απώλεια αυτή είναι οριστική και πολύ πιο ριζική από το θάνατο. Διότι ο θάνατος του άλλου μπορεί να υποστεί έναν επαναπροσδιορισμό των συναισθηματικών επενδύσεων, ενώ η απώλεια του ΕΓΩ δεν επιδέχεται

καμία επανόρθωση. Γι' αυτό και μεταφράζεται με μια γενική απαισιοδοξία και μια παραληρητική προσμονή της έσχατης τιμωρίας, εν αντιθέσει με το πένθος, που μπορεί να οδηγήσει εσωτερίκευση του αντικειμένου της αγάπης. Το αντικείμενο μπορεί να έχει χαθεί, όμως η δυνατότητα αγάπης για ένα νέο αντικείμενο αγάπης έχει διατηρηθεί. Επιβεβαιώνοντας λοιπόν τη φροϋδική υπόθεση ότι το μελαγχολικό άτομο ενσωματώνει το πρόσωπο που χάθηκε και επισημαίνοντας ότι αυτή η διαδικασία συντελείται επίσης και από τα άτομα στα οποία η διεργασία του πένθους γίνεται φυσιολογικά, ο Abraham υποστηρίζει: « η διαδικασία του πένθους περιέχει μέσα της το παρηγορητικό στοιχείο : “ το αντικείμενο της αγάπης μου δε χάθηκε, γιατί πρώτη τώρα το κουβαλάω μέσα μου και δε θα το χάσω ποτέ ”» (1924, σελ. 437)

Ξεκινώντας από την υπόθεση του Freud ότι ενυπάρχει κάποια αμφιταλαντευτική σύγκρουση στη μελαγχολία, ισχυρίστηκε ότι ο θλιμμένος στη προσπάθειά του να αφομοιώσει το χαμένο αντικείμενο αγάπης για να το διατηρήσει, βιώνει την υποσυνείδητη εχθρότητα κατά του αντικειμένου αυτού σαν εχθρότητα κατά του ίδιου του, του εαυτού. Μ' αυτή τη διαδικασία ο θλιμμένος δια του πένθους ενσωματώνει το χαμένο αντικείμενο αγάπης του στον ίδιο τον εαυτό του και έτσι το φέρνει πάλι στην ζωή. Το άτομο που πενθεί φυσιολογικά κατορθώνει να εσωτερικεύσει το χαμένο πρόσωπο μέσα από ένα πνεύμα αγάπης, ενώ το μελαγχολικό άτομο δεν μπορεί να το κατορθώσει, λόγω της επιθετικότητας που τρέφει προς το χαμένο πρόσωπο.

Η επιτυχία της έκβασης της διεργασίας του πένθους, η οποία κοινώς θεωρείται ότι είναι η διάλυση της παλιάς σχέσης και η αποστασιοποίηση από αυτή, θεωρείται από τον Abraham ότι εξαρτάται από το τελείως αντίθετο: δηλαδή, από τη σταθερή εγκαθίδρυση στον εσωτερικό κόσμο της εξωτερικής πραγματικότητας που χάθηκε. Αυτή η άποψη αντιπροσωπεύει την εμπειρία που βιώνουμε όταν χωρίζουμε από κάποιον που αγαπάμε και ενδιαφερόμαστε: Για

να διατηρήσουμε ό,τι θετικό περιλάμβανε η σχέση, χρειάζεται να το διατηρήσουμε ζωντανό στη σκέψη μας, δηλαδή στον εσωτερικό μας κόσμο.

### **Erich Lindemann.**

Ο Erich Lindemann προτείνει να χρησιμοποιείται η έκφραση *βαρό πένθος* για την περιγραφή των πρώτων αντιδράσεων απέναντι σε μια ιδιαίτερα δραματική κατάσταση, όταν τίποτα δεν προμηνύει ότι ένα αγαπημένο πρόσωπο θα βρεθεί ανάμεσα στα θύματα μιας μαζικής καταστροφής. Η έρευνά του επικεντρώθηκε σε μια ομάδα ανθρώπων, που έχασαν κάποιον δικό τους στην πυρκαγιά που ξέσπασε στο εστιατόριο Coconut Grove στη Βοστώνη, το 1943. Στη μελέτη αυτή ο Lindemann περιγράφει τα συμπτώματα της οξείας αλλά και ομαλής θλίψης, την πορεία της και τις παθολογικές της αντιδράσεις και συνιστά ένα τρόπο αντιμετώπισής της.

Σύμφωνα με τον Lindemann, το σύνδρομο του πένθους βαρείας μορφής παρουσιάζει αξιοσημείωτη ομοιομορφία- ο πένθων περνάει από διαδοχικά κύματα σωματικής αναστάτωσης, που διαρκούν από είκοσι λεπτά έως μία ώρα, κατά τα οποία νιώθει ένα κόμπο στο λαιμό, έλλειψη οξυγόνου, καθώς και ένα κενό στο στομάχι. Η μυϊκή εξασθένηση συμπίπτει με έναν έντονο ψυχικό πόνο και μια αφόρητη ένταση. Στην περιοχή των αισθημάτων και των συναισθημάτων παρατηρείται ένα αίσθημα μη πραγματικότητας και συναισθηματικής απόστασης από άλλα πρόσωπα. Η πιο εμφανής και συνηθισμένη συνέπεια του πένθους είναι η αποκλειστική προσήλωση στο χαμένο αντικείμενο με αποτέλεσμα ο πένθων να γίνεται ανίκανος για κάθε άλλη δραστηριότητα. Αυτή η εμμονή τροφοδοτείται από εικόνες, ήχους, και άλλες αισθήσεις.



Ο Lindemann υποστηρίζει ότι τα παραπάνω στοιχεία, που επανέρχονται περιοδικά μαρτυρούν μια εσωτερική σύγκρουση: Αφενός, επιθυμία επιστροφής στο παρελθόν, και, αφετέρου προσπάθεια ελέγχου της τραυματικής είδησης της απώλειας. Σε περιπτώσεις καταστροφών ή βιαιοτήτων, η σφοδρότητα των εικόνων θολώνει το νου του ατόμου, το οποίο γίνεται έρμαιο μιας θύελλας παραισθήσεων- γι' αυτό προτιμά να ξεχνάει, αποσυρόμενο σε ένα δικό του κόσμο.

Ο Lindemann επισημαίνει ότι, το έργο του πενθούντα είναι δύσκολο – η διεργασία του πένθους έγκειται στη νοερή αναβίωση όλων των κοινών δράσεων, σχεδίων και αναμνήσεων με το νεκρό, ώστε να γίνει αντιληπτό ότι παρέλθει ανεπιστρεπτί. Η διάρκεια της διεργασίας του πένθους εξαρτάται από τον αριθμό και την ένταση αυτών των νοητικών διεργασιών. Έτσι υποστηρίζει ότι: « όλα τα κοινά βιώματα με το νεκρό πρέπει να “ αποσυναρμολογηθούν ”, με την βοήθεια της σκέψης και του πόνου». Σιγά-σιγά, ο πενθών πρέπει να αποδεσμεύσει κάθε γλυκεία ανάμνηση από την προσδοκία να την ξαναζήσει.

## **John Bowlby**

Ο John Bowlby θεωρεί το άγχος του αποχωρισμού, τη θλίψη, το πένθος και την άμυνα, φάσεις της ίδιας διαδικασίας. Η ιδέα του άγχους σχετίζεται με ένα σύστημα ενστικτωδών ορμών, των οποίων οι ενέργειες αναζητούν συνεχώς αντικείμενο έκφρασης. Η απώλεια της επαφής είναι αυτή που προκαλεί το άγχος, τη θλίψη και το πένθος. Ο John Bowlby υποστηρίζει ότι, οι συναισθηματικοί δεσμοί που αναπτύσσονται στα πρώτα χρόνια της ζωής, προσφέρουν μια βάση ασφάλειας και επιβίωσης για κάθε άτομο. Κάθε φορά που ένας τέτοιος δεσμός κινδυνεύει ή διαλύεται υπάρχει μια φυσιολογική αντίδραση άγχους και διαμαρτυρίας. Το αίσθημα της απώλειας επηρεάζεται από

το πώς έχουν βιωθεί οι πρώιμες σχέσεις και οι ρόλοι των συναισθηματικών δεσμών των πρώτων χρόνων της ζωής του ατόμου. Αυτό που ο Bowlby ονομάζει “αντιληπτικές δομές” αποτελούν καθοριστικούς παράγοντες των αντιδράσεων των ανθρώπων σε μελλοντικούς δεσμούς και απώλειες.

Ο John Bowlby διέκρινε τέσσερα στάδια πένθους: το πρώτο στάδιο περιλαμβάνει μια φάση απόγνωσης η οποία χαρακτηρίζεται από μούδιασμα και διαμαρτυρία. Συναντάται το φαινόμενο της άρνησης και συχνές είναι οι εκρήξεις θυμού και αναστάτωσης. Η αδυναμία αποδοχής του θανάτου του αγαπημένου είναι βασικό χαρακτηριστικό της φάσης, όπως και η αδυναμία της πλήρης κατανόησης της έκτασης της απώλειας και του θρήνου. Μερικοί από τους πενθούντες συνεχίζουν τις δραστηριότητές τους για πολλές μέρες ή εβδομάδες μετά την απώλεια να μην έχουν συλλάβει το γεγονός, και ίσως οι φίλοι μάταια περιμένουν κάποιο σημάδι θλίψης. Το στάδιο αυτό μπορεί να κρατήσει λεπτά ή μέρες και μετά να εμφανίζεται περιοδικά σε όλη τη διάρκεια του πένθους.

Το δεύτερο στάδιο αποτελεί τη φάση που ο πενθών αποζητά με πάθος και λαχτάρα το αντικείμενο που έχασε. Μέσα σε διάστημα λίγων ημερών ή δύο εβδομάδων από την απώλεια επέρχεται μια αλλαγή και αρχίζει ο πενθών, αν και μόνο αποσπασματικά, να καταγράφει την πραγματικότητα της απώλειας. Αυτό οδηγεί σε σπασμούς έντονης απόγνωσης και κρίσεις δακρύων. Ταυτόχρονα, υπάρχει μεγάλη ανησυχία, απορρόφηση από σκέψεις για το χαμένο πρόσωπο σε συνδυασμό συχνά με την αίσθηση της παρουσίας του και με τάση ερμηνείας κάποιων σημάτων και ήχων ως ενδείξεις ότι το χαμένο πρόσωπο τώρα έχει επιστρέψει. Το στάδιο αυτό μπορεί να κρατήσει μήνες ή και χρόνια σε μετριασμένη μορφή. Μερικές φορές το άτομο έχει συνείδηση της έντονης επιθυμίας να ψάξει και να ξαναβρεί το χαμένο πρόσωπο, αν και συνηθέστερα δεν έχει. Μερικές φορές αφήνεται ολοπρόθυμα σε αυτή τη λαχτάρα, όπως για παράδειγμα όταν επισκέπτεται τον τάφο ή άλλα μέρη στενά συνδεδεμένα με το

χαμένο πρόσωπο. Άλλες όμως φορές, προσπαθεί να την καταπνίξει σαν παράλογη και γελοία. Οποιαδήποτε στάση και αν έχει το άτομο απέναντι σε αυτή τη λαχτάρα, νιώθει ωστόσο την ανάγκη να ψάξει και αν είναι δυνατόν να ξανακερδίσει το χαμένο πρόσωπο.

Στο τρίτο στάδιο, το οποίο έχει περιγραφεί σαν μια φάση αποδιοργάνωσης και απόγνωσης, η πραγματικότητα της απώλειας αρχίζει πλέον να συνειδητοποιείται οριστικά. Υπάρχει η τάση για αναβίωση του παρελθόντος και ο πένθων εμφανίζεται αποσυρμένος, απαθής και παραμελεί τον εαυτό του. Συχνά εμφανίζεται το αίσθημα της απώλειας του νοήματος της ζωής. Το άτομο που πενθεί, ξαναζεί συνεχώς τις σχετικές με το άτομο που έχασε αναμνήσεις και απογοητεύεται όταν συνειδητοποιεί ότι είναι μονάχα αναμνήσεις.

Το τέταρτο και τελευταίο στάδιο ορίζεται σαν μια φάση αναδιοργάνωσης στην οποία οι πιο έντονα οδυνηρές πλευρές του πένθους αρχίζουν να υποχωρούν και ο πένθων αρχίζει να νιώθει ότι επιστρέφει στη ζωή. Όταν επέλθει βαθιά επίγνωση του γεγονότος και οι αντιληπτικές και συναισθηματικές πλευρές της σχέσης με τον νεκρό επεξεργαστούν και βιωθούν από το άτομο, τότε αυτό προβαίνει στην αλλαγή των αντιληπτικών του δομών. Η ζωή του δεν πρόκειται να είναι ποτέ ακριβώς ίδια. Θυμάται τώρα τον νεκρό με μια αίσθηση χαράς και λύπης μαζί, και η εικόνα του εσωτερικεύεται.

#### **4.5. Ψυχαναλυτική θεώρηση του Freud.**

Έχει παρατηρηθεί ότι, η αντίδραση στην απώλεια περιγραφικά, παρουσιάζει κοινά χαρακτηριστικά μεταξύ των ανθρώπων. Σύμφωνα με τις παρατηρήσεις του Sigmund Freud, η αντίδραση στο χαμό ενός αγαπημένου προσώπου συνεπάγεται μια βαθιά αλγεινή ψυχική κατάσταση, μια αναστολή του ενδιαφέροντος για ότι σχετίζεται με τον εξωτερικό κόσμο και δε θυμίζει το

νεκρό ,“ένα πάγωμα” των συναισθημάτων αγάπης, αναστολής των δραστηριοτήτων (Freud, 1980,σελ,111-112).Οι συμπεριφορές αυτές, οι οποίες περιγράφουν την κατάσταση πένθους μετά από μια απώλεια, είναι ως ένα βαθμό εξηγήσιμες και αναμενόμενες και για το λόγο αυτό όχι ιδιαίτερα ανησυχητικές. Ωστόσο, η ένταση, ο ρυθμός εμφάνισης και η διάρκειά τους είναι που θα δώσουν ή όχι , παθολογική χροιά στο πένθος. Οι αντιδράσεις που περιγράφηκαν φανερώνουν την αποκλειστική ενασχόληση του πενθούντα με το χαμένο αντικείμενο αγάπης και επομένως, τον περιορισμό ή την αναστολή άλλων δραστηριοτήτων άσχετων προς την ανάμνηση του νεκρού. Με άλλα λόγια παρατηρείται περιστολή του Εγώ του ατόμου που πενθεί, η οποία εκφράζεται με απόλυτη ψυχική επίδοση στο πένθος(Freud,1980,σελ.112).

Σύμφωνα με την κλασσική φροϋδική άποψη, σε περιπτώσεις θανάτου, το Εγώ του προσώπου που θρηνεί έχει να αντιμετωπίσει την πραγματικότητα της μόνιμης απώλειας ενός αναντικατάστατου αντικείμενου αγάπης. Αυτή η αντιμετώπιση εκ μέρους του Εγώ καλείται *δοκιμασία της πραγματικότητας*(reality testing).Το άτομο καλείται να αξιολογήσει τι έχει συμβεί και μπρος στα αμετάκλητα γεγονότα, να αποσύρει τη λιβιδινική ενέργεια με όλες τις προσκολλήσεις(attachments), προσδοκίες και ελπίδες από τον αγαπημένο μεν, νεκρό δε (lost love object) (Τσιάντης,1991,σελ.165).

Πρόκειται για μια διαδικασία εξαιρετικά επίπονη. Η αποδοχή της απώλειας είναι δύσκολη, πόσο μάλλον η συναισθηματική αποδέσμευση από τη σχέση με την εικόνα του αγαπημένου προσώπου. Το άτομο αντιστέκεται, εξεγείρεται μπροστά στην πραγματικότητα της απώλειας, αρνείται να αποσύρει τα συναισθήματα αγάπης που λογικά δεν έχουν ποιο δέκτη, ακόμη κι αν υπάρχει κάποιο άλλο πρόσωπο, έτοιμο να αναπληρώσει την κενή θέση. Η αντίσταση στην αποδοχή της οδυνηρής πραγματικότητας μπορεί να είναι τόσο έντονη , ώστε να παρακάμπτεται η πραγματικότητα και το άτομο να προσκολλάται στην

ιδέα ότι το πρόσωπο εξακολουθεί να υπάρχει (Τσιάντης,1991,σελ.166).Σε έρευνες που έχουν πραγματοποιηθεί σε χήρες γυναίκες (Parkes, 1970,σελ.444) ένα χρόνο μετά το γεγονός του θανάτου οι περισσότερες δυσκολευόταν να αποδεχτούν ότι ο σύζυγός τους είχε πεθάνει. Μερικές σκέφτονταν ακόμα το παρελθόν και είχαν την αίσθηση ότι ο σύζυγός τους ήταν παρών κάπου κοντά τους. Για καμία από τις πενθούσες δεν είχαν σβήσει οι αναμνήσεις.

#### **4.5. α. Φυσιολογική πορεία του πένθους- Ο ρόλος των αναπαραστάσεων.**

Με την πάροδο του χρόνου, η πραγματικότητα τελικά υπερτερεί. Μέσω των διεργασιών του θρήνου, η λίμπιντο αποδεσμεύεται βαθμιαία και επώδυνα, ενώ παράλληλα εξακολουθεί να υφίσταται ψυχικά η παρουσία του προσώπου που χάθηκε(Τσιάντης, 1991, σελ.166).

Μόνο αφού το πρόσωπο που θρηνεί αποδεσμευτεί από μνήμες και προσδοκίες με τις οποίες είχε επενδύσει το νεκρό, ελευθερώνεται η λίμπιντο. Προκειμένου να γίνει αυτό απαιτείται ακόμη σημαντική κατανάλωση χρόνου κι ενέργεια επένδυσης. Με την επαναδραστηριοποίηση και υπερεπένδυση των αναμνήσεων, που θα εκφραστούν με το θρήνο του ατόμου που πενθεί, συμβαίνει η απόσπαση της λίμπιντο . Τότε μόνο το άτομο μπορεί να επενδύσει σε νέες σχέσεις, να επιδοθεί σε άλλους σκοπούς και ενδιαφέροντα(Freud,1980,σελ112).Ο Freud σχετίζει την ένταση του πόνου και το χρόνο που απαιτείται προκειμένου να ολοκληρωθούν οι διεργασίες του πένθους με την απροθυμία του ατόμου να αποεπενδύσει συναισθηματικά από το συγκεκριμένο αντικείμενο αγάπης που χάθηκε. Είναι σημαντικό ότι αναφέρεται στην "εργασία του πένθους" για να δείξει ότι απαιτείται μεγάλη ψυχική και νοητική ενέργεια και προσπάθεια με σκοπό να ολοκληρωθεί(Σάλτζμπεργκερ-Ουιτενμπεργκ,1995,σελ.110).

Στο έργο του "Totem and Taboo"(1902- 1913), ο Freud αναφέρεται στο λεπτό έργο που έχει να εκτελέσει το πένθος: "Η λειτουργία του είναι να αποδεσμεύσει τον επιζώντα από αναμνήσεις κι ελπίδες για το νεκρό". Ωστόσο, ο ίδιος ο Freud γνώριζε καλά ότι αποδέσμευση από τις αναμνήσεις Δε σημαίνει "ξεχνώ" αλλά "θυμάμαι χωρίς να πονάω". Έτσι, σε μια συλλυπητήρια επιστολή προς τον Binswanger: «Αν και γνωρίζουμε ότι μετά από μια τέτοια απώλεια το οξύ πένθος θα υποχωρήσει, γνωρίζουμε επίσης ότι θα παραμείνουμε απαρηγόρητοι και ποτέ δε θα βρούμε υποκατάστατο. Οτιδήποτε και αν συμπληρώσει το κενό, ακόμα και αν καλυφθεί πλήρως, παραμένει ωστόσο κάτι διαφορετικό .Και βασικά έτσι πρέπει να είναι. Είναι ο μόνος τρόπος να διατηρήσουμε στη μνήμη την αγάπη που Δε θέλουμε να εγκαταλείψουμε»(Freud,1961b)

Συχνά γίνεται λόγος για καθυστερημένες αντιδράσεις στο πένθος. Μολονότι μπορεί να έχει περάσει καιρός από το γεγονός της απώλειας , ένας θάνατος ή η επανάληψη των συνθηκών του παλαιού θανάτου μπορεί να επαναδραστηριοποιήσουν το παλιό πένθος. Επίσης θετικές εμπειρίες στη ζωή ενός ατόμου μπορεί, μέσω συνειρμών, αμυντικών μηχανισμών, διαστρεβλωμένης αντίληψης της πραγματικότητας, να φέρουν στην επιφάνεια την περασμένη, αλλά όχι ξεχασμένη, εμπειρία της απώλειας, να αναζωπυρώσουν συναισθήματα που χαρακτηρίζουν τη διεργασία του πένθους και να εκδηλώσει το άτομο συμπεριφορές που θα χαρακτήριζαν ένα ανολοκλήρωτο πένθος. Για παράδειγμα, μια ερωτική σχέση είναι ένα πλαίσιο που ευνοεί την αναβίωση τέτοιων συναισθημάτων στο πρόσωπο του συντρόφου, του *σημαντικού άλλου* Είναι πιθανόν να υπάρχουν συναισθήματα ανασφάλειας, να εκδηλωθεί συμπεριφορά εξάρτησης και προσκόλλησης προς το σύντροφο. Επίσης ένας πιθανός χωρισμός μπορεί να βιωθεί ως βίαιη εγκατάλειψη που θα "ξυπνήσει" περασμένες επώδυνες εμπειρίες ενός

αναγκαστικού, επίσης βίαιου, αποχωρισμού από κάποιον αγαπημένο που πέθανε κι έφυγε από τη ζωή κάποιου για πάντα.

Η ιδιότητα του "άχρονου" που αποδίδεται στο ασυνείδητο εξηγεί τη δυσκολία που αντιμετωπίζει το Εγώ να αποδεχτεί την απώλεια :οι εσωτερικές αναπαραστάσεις του αντικειμένου – χαρακτηριστικές του ασυνείδητου συστήματος- είναι πάντα παρούσες και έτοιμες να ενεργοποιηθούν και να επενδυθούν ακόμη και αν το ίδιο το αντικείμενο απουσιάζει μόνιμα. Για το λόγο αυτό η διάρκεια του πένθους δεν μπορεί να καθοριστεί. Ο θάνατος για τη συνείδηση είναι μια μόνιμη απουσία, το αποτέλεσμα της βιολογικής φθοράς, το αναπόφευκτο τέλος της ύπαρξης. Το "Εγώ" εξελισσόμενο αποκτά για αυτό κάποια ιδέα(Βοναπάρτη, 1984,σελ.34). Για τον ασυνείδητο εαυτό όμως, ο θάνατος δεν υπάρχει, δε μπορεί να συμβεί σε μας, παρά μόνο αν κάποιος άλλος τον προκαλέσει (Τσιάντης,1991,σελ,161).

Ότι παραμένει στο ασυνείδητο δεν υπόκειται σε φθορά, το οποίο τελικά είναι και το ζητούμενο: να καταργήσουμε το θάνατο και να κρατήσουμε τον άλλον ζωντανό μέσα μας, να μην χάσουμε την αγάπη- επιθυμία του Άλλου, την αγάπη- επιθυμία για τον Άλλον, «...να διατηρήσουμε την αγάπη που δεν θέλουμε να εγκαταλείψουμε».

Το πέρασμα από τη μια αναπτυξιακή φάση στην άλλη, σηματοδοτείται από πολλές απώλειες.Κατά τον Freud (Emde,1995,σελ.200),το πένθος παρουσιάζεται μόνο όταν το παιδί αναπτύξει την αίσθηση του αποχωρισμού και μπορεί να συλλάβει ότι ο άλλος δεν υπάρχει πια. Όταν το βρέφος έχει αναπαράσταση της μητέρας μπορεί να την αποχωριστεί πιο εύκολα και, ταυτόχρονα, χάρη στην αναπαράσταση αυτή εξασφαλίζει το μη αποχωρισμό της. Με παρόμοιο τρόπο λειτουργεί η αναπαράσταση στη διαδικασία του πένθους. Το φορτισμένο συναισθηματικά αντικείμενο- με άλλα λόγια, η αναπαράσταση του πραγματικού αντικειμένου – εκλαμβάνεται ως ισότιμο του

αντικειμένου και επενδύεται εν απουσία αυτού. Έτσι εξασφαλίζεται η συναισθηματική εγγύτητα με αυτό, που το υποκείμενο αναζητά.

#### **4.5.β Παθολογικές αντιδράσεις στην απώλεια –Μηχανισμοί άμυνας.**

Αληθεύει ότι η έννοια του “φυσιολογικού” πένθους αναφέρεται σε μια ψυχικά επίπονη διαδικασία που όταν ολοκληρωθεί οδηγεί σε υγιή αποτελέσματα. Ωστόσο, υπάρχουν και περιπτώσεις παθολογικού πένθους .Η διάκριση φυσιολογικού και παθολογικού πένθους αφορά ακριβώς στην ολοκλήρωση ή όχι αυτής της διαδικασίας. Το είδος των αντιδράσεων στην απώλεια , ο ρυθμός, η ένταση, και η διάρκεια αυτών στο πέρασμα του χρόνου αποτελούν τα μόνα κριτήρια για την παραπάνω διάκριση, χωρίς να παραβλέπεται το γεγονός ότι η διάρκεια και η έκφραση του “φυσιολογικού” πένθους ποικίλουν σημαντικά ανάμεσα σε διαφορετικές πολιτισμικές ομάδες (Hinton,1972).

Οι περιπτώσεις παθολογικού πένθους αφορούν αντιδράσεις που εμποδίζουν ή δε διευκολύνουν το πέρασμα από τον πόνο στην αποδοχή. Πολλές φορές το άτομο, στην προσπάθειά του να αντιμετωπίσει ο γεγονός της απώλειας και να περιορίσει τον πόνο, χρησιμοποιεί αμυντικούς μηχανισμούς. Οι μηχανισμοί αυτοί εδρεύουν στην ασυνείδητη πλευρά του Εγώ και κινητοποιούνται από αυτό κάθε φορά που βιώνει μια ενορμητική απαίτηση , ή ένα συναίσθημα σαν κίνδυνο ή απειλή(Φρόντ,1978).

Οι αμυντικοί μηχανισμοί βοηθούν στην αντιμετώπιση του πόνου που γεννά η απώλεια. Ωστόσο η αποφυγή της δυσάρεστης πραγματικότητας και των επίπονων συναισθημάτων, μπορεί να καθηλώσουν το άτομο στο τραύμα της απώλειας με βλαπτικές συνέπειες για την ψυχική υγεία, τις αντικειμενοτρόπες σχέσεις και γενικά τους τομείς δράσης του.



Ένας μηχανισμός άμυνας που μπορεί να επιστρατεύσει το άτομο που πενθεί είναι αυτός του "διχασμού του Εγώ" (splitting) (Freud,1927). Πρόκειται για πρωτογενή αμυντικό μηχανισμό, στενά συνδεδεμένο με την απόθεση, στον οποίο συνυπάρχουν δύο ψυχικές στάσεις: μια φυσιολογική, που λαμβάνει υπόψη την πραγματικότητα και μια άλλη που κάτω από την επίδραση των ενορμήσεων, κατορθώνει να αποσπά το Εγώ από αυτήν (Laplanche - Pontalis, 1986,σελ.137). Συγκεκριμένα, όσον αφορά στην περίπτωση του θανάτου ενός αγαπημένου, ένα κρυφό αλλά συνειδητό κομμάτι της προσωπικότητας αρνείται το γεγονός, δηλαδή ένα σημαντικό μέρος της πραγματικότητας. Το άτομο μπορεί να ισχυρίζεται ότι υπάρχει επικοινωνία με το χαμένο πρόσωπο και ότι σύντομα αυτό θα επιστρέψει. Ωστόσο, μόνο ένα μέρος του ψυχικού οργάνου αρνείται το θάνατο ως γεγονός, ενώ ένα άλλο είναι απόλυτα ενήμερο του τι έχει συμβεί και μπορεί να συζητά με φίλους και συγγενείς το γεγονός της οριστικής απώλειας του αγαπημένου. Πρόκειται λοιπόν για συνύπαρξη δύο ασυμβίβαστων κομματιών, πολλές φορές για πολλά χρόνια. Ο "διχασμός του Εγώ" μπορεί να οδηγήσει σε ψυχιατρική ασθένεια. Σε μια από τις εργασίες του Freud(1927), αναφέρονται δύο ασθενείς που παρουσίασαν σχάση του Εγώ μετά το θάνατο του πατέρα, οι οποίοι ωστόσο δεν εμφάνισαν ψύχωση. Σε αυτή και άλλες σχετικές εργασίες, ο Freud δε συνδέει τέτοια παραδείγματα σχάσης του Εγώ με την παθολογία του πένθους γενικότερα, ούτε με το παιδικό πένθος ειδικά. Αναγνωρίζει ωστόσο ότι ο μηχανισμός αυτός αποτελεί συνηθισμένο επακόλουθο εμπειριών απώλειας στα πρώτα χρόνια της ζωής(Μπόλμπυ,1995, σελ.98)

Όπως θα δούμε παρακάτω, ο μηχανισμός αυτός λειτουργεί και στην πάθηση της μελαγχολίας, η οποία μπορεί να εμφανιστεί μετά την απώλεια ενός αντικειμένου αγάπης. Ο Freud δείχνει ότι υπάρχει εκεί μια πραγματική διχοτόμηση του Εγώ, σε κατηγορο ( το Υπερεγώ) και το κατηγορούμενο, διχοτόμηση που προκύπτει μέσω μιας διαδικασίας εσωτερίκευσης, από μια

διυποκειμενική σχέση (Laplanche-Pontaliev, 1986, σελ.4): οι αυτοκατηγορίες είναι κατηγορίες εναντίον ενός αντικειμένου αγάπης , οι οποίες αναστρέφονται από αυτό προς το ίδιο το Εγώ. «Οι κατηγορίες(του μελαγχολικού) γίνονται αιτιάσεις (καταγγελίες ενάντια σε κάποιον άλλο)». (Freud, 1980, σελ.117)

Ο μηχανισμός αυτός δεν είναι ο μόνος που μπορεί το άτομο να κινητοποιήσει προκειμένου να αμυνθεί απέναντι στον πόνο της απώλειας, Μπορεί αρχικά ο πένθων να προχωρήσει σε πλήρη άρνηση της πραγματικότητας, ενεργοποιώντας το μηχανισμό της απόθησης (Hinton,1972, σελ.180) Η επίγνωση της απώλειας και των αλλαγών στον τρόπο ζωής που αυτή συνεπάγεται, προσωρινά εκτοπίζεται από τη συνείδηση ,μέχρις ότου τα γεγονότα δεν αφήνουν περιθώρια άρνησης. Υπάρχουν περιπτώσεις που η άρνηση παίρνει μη φυσιολογικές διαστάσεις και μπορεί το άτομο να επιμένει ότι ο αγαπημένος Δε χάθηκε, προβάλλοντας ψευδαισθήσεις της παρουσίας του ως αποδείξεις της ύπαρξής του: το άτομο είδε ή άκουσε το νεκρό, αναγνώρισε τα βήματά του στις σκάλες, τον ήχο των κλειδιών στην πόρτα κ.α. Συνήθως αναγνωρίζεται τελικά το παιχνίδι των αισθήσεων, αλλά συχνά η εμπειρία αυτή είναι ιδιαίτερα ζωντανή , γέννημα της επιθυμίας και ασυνείδητης ελπίδας για αποτροπή της εγκατάλειψης (Parkes,1962). Αν το άτομο συμβιβαστεί με τα συναισθήματα που εγείρει η απώλεια του αγαπημένου, θα δεχτεί τελικά την απώλεια ως αμετάκλητο γεγονός (Hinton,1972,σελ.181).

Μια παθολογική αντίδραση στην απώλεια, στην οποία ο Freud κάνει ιδιαίτερη αναφορά είναι η μελαγχολία(1980). Όπως θα δούμε παρακάτω, τη διακρίνει από το πένθος ως προς δύο βασικά σημεία: το ένα αναφέρεται στη σχέση του ατόμου με το εαυτό, και το άλλο στη σχέση του ατόμου με το χαμένο αντικείμενο. Τα σημεία αυτά αλληλοεμπλέκονται, εξαιτίας της ταύτισης του ατόμου με το χαμένο αγαπημένο αντικείμενο.

Στη μελαγχολική αντίδραση , όλες ο συμπεριφορές είναι ίδιες με αυτές του πένθους, με την επιπρόσθετη όμως διαταραχή του αισθήματος αυτοεκτίμησης

(Freud,1980,σελ.114). Παρατηρείται μείωση του αισθήματος αυτού, που εκφράζεται με αυτοκατηγορίες και μπορεί να φτάσει μέχρι την παραληρηματική προσμονή τιμωρίας ή την αυτοτιμωρία . Όπως και στη περίπτωση του πένθους, ο κόσμος, μετά το θάνατο του αγαπημένου, έχει γίνει για το άτομο πιο κενός και φτωχός η ζωή ασήμαντη και χωρίς αξία. Το άτομο στην κυριολεξία, αποσύρεται συναισθηματικά από τον περιβάλλοντα κόσμο. Η λεπτή διαφορά σε σύγκριση με το πένθος είναι ότι στην περίπτωση της μελαγχολίας, φτωχό, κενό κι ανάξιο γίνεται το ίδιο το Εγώ (Freud,1980,σελ.114), σαν να ντρέπεται το άτομο για την ύπαρξή του. Η Chasseguet- Smirgel(1985) αναφέρει ότι, η απώλεια της αγάπης που είναι ισοδύναμη με την απώλεια της αυτοεκτίμησης , μπορεί να καταλήξει σε πολύ συγκεκριμένα συναισθήματα τα οποία έχουν συνδεθεί με την ντροπή.

Μέσα στο παραλήρημα της μηδαμινότητας, ανέγγιχτο από την κριτική Δε μένει ούτε το παρελθόν του πενθούντα, ούτε οι σχέσεις που έχει δημιουργήσει. Οικτίζει τους δικούς του που βαρύνονται από την παρουσία του, Δε βρίσκει τίποτε αξιόλογο στην πορεία της μέχρι τώρα ζωής του κι εμμένει σε αναφορές σε ηθικά καταδικαστέες πράξεις του. Η κρίση αυτή συμπληρώνεται με συμπτώματα αϋπνίας, άρνηση τροφής, αδιαφορία για την αυτοσυντήρησή του και γενικά με συμπεριφορές που εναντιώνονται στο ένστικτο της ζωής. Η ταύτιση με το νεκρό στην περίπτωση της μελαγχολίας είναι εντονότατη, αφού μαζί του φαίνεται να χάθηκε και η επιθυμία του ατόμου για τη ζωή (Freud,1980). Σύμφωνα με τη φροϋδική σκέψη , κάθε ταύτιση εξυπηρετεί το σκοπό της στο βαθμό που οδηγεί συγχρόνως στο πένθος του αντικειμένου και στην επιβίωσή του μέσω της ταυτισιακής ιδιοποίησης(Ποταμιάνου,1988,σελ.8)

Στη *μελαγχολική αντίδραση*, το επιθετικό ένστικτο αντί να συγχωνευτεί με τη δύναμη για ζωή κι έτσι να εξασφαλίζεται ένα στοιχείο επιθετικής δύναμης που να στοχεύει στην ένωση, στη θετικότητα, στη δημιουργία, φαίνεται ότι λειτουργεί διαχωρισμένο, στρέφεται προς τα έσω, ενάντια στον ίδιο τον

οργανισμό στοχεύοντας την καταστροφή ή αποσύνθεση αυτού. Ο Freud, στο βιβλίο του *Beyond the Pleasure Principle* (1920), διατύπωσε μια τολμηρή υπόθεση για τον δυισμό των εμφύτων ενορμήσεων, στην οποία βασίζεται η παραπάνω άποψη.

Ο Karl Abraham παραδέχτηκε την άποψη του Freud σχετικά με την ύπαρξη μεγάλου χάσματος μεταξύ εμφύτων ενορμήσεων την ύπαρξη μιας εμφυτης πάλης μεταξύ αγάπης και μίσους, δημιουργίας και καταστροφής, μέσα από τις παρατηρήσεις του κατά την ανάλυση ενηλίκων που έπασχαν από σοβαρή μελαγχολία (Abraham, 1924).

Νεότεροι εκπρόσωποι της ψυχαναλυτικής σχολής υποστήριξαν ότι το κυρίαρχο συναίσθημα που σχετίζεται με τη μελαγχολία δεν είναι η ενοχή και αυτομομφή, αλλά η αίσθηση απώλειας της ελπίδας και η εξάντληση των ψυχικών αποθεμάτων (Catch, 1965).

Η ματαιότητα που χαρακτηρίζει τη μελαγχολική αντίδραση και που συμπληρώνεται από αυτομομφές, περιέργως δε συνοδεύεται από αίσθημα ντροπής μπρος στους άλλους. Αντίθετα, στη μελαγχολική αντίδραση το άτομο μοιάζει να βρίσκει ικανοποίηση εκθέτοντας τον εαυτό του. Σύμφωνα με τον Freud, πιθανώς το άτομο στην κατάσταση αυτή να βρίσκεται σε μια μεγάλη οξυδέρκεια και πολλά από τα "κατηγορώ" που εξαπολύει να ακούγονται υπερβολικά αλλά και να κρύβουν κάποια ίχνη αλήθειας (Freud, 1980, σελ. 116). Προφανώς το άτομο είναι στερημένο από ενδιαφέρον, ανίκανο για αγάπη και δραστηριότητα, όσο ακριβώς ισχυρίζεται πως είναι. Ο βαθμός της αυτοκριτικής και ο τρόπος που εκδηλώνεται ως συμπεριφορά είναι κάτι που κάνουν αυτή την άγνωστη εσωτερική διεργασία ανησυχητική και γενικότερα παθολογική.

Στην προσπάθεια εξήγησης της αντίδρασης, ο Freud κάνει λόγο για *απώλεια του Εγώ* (Freud, 1980, σελ. 116). Ενώ το άτομο έχει υποστεί μια απώλεια που αφορά το αντικείμενο, αυτό που η μελαγχολική αντίδραση εκφράζει, είναι μια απώλεια που αφορά το Εγώ του και συγκεκριμένα, τον αυτοσεβασμό του.

Δεν πρόκειται για αντίφαση αλλά για κεκαλλυμένη, μεταφορά: οι αυτομομφές προορίζονται για ένα αντικείμενο αγάπης, όμως έχουν αντιστραφεί κι αντί για το αντικείμενο, απευθύνονται στο Εγώ. Επομένως δεν εγείρουν ντροπή γιατί κατά βάθος πρόκειται για κατηγορίες απέναντι σε κάποιον άλλο. Αντί η λήμπιντο να αποσυρθεί από το χαμένο αντικείμενο και να μετατεθεί σε κάποιο νέο αντικείμενο όπως θα αναμενόταν, αποσύρθηκε στο Εγώ και χρησιμοποιήθηκε με τέτοιο τρόπο, ώστε να συντελεστεί μια ταυτοποίηση του Εγώ με το χαμένο αντικείμενο. Χαρακτηριστικά, ο Freud μιλά για σκιά του αντικειμένου που έπεσε πάνω στο Εγώ.

Συνοψίζοντας, δύο είναι οι όροι που χρησιμοποιούνται για να δηλώσουν τις διαδικασίες που λειτουργούν στην παθολογία του πένθους: καθήλωση και απώθηση. Καταστάσεις διχασμού και απώθησης των συναισθημάτων που πυροδοτεί η απώλεια επηρεάζουν τη συμπεριφορά με περίεργους και παραμορφωτικούς τρόπους. Από αυτή την κατάσταση πηγάζουν πολλοί τύποι διαταραχής χαρακτήρα και νευρωτικές ασθένειες (Μπόλμπυ, 1995.σελ.88) Σε καταστάσεις μελαγχολικής αντίδρασης, μιλάμε για ισχυρή καθήλωση σε ένα αντικείμενο αγάπης. Ασυνείδητα το άτομο παραμένει καθήλωμένο στο χαμένο πρόσωπο, ενώ η έντονη επιθυμία για επανάκτηση του και ο θυμός για την εγκατάλειψη, μαζί με αμφιθυμικά συναισθήματα που συνυπάρχουν, απωθούνται ή στρέφονται στο Εγώ.

Το άτομο μέσω της ταυτοποίησης, προσπαθεί να διατηρήσει τη σύνδεση με το αντικείμενο και νιώθοντας την απώλεια ως εγκατάλειψη, παλινδρομεί στο ναρκισσισμό . Στην προσπάθειά του να αμυνθεί απέναντι στον πόνο που γεννά η απώλεια, αποσύρει την αντικειμενότροπο λήμπιντο του από τα γύρω του πρόσωπα και συγκεντρώνει πάνω του. Στο έργο του "On Narcissism" (1914), ο Freud αναφέρεται σε κοινωνικό άγχος σαν αποτέλεσμα της απώλειας της αγάπης και η οποία όταν υπάρχει τρέφει τον ναρκισσισμό. Όπως το Εγώ, μπροστά σε ένα επικείμενο κίνδυνο ή σε μια τραυματική εμπειρία, αντιδρά με

παλινδρόμηση, έτσι μπορεί και η λιβιδινική ζωή να παλινδρομήσει από την αντικειμενόμενο στη ναρκισσιστική αγάπη, ώστε να μειωθεί το άγχος της απώλειας. Ψάχνει μέσα του αυτό που χάθηκε χωρίς να μπορεί να προσδιορίσει τι έχει να χάσει με την απώλεια του αγαπημένου (Freud, 1980,σελ.113). Στη μελαγχολία, σε αντίθεση με το πένθος, η φύση της απώλειας είναι κάπως πιο ιδεατή: το αντικείμενο μπορεί να μην είναι πραγματικά νεκρό, αλλά είναι σίγουρα χαμένο σαν αντικείμενο αγάπης. Συμπερασματικά, η μελαγχολία συνδέεται κατά κάποιο τρόπο με μια απώλεια του αντικειμένου, άγνωστη στη συνείδηση, σε αντιδιαστολή με το πένθος, όπου τίποτα από όσα αφορούν την απώλεια δεν είναι ασυνείδητο. Για το λόγο αυτό στη μελαγχολία γίνεται λόγος όχι για απορρόφηση του Εγώ από την εργασία του πένθους, αλλά για φθορά του εξαιτίας της αδυναμίας να προσδιορίσει την απώλεια ώστε να πενήσει τελικά (Freud,1980, σελ.114).

Βασική προϋπόθεση του Freud είναι ότι οι ορμές του ανθρώπου είναι εδραιωμένες μέσα του ασυνείδητα, δηλαδή είναι στο μεγαλύτερο μέρος τους απωθημένες. Μόνο για αυτό το λόγο ο άνθρωπος εκφράζει επιθυμίες, επειδή γυρεύει το αντικείμενο εκείνων των ορμών στον Άλλον (Μπούρας, ανέκδοτο). Η "έλλειψη" του υποτιθέμενου χαμένου αντικειμένου εκείνων των ορμών γεννά την επιθυμία για τον Άλλον. Όταν ο Άλλος παύει να υπάρχει, το υποκείμενο στερείται το να επιθυμεί τον Άλλο και ταυτόχρονα το να είναι η επιθυμία του Άλλου, καθώς κι αυτός με τη σειρά του ζητούσε ένα χαμένο αντικείμενο. Η πολύπλοκη αυτή λειτουργία του ασυνείδητου κομματιού του ψυχικού οργάνου αφορά μια απώλεια του αντικειμένου άγνωστη στη συνείδηση, που μοιραία προκαλεί ασυνείδητη σύγχυση. Εξαιτίας της σύγχυσης αυτής γίνεται δύσκολο να ελευθερωθεί και να επενδυθεί η λίμπιντο σε μια νέα σχέση. Αντίθετα, η ταύτιση με το χαμένο αντικείμενο υποκαθιστά την ερωτική επένδυση, ώστε να μην εγκαταλειφθεί η σχέση αγάπης, παρά την διάσπασή της

λόγω της απώλειας. Επιπλέον με την καταφυγή της αγάπης στο Εγώ, το άτομο αποφεύγει τον κίνδυνο να χάσει ακόμη μια φορά την αγάπη και να ξαναπονέσει.

Οι αντιδράσεις στην απώλεια του αγαπημένου αποκαλύπτουν την αμφιθυμία που διέπει τις σχέσεις αγάπης και τους συναισθηματικούς δεσμούς μεταξύ των ανθρώπων (Freud, 1902-1913,σελ.116/ 1980).Τα αμφιθυμικά συναισθήματα βρίσκουν έκφραση μέσω της ταυτοποίησης: αν η ερωτική επένδυση προς το αντικείμενο δεν μπορεί να εγκαταλειφθεί, ενώ το αντικείμενο εγκαταλείπεται, τότε το άτομο βρίσκει στον ίδιο τον εαυτό του το υποκατάστατο που θα γίνει δέκτης όλων των συναισθημάτων που θα αναδυθούν.Όταν έρχεται η διάσπαση του δεσμού, η προσαρμογή στην απώλεια γίνεται δύσκολη, καθώς ούτε η αγάπη ούτε το αντικείμενο ήταν τέλεια. Η προσαρμογή στην πραγματικότητα της απώλειας προϋποθέτει αφομοίωση και των ευχάριστων και των δυσάρεστων στοιχείων της προσωπικότητας του νεκρού: Ο πενθών που δεν μπορεί να "αντέξει" αρνητικά συναισθήματα για το νεκρό, θα αυτοκατηγορηθεί συνειδητά ή ασυνείδητα ότι επιθυμούσε αυτό το θάνατο. Πρόκειται για πρωτογενή τρόπο σκέψης (Hinton,1972,σελ.184), που έχει τις ρίζες στην παιδική πεποίθηση για παντοδυναμία και ικανότητα μαγικής σκέψης, σαν αυτός που σκέφτεται αρνητικά για κάποιον να φέρει ευθύνη για το θάνατό του. Τέλος οι εκλυτικές αιτίες της μελαγχολίας γενικεύονται πέρα από τη φυσική απώλεια σε όλες τις καταστάσεις που μπορούν να εισάγουν στη σχέση αμφιθυμικά συναισθήματα όπως, για παράδειγμα, στην ερωτική σχέση(Freud,1980).

#### **4.6. Melanie Klein: Άγχη σε σχέση με την απώλεια λόγω θανάτου (bereavement) και το πένθος.**

Σε περιπτώσεις απώλειας λόγω θανάτου, η τραγικότητα του πόνου του ατόμου που θρηνεί, έγκειται στο φόβο ότι το εσωτερικευμένο καλό αντικείμενο χάθηκε, όπως χάθηκε και το πραγματικό πρόσωπο. Σύμφωνα με την Klein, το άτομο που θρηνεί χρειάζεται όχι μόνο να επαναβιώνει την απώλεια ανανεώνοντας τους δεσμούς του με τον εσωτερικό του κόσμο, αλλά, συγχρόνως, μέσα από την εμπειρία, να ξανακτίσει τον εσωτερικό του κόσμο τον οποίο αισθάνεται ότι κινδυνεύει να καταρρεύσει (Klein, 1940, σελ.321). Αυτό το αίσθημα της κατάρρευσης γενικεύεται σε όλους τους τομείς της δράσης του ατόμου. Κλονίζεται η βάση της ζωής του, η πίστη του σε γονείς που μπορούν να τον στηρίξουν και η πίστη στα δικά του θετικά στοιχεία, με αποτέλεσμα να αισθάνεται ότι βρίσκεται μόνος αντιμέτωπος με τον κόσμο ανεξέλεγκτο και απρόβλεπτο, όπως στη βρεφική ηλικία. Αισθήματα ανημποριάς και αδυναμίας αντίδρασης, ματαιότητας και αδικίας, συνοδευόμενα από θυμό και παράπονο, συνθέτουν την εικόνα του εσωτερικού κόσμου του πενθούντα.

Η περίπτωση της γονεϊκής απώλειας κλονίζει ακόμη περισσότερο το αίσθημα εμπιστοσύνης του ατόμου προς τον εξωτερικό κόσμο, αλλά και προς τον εαυτό, ειδικά όταν στη θέση του πενθούντα βρίσκεται ένα παιδί, ένας έφηβος ή ένας νεαρός ενήλικας, που ακόμη στηρίζεται στο γονεϊκό πρόσωπο κι έχει αυτό ως πρότυπο δύναμης. Η επιβεβλημένη στέρηση, από τον απρόσωπο, μη λογικά αντιληπτό θάνατο, του πιο σημαντικού αντικειμένου αγάπης για ένα παιδί, ισοδυναμεί με τη συντριβεί ενός συμβόλου παντοδυναμίας, με το οποίο έχει ταυτιστεί το παιδί κατά την εξέλιξή του και ξαφνικά, όταν εγκαταλείπεται από αυτό, νιώθει προδομένο.

Όπως ακριβώς στη βρεφική ηλικία η εξιδανίκευση ήταν ένας τρόπος εξουδετέρωσης των συναισθημάτων καταδίωξης, έτσι και το άτομο που πενθεί



προσπαθεί να επανοικοδομήσει το νεκρό εξιδανικεύοντάς τον, και βρίσκει ανακούφιση στην ενθύμηση όλων των καλών ιδιοτήτων του. Σε μια προσπάθεια να προστατεύσει τον νεκρό από την επιθετικότητα ( και την εσωτερική καταστροφικότητα), τη στρέφει εναντίον εκείνων που είναι ζωντανοί ΄ξ εναντίων του εαυτού του. Έτσι μπορεί να ρίξει την ευθύνη για τη στέρηση που βιώνει στο γιατρό, στη μοίρα ή στο Θεό, όπως ακριβώς στην παιδική ηλικία ο πατέρας μπορεί να θεωρήθηκε υπεύθυνος που απομάκρυνε προσωρινά τη μητέρα (Σάλτζμπεργκερ-Ουίτενμπεργκ, 1995, σελ119).

Μόνο μέσα από τη σταδιακή ελάττωση των συναισθημάτων καταδίωξης έρχεται στο προσκήνιο ο αληθινός πόνος για την απώλεια, και μαζί με αυτόν δάκρυα ανακούφισης. Μέσα από το αίσθημα ευγνωμοσύνης για τη χαμένη καλή σχέση μπορεί τελικά να αναπηδήσει η επιθυμία να δοθεί αυτή η αγάπη, που βιώθηκε στο παρελθόν, σε άλλους. Με αυτόν τον τρόπο, η αγάπη και η φροντίδα που βιώθηκαν δε σπαταλήθηκαν, αλλά εξακολουθούν να είναι ζωντανές στον εσωτερικό κόσμο και να ευεργετούν τους άλλους (Σάλτζμπεργκερ-Ουίτενμπεργκ, 1995, σελ119).

Στην περίπτωση που η σχέση υπήρχε πριν από το θάνατο ήταν ασυνήθιστα αμφιθυμική, τότε συναισθήματα αυτοκατηγοριών, ενοχής και καταδίωξης είναι πολύ πιο έντονα, δεν υποχωρούν και παρεμποδίζουν την αποκατάσταση μιας εσωτερικά καλής σχέσης με το πρόσωπο που χάθηκε (Σάλτζμπεργκερ-Ουίτενμπεργκ, 1995, σελ118). Αν η επιθυμία για ζωή ισοδυναμεί περισσότερο με θριαμβευτική εγκατάλειψη του νεκρού –κάτι που έως ένα βαθμό συμβαίνει σε όλους όσους θρηνούν κάποιο αγαπημένο τους πρόσωπο ((Klein,1940)-, παρά με τη συνέχιση της σχέσης μέσα από την εσωτερική επεξεργασία των συναισθημάτων στο παρόν, τότε το παρελθόν δε μπορεί να εγκαταλειφθεί χωρίς συναισθήματα καταδίωξης και ενοχής. Αυτό μπορεί να έχει ως αποτέλεσμα την απόλυτη υποταγή στο πρόσωπο που χάθηκε

και την παντοτινή εξιδανίκευσή του (Σάλτζμπεργκερ-Ουίτενμπεργκ, 1995, σελ123-124).

Οι κοντινοί συγγενείς και στενοί φίλοι μπορούν να εξουδετερώσουν τα συναισθήματα του ατόμου που θρηνεί για το ότι έχει μείνει μόνος, χωρίς φροντίδα και αγάπη. Με βάση αυτές τις καλές εσωτερικές εμπειρίες το άτομο μπορεί να αρχίσει να ξαναχτίζει τον εσωτερικό του κόσμο και το παρελθόν. Η διεργασία του θρήνου μπορεί να οδηγήσει σε εμπάθυνση του συναισθήματος, μεγαλύτερη ικανότητα για συναισθηματική προσβλητική ταύτιση προς άλλους που υποφέρουν σε μεγαλύτερη απαρτίωση των αρνητικών και θετικών στοιχείων της προσωπικότητας, και τελικά σε συναισθηματική ωρίμανση (Σάλτζμπεργκερ-Ουίτενμπεργκ, 1995, σελ119,126).

#### **4.7. Παιδική αντίληψη του θανάτου.**

Τα παιδιά δεν είναι τόσο προστατευμένα από τα τραυματικά γεγονότα της ζωής όσο θα ήθελαν οι ενήλικες να πιστεύουν. Ακόμα και σήμερα, στην προσπάθειά τους, συχνά να τα προφυλάξουν από έναν τραυματισμό, ξεχνούν ότι εκείνα διαθέτουν ένα διαφορετικό τρόπο ιεράρχησης των απωλειών που υφίστανται. Έτσι, η απώλεια μιας μπάλας ή μιας κούκλας μπορεί, για ένα παιδί, να προκαλέσει, κατά περίεργο τρόπο, τόση θλίψη όση και η απώλεια ενός αγαπημένου προσώπου. Η απόσταση που μας χωρίζει από τον κόσμο των παιδιών είναι υπεύθυνη για τις εκπλήξεις που μας επιφυλάσσουν οι απαντήσεις και οι αντιδράσεις τους απέναντι στον θάνατο. Καθήκον ωστόσο των ενηλίκων δεν αποτελεί η προφύλαξη των παιδιών από τα τραγικά αυτά γεγονότα της ζωής, αλλά η βοήθειά τους προκειμένου να συμβιβαστούν με αυτές τις απώλειες. Παραλείποντας αυτή τους την ευθύνη, βυθίζουν τα παιδιά σε απόγνωση και μοναξιά, φοβισμένα να παλεύουν ταυτόχρονα για το μυστήριο

της ζωής και του θανάτου, τους φόβους τους σχετικά με το θάνατο, την απώλεια ενός αγαπημένου.

Τα στάδια της συναισθηματικής και γνωστικής εξέλιξης των παιδιών παίζουν σημαντικό ρόλο στην αντίληψη, ερμηνεία και κατανόηση του θανάτου. Η δυνατότητα των παιδιών να κατανοήσουν το θάνατο εξαρτάται από τη δυνατότητά τους να κατανοούν αφηρημένες έννοιες. Οι διαφορές που εμφανίζουν τα παιδιά στις πεποιθήσεις τους σχετικά με το θάνατο σχετίζεται σε μεγάλο βαθμό, με το αναπτυξιακό στάδιο της ζωής τους. Οι αντιδράσεις και οι συμβιβασμοί στους οποίους προβαίνουν, εξαρτάται από την εκτίμηση, την κατανόηση και τη δημιουργία νοήματος σχετικά με όσα τους συμβαίνουν. Το αναπτυξιακό στάδιο των παιδιών δεν επηρεάζει μόνο τον τρόπο με τον οποίο αντιλαμβάνονται το θάνατο, αλλά και το τι βιώνουν σαν απώλεια, το οποίο αφορά στο πώς αντιλαμβάνονται τη σχέση που χάνουν καθώς και τους μηχανισμούς αντιμετώπισης που διαθέτουν. Η διαμόρφωση νοήματος για τις διάφορες καταστάσεις που άτομο βιώνει αποτελεί μια ενεργητική διαδικασία η οποία ωστόσο δεν είναι πάντα συνειδητή. Ανεξάρτητα από το πόσο μικρό είναι το παιδί, αγωνίζεται να προσδώσει κάποιο νόημα σε ό,τι του συμβαίνει.

Οι ενήλικες θα πρέπει να κατανοήσουν ότι η πραγματικότητα των παιδιών έχει μια δική της συνέπεια και ακεραιότητα. Τα νοήματα των παιδιών μοιάζουν παράξενα στους ενήλικες, αν δεν ληφθεί υπόψη ότι αυτά, αντανακλούν την ηλικία, το αναπτυξιακό επίπεδο και τις εμπειρίες της ζωής τους.

Για κάθε ηλικία των παιδιών, η βοήθεια των ενηλίκων θα πρέπει να αφορά στην ενίσχυση και τη διευκόλυνση της ικανότητας για αντιμετώπιση των απωλειών που υφίστανται, και στην αναγνώριση ότι τα παιδιά είναι ενεργητικοί συμμετέχοντες της ζωής τους. Τα ο τελευταίο σημαίνει ότι, τα είδη των αντιδράσεών τους δεν είναι στατικά και ότι τα παιδιά ταυτόχρονα παρακινούν γεγονότα και αντιδρούν σε γεγονότα που συμβαίνουν γύρω τους. Σύμφωνα με τον Piaget τα παιδιά από τη στιγμή της γέννησής τους επενεργούν στο

περιβάλλον τους. Αλλάζουν και εξελίσσονται καθώς ωριμάζουν και αναπτύσσονται, κυρίως όσον αφορά το πώς βλέπουν τον εαυτό τους. Η διαμόρφωση της αντίληψης του εαυτού σχετίζεται στενά με την ανάπτυξη της ικανότητας να αντανακλούν πάνω στη συμπεριφορά τους και στους ρόλους των άλλων στη ζωή τους. Καθώς η αντίληψη του εαυτού αναδύεται και αλλάζει, οδηγεί στη διαφοροποίηση του τρόπου οργάνωσης και διαμόρφωσης νοήματος των εμπειριών στα διάφορα αναπτυξιακά στάδια της ζωής.

#### **4.7. α. Παιδιά προσχολικής ηλικίας**

Ο Jean Piaget έχει αποδείξει ότι το παιδί, για να αφομοιώσει πλήρως την έννοια του θανάτου, πρέπει να φτάσει στην ηλικία των 7-8 ετών, δηλαδή, να συνειδητοποιήσει τις δύο απαραίτητες έννοιες, της ολότητας και της μη αντιστρεψιμότητας. Τα παιδιά της προσχολικής ηλικίας βρίσκονται στο στάδιο της προλογικής σκέψης. Παρά το γεγονός ότι η ανάπτυξη του λεξιλογίου, καθώς και το συμβολικό νόημα συνοδεύει τις λέξεις πραγματοποιείται με γοργούς ρυθμούς για τα παιδιά της ηλικίας 3-5 ετών, η επικοινωνία μέσω του παιχνιδιού, της ζωγραφικής και του συμβολικού παιχνιδιού μοιάζει να είναι περισσότερο αποτελεσματική στην κατανόηση του τρόπου σκέψης τους.

Κεντρικό ρόλο στην κατανόηση των σκέψεων των παιδιών αυτής της ηλικίας είναι ο εγωκεντρικός τους προσανατολισμός. Ο εγωκεντρισμός αυτός αφορά στην έλλειψη διαφοροποίησης μεταξύ του εσωτερικού και του φυσικού τους κόσμου. Αυτή η έλλειψη διαφοροποίησης οδηγεί σε τρία είδη σκέψεων: α) ανιμιστική σκέψη, όπου το παιδί πιστεύει ότι οτιδήποτε κινείται είναι ζωντανό. Έτσι μπορεί να θεωρηθεί ότι ένα αντικείμενο είναι ζωντανό, ότι χρειάζεται φαγητό και ύπνο. Η ανιμιστική αυτή θεώρηση είναι φυσιολογική. Σταδιακά, όμως, ξεθωριάζει μέσω της εκπαίδευσης και της εμπειρίας, β) μαγική

σκέψη, όπου τα παιδιά αποδίδουν σε αντικείμενα καθώς και στα ίδια μαγικές ιδιότητες και ικανότητες. Αντικείμενα μπορούν να κάνουν άλλα αντικείμενα και γεγονότα να υπακούσουν σε αυτά. Τα παιδιά πιστεύουν ότι αυτό γίνεται και με τη σκέψη μόνο. Επειδή συνήθως παίρνουν ότι ζητούν, δημιουργούν την πεποίθηση ότι οι επιθυμίες τους είναι παντοδύναμες, για αυτό αν κάποτε το παιδί, πάνω στο θυμό του ευχηθεί το θάνατο ενός αγαπημένου προσώπου, και αυτό συμβεί στην πραγματικότητα, μπορεί να πιστέψει ότι το ίδιο προκάλεσε το θάνατο, γ)τεχνική σκέψη, όπου το παιδί πιστεύει ότι όλα τα αντικείμενα και τα γεγονότα κατασκευάζονται προκειμένου να υπηρετήσουν τον άνθρωπο.

Ο διαχωρισμός ανάμεσα στην αντιληπτική και συναισθηματική – ψυχολογική ανάπτυξη είναι λιγότερο ευδιάκριτος στην ηλικία αυτή. Οι δύο ψυχολογικές αντιδράσεις που εμφανίζονται στο στάδιο αυτό είναι το άγχος του παιδιού στον αποχωρισμό από τους γονείς και η ανικανότητα του παιδιού να αντέξει τα έντονα συναισθήματα και τις αντιδράσεις του γονιού, όπως λύπη και κλάμα.

Η έννοια του θανάτου δεν έχει ακόμη αφομοιωθεί από τα παιδιά αυτής της ηλικίας. Ωστόσο, έχουν ήδη σχηματιστεί κάποιες αόριστες εικόνες, όπως η ιδέα του παρατεταμένου ύπνου ή της καταστροφής (λουλούδια ή έντομα σε αποσύνθεση). Τα παιδιά κάνουν ερωτήσεις και ενδιαφέρονται για τις αλλαγές που υφίσταται το σώμα. Στην ηλικία αυτή, ρωτούν αν ο νεκρός τρώει, κοιμάται ή πονάει. Σε περίπτωση θανάτου ενός αγαπημένου βρίσκονται σε αβοήθητη και παθητική θέση. Όλες τους οι ανάγκες καθώς και η επανάκτηση της ισορροπίας τους βασίζεται στους ενήλικες. Τα παιδιά μπορούν να εκφράσουν τη λύπη τους, αν οι μεγάλοι τους το επιτρέψουν. Κι αυτή η λύπη τους δεν καταργεί το γέλιο και το παιχνίδι τους. Καταλαμβάνει το παιδί σε ανύποπτο χρόνο, χωρίς καμία προειδοποίηση. Συχνά, περίοδοι υπερκινητικότητας εναλλάσσονται με περιόδους κατάπτωσης. Η υπερκινητικότητα είναι απαραίτητη για την εκτόνωση της μυϊκής έντασης που οφείλεται στη ματαίωση (απουσία ενός

εξωτερικού αντικειμένου που θα μπορούσε να ικανοποιήσει την ενόρμηση του υποκειμένου).

Ωστόσο τα μικρά παιδιά προστατεύονται από την έλλειψη μιας σειράς αντιλήψεων, καθώς και από τη μειωμένη ικανότητα να κατανοούν τις μακροπρόθεσμες επιπτώσεις μιας τέτοιας απώλειας. Τα μικρότερα παιδιά πιστεύουν ότι το αγαπημένο πρόσωπο θα επιστρέψει και ο ρόλος το παράγοντα αυτού δε θα πρέπει να υποτιμάται στη διεργασία του πένθους.

#### **4.7. β. Παιδιά σχολικής ηλικίας**

Το παιδί 7-9 ετών αρχίζει συλλαμβάνει τη μονιμότητα της απουσίας που συνεπάγεται ο θάνατος . Μπορεί, ακόμα να εκδηλώσει το φόβο του θανάτου για τον εαυτό του ή για κοντινά του πρόσωπα. Όσο και αν έχει εξοικειωθεί με το θάνατο, χάρη στην τηλεόραση και στα βιβλία, δεν φτάνει στο σημείο να συνειδητοποιήσει ότι μπορεί να συμβεί και στη δική του οικογένεια. Το άγχος λοιπόν, του φανταστικού θανάτου απέχει πολύ από τον πραγματικό θάνατο. Στην ηλικία των 9-10 χρονών περίπου, ο θάνατος γίνεται αντιληπτός σαν κάτι που μπορεί να συμβεί στο παιδί αλλά και στο γονιό. Τα περισσότερα παιδιά σε αυτή την ηλικία παρουσιάζουν ξεκάθαρους και ώριμους μηχανισμούς άμυνας απέναντι στο θάνατο . Τα παιδιά δέχονται το αναπόφευκτο του θανάτου και το τελετουργικό που σχετίζεται με αυτόν, και εμφανίζουν μια βαθύτερη κατανόηση της βιολογικής διεργασίας του θανάτου και της οριστικότητάς του.

Η ικανότητα για λογική σκέψη αναπτύσσεται γρήγορα στα παιδιά αυτής της ηλικίας και γίνεται ένα πολύ δυνατό εργαλείο το οποίο θα χρησιμοποιήσουν προκειμένου να ελέγξουν την αναστάτωση που προέρχεται από το γεγονός της απώλειας. Όπως και τα μικρότερα παιδιά έχουν την τάση να θεωρούν τον εαυτό τους υπεύθυνο και ένοχο για το δυσάρεστο γεγονός. Σε αντίθεση ωστόσο, με τα μικρότερα παιδιά, είναι ικανά να αντιστρέψουν τη σκέψη τους και να

χρησιμοποιήσουν περισσότερο λογικές πληροφορίες προκειμένου να ανακουφιστούν από την καταπόνησή τους.

Τα παιδιά αυτής της ηλικίας, βρίσκονται σε μια φάση μείωσης της εξάρτησης από τους γονείς και ταυτόχρονης αύξησης της επαφής με τον εξωτερικό κόσμο. Αυτό επιτυγχάνεται, μέσω του σχολείου και των δραστηριοτήτων που αναλαμβάνουν τα παιδιά έξω από το χώρο του σπιτιού. Δημιουργούν σχέσεις και φιλίες, διαμορφώνοντας την ταυτότητα τους κερδίζοντας μεγαλύτερη αυτονομία και καλύτερο έλεγχο του σώματός τους. Τα παιδιά της σχολικής ηλικίας, διαθέτουν περισσότερες στρατηγικές αντιμετώπισης και χειρισμού τραγικών καταστάσεων. Έχουν την ικανότητα να φτιάχνουν εσωτερικά σχέδια δράσης, προκειμένου να κάνουν τους εαυτούς τους περισσότερο "άτρωτους". Κάνουν σκέψεις σχετικά με το πώς θα εμποδίσουν ένα παρόμοιο γεγονός, αλλά και ανατρέπουν στη φαντασία τους αυτό που ήδη συνέβη.

#### **4.8. Η διεργασία του πένθους στα παιδιά**

Συμφωνά με τον Etchegoyen,R.H,(1991,σελ.577-593) τα παιδιά αντιδρούν δυνατά στους αποχωρισμούς από το σημαντικό αντικείμενο(μητέρα), ανεξάρτητα από το αν αντιλαμβάνονται την αιτία της απουσίας του , ή το νόημα του θανάτου.

Η αντίδραση των παιδιών διαφορετικής ηλικίας , στους διάφορων λογίων αποχωρισμούς από τους γονείς έχει μελετηθεί και περιγράφει από διάφορους ερευνητές .Ωστόσο μεταξύ αυτών, υπάρχει διαφωνία όσον αφορά στην ηλικία όπου τα παιδιά είναι ικανά να έχουν μια πλήρη κατανόηση της αντίληψης του θανάτου, συμπεριλαμβανομένης και της εννοίας της οριστικότητας και κατ'

επέκταση στην ηλικία όπου τα παιδιά είναι ικανά, να πενθούν για το χαμένο αντικείμενο(Bacque,2001,σελ. 123- 134)

Το δύσκολο έργο της κατανόησης και της αποδοχής του γεγονότος του θανάτου και των περιστάσεων του, περιοδικά ανακόπτεται από δυσπιστία και σύγχυση. Η διεργασία του πένθους περιλαμβάνει δυο αντίθετες, αλλά συμπληρωματικές επεξεργασίες. Η πρώτη είναι η αποσύνδεση που σκοπό έχει τη λύση, χαλάρωση, των δεσμών του πενθύντος με το νεκρό πρόσωπο και η δεύτερη, η ταύτιση που τον καθιστά ικανό να κρατήσει κάποιες πλευρές του χαμένου αντικειμένου για πάντα, σαν μέρος του εαυτού του. Η αποσύνδεση αποτελεί την αγωνιώδη διαδικασία, κατά την οποία ο πενθών θυμάται και άμεσα ανακουφίζει κάθε ανάμνηση που συνδέεται με το νεκρό πρόσωπο, τη λαχταρά να βρεθεί μαζί του και να είναι όλα όπως πριν. Όταν όμως η άδεια πραγματικότητα, αποτυγχάνει να ανταποκριθεί σε αυτή την απαίτηση, ο πενθών αφήνεται στο αναπόφευκτο, αποσύροντας τη συναισθηματική επένδυση από κάτι που δεν υπάρχει πια . Αντίθετα, η ταύτιση πραγματοποιείται σε ασυνείδητο επίπεδο και δεν προκαλεί κάποια συναισθήματα. Στην καλύτερη περίπτωση, ο πενθών συλλέγει κάποια από τα χαρακτηριστικά της προσωπικότητας του αγαπημένου προσώπου, τα οποία αντιπροσωπεύουν το καλύτερο του εαυτού και ταιριάζουν περισσότερο στον ίδιο τον πενθύντα, όπως για παράδειγμα, οι αξίες και τα ενδιαφέροντα του νεκρού προσώπου.(Bacque,2001σελ.123-134)

Συμφωνά με τον Worden (1982, 1991) η διεργασία του πένθους περιλαμβάνει τέσσερα «έργα» (tasks). Ο πενθών παλεύει και καταφέρνει , σε κάποιο βαθμό, να φέρει σε πέρας κάθε έργο, σαν μέρος της συνολικής του προσαρμογής στην απώλεια .Τα «έργα» αυτά δεν πραγματοποιούνται με μια συγκεκριμένη σειρά, καθώς επίσης επαναεπεξεργάζονται και αναβιώνουν μέσα στο χρόνο.

α) Αποδοχή της πραγματικότητας της απώλειας. Όταν συμβεί ένας θάνατος, οι ενήλικες συχνά βιώνουν μια δυσπιστία σχετικά με το αν ο θάνατος



αυτός έχει πραγματικά συμβεί. Αυτή η δυσπιστία αυξάνεται στην περίπτωση ενός αιφνιδίου θανάτου, η εάν το παιδί δεν δει το αγαπημένο του πρόσωπο νεκρό. Η αίσθηση αυτή μπορεί να κυμαίνεται από την ελπίδα ότι η απώλεια δεν έχει πραγματοποιηθεί, έως και την αυταπάτη του παιδιού ότι το αγαπημένο του πρόσωπο δεν έχει πεθάνει. Με τον καιρό, ωστόσο, αντιλαμβάνονται και αποδέχονται το γεγονός του θανάτου και την ιδέα ότι το αγαπημένο τους πρόσωπο, δεν θα επιστρέψει ποτέ ξανά.

Όπως οι ενήλικες, έτσι και τα παιδιά, θα πρέπει πρώτα να πιστέψουν και να αποδεχτούν ότι το αντικείμενο έχει πραγματικά πεθάνει, και ότι δεν θα επιστρέψει ξανά στη ζωή, προτού έρθουν αντιμέτωποι με τις συναισθηματικές επιπτώσεις αυτής της απώλειας. Αυτό απαιτεί την ικανότητα του παιδιού, να αντιλαμβάνεται τη φύση των αφηρημένων εννοιών, όπως αυτών της οριστικότητας και της μη αναστρεψιμότητας, μια αντίληψη, η οποία γεννάται όταν το παιδί βρίσκεται στο στάδιο της συγκεκριμένης σκέψης (Piaget, 1954). Η γνώση της σχέσης του υποκειμένου με το φυσικό και κοινωνικό κόσμο αποκτιέται μέσω των πράξεων στη πραγματικότητα, και έτσι το μικρό παιδί που δε διαθέτει αυτή την ικανότητα, θα δυσκολεύεται και στην αντίληψη της πραγματικότητας της απώλειας. Για παράδειγμα, θα πιστεύει ότι ο γονιός του απλά είναι μακριά, σε ένα επαγγελματικό ταξίδι ή σε διακοπές.

Προκειμένου να διαπραγματευτεί το πρώτο έργο της διεργασίας του πένθους, το παιδί θα πρέπει να γνωρίζει με τρόπο ακριβή τα όσα έχουν συμβεί σχετικά με το γεγονός του θανάτου, και αυτά να γνωστοποιηθούν σε αυτό, σε μια "γλώσσα" κατάλληλη για το αναπτυξιακό του επίπεδο. Οι συχνά επανελλημένες ερωτήσεις των παιδιών σχετικά με το γεγονός αυτό εξυπηρετεί την προσπάθειά τους να παλέψουν με την πραγματικότητα του θανάτου, καθώς και να πειστούν ότι τα γεγονότα δεν έχουν αλλάξει. Τα παιδιά στα οποία δεν παρέχονται ακριβείς πληροφορίες, συχνά πλάθουν δικές τους ιστορίες, προκειμένου να καλύψουν το κενό της αντίληψής τους, οι οποίες τις

περισσότερες φορές είναι πολύ πιο τρομακτικές και σοβαρές απ' ό τι στην πραγματικότητα έχει συμβεί.

Καθώς το παιδί αναπτύσσεται αντιληπτικά, αποκτά την ικανότητα να κατανοεί την οριστικότητα της απώλειας. «Όταν πέθανε σκεφτόμουν ότι όλα είναι ένα όνειρο, υστέρη όμως ξύπνησα και όλα ήτα αλήθεια», αναφέρει ένα δεκάχρονο αγόρι που έχασε τη μητέρα του. Πάντα ωστόσο, για ενήλικες και παιδιά, υπάρχει μια ευαίσθητη ισορροπία ανάμεσα στην ευχή το γεγονός του θανάτου να μην είχε συμβεί ή να επιστρέψει ο νεκρός και στην πραγματικότητα της απώλειας.

β) Βίωση του πόνου ή των συναισθηματικών απόψεων της απώλειας. Είναι σημαντικό τα παιδιά να γνωρίζουν και να "δουλεύουν" μέσω της ποικιλίας των συναισθημάτων που απορρέουν λόγω της απώλειας, διαφορετικά αυτές οι επιδράσεις επιδεικνύονται με άλλους τρόπους, όπως σωματικά ή με περίεργα πρότυπα συμπεριφοράς. Τα παιδιά θα πρέπει να προβαίνουν στην επεξεργασία αυτή σταδιακά, και με τρόπο όπου δεν θα κατακλύζεται η ικανότητά τους για αντιμετώπιση της κατάστασης, η οποία είναι γενικά λιγότερο αναπτυγμένη σε σχέση με αυτή των ενηλίκων. Τα παιδιά ηλικίας 5 έως 7 ετών αποτελούν την ιδιαίτερα ευάλωτη ομάδα. Αυτό συμβαίνει επειδή το αντιληπτικό τους επίπεδο, επιτρέπει μια κάποια κατανόηση της μονιμότητας της εννοίας του θανάτου, ωστόσο, το μη συγκροτημένο Εγώ τους καθώς και η έλλειψη κοινωνικών δεξιοτήτων, δυσκολεύει την αντιμετώπιση της έντασης των συναισθημάτων της απώλειας. (Bacque, 2001, σελ. 123-134)

Οι επιδράσεις που βιώνουν τα παιδιά είναι παρόμοιες με αυτές των ενηλίκων. Μπορεί να εκφράσουν λύπη, θυμό, ενοχές, ανησυχίες και αλλά συναισθήματα που σχετίζονται με την απώλεια ενός αγαπημένου προσώπου. Η ικανότητα των παιδιών να επεξεργαστούν τον πόνο που προκαλεί μια απώλεια επηρεάζεται από την παρατήρηση του βιώματος της ίδιας εμπειρίας από τους ενήλικες. Το να βλέπει έναν ενήλικα, να εκφράζει το θρήνο του χωρίς να

κατακλύζεται, να συντριβεται, αποτελεί ένα πολύ ευεργετικό πρότυπο διεργασίας για το ίδιο το παιδί. Από την άλλη πλευρά, εάν τα παιδιά παρατηρούν ένα μη λειτουργικό πρότυπο πένθους του ενήλικα, μπορεί να τρομάξουν με τα συναισθήματα, γενικά, και κυρίως με τα δικά τους.(Worden,1982,1991).

Μεγάλη προσοχή θα πρέπει να υπάρχει για τα παιδιά που βιώνουν μια απώλεια και εκφράζουν συναισθήματα αμφιθυμίας και ευθύνης. Εάν υπήρχε μια ιδιαίτερα αμφιθυμική σχέση, μεταξύ γονιού και παιδιού πριν από το γεγονός του θανάτου συχνά, το παιδί εμφανίζει μεγάλο θυμό, ο οποίος εκφράζεται κυρίως με συναισθήματα εγκατάλειψης. Μια αμφιθυμική σχέση μπορεί επιπλέον να οδηγήσει τα παιδιά σε ένα αίσθημα ευθύνης για το θάνατο του αγαπημένου, επειδή κάτι δεν έκαναν ή έκαναν ή είπαν.

γ) Προσαρμογή σε ένα περιβάλλον από το οποίο το νεκρό, αγαπημένο πρόσωπο λείπει. Η φύση αυτής της προσαρμογής καθορίζεται από τις σχέσεις και τους ρόλους που ο νεκρός γονιός είχε στη ζωή του παιδιού, αλλά και στη ζωή ολόκληρης της οικογένειας. Για παράδειγμα, η μητέρα συχνά αποτελεί το συναισθηματικό στήριγμα για την οικογένεια καθώς και τον έμπιστο φίλο του παιδιού. Μια άποψη της διεργασίας του πένθους για ένα παιδί περιλαμβάνει την προσαρμογή στην απώλεια αυτών των ρόλων, οι οποίοι χαθήκαν με το θάνατο της μητέρας. Για τα περισσότερα παιδιά ο θάνατος της μητέρας επιφέρει περισσότερες αλλαγές στην καθημερινή ζωή σε σχέση με το θάνατο του πατέρα. Οι αλλαγές αυτές επηρεάζουν σημαντικά τη συναισθηματική προοπτική του παιδιού και δημιουργούν σημαντική διάσπαση, αναστάτωση την οποία τα παιδιά καλούνται να διευθετήσουν. Για τα παιδιά αυτή η προσαρμογή συνεχίζεται μέσα στο χρόνο.

Καθώς ωριμάζουν και οδεύουν προς την εφηβεία, ανακαλύπτουν με νέους τρόπους , τι ακριβώς έχουν χάσει με τον γονεϊκό θάνατο. Το πένθος στην παιδική ηλικία, μπορεί να αναβιώνεται σε διαφορά στάδια της ζωής , κυρίως

όταν λαμβάνουν χωρά σημαντικά γεγονότα, τα οποία ενεργοποιούν ξανά την απώλεια.

Για παράδειγμα, ένα κορίτσι που έχασε τον πατέρα της σε ηλικία 9 ετών ανακαλύπτει ξανά το νόημα της απώλειας, όταν σε ηλικία 23 ετών ετοιμάζεται να παντρευτεί και θα πρέπει να προσαρμοστεί σε μια κατάσταση όπου ο πατέρας της δε θα βρίσκεται εκεί προκειμένου να παραβρεθεί στο γάμο.(Bacque,2001).

δ) Επανατοποθέτηση του νεκρού προσώπου στη ζωή του υποκειμένου και εξεύρεση τροπών μνημόνευσης του. Η ευρέως αποδεκτή άποψη ότι ο πένθων θα πρέπει να "αφήσει" το νεκρό συχνά, συγχύζει την κατανόηση της διεργασίας του πένθους. Σύμφωνα με τον Freud, η διεργασία του πένθους, αφορά στην απόσπαση από τον επιζώντα των ελπίδων και των αναμνήσεων για το νεκρό. Και ενώ αυτό μπορεί κατά ένα μέρος να είναι αληθινό, αληθινή είναι και η άποψη ότι ποτέ μια σημαντική σχέση δεν ξεχνιέται. Το «έργο» που καλείται να επιτελέσει αυτός που βιώνει μια απώλεια, δεν είναι μόνο η εγκατάλειψη της σχέσης με το χαμένο πρόσωπο, αλλά και η εξεύρεση ενός νέου και καταλλήλου μέρους της συναισθηματικής του ζωής για το χαμένο αυτό αντικείμενο.

Τα παιδιά αναζητούν, όχι μόνο μια κατανόηση του νοήματος του θανάτου, αλλά και μια αίσθηση του ρόλου του νεκρού γονιού στην τωρινή τους ζωή. Ενώ η απώλεια του γονιού είναι μόνιμη και μη αναστρέψιμη, η διεργασία αυτής της απώλειας, δεν είναι , και αποτελεί μέρος της συνέχειας της εξέλιξης της ζωής του παιδιού. Τα παιδιά θα πρέπει να βοηθηθούν, προκειμένου να τροποποιήσουν το δεσμό με το νεκρό γονιό, και να τοποθετήσουν τη σχέση αυτή σε μια νέα βάση, παρά να τον αποχωριστούν.

#### **4.9. Παράγοντες που διευκολύνουν ή παρεμποδίζουν το υγιές πένθος.**

Σήμερα είναι γενικώς αποδεκτό ότι προκειμένου να δοθεί στο πένθος μια ευνοϊκή διέξοδος, είναι απαραίτητο για το άτομο που πενθεί να εκφράζει τα συναισθήματά του. Τα πιο έντονα και διαταρακτικά συναισθήματα που δημιουργεί η απώλεια είναι ο φόβος της εγκατάλειψης, η επιθυμία για το χαμένο πρόσωπο και ο θυμός για το ότι αυτό δεν μπορεί να βρεθεί. Τα συναισθήματα αυτά συνδέονται αφενός με την επιτακτική ανάγκη να βρεθεί το χαμένο πρόσωπο και αφετέρου με μια τάση απόδοσης μομφής σε οποιονδήποτε φαίνεται στον πενθούντα ότι προκάλεσε την απώλεια ή ότι παρεμποδίζει την επανασύνδεση με το χαμένο πρόσωπο. Με όλη τη συναισθηματική του ύπαρξη ο πενθών δείχνει να μάχεται εναντία στη μοίρα του, προσπαθώντας απεγνωσμένα να γυρίσει πίσω το χρόνο και να ανακτήσει τις ευτυχισμένες ημέρες που ξαφνικά του πήραν. Έτσι, αντί να αντιμετωπίζει την πραγματικότητα και να συμβιβαστεί με αυτήν, το άτομο που πενθεί καθλώνεται στη μάχη με το παρελθόν.(Bowlby,1961).

Προκειμένου να βοηθηθεί ο πενθών θα πρέπει να υπάρχει σεβασμός απέναντι στα συναισθήματά του αυτά. Μονό όταν ο πενθών νιώσει ότι τον κατανοούν και του συμπαραστέκονται στον αγώνα του, υπάρχουν πιθανότητες να εκφράσει τα συναισθήματα που ξεχειλίζουν μέσα του. Ο ρόλος αυτού που επιθυμεί να βοηθήσει δεν θα πρέπει να είναι αυτός του εκφραστή της πραγματικότητας. Δεν είναι απαραίτητο, διότι ο πενθών έχει στο βάθος επίγνωση ότι ο κόσμος άλλαξε. Δε βοηθά, διότι από τη στιγμή που παραβλέπουμε τον τρόπο με τον οποίο ένα κομμάτι του εαυτού του βλέπει τον κόσμο, απλώς αποξενωνόμαστε από αυτόν. Ο ρόλος του θα πρέπει να είναι αυτός του συντρόφου και υποστηρικτή.(Τσιτούρα Στ.,1990,σελ.179-182).

Τα συναισθήματα που νιώθει την ανάγκη να εκφράσει ο πενθών, και μερικές φορές να τα ανακαλύψει πρώτα, προκειμένου να κάνει πρόοδο, είναι η

αναζήτηση του αδύνατου, ο άκρατος θυμός, η αδυναμία να κλάψει, ο φόβος της επερχόμενης μοναξιάς, η ικεσία για συμπάθεια και στήριξη. Ωστόσο, έκφρασή τους θεωρείται κάποιες φορές ταπεινωτική και ευάλωτη σε κριτική. Αυτός είναι και ο λόγος που συχνά δεν εκφράζονται και ίσως αργότερα απωθούνται. Η κύρια αιτία της δυσκολίας έκφρασης των συναισθημάτων θρήνου, βρίσκεται στη ίδια την οικογένεια, μέσα στην οποία το παιδί μεγαλώνει. Συνήθως πρόκειται για οικογένειες όπου η συναισθηματική συμπεριφορά του παιδιού αντιμετωπίζεται χωρίς συμπάθεια, αφού η ίδια η οικογένεια πιστεύει ότι το παιδί πρέπει να ωριμάσει γρήγορα και να ξεπεράσει τους «συναισθηματισμούς». Έτσι το παιδί όταν βιώνει μια σοβαρή απώλεια, αντί να εκφράσει τα συναισθήματα από τα οποία κατακλύζεται, έχει την τάση να τα καταπνίγει.(Νίλσεν Μ.,2005 σελ.18-23).

Ο πρώτος σημαντικός παράγοντας που μπορεί να δυσκολέψει τη διεργασία του πένθους των παιδιών είναι ο χειρισμός του θανάτου από τους ενήλικες. Ο τρόπος που αυτοί θα το χειριστούν μπορεί να προκαλέσει διάφορα προβλήματα στα παιδιά. Όταν διάφορα γεγονότα αποκρύπτονται από τα παιδιά ή όταν τα παιδιά δεν έχουν πληροφορηθεί σχετικά με τις περιστάσεις και τις αιτίες του θανάτου, αναπτύσσουν διάφορες φαντασιώσεις. Αποκλείοντας τα παιδιά, από το να δουν το νεκρό πρόσωπο ή να συμμετέχουν στα τελετουργικά του θανάτου, αποφεύγοντας την εκδήλωση των αντιδράσεών τους αλλά και αποκλείοντάς τα από την ενήλικη ζωή τους με διάφορους τρόπους, οι ενήλικες καταφέρνουν να χειροτερεύσουν μια ήδη πολύ άσχημη κατάσταση για τα παιδιά.(Νίλσεν Μ.-Παπαδάτου Δ. 1998,σελ.91-95).

Ο τύπος του θανάτου φαίνεται να αποτελεί μια άλλη διάσταση η οποία επιδρά στις αντιδράσεις πένθους των παιδιών. Και για τους ενήλικες, όπως και για τα παιδιά, ένας ξαφνικός θάνατος αντιμετωπίζεται περισσότερο δύσκολα. Στην περίπτωση αυτή δεν υπάρχει ο κατάλληλος χρόνος προκειμένου να προετοιμαστούν σε συναισθηματικό επίπεδο, και έτσι η αίσθηση ασφάλειας του

κόσμου του παιδιού κλονίζεται. Ο αιφνίδιος θάνατος επιδρά περισσότερο δυνατά στους ενήλικες και αυτό επηρεάζει κατά συνεπεία τον τρόπο που αυτοί χειρίζονται τις ανάγκες των παιδιών. Επιπλέον, ένας τέτοιος θάνατος χαρακτηρίζεται από μια τραυματική άποψη από την οποία οι ενήλικες προσπαθούν να προστατέψουν τα παιδιά. Η ένταση και η διάρκεια του παιδικού πένθους εξαρτάται από το ποιός πεθαίνει με το γονεϊκό θάνατο να αποτελεί τον περισσότερο καταστρεπτικό. (Leshan Eda,1998,σελ.19-22)

Ένας επιπλέον σημαντικός παράγοντας είναι η σχέση, που προϋπάρχει του θανάτου. Μια αμφιθυμική σχέση με τον νεκρό κάνει περισσότερο πολύπλοκο το παιδικό πένθος. Αυτό αφορά στην υπόθεση ότι εξαιτίας διαφόρων παραγόντων είχε δημιουργηθεί μια αρνητική σχέση ανάμεσα στο παιδί και στο νεκρό πρόσωπο. Στην συγκεκριμένη περίπτωση το πένθος συνοδεύεται και από ένα αίσθημα ανακούφισης από την απουσία του προσώπου και συχνά αυτό οδηγεί σε ντροπή, αυτοκατηγορία και αμφιθυμικές αντιδράσεις του, από μέρους του παιδιού.

Μια άλλη διάσταση που παρεμβαίνει, αφορά στην ποσοτική και ποιοτική υποστήριξη που δέχονται τα παιδιά που βιώνουν την απώλεια, η οποία και ποικίλλει. Κάποιες οικογένειες χαρακτηρίζονται από εσωτερική συνοχή, ενώ άλλες, ζουν χαοτικές καταστάσεις όπου οι ανάγκες των παιδιών δεν αποτελούν προτεραιότητα στην περίπτωση ενός θανάτου. Η υποστήριξη από το περιβάλλον του παιδιού εξαρτάται από τη δυνατότητα και τις ευκαιρίες που του δίνονται προκειμένου να επεξεργαστεί αυτό που έχει συμβεί. Αυτό που είναι σημαντικό δεν είναι τόσο ο βαθμός ανάκτησης του περιβάλλοντος, όσο το συναισθηματικό κλίμα που έπεται ενός θανάτου. Όταν οι ανάγκες του παιδιού γίνουν αποδεκτές, και αυτά βοηθηθούν προκειμένου να έρθουν αντιμέτωπα με ό,τι έχει συμβεί, τότε η διεργασία του πένθους θα προχωρήσει ικανοποιητικά.(Τσιάντης,2000,σελ.263-268).

Η πρόσβαση σε ένα υποκατάστατο πρόσωπο επηρεάζει σημαντικά τη διεργασία του πένθους του παιδιού. Η άμεση προσχώρηση στον επιζώντα γονιό ή σε κάποιον άλλο ενήλικα που το παιδί εμπιστεύεται, μειώνει την ευκαιρία για μη απαραίτητες αντιδράσεις. Ωστόσο, αν το νεκρό πρόσωπο είχε την αποκλειστική ευθύνη για το παιδί και αυτό καθυστερήσει να δημιουργήσει μια στενή σχέση με κάποιο άλλο πρόσωπο θα εμφανιστούν αρνητικές συνέπειες. Η σταθερότητα στην ικανοποίηση των καθημερινών αναγκών του παιδιού, είναι πολύ σημαντική για αυτό.

Ακόμη, οι παιδικές φαντασιώσεις και η αιτιώδης σκέψη τους μπορούν να επηρεάσουν αρνητικά το πένθος τους. Δεν είναι σπάνιο για τα παιδιά να διαθέτουν δύο εκδοχές σχετικά με το τι είχε συμβεί. Η μία, η επίσημη, να διαμορφώνεται με βάση τις πληροφορίες που έχει λάβει από τους άλλους και οι άλλη να διαμορφώνεται με βάση τις φαντασιώσεις τους σχετικά με το γεγονός. Οι γονείς θα πρέπει να παρέχουν τις πληροφορίες στα παιδιά, οι οποίες, θα εξουδετερώσουν τη μη σωστή αντίληψη των καταστάσεων διότι χωρίς μια ρεαλιστική βάση οι φαντασιώσεις τους θα παραμείνουν για ένα μεγάλο χρονικό διάστημα.

Τέλος, σημαντικοί παράγοντες αποτελούν, η προσωπικότητα του παιδιού και η προηγούμενη εμπειρία του στις απώλειες. Ορισμένα παιδιά είναι περισσότερο σκεπτικά και μελαγχολικά και μπορεί να σκέφτονται προσεκτικά μέρα παρά μέρα το θάνατο, ενώ άλλα αντιμετωπίζουν τις δύσκολες καταστάσεις με περισσότερη ευκολία. Συναισθηματικά ασταθή, μοναχικά και απομονωμένα παιδιά, θα αντιμετωπίσουν δυσκολίες στο έργο τους, σε σχέση με τα πιο ρωμαλέα. Επίσης, το επίπεδο της συναισθηματικής ωριμότητας, φαίνεται ότι επηρεάζει τη διεργασία του παιδικού πένθους.(Κλεφταράς Γ.-Ζαφειροπούλου Μ.,2004,σελ.442-443).

Η προηγούμενη εμπειρία επιδρά διαφορετικά στον τρόπο με τον οποίο τα παιδιά πενθούν. Προηγούμενες επίπονες απώλειες και αποχωρισμοί



που δεν έχουν αντιμετωπιστεί κατάλληλα, μπορεί να κάνουν το παιδί περισσότερο ευάλωτο. Εάν η πρώτη τους γνωριμία με το θάνατο αφορούσε σε ένα περισσότερο μακρινό συγγενή, θα βοηθούσε στην καλύτερη κατανόηση του θανάτου ενώ εάν η πρώτη εμπειρία είναι ο θάνατος ενός γονιού, αυτό είναι ιδιαίτερα καταστροφικό για αυτά.

Από πολλές απόψεις, είναι αλήθεια ότι οι διαστάσεις που σχετίζονται με διάφορους τρόπους με την έλλειψη της αποδοχής και αναγνώρισης του παιδικού πένθους από τους ενήλικες, αποτελούν σοβαρά εμπόδια στη μακροπρόθεσμη επίλυση του πένθους αυτού.

Σύμφωνα με την έρευνα για τις επιπτώσεις που έχει το πένθος στα παιδιά, με θέμα: η “Μελέτη του Πένθους στην Παιδική Ηλικία του Χάρβαρντ” των Silverman & Worden στο βιβλίο “Children and Grief” (Worden , 1996), το πένθος περιέχει πολλούς παράγοντες που επενεργούν με την πάροδο του χρόνου αυξάνοντας ή ελαττώνοντας το βαθμό στον οποίο το άτομο είναι ευάλωτο στην ανάπτυξη κοινωνικών ή συναισθηματικών προβλημάτων. Οι παράγοντες που εξεταστήκαν στην συγκεκριμένη περίπτωση είναι α) το γεγονός του θανάτου (είδος θανάτου, τοποθεσία θανάτου, τελετουργικά), β) ο νεκρός γονιός ( γένος γονιού, η πριν το θάνατο σχέση παιδιού–γονιού), γ) ο επιζών γονιός (λειτουργικότητα γονιού, ασυμφωνία αντίληψης γονιού- παιδιού για το γεγονός, η επιβολή πειθαρχίας, η δημιουργία ενός νέου γάμου) δ) η οικογένεια ( μέγεθος, συνεκτικότητα οικογένειας, είδος αντιμετώπισης του γεγονότος του θανάτου, κοινωνικοοικονομικό επίπεδο), ε) το παιδί (ηλικία, γένος παιδιού, σειρά γέννησης, κατανόησης του θανάτου) .

Συμφωνά με τα αποτελέσματα της έρευνας, ο αιφνίδιος θάνατος ενός γονιού, οδηγεί σε δυσκολότερη προσαρμογή στην απώλεια τον πρώτο χρόνο και εάν ο θάνατος πραγματοποιηθεί στο σπίτι, είτε αυξάνει την επικοινωνία μεταξύ παιδιού και γονιού, είτε προμηνύει καλύτερη ή χειρότερη διευθέτηση κατόπιν. Γενικά, η απώλεια της μητέρας είναι χειρότερη για τα

περισσότερα παιδιά, σε σχέση με την απώλεια του πατέρα, αφού προμηνύει περισσότερες αλλαγές στην καθημερινή τους ζωή, αλλά και γιατί η μητέρα, για τις περισσότερες οικογένειες, αποτελεί το συναισθηματικό στήριγμα. Επιπλέον, ο θάνατος της μητέρας σχετίζεται με περισσότερα συναισθηματικά και συμπεριφορικά προβλήματα, συμπεριλαμβανομένων υψηλό επίπεδο ανησυχιών, εξωτερίκευση συμπεριφορών, μειωμένη αυτοεκτίμηση και μειωμένη πίστη στην αυτοικανότητά τους. Το παιδί που βιώνει μια απώλεια θα εμφανίσει λιγότερα συναισθηματικά και συμπεριφορικά προβλήματα εάν του παρέχεται σταθερή πειθαρχία, και αν ο επιζών γονιός αντιλαμβάνεται τις ανάγκες και τις συμπεριφορές του με τρόπο παρόμοιο με τη δική του αντίληψη για αυτά. Ασυνεπής αντιφατικότητα και αντιληπτική διαφωνία οδηγούν σε αυξημένη ανησυχία. Η προσπάθεια δημιουργίας μιας νέας σχέσης του επιζώντα γονιού, στον πρώτο χρόνο της απώλειας, σχετίζεται με σημαντικά προβλήματα για τα παιδιά, όπως είναι η συμπεριφορά απόσυρσης και τα σωματικά συμπτώματα. Ακόμη η ύπαρξη κι άλλων παιδιών στην οικογένεια, επιδρά θετικά στο παιδί που βιώνει την απώλεια, αφού μειώνει τις αρνητικές επιδράσεις ενός μη λειτουργικού και διαθεσίμου γονιού και προσφέρει ένα πλαίσιο ασφαλείας, καθώς και δυνατότητα και ενθάρρυνση για έκφραση συναισθημάτων. Τέλος, τα παιδιά μιας οικογένειας με συνοχή, έχουν μεγαλύτερη αυτοεκτίμηση, καθώς επίσης, η καλύτερη έκβαση μιας απώλειας συμβαίνει σε οικογένειες που αντιμετωπίζουν το γεγονός ενεργητικά και όχι παθητικά και σε οικογένειες που μπορούν να βρουν κάτι θετικό στις δύσκολες καταστάσεις.

#### 4.10. Το πένθος στην παιδική ηλικία και οι επιπτώσεις του στην ψυχική υγεία.

Από το δεύτερο μισό του 20<sup>ου</sup> αιώνα έχουν συγκεντρωθεί αρκετές ενδείξεις για την αιτιακή σχέση ανάμεσα στην απώλεια της μητρικής φροντίδας στα πρώτα χρόνια και την ανάπτυξη διαταραγμένης προσωπικότητας (Bowlby,1951). Πολλές κοινές παρεκκλίσεις φαίνεται να ακολουθούν μια τέτοια εμπειρία –από τη δημιουργία χαρακτήρα παραπτωματικότητας μέχρι προσωπικότητα με τάση για κατάσταση άγχους και καταθλιπτική νόσο(Μπόλμπυ,1995 σελ 77).

Η κλινική εμπειρία και η μελέτη των ενδείξεων δεν αφήνουν καμία αμφιβολία ότι, μεγάλο μέρος της ψυχιατρικής ασθένειας αποτελεί έκφραση παθολογικού πένθους ή ότι η ασθένεια αυτή περιέχει πολλές περιπτώσεις αγχώδους κατάστασης, καταθλιπτικής ασθένεια με αυτοκτονική τάση, υστερίας ή περισσότερες του ενός είδους διαταραχές του χαρακτήρα –ήδη είδαμε ότι ο Freud, (1980) στήριξε την υπόθεση ότι η μελαγχολία είναι εκδήλωση παθολογικού πένθους-. Αν και η απώλεια ενός γονιού στα πέντε πρώτα χρόνια ζωής του παιδιού είναι ιδιαίτερα επικίνδυνη για τη μελλοντική ανάπτυξη της προσωπικότητας, οι απώλειες στη μετέπειτα ζωή είναι επίσης εν δυνάμει παθογενής (Μπόλμπυ, 1995 σελ.125). Στις πιο ακραίες καταστάσεις, όπως ψυχοπαθητικότητα και αυτοκτονικές τάσεις, όχι μόνο υπήρξε απώλεια στα πρώτα χρόνια της ζωής, αλλά η απώλεια αυτή ήταν μόνιμη και ακολουθήθηκε από επαναλαμβανόμενες εναλλαγές γονεϊκών προτύπων στη ζωή των παιδιών (Μπόλμπυ, 1995 σελ.1116).

Η διαμάχη αρχίζει όταν πρέπει να διερευνηθεί γιατί μερικά άτομα αντιδρούν στην απώλεια με τους παθολογικούς τρόπους , ενώ άλλα άτομα όχι. Ανάμεσα στις υποθέσεις που διερευνούν την προέλευση τέτοιων διαφοροποιημένων αντιδράσεων είναι και αυτή που προτείνει ο Bowlby.

Συγκεκριμένα, πέρα από τις παθολογικές διαδικασίες που παρεμβαίνουν, στις οποίες αναφερθήκαμε νωρίτερα, υπάρχουν δύο τύποι διαδικασιών που σχεδόν σίγουρα συμβάλουν στην εμφάνιση παθολογίας: η μια διαδικασία είναι αυτή της ταυτοποίησης με τους γονείς, η οποία αποτελεί αναπόσπαστο στοιχείο της υγιούς ανάπτυξης, αλλά που συχνά οδηγεί σε δυσκολίες μετά το θάνατο ενός γονέα. Η άλλη διαδικασία τίθεται σε λειτουργία από τον επιζώντα γονέα, μητέρα ή πατέρα, του οποίου η συμπεριφορά προς το παιδί μπορεί να αλλάξει και να γίνει παθογενής. Επιπλέον, αν στο θάνατο ενός γονέα συμπεριληφθούν κι άλλες καταστάσεις απώλειας, τότε το ποσοστό των παθολογικών περιπτώσεων αυξάνει δραματικά. Για παράδειγμα, η απόρριψη, η απώλεια της αγάπης (ίσως εξαιτίας κατάθλιψης του απομείναντα γονιού), η αποξένωση των μελών της οικογένειας, η απουσία μητρικού ή πατρικού υποκατάστατου αποδεκτό από το παιδί, επιβαρύνουν την κατάσταση (Μπόλμπυ, 1995 σελ. 101-102). Επίσης, δεν πρέπει να ξεχνάμε τους "πάγιους" παράγοντες που επηρεάζουν την αντίδραση ενός ατόμου σε αντίξοες καταστάσεις: φυσικά χαρακτηριστικά του ανθρώπου, ιδιοσυγκρασία, επίκτητες ιδιότητες, εσωτερικές κι εξωτερικές πηγές ενέργειας, ιστορικό επιτυχίας ή αποτυχίας σε προηγούμενες εμπειρίες, στηρικτικό ή απορριπτικό περιβάλλον.

Στις διαταραχές του χαρακτήρα που έχει βρεθεί ότι ακολουθούν εμπειρίες διακοπής συναισθηματικών δεσμών στην παιδική ηλικία (εξαιτίας γονεϊκής απώλειας λόγω θανάτου, διαζυγίου ή διάστασης των γονιών) περιλαμβάνει το σύνδρομο της ψυχοπαθητικής προσωπικότητας, με συμπτώματα όπως (i) αντικοινωνική δραστηριότητα, π.χ. έγκλημα (ii) αντικογενειακή συμπεριφορά, π.χ. παραμέληση, σκληρότητα, ερωτική ασυδοσία ή διαστροφή (iii) ενέργειες εναντίον του εαυτού, π.χ. ναρκωτικά, αυτοκτονία ή απόπειρα αυτοκτονίας, επαναλαμβανόμενη εγκατάλειψη της εργασίας. Στα άτομα αυτά η ικανότητα δημιουργίας συναισθηματικού δεσμού είναι πάντοτε διαταραγμένη κι συχνά εμφανώς απύσχα (Μπόλμπυ, 1995 σελ. 112).

Σύμφωνα με τον Φάρο(1981) ο θάνατος συνοδεύεται από ποικίλες αλλαγές στη ζωή του πενθών. Μια από αυτές συντελείται στο χώρο των κοινωνικών και φιλικών σχέσεων του πενθούντα. Όπως εύκολα μπορούν να δημιουργηθούν νέες φιλίες έτσι εύκολα μπορούν να διαλυθούν προηγούμενες.

Σχετικά με τις επιπτώσεις της απώλειας η Black(1998), αναφέρει πως τα πενθούντα παιδιά που βιώνουν τον θάνατο του γονιού τους είναι πολύ πιθανόν να αναπτύξουν ψυχιατρικές δυσλειτουργίες στην μετέπειτα παιδική ηλικία. Η Black(1998) και ο συνεργάτης της ο Rutter(1998), σε μια έρευνα που έκαναν βρήκαν 5 φορές μεγαλύτερη ψυχιατρική δυσλειτουργία στα πενθούντα παιδιά στην παιδική ηλικία σε σχέση με τον γενικό πληθυσμό. Επίσης ότι οι ενήλικοι που έχασαν ένα γονιό στην παιδική ηλικία, είναι πιο ευαίσθητοι στην κατάθλιψη και στην ανησυχία απ' ότι ο γενικός πληθυσμός. Και τέλος ότι τα παιδιά που έχασαν την μητέρα τους υπομένουν μια μείωση τόσο στην ποσότητα όσο και στην ποιότητα της φροντίδας που λάμβαναν.

#### **4.11. Ομοιότητες και διαφορές μεταξύ ενός ενήλικα κι ενός παιδιού στην έκφραση του πένθους.**

Λίγα γνωρίζουμε ακόμη για τον τρόπο με τον οποίο τα παιδιά όλων των ηλικιών, συμπεριλαμβανομένων και των εφήβων, αντιδρούν σε μια μεγάλη απώλεια, καθώς και για τους παράγοντες που συντελούν στην ευνοϊκότερη εξέλιξη σε ορισμένες περιπτώσεις από ό,τι σε άλλες. Η ενασχόληση με το πένθος του ενήλικα είναι ίσως ευκολότερη, καθώς η επικοινωνία μαζί του είναι αμεσότερη, αλλά κυρίως γιατί, όπως θα δούμε παρακάτω, τα παιδιά έχουν την τάση να μην εκφράζουν ανοιχτά το θρήνος τους, να επισπεύδουν το πένθος τους και με αυτό τον τρόπο να δημιουργείται η εντύπωση ότι δε χρειάζεται ιδιαίτερη ανησυχία ή επέμβαση.

Όπως είδαμε, τη γενική εικόνα του υγιούς πένθους συνθέτουν αρχικά μια φάση αποδιοργάνωσης σε επίπεδο συναισθημάτων και συμπεριφοράς. Στη φάση αυτή εμφανίζεται έντονη η λαχτάρα και η επιθυμία για το χαμένο πρόσωπο. Ο Parkes έχει περιγράψει τη χαρακτηριστική *συμπεριφορά αναζήτησης* του νεκρού που αναπτύσσουν άτομα μετά την απώλεια, αν και διανοητικά γνωρίζουν ότι η απώλεια είναι αμετάκλητη. Αυτή χαρακτηρίζεται από ανησυχία, αυξημένη κινητική δραστηριότητα, ενασχόληση με την εικόνα του χαμένου προσώπου, ακόμη και κάλεσμα του νεκρού με το όνομά του, και στοχεύει στην ένωση με το πρόσωπο που πέθανε (Τσιάντης, 1991, σελ. 167).

Επιπλέον, υπάρχει και μια εξελικτική σημασία αυτού του φαινομένου, που αναφέρεται στην ανάγκη για τη διατήρηση του είδους: για το ζώο και το μικρό παιδί, που δεν έχουν τρόπο να διακρίνουν μεταξύ μιας προσωρινής και μιας μόνιμης απουσίας, η λειτουργία της αναζήτησης είναι ζωτική. Αυτή η συμπεριφορά αναζήτησης παρατηρείται και στον ενήλικο παρόλο που ξέρει ή πρέπει να ξέρει ότι η απώλεια είναι μόνιμη. Στο παιδί, στον ενήλικο, ακόμη κι στο ζώο, η αναζήτηση χωρίς αποτέλεσμα δε διαρκεί για πάντα. Η διαρκής αποτυχία οδηγεί στο να μειωθεί η ένταση και η διάρκεια της αναζήτησης κι τελικά γίνεται παραδοχή του γεγονότος της απώλειας, πράγμα που σημαίνει ότι οι διαδικασίες το θρήνου τελειώσαν. Φαίνεται επομένως, ότι ο ενήλικος έχει την ίδια ανάγκη να περάσει μέσα από τις επώδυνες διαδικασίες του θρήνου, για να μπορέσει στο τέλος να αποδεσμευτεί συναισθηματικά (Τσιάντης, 1991, σελ. 167-168).

Σε ένα επόμενο στάδιο αναπτύσσεται κάποιο μέτρο συναισθηματικής ‘αποδέσμευσης’ από το χαμένο πρόσωπο και τέλος η συμπεριφορά οργανώνεται ξανά στη βάση της μόνιμης πλέον απουσίας το προσώπου. Για να γίνει το πέρασμα από τη μία φάση στην άλλη, το είδος και η σειρά των αντιδράσεων που εμφανίζονται είναι ανεξάρτητα από την ηλικία. Βρέφη, μικρά παιδιά και ενήλικες που έχουν χάσει αγαπημένο πρόσωπο νιώθουν θλίψη, περνούν

περιόδους θρήνου κα πένθους (Bowlby,1960). Αυτό που ποικίλει σημαντικά από άτομα σε άτομο, και μεταξύ διαφορετικών ηλικιακών ομάδων, είναι η ένταση το θρήνου, όπως κι η διάρκειά του, αν και υπάρχει ένα βασικό πρότυπο.

Το παραπάνω πρότυπο αντίδρασης στην απώλεια αφορά τόσο τον ενήλικα όσο και το παιδί που πενθεί, στην περίπτωση του δεύτερου ωστόσο υπάρχουν μάλλον άτακτες εναλλαγές σε επίπεδο συναισθημάτων, συμπεριφοράς και γνωστικών εκδηλώσεων, παρά σταθερό πέρασμα από φάση σε φάση, μέχρις ότου ολοκληρωθεί ο θρήνος.

Συγκεκριμένα, όσον αφορά στο *επίπεδο των συναισθημάτων*, έχει παρατηρηθεί ότι τα παιδιά αντιδρούν με κρίσεις θλίψης, αδιαφορία για πράγματα ή δραστηριότητες που πριν τα ενθουσίαζαν, παθητικότητας στον έπαινο, εύκολο κλάμα, θυμό για εκείνον που "έφυγε" ή για εκείνον που θεωρούν υπεύθυνο για τη φυγή του – συχνά τα βάζουν με τον ίδιο τους τον εαυτό, επειδή ήταν "κακά" παιδιά ή επειδή ευχήθηκαν να πάθει κακό ο νεκρός και τελικά η ευχή πραγματοποιήθηκε- και τέλος νιώθουν λύπη για τον εαυτό τους (Αλεξανδρή,2000).

Αλλαγές στη συμπεριφορά τους μπορεί να είναι ανησυχία, παράπονα για σωματικό πόνο, μοναχικό παιχνίδι, αλλαγές στις διατροφικές συνήθειες και στον ύπνο, προβλήματα με την ενούρηση που πριν δεν υπήρχαν, λιγότερη ή καθόλου διάθεση για κουβέντα, έκφραση φόβων φαινομενικά ανεξήγητων – π.χ. φόβος να κοιμηθούν τα ίδια ή κοντινά τους πρόσωπα, εξαιτίας σύνδεσης που κάνουν τα μικρότερα παιδιά συνήθως, του θανάτου με τον ύπνο –φόβος να αποχωριστούν τον αγαπημένο( Αλεξανδρή,2000)

Τέλος, *γνωστικές εκδηλώσεις* που χαρακτηρίζουν την περίοδο του παιδικού θρήνου μπορεί να είναι δυσκολία συγκέντρωσης, άμβλυνσης της παρατηρητικότητας, δυσκολία στη λήψη αποφάσεων, εμμονή σε θέματα που αφορούν το θάνατο (Αλεξανδρή,2000).

Ήδη αναφέραμε πόσο δύσκολο είναι ακόμα και για ενήλικες να δεχτούν ότι κάποιος πολύ δικός τους πέθανε και δε θα ξαναγυρίσει. Για τα παιδιά είναι πολύ πιο δύσκολο, ειδικά όταν πρόκειται για το γονιό τους, που έχουν μάθει να τον θεωρούν άτρωτο, παντογνώστη, παντοδύναμο. Καλούνται να ενηλικιωθούν απότομα και το βάρος του θανάτου είναι τόσο τρομαχτικό που θρηνούν με "δόσεις" (Αλεξανδρή,2000). Η άποψη ότι ο θρήνος στη βρεφική και πρώτη παιδική ηλικία είναι μικρής διάρκειας δεν είναι σωστή. Κατά τον John Bowlby (1960), ο παιδικός θρήνος διαρκεί περισσότερο από ό,τι είχε υποτεθεί. Τα πολύ μικρά παιδιά εκφράζουν ανοιχτά το θρήνο τους για την απώλεια της μητέρας, για μερικές τουλάχιστον εβδομάδες, με κλάμα ή με άλλους τρόπους, που δείχνουν ότι εξακολουθούν να περιμένουν με λαχτάρα την επιστροφή της.

Βασικές διαφορές μεταξύ ενήλικου και παιδικού θρήνου που δεν έχουν σχέση μεταξύ τους, είναι: α) στα παιδιά η κλίμακα του χρόνου είναι συντετμημένη, αν και λιγότερο από ό,τι πιστεύαμε (Μπολμπυ,1995, σελ. 83). Για αυτό το λόγο ίσως, υπάρχει η τάση να θεωρείται ο παιδικός θρήνος, θρήνος μικρής διάρκειας. Φαίνεται σαν το πέρασμα από φάση σε φάση να γίνεται γρηγορότερα από ό,τι σε ένα ενήλικο. β) Η άλλη διαφορά είναι ότι στην παιδική ηλικία οι διαδικασίες που οδηγούν στην "αποδέσμευση" έχουν την τάση να αναπτύσσονται πρόωρα συγκαλύπτοντας ένα έντονο κατάλοιπο επιθυμίας συνοδευόμενης από θυμό για το χαμένο πρόσωπο (Μπόλμπυ, 1995, σελ 84). Επιθυμία και θυμός διατηρούνται σε ασυνείδητο επίπεδο και είναι έτοιμα να εκφραστούν. Εξαιτίας αυτής της πρόωρης εμφάνισης της "αποδέσμευσης", η διαδικασία του πένθους στην παιδική ηλικία ακολουθεί μια επισπευμένη πορεία η οποία στα μεγαλύτερα παιδιά και στους ενήλικες θεωρείται παθολογική: ενώ στην υγιή πορεία του πένθους οι αμυντικές διαδικασίες εμφανίζονται αργά, και οι προσπάθειες για ανάκτηση και επίπληξη του χαμένου προσώπου έχουν χρόνο να εκφραστούν προτού εγκαταλειφθούν μετά από επαναλαμβανόμενες αποτυχίες (όπως το διατυπώνει ην θεωρία της μάθησης), στην παιδική ηλικία



και στο παθολογικό πένθος των επόμενων χρόνων, η ανάπτυξη των αμυντικών διαδικασιών επισπεύδονται. Η επίσπευση αυτή έχει ως αποτέλεσμα την καθήλωση για ανάκτηση ή επίπληξη του χαμένου προσώπου δεν έχει τη δυνατότητα να εκφραστεί, γι' αυτό και επιμένει με σοβαρές συνέπειες. Σε αυτό το γεγονός βασίζεται η εξήγηση του γιατί και πώς οι εμπειρίες απώλειας στην παιδική ηλικία οδηγούν σε στρεβλωμένη ανάπτυξη της προσωπικότητας με τάση για ψυχιατρική ασθένεια (Μπόλμπυ, 1995,σελ. 88).

Γενικά, οι αμυντικές διεργασίες, διχασμού ή απόθησης, που ενεργοποιούνται αποσύρουν τις αντιδράσεις πένθους από το συνειδητό επίπεδο, οι οποίες διατηρούνται σε λανθάνουσα κατάσταση έτοιμες να ενεργοποιηθούν πάλι με ένταση, όταν δοθεί μια αφορμή. Για το λόγο αυτό το παιδί που βιώνει συναισθηματική αποστέρηση και αποχωρισμό από το σημαντικότερο γι' αυτό πρόσωπο αγάπης, πρέπει να έχει την ευκαιρία να αντιδράσει συναισθηματικά στο γεγονός της απώλειας. Είναι λανθασμένη η αντίληψη ότι η στέρηση ακριβούς πληροφόρησης για το τι ακριβώς συνέβη θα το προστατέψει. Ο ενήλικας θα πρέπει, με όρους, "εύπεπτους" για το παιδί, ανάλογους της αναπτυξιακής του φάσης, να απαντήσει σε ερωτήσεις, να εξηγήσει όσο κι όταν χρειάζεται τι έγινε και, ακόμη, να δημιουργήσει αν χρειαστεί τις ευκαιρίες για έκφραση των συναισθημάτων του παιδιού βοηθώντας το έτσι να θρηνησει (Τσιάντης, σελ. 179).

Αν υπάρχουν διαφορές ανάμεσα στον τρόπο με τον οποίο ένα παιδί αντιδρά στην απώλεια και στον τρόπο που αντιδρούν οι ενήλικες, υπάρχουν επίσης και βασικές ομοιότητες. Πέρα από το βασικό πρότυπο αντίδρασης στο πένθος, μια ακόμη ομοιότητα είναι ότι τόσο ένα παιδί όσο και ένας ενήλικας χρειάζονται ένα άλλο πρόσωπο εμπιστοσύνης για να μπορέσουν να συνέλθουν από την απώλεια (Μπόλμπυ, 1995 σελ. 138). Για ένα παιδί είναι μεγάλη η σημασία ενός μόνιμου υποκατάστατου με το οποίο θα συνδεθεί σιγά σιγά. Μόνο με αυτή την προϋπόθεση το παιδί θα δεχτεί την απώλεια ως οριστική, ώστε στη

συνέχεια να αναδιοργανώσει τη ζωή του ανάλογα. Το ίδιο ισχύει και για τους ενήλικες, αν και γι' αυτούς μπορεί να είναι ευκολότερο να βρουν στήριξη μέσα από τη συντροφικότητα με ορισμένα άλλα άτομα (Μπόλμπυ, 1995, σελ. 138-139).

## **ΚΕΦΑΛΑΙΟ 5**

### **ΑΝΤΙΔΡΑΣΕΙΣ ΚΑΙ ΣΤΗΡΙΞΗ ΤΟΥ ΠΑΙΔΙΟΥ ΣΤΗΝ ΑΠΩΛΕΙΑ ΤΟΥ ΓΟΝΙΟΥ.**

#### **5.1 Γονεϊκή απώλεια. Σχέση με προηγούμενες και επόμενες απώλειες.**

Έχει παρατηρηθεί ότι η απώλεια ενός αντικειμένου στην ενήλικη ζωή, αναζωπυρώνει προηγούμενες, κυρίως παιδικές απώλειες, και εντείνει την τρέχουσα διεργασία του πένθους. Διάφορα παραδείγματα αποδεικνύουν ότι το πένθος στην ενήλικη ζωή, διευκολύνεται ή εμποδίζεται από τον τρόπο με τον οποίο απώλειες αντικειμένων αλλά και αναπτυξιακές απώλειες, αντιμετωπίστηκαν κατά την παιδική ηλικία. Τέτοιες ενδείξεις υπάρχουν και στα παιδιά, όπου φαίνεται ότι, σε ορισμένες περιπτώσεις, η αντίδρασή τους στην απώλεια επηρεάζεται από την προηγούμενη εμπειρία τους σε ανάλογες καταστάσεις, αλλά και ότι ο τρόπος που πένθούν επηρεάζει την αντιμετώπιση μεταγενέστερων απωλειών(Φάρος,Φ.,1981,σελ.102)

Διάφορα κλινικά παραδείγματα προτείνουν ότι η τρέχουσα απώλεια, μέσω θανάτου ενός αγαπημένου προσώπου, αναζωπυρώνει προηγούμενες απώλειες με τρόπο επιλεκτικό(Φάρος,1981,σελ.103). Δεν είναι δυνατόν να γνωρίζουμε όλες τις απώλειες που έχει βιώσει ένα άτομο, αν θεωρήσουμε την απώλεια με την ευρεία έννοια συμπεριλαμβανομένων των μερικών και των αναπτυξιακών απωλειών. Η αναζωπύρωση, ωστόσο, μιας παρελθούσας απώλειας, μπορεί να αναπαριστά μια συμπυκνωμένη εμπειρία διαφόρων απωλειών. Οι ιδιαιτέρες περιστάσεις, η φύση της τρέχουσας απώλειας αλλά και η οργάνωση και δομή της προσωπικότητας κάθε ατόμου, εμφανίζονται

κάθε φορά ως παράγοντες που καθορίζουν το εάν, ποιες και πόσες προγενέστερες απώλειες αναβιώνουν και κατά πόσο αυτές συνεισφέρουν στην ένταση της παρούσας αντίδρασης.(Ζαφειροπούλου Μ.- Κλεφταράς Γ.,2004) Επιπλέον, δεν φαίνεται να υπάρχουν συγκεκριμένες προηγούμενες απώλειες ή τρόποι αντιμετώπισής τους, που να εμποδίζουν την ικανότητα του ατόμου να πενήσει επόμενες απώλειες αντικειμένων. Η επίδραση της εμπειρίας προηγούμενων απωλειών, εκτίθεται στον τρόπο με τον οποίο αυτή συνεισφέρει στη διαμόρφωση της προσωπικότητας του ατόμου. Οι περιστάσεις της επόμενης απώλειας καθώς και η οργάνωση της προσωπικότητας του ατόμου τη συγκεκριμένη στιγμή, θα αποτελέσουν τους αποφασιστικούς παράγοντες της αντίδρασής του. Αυτοί θα καθορίσουν ποιες δυνάμεις θα χρησιμοποιηθούν αλλά και ποιες αδυναμίες θα αποκαλυφθούν.

Παράλληλα, μια ολοκληρωμένη διεργασία πένθους αποτελεί ωφέλιμη επίδραση στην ικανότητα του ατόμου για ένα μεταγενέστερο πένθος. Ωστόσο, η άμεση σύνδεση προηγούμενης και επόμενης αντίδρασης στην απώλεια φαίνεται να είναι ανακριβής. Εξάλλου ο θάνατος ενός οποιουδήποτε αγαπημένου αντικειμένου δεν μπορεί να συγκριθεί με το θάνατο ενός γονιού. Η βοήθεια που παρέχεται στο παιδί κατά τη διάρκεια βίωσης μιας απώλειας, βοηθά στη μεγαλύτερη ωρίμανσή του σε διάφορες καταστάσεις όπως είναι η μεγαλύτερη ανεκτικότητα, η δυνατότητα έκφρασης, η καλύτερη προσαρμογή στην πραγματικότητα και η συγχώνευση της αμφιθυμίας στις σχέσεις του. Τα κέρδη αυτά που αποκομίζονται από το παιδί δίνουν την ευκαιρία για την αντιμετώπιση δύσκολων και αγχογόνων καταστάσεων συμπεριλαμβανομένης της απώλειας αγαπημένων προσώπων.

Όλες οι εμπειρίες ενός ανθρώπου, θετικές και αρνητικές, επηρεάζουν τη διαμόρφωση της προσωπικότητάς του. Σε στιγμές σοβαρών εντάσεων και πιέσεων, όπως είναι ο θάνατος του αγαπημένου γονιού, οι αναπτυξιακές και ατομικές δυνάμεις προσφέρουν σημαντική βοήθεια, ενώ οι

αδυναμίες του ατόμου αποκαλύπτονται.(Glenys Parry,1996). Εάν το παιδί έχει αναπτυχθεί επαρκώς και έχει μάθει να είναι κυρίαρχος στις προοριζόμενες για την ηλικία του πιέσεις, αντιμετωπίζει περισσότερο αποτελεσματικά την εμπειρία της απώλειας, διαφορετικά δυσκολεύεται. Η εμπειρία και η αντιμετώπιση των απωλειών επιδρούν γενικότερα στην προσωπικότητα του ατόμου παρά στην ικανότητά του να πενθεί. Το μέγεθος κατά το οποίο οι προηγούμενες απώλειες επηρεάζουν με συγκεκριμένο τρόπο τις επόμενες, εξαρτάται κυρίως από τη φύση και τις περιστάσεις της μεταγενέστερης απώλειας καθώς και στη δομή της προσωπικότητας του ατόμου τη συγκεκριμένη στιγμή.

## **5.2.Αντιδράσεις των παιδιών στην απώλεια του αγαπημένου γονιού.**

α)Άμεσες αντιδράσεις. Σε ένα επικείμενο θάνατο, οι αντιδράσεις των παιδιών αντανακλούν τον τρόπο με τον οποίο έχει γνωστοποιηθεί η πιθανότητα πραγματοποίησης του γεγονότος αυτού. Η συναισθηματική προετοιμασία και η δυνατότητα αποχαιρετισμού, βοηθά στη μετέπειτα διεργασία του πένθους τους και οδηγεί σε λιγότερο έντονες αντιδράσεις, σε σχέση με έναν αιφνίδιο θάνατο. Παρά το γεγονός ότι όμως δίνεται χρόνος για ``συναισθηματική προετοιμασία`` το γεγονός του θανάτου προκαλεί άμεσες αντιδράσεις στα παιδιά, οι οποίες όπως και στους ενήλικες, εκφράζονται με ποικίλους τρόπους.(Leshan Eda,1998).

Οι περισσότερο συνηθισμένες άμεσες αντιδράσεις είναι το σοκ και η δυσπιστία. Προτάσεις όπως ``δεν είναι αλήθεια`` ή ``κάποιο λάθος κάνετε`` αποτελούν απόδειξη αυτών των αντιδράσεων. Τα παιδιά σταθερά αρνούνται να αποδεχτούν το γεγονός του θανάτου, διατηρώντας με αυτό τον τρόπο, το

επίπονο αυτό γεγονός σε απόσταση. Η μη εμφάνιση έντονων συναισθημάτων, μπορεί να μπερδέψει τους ενήλικες. Ωστόσο, αυτή η αντίδραση του σοκ είναι φυσιολογική και τυπική ακόμη και μεταξύ των ενηλίκων. Πρόκειται για έναν μηχανισμό κατά τον οποίο η κατανόηση γίνεται βήμα- βήμα προλαμβάνοντας το συναισθηματικό κατακλυσμό του παιδιού. Αντίθετα, κάποια παιδιά αντιδρούν άμεσα με καταπτόηση και διαμαρτυρία και είναι απαρηγόρητα. Επιπλέον, κάποια αντιδρούν με απάθεια απέναντι στο γεγονός σαν να μην έχουν καθόλου αισθήματα. Ορισμένα μάλιστα, συνεχίζουν τις συνηθισμένες τους δραστηριότητες σαν να είναι όλα όπως πριν. Αυτή η αντίδραση μπορεί να οφείλεται στο ότι όταν ο κόσμος γίνεται χαώδης και ανασφαλής, οι συνηθισμένες και γνωστές δραστηριότητες προσφέρουν ένα αίσθημα ασφάλειας, ανεξάρτητα από το αν αυτό παραξενεύει τους ενήλικες που θα περίμεναν μια διαφορετική αντίδραση.(Νίλσεν Μ.,2005,σελ.123-124).

B) Συνήθειες αντιδράσεις μεταξύ των παιδιών. Σύμφωνα με τους Stroebe(2000) και Lindemann(1976) η ανησυχία είναι μια συνηθισμένη αντίδραση των παιδιών που χάνουν ένα πολύ αγαπημένο τους πρόσωπο. Η απουσία του κοντινού αυτού προσώπου κλονίζει το αίσθημα ασφάλειας του κόσμου για τα παιδιά. Η ανησυχία αυτή επικεντρώνεται σε μεγάλο βαθμό στο φόβο ότι κάτι κακό θα συμβεί και στον επιζώντα γονιό. Ο φόβος τους αυτός είναι μεγαλύτερος από το φόβο ότι θα συμβεί κάτι στα ίδια.

Οι αντιδράσεις φόβου και αγωνίας παίρνουν διάφορες μορφές . Τα μικρότερα παιδιά, προσκολλώνται στους ενήλικες και γίνονται περισσότερο απαιτητικά. Επιθυμούν να βρίσκονται συνέχεια κοντά στον επιζώντα γονιό και αντιδρούν πολύ έντονα στους αποχωρισμούς. Πίσω από σχόλια και ερωτήσεις, ελλοχεύουν ανησυχίες για τον γονιό που ζει. Η ανησυχία για αυτόν εντείνεται περισσότερο εάν αυτός αρρωστήσει και κυρίως, εάν εμφανίζει συμπτώματα ίδια με αυτά που εμφάνιζε πριν το θάνατο ο νεκρός γονιός.

Κάποια παιδιά γίνονται ιδιαίτερα νευρικά μετά από το θάνατο ενός αγαπημένου προσώπου. Αυτό συμβαίνει συνήθως όταν πρόκειται για ένα ξαφνικό και δραματικό θάνατο και προκαλείται κυρίως από το τραύμα και όχι από την απώλεια. Εμφανίζουν μεγάλη ετοιμότητα απέναντι σε οποιονδήποτε κίνδυνο, αναστατώνονται από ξαφνικούς θορύβους ή ξαφνικές αλλαγές στο περιβάλλον τους. Αυτή η υπερευαισθησία απέναντι στον κίνδυνο, μπορεί αν επιμένει, να οδηγήσει σε πονοκεφάλους, μυϊκή ένταση και πόνο, και σχεδόν πάντα καταλήγει σε προβλήματα συγκέντρωσης και μνήμης. (Τσιάντης, 2000, σελ. 265)

Επιπλέον ορισμένα παιδιά αναπτύσσουν φοβική συμπεριφορά μετά από ένα θάνατο κυρίως όταν τα ίδια είναι μάρτυρες του γεγονότος ή βρήκαν το σώμα του νεκρού. Αποφεύγουν να ακούν οτιδήποτε για το γεγονός, τις αναμνήσεις καθώς και να πλησιάσουν το μέρος όπου συνέβη ο θάνατος, αποφεύγοντας έτσι τα δυνατά συναισθήματα που τα προηγούμενα προκαλούν.

Έντονες αναμνήσεις και εικόνες προσκολλώνται στο "πίσω μέρος του μυαλού" ενός παιδιού που βιώνει μια απώλεια. Σε κρίσιμες καταστάσεις εμφανίζεται ένα είδος "υπέρ μνήμης" που διαφέρει από τη συνηθισμένη. Αυτό φαίνεται να αποτελεί, μια μεταβολή της κατάστασης της συνείδησης, όπου τα αισθητήρια όργανα, δείχνουν μια επεξεργασία και απομνημόνευση με τρόπο διαφορετικό από το κανονικό. Οι εικόνες κατακλύζουν όλες τις αισθήσεις και διαμορφώνουν δυνατές αναμνήσεις. Επιπρόσθετα στις οπτικές εισχωρούν απτικές και ακουστικές εντυπώσεις. (Leshan Eda, 1998)

Μνήμες και αναμνήσεις, προκαλούνται από άμεσους και έμμεσους "υπενθυμιτές" του θανάτου. Το παιδί συχνά, προβαίνει σε διάφορες δραστηριότητες, προκειμένου να αποφύγει τις δυσάρεστες, επαναλαμβανόμενες σκέψεις και εικόνες. Η ανησυχία και η ανυπομονησία μπορεί να αποτελέσουν άμεσες συνέπειες της προσπάθειας να κυριαρχήσουν, πάνω σε αυτές τις ανεπιθύμητες αναμνήσεις.

Οι διαταραχές του ύπνου, είτε πρόκειται για αϋπνία είτε για διακεκομμένο ύπνο, είναι συνηθισμένο φαινόμενο για τα παιδιά που βιώνουν την απώλεια. Εάν η έννοια του ύπνου έχει χρησιμοποιηθεί για την περιγραφή της κατάστασης του θανάτου, τότε τα παιδιά δυσκολεύονται ακόμη περισσότερο. Συνηθισμένα επίσης φαινόμενα αποτελούν τα άσχημα όνειρα και οι εφιάλτες. Τα παιδιά αναπτύσσουν φόβο για τα όνειρά τους και έτσι αρνούνται να κοιμηθούν ή απαιτούν να κοιμηθούν ή απαιτούν να κοιμούνται με κάποιον ενήλικα.(Φάρος,1981)

Μια ακόμη σημαντική αντίδραση των παιδιών είναι η θλίψη και η λαχτάρα για το χαμένο πρόσωπο, η οποία εμφανίζεται με διάφορες μορφές. Κάποια παιδιά κλαίει συχνά μετά το θάνατο του αγαπημένου γονιού, ενώ τα μικρότερα κυρίως παιδιά, εμφανίζουν μια θλίψη, η οποία παραμένει μικρό χρονικό διάστημα κάθε φορά που κάνει την εμφάνισή της. Ωστόσο, η θλίψη σε ένα παιδί μπορεί να εμφανιστεί με απομόνωση, απόσυρση και κλείσιμο στον εαυτό του. Ακόμη, ορισμένα παιδιά κρύβουν τη θλίψη τους για να μη στεναχωρήσουν τον επιζώντα γονιό.(Νίλσεν Μ., 2005,σελ.126)

Η λαχταρά για το χαμένο πρόσωπο, μπορεί να εμφανίζεται ως επίμονη αναζήτηση γι' αυτό, απορρόφηση σε αναμνήσεις, αίσθηση της παρουσίας του και ταύτιση με αυτό. Η αναζήτηση του αγαπημένου αντανακλάται στην ανάγκη του παιδιού να μιλάει γι' αυτό ή να περιμένει να τον συναντήσει. Έτσι, αναζητά μέρη που επισκέπτονταν μαζί ή απασχολείται με δραστηριότητες που συνήθιζαν από κοινού να κάνουν.

Ένας τρόπος μέσω του οποίου τα παιδιά γυρεύουν να πλησιάσουν το νεκρό, είναι να συμπεριφέρονται με τρόπους που χαρακτήριζαν το χαμένο πρόσωπο ή να αναλαμβάνουν ρόλους που κατείχε. Μέσω της ταύτισης με τον νεκρό, το παιδί αισθάνεται ότι δημιουργεί μια γέφυρα προς αυτό και με τον τρόπο αυτό διευκολύνεται το αίσθημα της απώλειας.(Lindemann,1976) Οι διάφοροι τρόποι, όπου τα παιδιά χρησιμοποιούν, προκειμένου να πλησιάσουν το



νεκρό, αντανακλούν τον πόνο που βιώνουν, στην προσπάθειά τους να “αφήσουν” το χαμένο αντικείμενο, και να αντιμετωπίσουν το γεγονός της απώλειας βήμα – βήμα.

Μια επιπλέον συνηθισμένη για τα παιδιά που πενθούν αντίδραση, αποτελεί ο θυμός και η εξωτερίκευση των συναισθημάτων. Τα μικρότερα παιδιά συχνά φανερώνουν το πένθος τους με άμεσο και ανοιχτό τρόπο. Ο θυμός τους παίρνει διάφορες κατευθύνσεις. Έτσι εμφανίζεται ως θυμός απέναντι στο θάνατο(προσωποποίηση), που πήρέ τον αγαπημένο, θυμός απέναντι στο Θεό που επέτρεψε να συμβεί κάτι τέτοιο, θυμός προς τους ενήλικες, οι οποίοι το αποκλείουν από το δικό τους πένθος, προς όσους δεν εμπόδισαν το δυσάρεστο αυτό γεγονός, προς τους εαυτούς τους που δεν μπόρεσαν να το εμποδίσουν, προς όσους ευθύνονται για το θάνατο και τέλος προς τον ίδιο το νεκρό που τα εγκατέλειψε. (Νίλσεν Μ.,2005)

Ο δυνατός θυμός εκφράζεται πολλές φορές με ένα είδος διαμαρτυρίας, π.χ. κλωτσώντας ή χτυπώντας τους ενήλικες. Κάποιες φορές οι ενήλικες ευθύνονται για το θάνατο του αγαπημένου, και έτσι τα παιδιά ξεσπούν πάνω τους. Κάποιες όμως φορές τα παιδιά προσπαθούν να προστατεύσουν τον επιζώντα γονιό από το απύθμενο πένθος του. Έτσι ασυνείδητα και (συνειδητά), προβαίνουν σε μη αναμενόμενες συμπεριφορές (π.χ. σπάνε παράθυρα) προκειμένου να τραβήξουν τη προσοχή του γονιού στις ανάγκες τους και με αυτόν τον τρόπο να μειώσουν τη θλίψη του καθώς και να εμποδίσουν την αποσύνθεσή του, λόγω της απώλειας που και ο ίδιος βιώνει.

Φυσιολογικά, τα αγόρια εμφανίζουν μεγαλύτερη δυσκολία στην προφορική εξωτερίκευση των αναμνήσεων και των συναισθημάτων τους και γενικότερα, στην έκφραση του πένθους τους. Ακόμη είναι γνωστό ότι η θλίψη και η μελαγχολία στα παιδιά οδηγεί στην αύξηση της δραστηριότητάς τους, όπου η εξωτερίκευση της συμπεριφοράς αποτελεί έναν τρόπο ελέγχου της θλίψης και ο θυμός κυρίως των αγοριών μπορεί να είναι αντανάκλαση αυτού.

Διάφορα είδη ενοχών, αυτό-κατηγοριών και ντροπής, μπορεί να αποτελούν μέρος του πένθους των παιδιών που χάνουν τον αγαπημένο γονιό. Με βάση τη γνώση της παιδικής εγωκεντρικής και μαγικής σκέψης, είναι ευρέως πιστευτό ότι τα παιδιά, περισσότερο από τους ενήλικες, θεωρούν ότι οι σκέψεις τους, τα συναισθήματα τους ή οι πράξεις τους, είναι υπεύθυνα για ό,τι συνέβη.(Worden,1982) Είναι σημαντικό να σημειώσουμε ότι τα παιδιά μπορούν να κατηγορούν τον εαυτό τους για πράγματα τα οποία δεν έκαναν καθώς και όλα όσα επιθυμούσαν να κάνουν. Ακόμη, όσον αφορά στις ενοχές, ένας ξαφνικός θάνατος δημιουργεί μια ιδιαίτερη συναισθηματική κατάσταση, σε σχέση με έναν αναμενόμενο, αφού στο δεύτερο υπάρχει η δυνατότητα "αποχαιρετισμού" του αγαπημένου προσώπου.

Το πένθος του παιδιού, μπορεί να οδηγήσει και σε προβλήματα στις σχολικές του επιδόσεις. Πρώτο και κυριότερο, τα παιδιά εμφανίζουν δυσκολίες προσοχής και συγκέντρωσης. Αναμνήσεις και σκέψεις σχετικές με το τι έχει συμβεί, διακόπτουν τον ειρμό των σκέψεών τους, ενώ η θλίψη και ο θρήνος μπορεί να οδηγήσουν σε "μείωση" του ρυθμού σκέψης καθώς και ενεργείας και πρωτοβουλιών. Στο σχολείο δυσκολεύονται να πραγματοποιήσουν τις εργασίες τους καθώς περιτριγυρίζονται από διάφορες σκέψεις και η ικανότητά τους για μάθηση και απομνημόνευση μειώνεται.

Όταν ο θάνατος του γονιού είναι ξαφνικός ή γίνεται με τραυματικό τρόπο, αυξάνεται η ανησυχία του παιδιού και αυτό οδηγεί σε σοβαρά προβλήματα συγκέντρωσης. Δραματικά γεγονότα, επίσης, εμφανίζονται στις εργασίες των παιδιών, όπως στις ζωγραφιές τους, στις εκθέσεις τους και στις άλλες δραστηριότητες στις οποίες συμμετέχουν .(Παπαδάτου Δ.- Νίλσεν Μ.,2006)

Η αντίδραση των παιδιών που βιώνουν μια απώλεια, μπορεί να αφορά και σε σωματικά συμπτώματα. Έτσι εμφανίζεται αύξηση του ποσοστού των πονοκεφάλων, των στομαχικών διαταραχών και των μυϊκών εντάσεων. Τα

προβλήματα αυτά, ελκύουν μεγάλο μέρος της προσοχής των ενηλίκων και αυτό οδηγεί σε ενίσχυση των συμπτωμάτων, εξαιτίας των δευτερογενών οφελών που τα παιδιά αποσπούν με τον τρόπο αυτό.

Γ) Άλλες πιθανές αντιδράσεις. Τα παιδιά κάθε ηλικίας μπορεί να εμφανίσουν συμπεριφορά παλινδρόμησης. Τα μικρότερα παιδιά μπορεί να αρχίσουν να "βρέχουν" το κρεβάτι τους ή να προσκολλώνται στους ενήλικες. Τα μεγαλύτερα παιδιά αναζητούν και αυτά να πλησιάσουν τους ενήλικες με δικούς τους τρόπους, μπορεί να έχουν μια "παιδιάστικη" συμπεριφορά ή να χρησιμοποιούν "μωρουδίστικη" γλωσσά. Αυτές οι αντιδράσεις είναι πολύ απαιτητικές προς τους ενήλικες, οι οποίοι, ελλείπονται ενέργειας προκειμένου να αντιμετωπίσουν τέτοιες καταστάσεις. Μια ακόμη παιδική αντίδραση πένθους, μπορεί να είναι, η κοινωνική τους απομόνωση. Κατά τη διάρκεια του πένθους τα παιδιά είναι περισσότερο ευάλωτα στα σχόλια των άλλων, οι οποίοι κάποιες φορές, μπορεί να τους προκαλέσουν δυσάρεστα συναισθήματα. Τα παιδιά ανησυχούν για τις ερωτήσεις των συμμαθητών τους, σχετικά με το θάνατο και αισθάνονται άσχημα, μήπως χάσουν τον έλεγχο των συναισθημάτων τους. Προκειμένου να προστατευτούν από αυτό, συνήθως αποτραβιούνται από τον κοινωνικό τους περίγυρο. Επιπλέον, τα παιδιά συχνά δεν γνωρίζουν πώς να χειριστούν μια κατάσταση που εμφανίζεται με το θάνατο του γονιού ενός φίλου τους και έτσι αποφεύγουν την επαφή μαζί τους. Ακόμη ορισμένες οικογένειες στέλνουν τα παιδιά τους σε φίλους ή συγγενείς όταν συμβεί ένας θάνατος ή ακόμα επιλεγούν να μετακομίσουν. Αυτό κλονίζει τον κόσμο των παιδιών και οδηγεί πολλές φορές στην κοινωνική απόσυρση και απομόνωσή τους. (Leshan Eda, 1998)

Επιπλέον τα παιδιά κατασκευάζουν διάφορες φαντασιώσεις σχετικά με το θάνατο και το νεκρό πρόσωπο. Αυτές οι φαντασιώσεις, μπορούν εύκολα, να γίνουν ιδιαίτερα τρομακτικές. Αποτελούν φαντασιώσεις σχετικά με τα αίτια του θανάτου, για τον ίδιο το νεκρό (π.χ. ότι θα γυρίσει προκειμένου να

εκδικηθεί το παιδί, πως μοιάζει ο νεκρός). Τα παιδιά μαζεύουν κομμάτια πληροφοριών, τα συνδέουν με όσα ήδη γνωρίζουν σχετικά με το θάνατο και τα αφομοιώνουν σε φαντασιώσεις και αντιλήψεις.(Lindemann1976,Stroebe 2000).

Με το θάνατο ενός γονιού, ο χαρακτήρας του παιδιού ενδέχεται να μεταβληθεί. Αυτές οι αλλαγές στη προσωπικότητα του παιδιού δεν είναι πάντα δραματικές. Συνήθως τα παιδιά γίνονται περισσότερο σιωπηλά, απομονωμένα και αγχώδη. Οι τραυματικοί θάνατοι και κυρίως οι γονεϊκοί, αυξάνουν την πιθανότητα μιας περισσότερο μόνιμης αλλαγής της προσωπικότητας του παιδιού, που οφείλεται στην έλλειψη ικανής για την αντιμετώπιση του τραύματος, βοήθειας. Ακόμη μετά το θάνατο του αγαπημένου, τα παιδιά εμφανίζονται περισσότερο ώριμα. Αυξάνεται η ικανότητα τους για συμπόνια και καταλαβαίνουν καλύτερα τους ενήλικες (μείωση του εγωκεντρισμού).

### **5.3. Φόβοι και ανησυχίες σχετικά με το θάνατο.**

Τα συναισθήματα των παιδιών σχετικά με το θάνατο, καλύπτουν ένα πλατύ εύρος και πηγάζουν από ποικίλες πηγές. Κατά τη διάρκεια της ανάπτυξης τους τα παιδιά προσδιορίζουν και επαναπροσδιορίζουν τις απόψεις τους που αφορούν στο θάνατο. Αυτοί οι προσδιορισμοί και οι επαναπροσδιορισμοί , συνοδεύονται από συναισθήματα. Επιπλέον, συχνά εμπειρίες που συνεισφέρουν στην κατανόηση του θανάτου, μπορούν να οδηγήσουν σε περιέργεια και αμηχανία, που περιπλέκονται ακόμη περισσότερο με φόβους και ανησυχίες.

Σύμφωνα με την *ψυχαναλυτική άποψη* (Freud,1961a) τα συναισθήματα των παιδιών,(φόβος, ανησυχία, ευχαρίστηση) γίνονται κατανοητά από την άποψη της εμπειρίας του παρόντος, καθώς και από εμπειρίες του παρελθόντος, με αφετηρία την ικανοποίηση και εκπλήρωση των βασικών αναγκών και επιθυμιών. Τα βασικά ένστικτα, που υπογραμμίζουν την δραστηριότητα του

ατόμου, συνεπάγονται τη συνέχιση της διανοητικής ζωής. Για παράδειγμα, όλα τα νοητικά γεγονότα συνδέονται μεταξύ τους και καθορίζονται από την πίεση των ενστίκτων και από παλιότερα γεγονότα. Έτσι, σύμφωνα με την άποψη αυτή, οι φόβοι, οι ανησυχίες και οι αναμνήσεις των πρώιμων εμπειριών συνεχίζουν να επηρεάζουν τα συναισθήματα των παιδιών στη μετέπειτα ζωή τους.

Ο Freud υποστηρίζει ότι με τη γέννησή του το παιδί, επιχειρεί ένα ταξίδι ανάπτυξης το οποίο απαιτεί πολλές προσαρμογές σε αποχωρισμούς και απώλειες. Υποστηρίζει ότι όλες οι παιδικές ανησυχίες ανάγονται σε ένα συναίσθημα, αυτό της απώλειας του αγαπημένου προσώπου και της λαχτάρας γι' αυτό. Τα παιδιά ωστόσο, δεν παραμένουν απορροφημένα μόνο σε σκέψεις και επιθυμίες, αλλά εκφράζουν την ανησυχία τους σχετικά με το θάνατο, με ποικίλους τρόπους. Μέσω της συναναστροφής τους με συνομηλίκους, μέσω των πολεμικών παιχνιδιών, αλλά και της έκθεσής τους σε βίαιες σκηνές στην τηλεόραση, τα παιδιά έρχονται αντιμέτωπα με την επιθετικότητα και τις συνέπειές της. Έτσι είτε μέσω της φαντασίας, είτε μέσω των εμπειριών τους, η επιθετικότητα σχετίζεται με την αντίληψη του θανάτου. Σύμφωνα με την Anthony, ο φόβος της επιθετικότητας γεννά δύο είδη ανησυχιών σχετικά με το θάνατο: τη χρόνια και την κριτική. Η χρόνια, είναι χαρακτηριστικό των μικρών παιδιών. Πρόκειται για την αντίδραση του παιδιού στις δικές του επιθετικές παρορμήσεις και δεν εξαρτάται από μια ξεκάθαρη αντίληψη του θανάτου. Η κριτική από την άλλη μεριά, εμφανίζεται, όταν το παιδί αντιληφθεί ότι είναι ανεξάρτητο και επομένως μπορεί να πεθάνει.

Από την άποψη της *εξελικτικής ψυχολογίας*, η κατανόηση του θανάτου περιλαμβάνει δύο διαφορετικές απόψεις. Η πρώτη αφορά στη διαδικασία του θανάτου και στις συνέπειές του, περιλαμβάνοντας ερωτήσεις σχετικά με το γιατί και το πώς συμβαίνει αυτός και καταλήγοντας σε εξηγήσεις που αντανακλούν τα είδη της αιτιακής σκέψης. Η δεύτερη άποψη έχει να κάνει περισσότερο

συγκεκριμένα με τις συνέπειες αναφορικά με τον ίδιο το θάνατο, περιλαμβάνει ερωτήσεις σχετικά με το πώς είναι ο θάνατος και αντανακλά έννοιες σχετικά με τη φύση της κατάστασης του θανάτου. Και τα δύο είδη κατανόησης μπορεί να επηρεάζονται από φόβους και ανησυχίες σχετικά με το θάνατο.(Piaget,J,1936)

Σύμφωνα με τον Piaget,στα μικρά παιδιά εμφανίζονται τρεις τύποι αιτιακών σχέσεων όσον αφορά στο θάνατο. Η φαινομενική αιτιότητα, η οποία αναφέρεται στην τάση των παιδιών να συσχετίζουν αιτιακά, γεγονότα τα οποία συμβαίνουν στον ίδιο χρόνο και τόπο η μαγική αιτιότητα όπου τα παιδιά θεωρούν ότι έχουν τις ιδιότητες και την ικανότητα να προκαλέσουν ή να εμποδίσουν ένα θάνατο και τέλος η ψυχολογική αιτιότητα, όπου αναφέρεται στην τάση των μικρών παιδιών να αντιλαμβάνονται κάθε ψυχολογικό κίνητρο, αιτία για καθετί.

Αναμφίβολα, οι φόβοι και οι ανησυχίες που σχετίζονται με το θάνατο μπορεί να πάρουν διάφορες μορφές, αφού και ο ίδιος ο θάνατος μπορεί να έχει διάφορα νοήματα. Καθώς τα παιδιά αναπτύσσουν νέες αντιλήψεις και ερμηνεύουν τις εμπειρίες τους υπό το φως αυτών των αντιλήψεων, οι φόβοι και οι ανησυχίες μπορεί να εγείρονται σαν συνέπεια αυτών των αντιληπτικών δραστηριοτήτων.

Σύμφωνα με τη θεωρία της *κοινωνικής μάθησης*, το περιβάλλον διαθέτει ένα σημαντικό μερίδιο συνεισφοράς στη διαμόρφωση των συναισθημάτων, της κατανόησης και της δράσης των παιδιών. Επομένως παίζει σημαντικό ρόλο και στη μάθηση φόβων και ανησυχιών σχετικών με το θάνατο. Ο Albert Bandura υποστηρίζει ότι ένα άτομο αποκτά κάποια συμπεριφορά, στάση, συναισθήματα, όχι μέσω της εμπειρίας του αλλά μέσω της παρατηρήσεις μοντέλων, μια διαδικασία η οποία δεν απαιτεί την ενίσχυση. Έτσι οι αντιδράσεις άλλων ανθρώπων στην ιδέα ή στο γεγονός του θανάτου στις οποίες το παιδί εκτίθεται μπορούν να επηρεάσουν την ανάπτυξη συγκεκριμένων στάσεων και συναισθημάτων απέναντι στο θάνατο.(Bandura, A 1969)

Τα μοντέλα αυτά προσφέρονται κυρίως από τους γονείς, αλλά και από άλλους "σημαντικούς" (αδέρφια, συνομήλικοι, δάσκαλοι), κατά τη διάρκεια της ζωής των παιδιών και κυρίως καθώς αυτά μεγαλώνουν, αφού διευρύνεται και ο κοινωνικός τους περίγυρος. Ο Bandura επισημαίνει ότι, η κοινωνική μάθηση δεν προέρχεται μόνο μέσα από την παρατήρηση πραγματικών μοντέλων ζωής αλλά και μέσα από συμβολικά μοντέλα.

Αναμφίβολα η τηλεόραση αποτελεί ένα πολύ σημαντικό παράγοντα κοινωνικοποίησης των ατόμων και αναμφίβολα παρουσιάζει πολλές σκληρές βιαιότητας και θανάτου. Έτσι παρόλο το γεγονός ότι στις μέρες μας, οι άμεσες εμπειρίες των παιδιών με το θάνατο είναι λιγότερες σε σχέση με παλαιότερα, οι έμμεσες, μέσω των στάσεων και συναισθημάτων των άλλων, έχουν αυξηθεί κυρίως μέσω της τηλεόρασης. Ωστόσο αυτή παρουσιάζει μια διεστραμμένη αντίληψη σχετικά με το θάνατο, αφού εμφανίζει ως μοναδική αιτία αυτού τη βιαιότητα.

Η μάθηση μέσω παρατήρησης πραγματοποιείται και με σύμβολα, όπως είναι οι λέξεις. Διαβάζοντας ή ακούγοντας τις σκέψεις και τα συναισθήματα των άλλων τροποποιείται η κατανόηση και η στάση αυτού που διαβάζει ή ακούει. Τα βιβλία και τα παραμύθια αποτελούν σημαντικό παράγοντα στην επιμόρφωση των παιδιών και συνεισφέρουν στην ψυχαγωγία τους. Σχετικά με το ρόλο των παραμυθιών υπάρχουν θετικές και αρνητικές απόψεις. Από μια πλευρά, στα παραμύθια υπάρχει μια στενή σχέση ανάμεσα στον τρόπο σκέψης των παιδιών και των ηρώων του παραμυθιού (όμορφα κάστρα, πριγκίπισσες) καθώς επίσης προβάλλεται έντονα το αίσθημα δικαιοσύνης. Από την άλλη όμως, η βιαιότητα, ο πόνος και σκληρή τιμωρία του θανάτου είναι σαφή με αποτέλεσμα την ανάπτυξη έντονων φόβων και ανησυχιών.

#### **5.4. Εκπαιδεύοντας τα παιδιά στην απώλεια.**

Σύμφωνα με τον Bacque M. F., 2001, η αντιμετώπιση των απωλειών μπορεί να γίνει αντικείμενο εκμάθησης από πολύ νεαρή ηλικία, χωρίς να φέρνουμε το παιδί αντιμέτωπο με σοβαρές απώλειες, αλλά μαθαίνοντάς του να επεξεργάζεται ψυχολογικά τα μικρά καθημερινά πένθη που βιώνει.

Κάθε παιδί οικειοποιείται τα αντικείμενα εκείνα που συμβολίζουν τη μητρική σχέση. Το πρώτο μεταβατικό αντικείμενο που μπορεί να είναι ένα κουβάρι, ένα αρκουδάκι ή οτιδήποτε άλλο επιλέξει, και στο οποίο το παιδί φαίνεται να είναι παθολογικά προσκολλημένο και το παίρνει μαζί του οπουδήποτε πηγαίνει, αποτελεί το μοντέλο για την προσπάθεια της σταδιακής αποκόλλησης. Η απώλεια του μεταβατικού αντικειμένου εξελίσσεται, πολλές φορές, σε δράμα. Αυτή η εμπειρία της απώλειας επιτρέπει στο παιδί να δοκιμάσει τη θλίψη, την ενοχή και τη μη αναστρεψιμότητα, συναισθήματα ακόμα ακατέργαστα σε τόσο νεαρή ηλικία. Ωστόσο αργότερα το παιδί πρόκειται να χάσει κι αλλά αντικείμενα αγάπης: κάποιο κατοικίδιο, τον παππού, τη γιαγιά....(Bacque M.F.,2001,σελ.136-138).

Η σημασία της μη επιπόλαιας αντιμετώπισης των απωλειών αυτών έγκειται στη διαμόρφωση του ψυχολογικού τοπιού που επιφέρουν οι λύπες, εφόσον έχουν κατευναστεί. Η απώλεια του γονέα σε πολύ μικρή ηλικία, βραχυκυκλώνουν την επεξεργασία των μικρών απωλειών του παιδιού. Όταν το έργο της μύησης στην απώλεια δεν ολοκληρώνεται, παρατηρείται υπερβολική συσσώρευση ψυχικού δυναμικού. Πρέπει τότε να ενθαρρυνθεί η λεκτική έκφραση και αν υπάρχουν και είναι δυνατόν η ταύτιση του με τα αλλά αδέρφια ή τους συμμαθητές του που αντιμετωπίζουν παρόμοιες καταστάσεις.

Για να μιλήσουμε με το παιδί και τον έφηβο για το θάνατο ενός κοντινού προσώπου, πρέπει εμείς οι ίδιοι να έχουμε ξεπεράσει τις απώλειες τις παιδικής μας ηλικίας. Η δεύτερη προϋπόθεση είναι να γνωρίζουμε ότι τα παιδιά είναι



ψυχικά εύθραυστα, όσο και αν προσπαθούν να το κρύψουν πίσω από μια προκλητική ή ανάρμοστη συμπεριφορά. Βλέποντας ένα παιδί ή ένα έφηβο να αρνείται την οποία συγκίνηση, δεν πρέπει να συμπεραίνουμε ότι δεν νιώθει τίποτα – και ότι η εκδήλωση αυτής της («σκληρής») συμπεριφοράς του μπορεί να το εμποδίσει να αγαπήσει σωστά. Ο φυσιολογικός εγωκεντρισμός της ηλικίας αυτής το οδηγεί σε αυτοκατηγορίες για το θάνατο του αγαπημένου του προσώπου. Κανένα λογικό επιχείρημα δεν μπορεί να νικήσει αυτό το αίσθημα, ενώ, αντίθετα, τα ερωτηματικά που γέννιούνται στο παιδί θα το βοηθήσουν να ανακαλύψει ποσό σημαντικός του ήταν ο νεκρός και ποιες προσδοκίες είχε γι' αυτό (το παιδί)(Bowlby J., 1980,σελ.270-272).

Έτσι θα βοηθήσουμε το παιδί να διαφυλάξει τις πιο γλυκές αναμνήσεις, και να συνηδειτοποιήσει ότι αυτές αποτελούν τον προσωπικό του θησαυρό. Η αναγωγή του νεκρού σε σύμβολο είναι θεμελιώδης σημασίας, αλλά και τόσο πιο δύσκολη όσο μικρότερο είναι το παιδί. Η ψυχολογική διεργασία μπορεί, ωστόσο, να στηριχθεί σε φωτογραφίες ή αντικείμενα που ανήκαν στο νεκρό. Ακολουθούν η λεκτική έκφραση και κατόπιν η εξωτερίκευση του εκλιπόντος.

### **5.5. Βοηθώντας τα παιδιά που βιώνουν την απώλεια του γονιού.**

Η εμπειρία με ασθενείς που βιώνουν μια απώλεια, αποδεικνύει ότι, μπροστά στο θάνατο ενός αγαπημένου προσώπου, όλοι είμαστε αβοήθητοι. Ο τρόπος με τον οποίο καθένας αντιμετωπίζει αυτό το γεγονός, εξαρτάται από ποικίλους εσωτερικούς και εξωτερικούς παράγοντες, και μπορεί να επηρεαστεί μονό μέχρι ένα ορισμένο βαθμό. Ο καθένας, που προσπαθεί να βοηθήσει την εμπειρία της απώλειας θα πρέπει να εκτιμά τα όρια της χρησιμότητας του και τη μοναδικότητα των επιπτώσεων κάθε θανάτου. Σε τελική ανάλυση, κάθε βήμα στην προσπάθεια να βοηθηθεί το άτομο που βιώνει την απώλεια, καθίσταται

έγκυρο, όταν χαρακτηρίζεται από απόλυτη αποδοχή και σεβασμό για τα συναισθήματα και τα γεγονότα που συμβάλλουν στην προσωπική κατάσταση του ατόμου. Χωρίς τα παραπάνω, ακόμα και τα περισσότερο αποτελεσματικά μετρά, αποδεικνύονται άχρηστα ή ακόμη και επιζήμια, αφού δεν ανταποκρίνονται στις ανάγκες του ατόμου τη δεδομένη στιγμή.

Όταν ο γονιός ενός παιδιού πεθαίνει, το παιδί βρίσκεται σε μια πολύ ιδιαίτερη και μοναδική κατάσταση, εξαιτίας της φύσης του δεσμού με το νεκρό. Ο ενήλικας μπορεί να μοιράζει την αγάπη του ανάμεσα σε διάφορες σημαντικές σχέσεις (σύζυγο, παιδιά, γονείς, φίλους), όπως επίσης στη δουλειά και στα χόμπι του. Το παιδί, σε αντίθεση, επενδύει σχεδόν όλα τα συναισθήματά του στους γονείς του. Με εξαίρεση κάποιες μη συνηθισμένες περιπτώσεις, αυτή η μοναδική σχέση, είναι ασύγκριτη σε πλούτο και ένταση, διαφορετική από κάθε στενή ενήλικη σχέση. Μονό στην παιδική ηλικία, μπορεί ο θάνατος να στερεί από ένα άτομο τη δυνατότητα να αγαπήσει και να αγαπηθεί πολύ καθώς επίσης να απαιτεί ένα τόσο δύσκολο έργο προσαρμογής στη νέα κατάσταση. Επομένως δεν μπορούμε να συγκρίνουμε το πένθος κατά την παιδική ηλικία και την ενήλικη ζωή, προτού λάβουμε υπόψη μας τα παραπάνω.(Bacque,M.F.,2001)

Ως ενήλικες, μπορούμε να βοηθήσουμε πιο ουσιαστικά τα παιδιά στις δύσκολες στιγμές που βιώνουν και έρθουμε πιο κοντά σε αυτά με του εξής τρόπους:

A) Να τα ενημερώσουμε με σαφήνεια και ειλικρίνεια για το θάνατο που αντιμετωπίζουν . Επίσης να δοθεί η ευκαιρία να εκφράσουν τις αντιλήψεις και τις σκέψεις τους για το συγκεκριμένο θάνατο.

B)Να τα βοηθήσουμε να χειριστούν άμεσα τα συναισθήματα και τις αντιδράσεις τους. Θα βοηθήσουμε τα παιδιά να αναγνωρίσουν αυτό που συμβαίνει μέσα τους, δίνοντάς τους το μήνυμα ότι «είναι πολύ φυσικό να

αισθάνεται κανείς όπως αισθάνεσαι εσύ, όταν χάνει τον αγαπημένο του άνθρωπο».

Γ) Να τα ενισχύσουμε στην προσπάθειά τους να μνημονεύουν το άτομο που πέθανε. Υπάρχουν πολλοί τρόποι που βοηθούν για να κρατηθεί ζωντανή η μνήμη ενός ανθρώπου, και που μπορούμε να προτείνουμε στα παιδιά: μπορεί να φυτέψουν στη μνήμη του ένα δέντρο ή να του αφιερώσουν ένα άλμπουμ με φωτογραφίες ή , ακόμα, να ζωγραφίσουν ή να κάνουν ένα κολλάζ με αντικείμενα που τον θυμίζουν, μπορεί να του γράψουν ένα γράμμα ή ένα ποίημα που να λέει πόσο σημαντικός ήταν στη ζωή τους.

Δ) Να τους δείξουμε ότι η ζωή τους δεν θα πάψει να είναι μια καλή και γεμάτη αγάπη ζωή. Για πολλά παιδιά ο θάνατος του γονιού τους μπορεί να σημαίνει το τέλος κάθε ευτυχίας, και είναι ρόλος του ενηλίκου να μάθει στο παιδί ότι στη ζωή χωρούν μαζί χαρούμενες και λυπηρές στιγμές. Πέρα από την κατανόηση και τη στήριξη που μπορούν να βρουν σε μας τα παιδιά που πενθούν, πρέπει να είμαστε σε θέση να τους προσφέρουμε και απαντήσεις στις πολλές απορίες που έχουν για τη ζωή, την αρρώστια και το θάνατο. (Νίλσεν, Μ-Παπαδάτου, Δ., 1998, σελ.91-95)

### **5.5.1. Πότε χρειάζεται ιδιαίτερη φροντίδα το παιδί που θρηνεί.**

Όλες οι εκδηλώσεις θρήνου είναι φυσιολογικές , αυτό όμως δε σημαίνει ότι ο γονιός, ο δάσκαλος ή ο ενήλικας που βρίσκεται κοντά στο παιδί που θρηνεί δεν πρέπει να αφιερώσει χρόνο στο άκουσμα αυτών των αντιδράσεων. Σωστά λέμε ότι όλες αυτές οι εκδηλώσεις που αναφέραμε είναι φυσιολογικές, αρκεί όμως να εξελίσσονται στο χώρο μιας κανονικότητας και κάποιου μέτρου.

Εκδηλώσεις που παρατείνονται στο χρόνο και κλιμακώνονται ως προς την ένταση, όπως τα επίμονα ψυχοσωματικά συμπτώματα, η παρατεταμένη απουσία οποιασδήποτε εκδήλωσης θρήνου, οι κατηγορίες προς τον εαυτό του ή

τους άλλους ως υπεύθυνους για το θάνατο, η αλλαγμένη συμπεριφορά στις σχέσεις με τα άλλα παιδιά και με το παιχνίδι, η αλλαγή στην προσαρμογή και την απόδοση στο σχολείο , στον ύπνο(επαναλαμβανόμενοι εφιάλτες) και στις άλλες συνήθειες της καθημερινής ζωής, η απομόνωση, το κλείσιμο στον εαυτό και η αποχή από κοινωνικές δραστηριότητες, η αυτοκαταστροφική συμπεριφορά (ναρκωτικά, ροπή σε ατυχήματα και σκέψεις αυτοκτονίας), οι παρατεταμένες διαταραχές διατροφής (παρατεταμένες ή συχνές σωματικές ενοχλήσεις, εκδήλωση συμπτωμάτων παρόμοιων με αυτά του ατόμου που πέθανε. Όλα τα παραπάνω προδίδουν την απόγνωση του παιδιού μπροστά στην απώλεια που βιώνει και καθιστούν αναγκαία μια άμεση ψυχολογική στήριξη.(Ράλλη, Ε.,2006,Worden,1996).

Ορισμένα παιδιά είναι πιο ευάλωτα όταν έρχονται αντιμέτωπα με μια σημαντική απώλεια. Είναι κυρίως τα παιδιά που : α)έχουν βιώσει και άλλες απώλειες στο παρελθόν(θάνατο, διαζύγιο, κακοποίηση), β)ήδη αντιμετώπιζαν νοητικά ή ψυχολογικά προβλήματα ή προβλήματα συμπεριφοράς πριν από το θάνατο του αγαπημένου προσώπου, γ)βιώνουν το θάνατο του αγαπημένου προσώπου ο οποίος έγινε κάτω από ιδιαίτερα τραυματικές συνθήκες(αυτοκτονία, δολοφονία).

Τα παιδιά είναι ιδιαίτερα ευάλωτα όταν αντιμετωπίζουν εμπειρίες απώλειας ή θανάτου αγαπημένου τους προσώπου. Το περιβάλλον χρειάζεται να είναι ευαισθητοποιημένο απέναντι στις ανάγκες τους για να μπορέσει να τα στηρίξει ικανοποιητικά στις δύσκολες αυτές στιγμές.(Ζαφειροπούλου Μ.- Κλεφταράς Γ.,2004,σελ.442-443)

### **5.5.2. Ποιες είναι οι ανάγκες των παιδιών που θρηγούν.**

Οι ενήλικες επιθυμούν να βλέπουν τα παιδιά τους να μεγαλώνουν σε ένα κόσμο όπου ο θάνατος και η θλίψη απουσιάζουν.(Barbara Monroe,2005,σελ.118).Συχνά οι μεγάλοι φέρονται με τον τρόπο που έμαθαν από τους δικούς τους γονείς, όταν ήταν παιδιά. Θέλουν να βοηθήσουν και κάνουν ό,τι εκείνοι θεωρούν σωστό.(Leshan Eda,1998,σελ.20) Στην προσπάθεια τους να τα προστατέψουν από τις δυσκολίες αυτές, συχνά τα αφήνουν μόνα με τους φόβους και τις φαντασιώσεις τους , χωρίς ενημέρωση και πληροφόρηση. Συχνά συμπεριφερόμαστε σαν να έχουμε τη δυνατότητα να επιλέξουμε αν θα ενημερώσουμε ή όχι τα παιδιά για την απώλεια ενός αγαπημένου προσώπου. (Barbara Monroe,σελ.120)

Δεν μπορούμε να απομακρύνουμε τη θλίψη από τη ζωή των παιδιών όταν κάποιος πεθαίνει. Αυτό που μπορούμε όμως να κάνουμε είναι να τα στηρίξουμε στην οδύνη τους αντί να τα απομονώνουμε και να τα εγκαταλείψουμε στη μοναξιά τους. Οι γονείς δεν είναι σε θέση να διαλέξουν αν το παιδί τους θα υποφέρει ή όχι, αλλά αν θα γνωρίζουν αν υποφέρει ή όχι.

Μερικές φορές ανακουφίζει τους ενήλικες η λανθασμένη πεποίθηση ότι τα παιδιά είναι πολύ μικρά για να καταλάβουν . Όλα τα παιδιά προσπαθούν να δώσουν κάποιες εξηγήσεις και νόημα σε όσα συμβαίνουν γύρω τους. Αν δεν τους παρέχουμε ξεκάθαρες εξηγήσεις , εκείνα θα κατασκευάσουν τις δικές τους. Μερικές φορές αυτό που φαντάζονται τα παιδιά είναι πιο τρομακτικό.

Η σχέση που δημιουργούμε μαζί τους είναι σημαντική. Το παιδί επιλέγει να θέσει τις δύσκολες ερωτήσεις του σε άτομα που εμπιστεύεται και τα νιώθει ικανά να το στηρίξουν.

Παρακάτω παραθέτουμε κάποιες κατευθυντήριες γραμμές για το πώς μιλάμε ή απαντάμε σε παιδιά που αντιμετωπίζουν το θάνατο ενός δικού τους αγαπημένου προσώπου.

- ∅ Να είμαστε διαθέσιμοι και έτοιμοι να ακούμε τις απλές ερωτήσεις που μας κάνει το παιδί γιατί μπορεί να κρύβονται βαθύτερες ανησυχίες, έστω και αν εκφράζονται με έμμεσο τρόπο.
- ∅ Να είμαστε παρατηρητικοί στους μη λεκτικούς και συμβολικούς τρόπους επικοινωνίας που χρησιμοποιεί το παιδί, π.χ. ζωγραφιές, πόνο στο στομάχι κ.τ.λ.
- ∅ Να έχουμε ιδιαίτερη υπομονή όταν επαναλαμβάνουν το ίδιο ερώτημα σε διαφορετικές στιγμές και με διαφορετικούς τρόπους και συχνά όταν δεν είμαστε διαθέσιμοι. Ας μην αποφύγουμε την ευκαιρία που μας δίνεται να επικοινωνήσουμε με το παιδί που ίσως ρωτάει σε ακατάλληλη στιγμή ακριβώς γιατί φοβάται την απάντηση.
- ∅ Το πιο σημαντικό στη σχέση μας με παιδιά που πενθούν είναι να είμαστε ειλικρινείς. Αν μας εμπιστεύονται πιο εύκολα θα έρθουν σε εμάς, με τα ερωτήματά τους στα οποία δεν μπορούν να απαντήσουν μόνα τους. Να είναι κανείς ειλικρινής με ένα παιδί σημαίνει να του λέει αυτά που εκείνο ζητάει και πάντα προσαρμοσμένα στην ηλικία και στο επίπεδο εξέλιξής του. Να βρούμε απαντήσεις που να καλύπτουν την ανάγκη του παιδιού να κατανοήσει καλύτερα αυτό που συμβαίνει.
- ∅ Να μοιραστούμε με τα παιδιά, απλά και ανθρώπινα τις γνώσεις μας γύρω από τα θέματα της ζωής και του θανάτου, τις εμπειρίες και τα συναισθήματά μας, ακόμη και τις αδυναμίες ή την απόγνωσή μας.

Μπροστά σε παιδιά που μπορεί να αισθάνονται ότι γύρω τους χάνεται ο κόσμος, είναι πολύτιμο να είμαστε εκεί, κοντά τους, υποστηρικτικοί και όσο περισσότερο γίνεται διαθέσιμοι. (Leshan Eda., 1998)

Όταν μιλάμε στα παιδιά για το θάνατο, είναι πολύ σημαντικό να αποφεύγουμε τις διαφορούμενες εκφράσεις και να μη χρησιμοποιούμε λέξεις ή εκφράσεις που μπορούν να παρερμηνευτούν – όπως, για παράδειγμα, «έφυγε ο παππούς», «κοιμήθηκε», «τον πήρε ο Θεός» κ.λ.π. Ειδικά τα μικρότερα παιδιά

κατανοούν κυριολεκτικά αυτό που λέμε : Γιατί , λοιπόν, αυτός που φεύγει να μην ξαναγυρίσει; Και αν ο καλός Θεός παίρνει τους ανθρώπους ,τι είδους Θεός είναι; Αν μάλιστα παρομοιάσουμε το θάνατο με τον ύπνο, τότε τα μικρά παιδιά μπορεί να μπερδευτούν κι έτσι είναι πολύ πιθανό να φοβούνται να αποκοιμηθούν. Χρειάζεται, με άλλα λόγια , προσοχή στις λέξεις που διαλέγουμε να εξηγήσουμε το θάνατο.

Ένα επίσης σημαντικό θέμα στην ενημέρωση είναι να γίνεται όσο το δυνατόν πιο έγκαιρα , δηλαδή σε μικρό χρονικό διάστημα από το θάνατο για τον οποίο θέλουμε να μιλήσουμε στα παιδιά. Όσο μεγαλύτερο είναι διάστημα παρεμβάλλεται, τόσο πιο εύκολα μπορεί να δημιουργηθούν στα παιδιά παρενέργειες ή συναισθήματα φόβου και ανασφάλειας. Όταν μάλιστα , πρόκειται για ενημέρωση στο πλαίσιο του σχολείου, η καθυστέρηση μπορεί να οδηγήσει σε φαντασιώσεις ή σε φήμες συχνά «χειρότερες» κι από την πραγματικότητα.

Δεν χρειάζεται ούτε να ωραιοποιούμε το γεγονός του θανάτου ούτε να παραποιούμε τις πληροφορίες. Τα παιδιά ξέρουν πολύ καλά πότε δεν τους λέμε την αλήθεια ,και αυτό τα κάνει να νιώθουν μεγάλο θυμό απέναντί μας. Προσπαθώντας να τα ξεγελάσουμε , γινόμαστε στα μάτια τους όλο και λιγότερο αξιόπιστοι, και όταν ξέρουν ότι δεν πρόκειται να πάρουν απάντηση σε αυτά που τα βασανίζουν , σταματούν να μας ρωτούν. Δεν τους μένει παρά η επιλογή να κλειστούν στον εαυτό τους , να απομονωθούν – γεγονός που οδηγεί στον κλονισμό της όποιας σχέσης εμπιστοσύνης μπορεί να υπήρχε νωρίτερα.

### **5.5.3.Πρέπει να πηγαίνουν τα παιδιά στις κηδείες;**

Το αν πρέπει τα παιδιά να πηγαίνουν στις κηδείες εξαρτάται από πολλά πράγματα: πρώτα από την ηλικία των παιδιών, την ωριμότητα τους, τη σχέση

τους με τον άνθρωπο που πέθανε, αλλά και τη σχέση τους με τους γονείς τους. Εξαρτάται από το αν υπάρχουν αδέρφια που θα πάνε στη κηδεία, καθώς και από άλλους ατομικούς παράγοντες, γιατί δεν υπάρχει ένας κανόνας που να ισχύει για όλες τις περιπτώσεις. Γενικά, όμως, μπορούμε να πούμε ότι τα παιδιά προσχολικής ηλικίας δυσκολεύονται να αναγνωρίσουν τους γονείς και τους γνωστούς τους σε αυτούς τους ανθρώπους που κλαίνε, θρηνούν και συχνά εκδηλώνουν πολύ έντονα τον πόνο τους στον αποχωρισμό από τον άνθρωπό τους. Πιο ήρεμη και σημαντική γι' αυτά τα παιδιά είναι μια επίσκεψη στο νεκροταφείο, λίγες μέρες μετά τη κηδεία, μαζί με την οικογένεια τους για να μιλήσουν, να θυμηθούν αυτόν που πέθανε, και ν' αφήσουν λίγα λουλούδια στον τάφο του.(Νίλσεν Μ., Παπαδάτου Δ., Πρακτικά Συμποσίου 2006,σελ.96)

Για τα μεγαλύτερα παιδιά, καλό είναι να αποφύγουμε το συνηθισμένο λάθος που κάνουμε, αποφασίζοντας εμείς γι' αυτά αν θα πάνε ή όχι στην κηδεία. Ας τους δώσουμε τη δυνατότητα να το σκεφτούν και να επιλέξουν τα ίδια τι θέλουν να κάνουν, αφού βέβαια τους έχουν προηγουμένως εξηγήσει και περιγράψει τι ακριβώς θα συμβεί εκεί. Αν ένα παιδί δεν επιθυμεί να παρακολουθήσει τη κηδεία, πρέπει να σεβαστούμε την απόφασή του. Μπορούμε να οργανώσουμε μια επίσκεψη στο νεκροταφείο κάποια άλλη μέρα, μαζί με την οικογένεια του. (Νίλσεν Μ., Παπαδάτου Δ., Πρακτικά Συμποσίου 2006,σελ.97). Όταν το παιδί φέρνει αντιρρήσεις και εσείς πιστεύεται πως είναι αρκετά ώριμο για να πάει στη κηδεία, ίσως το μόνο που του χρειάζεται είναι να του δοθεί χρόνος να το σκεφτεί. Μπορεί να αλλάξει ιδέα, κυρίως αν οι γονείς είναι προσεκτικοί να μην το πιέσουν πάρα πολύ. (Wolf Anna,Γονείς,παιδιά και θάνατος,σελ.76)

Επικλήσεις με βάση το «σεβασμό», το «καθήκον» και το «τι θα σκεφτεί ο κόσμος» είναι πιθανόν να είναι λιγότερο αποτελεσματικές από το να συνειδητοποιήσει πως τώρα όλοι χρειάζεστε ο ένας τον άλλο και θα αισθανθείτε την έλλειψή του αν μείνει πίσω. Συνήθως τα παιδιά έχουν λανθασμένες



αντιλήψεις για το τι πρόκειται να γίνει στη κηδεία και έτσι είναι καλύτερα να συζητήσετε μαζί του το πρόγραμμα τις κηδείας. Ενώ αν εξακολουθεί ακόμη να φέρνει αντιρρήσεις, πρέπει να το κάνετε να αισθανθεί άνετα με αυτή του την απόφαση. Δεν πρέπει να το κάνουμε να αισθανθεί άσχημα.(Leshan Eda,1998,σελ.72 )

Αν, αντιθέτως, θέλει το παιδί να πάει στη κηδεία, καλό είναι να την παρακολουθήσει μαζί και κοντά σε έναν ενήλικο με τον οποίο έχει μια ιδιαίτερη σχέση, και ο οποίος θα μπορεί να το στηρίξει, να ανταποκριθεί στις ανάγκες του, να απαντήσει στα ερωτήματά του, να το αγκαλιάσει, ακόμα και να κλάψει μαζί του.( Νίλσεν Μ., Παπαδάτου Δ., Πρακτικά Συμποσίου 2006,σελ.89-97).

Τα παιδιά, ως μέλη μιας οικογένειας, έχουν την ανάγκη-και το δικαίωμα- να συμμετέχουν σε όλες τις εκδηλώσεις της, είτε αυτές είναι χαρούμενες είτε όχι. Το να ενθαρρύνονται να βρίσκονται με τους δικούς τους ανθρώπους στην κηδεία ή στο μνημόσυνο είναι, γι' αυτά, η επιβεβαίωση ότι ανήκουν στον κύκλο της οικογένειας. Το γεγονός ότι τα κοντινά και αγαπημένα τους πρόσωπα μπορούν να μοιραστούν μαζί τους τον πόνο και το θρήνο τους ενισχύει τους στενούς δεσμούς εμπιστοσύνης που υπάρχουν μεταξύ τους. (Leshan Eda,1998 σελ73).

Κάθε οικογένεια έχει τις δικές της αντιλήψεις για τις κηδείες και κάθε θρησκεία έχει διαφορετικό τρόπο κηδείας. Οι περισσότεροι όμως τώρα συμφωνούν ότι οποιεσδήποτε κι αν είναι αυτές οι διαφορές σε απόψεις και έθιμα, όλοι έχουμε ανάγκη να μοιραστούμε τον πόνο μας με αυτούς που αγαπάμε. Μια κηδεία είναι μια ειδική ώρα για να πούμε αντίο και να νιώσουμε κοντά με τους άλλους. (Wolf Anna,Γονείς,παιδιά και θάνατος,σελ.28).

## **5.6. Ο ρόλος των αδερφών στις δυσκολίες που βιώνει το άτομο λόγω του θανάτου του γονιού.**

Σύμφωνα με τον Dr H Petri (2003), η αγάπη που ενώνει τα αδέρφια, τα βοηθάει να αντιμετωπίζουν συντροφικά τις δυσκολίες της ζωής. Παρηγορεί το ένα το άλλο, εξετάζουν τις αιτίες των προβλημάτων τους και αναζητούν τις πιο εποικοδομητικές λύσεις. Μοιράζονται τα αντιφατικά τους συναισθήματα απέναντι στους γονείς, μειώνοντας έτσι την ενοχή, την ντροπή και το άγχος που προκαλούν αυτά τα συναισθήματα.

Με τη αλληλεγγύη τους αυτή τα αδέρφια στην περίπτωση του θανάτου του ενός γονέα, καταφέρνουν να αντισταθούν στο γονιό που ζει και που τείνει να τα χρησιμοποιήσει σαν υποκατάστατο του συντρόφου του. Η θλίψη του γονέα που βρίσκεται εν ζωή για την απώλεια του συντρόφου του αποτελεί πρόσθετη επιβάρυνση για τα παιδιά.

Όταν όμως αυτή μοιράζεται, τότε οι βλαβερές επιπτώσεις μετριάζονται και τα παιδιά μπορούν να απορροφήσουν καλύτερα τη θλίψη του γονέα τους και να του/της συμπαρασταθούν.

Παρουσιάζεται συχνά το φαινόμενο μερικά αδέρφια να αναλαμβάνουν υποσυνείδητα το ρόλο του αποθανόντος. Αυτό συμβαίνει κυρίως από την πλευρά των μεγαλύτερων παιδιών. Αυτό μπορεί να λειτουργήσει θετικά ορισμένες φορές. Στα μεγαλύτερα αδέρφια ενισχύεται η αυτοπεποίθησή τους και αυξάνονται οι ικανότητές τους από την αγάπη και τον θαυμασμό τους που τους δείχνουν τα μικρότερα αδέρφια τον/την βλέπουν ως τον γονιό και περιμένουν να τα προστατέψει, να τα φροντίσει και να εκπληρώσει τυχόν προσδοκίες τους. Αυτό το οικογενειακό σχήμα μπορεί να έχει δυσάρεστες επιπτώσεις κατά την ενηλικίωση και εφόσον οι αδερφικές σχέσεις έχουν αποκτήσει πολύ σταθερές δομές. Η αποδέσμευση από αυτές μπορεί να συνοδεύεται από πολύ έντονες ψυχικές συγκρούσεις ή προβλήματα. Αν το ένα

από τα αδέρφια ή όλα μαζί εξακολουθούν να μένουν προσκολλημένα στον αποθανόντα γονέα, μπορεί να αναπτύξουν αισθήματα ζήλειας και ανταγωνιστικότητας και να διαταραχθούν οι αδερφικές σχέσεις.

### **5.7.Η συμβολή των συγγενών στην στήριξη του πενθούντος.**

Όταν τα άτομα βιώσουν μια σημαντική αλλαγή στη ζωή τους όπως ο θάνατος του γονέα, θα χρειαστούν σημαντική υποστήριξη και εσωτερική σιγουριά. Τη σιγουριά αυτή την προσφέρουν οι σταθερές σχέσεις που έχει ο καθένας μας στη ζωή του μέσω των συγγενών του όπως είναι ο παππούς, η γιαγιά, οι θείοι κ.α. Σύμφωνα με τον Dr H Petri(2003), όλα αυτά τα συγγενικά πρόσωπα που περιστοιχίζουν τη ζωή των παιδιών, ολοκληρώνουν την οικογενειακή εικόνα και τους προσφέρουν συναισθηματική σταθερότητα και ηρεμία καθώς επίσης διαμορφώνουν και την ατομική τους ταυτότητα. Είναι σημαντικό αυτά τα άτομα να βρίσκονται κοντά στα παιδιά που πενθούν ούτως ώστε να αισθάνονται ότι ανήκουν κάπου και να καλύψουν το κενό που δημιούργησε ο χαμός του γονέα.

Σημαντική είναι και η συμβολή των συγγενών αυτών απέναντι στον γονέα που μένει πίσω. Μπορούν να τον βοηθήσουν σχετικά με την ανατροφή και την φροντίδα των παιδιών αλλά και στην ψυχολογική συμπαράσταση του ίδιου. Ο Φάρος(1981), αναφέρει πως έχει διαπιστωθεί ότι τα πρόσωπα του οικογενειακού ή φιλικού περιβάλλοντος τα οποία έχουν ζήσει μια εμπειρία θανάτου, καθίστανται ικανά στο να δώσουν κουράγιο και ελπίδα καθώς και να βοηθήσουν τα παιδιά και τους εφήβους που πενθούν στο να ολοκληρωθεί ομαλά η διεργασία του πένθους.

## 5.8. Ο ρόλος του Κοινωνικού Λειτουργού.

Ορισμένοι ειδικοί από τη φύση του επαγγέλματός τους έχουν μια ιδιαίτερη ευθύνη για τη συμπαράσταση του πενθούντα. Ο κοινωνικός λειτουργός είναι ένας από τους εκπροσώπους των ανθρωπιστικών αυτών επαγγελμάτων υγείας που μπορεί να προσφέρει τις υπηρεσίες του στα άτομα που πενθούν.

Ο Φάρος (1981), αναφέρει ότι σε διάφορες χώρες όπως στην Αγγλία και την Αμερική, η κοινωνική εργασία προσανατολίζεται στον τομέα της συμπαράστασης και της παροχής υπάρχοντων κοινωνικών μέσων στο άτομο που πενθεί ούτως ώστε να μπορέσει να αντιμετωπίσει την όλη διεργασία του πένθους. Συνήθως όμως η κοινωνική εργασία στις χώρες αυτές αναζητεί τα ψυχοδυναμικά στοιχεία των δυσκολιών του ατόμου και γι' αυτό είναι κυρίως ψυχοθεραπευτική.

Η Katherine W.B. (2000), υποστηρίζει πως καθίσταται αναγκαία η ύπαρξη των υπηρεσιών του πένθους για τα άτομα που πενθούν. Αναφέρει όμως πως ένας πελάτης που δεν μπορεί να δεχθεί ή να δουλέψει μέσα στο πρόβλημα και να αντιμετωπίσει την απώλεια, ίσως να χρειάζεται κάποιες παραπάνω υπηρεσίες από αυτές που τα άτομα μπορούν να προσφέρουν. Άλλοι μπορεί να χρειάζονται προληπτική παρέμβαση σε θέματα αυτοκτονίας.

Έχει βγει ως συμπέρασμα ότι :

Η εκτίμηση του πένθους θα πρέπει να είναι μέρος των αναπτυσσόμενων ασυλιακών ομάδων εκτίμησης.

Αν ο πελάτης δεν τύχει της κατάλληλης εκτίμησης από τον θεραπευτή τότε υπάρχει το ενδεχόμενο να αισθανθεί έντονη εγκατάλειψη και η ασυλιακή ομάδα να αισθανθεί εξαντλημένη ή καταβεβλημένη.

Στην Ελλάδα η παρηγορητική αγωγή των πενθούντων γίνεται σε ορισμένη κλίμακα. Ειδικά κέντρα που να προσφέρουν παρηγοριά δεν υπάρχουν. Μόνο ο κοινωνικός λειτουργός του νοσοκομείου, της πρόνοιας ή διαφόρων

ψυχιατρικών κέντρων αναλαμβάνει συχνά περιπτώσεις πενθούντων που χρειάζονται βοήθεια και στήριξη στην κρίσιμη περίοδο της θλίψης. Ο Φάρος(1981), υποστηρίζει ότι το έργο της κοινωνικής εργασίας είναι κυρίως η άμεση βοήθεια και ότι ένα μεγάλο μέρος εκείνων που έκανε ο φίλος, ο συγγενής ή ο γείτονας για τον πενθούντα, θα πρέπει σήμερα στην προαστιακή, απρόσωπη και ασύνδετη κοινωνία να το αναλάβει ο κοινωνικός λειτουργός. Από την αρχή της διεργασίας της θλίψης, όπου αφορά την αναγγελία της απώλειας, μέχρι και την ολοκλήρωσή της, ο πενθών περνώντας από όλα τα στάδια του πένθους θα πρέπει να έχει την αμέριστη βοήθεια του κοινωνικού λειτουργού για να μπορέσει να ξεπεράσει τη δύσκολη αυτή περίοδο ομαλά και χωρίς προβλήματα.

Για να μπορέσει η κοινωνική εργασία να αποβεί αποτελεσματική στην εργασία της με τους πενθούντες θα πρέπει οι επαγγελματίες αυτής να έχουν θεμελιώσει μια ουσιαστική σχέση με αυτούς πριν έρθει ο θάνατος. Για αυτό θεωρείται απαραίτητο σύμφωνα με το Φάρο (1981), η οικογένεια του ετοιμοθάνατου, να απευθύνεται σε έναν κοινωνικό λειτουργό και να γίνει μια πρώτη εκτίμηση της σοβαρότητας της κατάστασης.

Στην σημερινή εποχή η αναγγελία του θανάτου ενός προσώπου συνήθως συμβαίνει στο χώρο ενός θαλάμου μιας νοσοκομειακής μονάδας. Στην περίπτωση αυτή η παρουσία του κοινωνικού λειτουργού καθίσταται ιδιαίτερος σημαντική ούτως ώστε το άτομο να εξωτερικεύσει τα συναισθήματά του. Το άτομο αυτήν ακριβώς τη στιγμή βιώνει το στάδιο του συγκλονισμού και της κατάπληξης και διακατέχεται από συναισθήματα οργής και έντονου θυμού. Εδώ ακριβώς είναι που ο κοινωνικός λειτουργός θα υπομείνει τον θυμό του πενθούντα και θα του δείξει μέσω της στάσης του ότι όλη η κατάσταση που βιώνει είναι φυσιολογική και αποδεκτή.

Σημαντική είναι η άποψη της Smith(1982), όπου κάνει λόγο για αποφυγή εκ μέρους του κοινωνικού λειτουργού της χρήσεως κενών ή τυπικών δηλώσεων

και υποστηρίζει τη ζωντανή και ουσιαστική συμπαράστασή του απέναντι στο άτομο που θρηνεί.

Όσον αφορά την περίπτωση του απροσδόκητου θανάτου η Ross(1979), αναφέρει πως ο κοινωνικός λειτουργός θα πρέπει να αφήσει ελεύθερο τον πενθούντα και να του δώσει το χρόνο που χρειάζεται για να βγει από το σοκ και να ασχοληθεί με κάποια πρακτικά ζητήματα, όπως ειδοποίηση συγγενών, φίλων, διεκπεραίωση εγγράφων σχετικά με το νοσοκομείο κ.α.

Επειδή πολλές φορές το άτομο ύστερα από την αναγγελία του θανάτου αρνείται να δεχθεί το γεγονός του χαμού του αγαπημένου του προσώπου, ο κοινωνικός λειτουργός θα πρέπει να κινητοποιηθεί ώστε να βοηθήσει το άτομο να αντέξει τη δύσκολη αυτή κατάσταση. Η Smith(1982), προτείνει τις εξής κινήσεις εκ μέρους του κοινωνικού λειτουργού:

- Να ενθαρρύνει την αναγνώριση και την αποδοχή του τραγικού αυτού συμβάντος εκ μέρους του πενθούντος,
- Να υπομείνει τον πόνο και τη θλίψη του πενθούντος, διατηρώντας μια στάση προθυμίας και ενδιαφέροντος,
- Να παροτρύνει τον πενθούντα να εκφραστεί λεκτικά και μη, τα συναισθήματα του θυμού, της θλίψης, της ενοχής και της άρνησης που ίσως βιώνει την δεδομένη στιγμή. Να τον διευκολύνει να μιλήσει για τη ζωή του με τον αποθανόντα, κατανοώντας σιγά σιγά ότι το άτομο αυτό δεν είναι πλέον υπαρκτό.

Σύμφωνα με τον Φάρο(1981), όταν ο πενθών αρχίσει να δέχεται την νέα πραγματικότητα της απώλειας, τότε:

- η δεδομένη πραγματικότητα έχει κομματιαστεί,
- ο κόσμος γίνεται ένας τόπος ανάξιος εμπιστοσύνης,
- η διαβεβαίωση της προσωπικής ταυτότητας συντριβεται και

- οι σχέσεις με τους άλλους θα πρέπει να ξαναδημιουργηθούν σε μια διαφορετική βάση.

Στο στάδιο αυτό ο κοινωνικός λειτουργός δεν πρέπει να θεωρηθεί από τον πενθούντα ότι είναι το μόνο πρόσωπο στο οποίο μπορεί να στηριχθεί, γιατί τότε αναπτύσσεται μια ψυχολογική εξάρτηση με επακόλουθες επιπλοκές. Γι' αυτόν το λόγο ο κοινωνικός λειτουργός θα πρέπει να ενθαρρύνει τον πενθούντα να αρχίσει να σκέπτεται την ανανέωση των παλαιών του σχέσεων ή την δημιουργία καινούριων. Για να το καταφέρει αυτό θα πρέπει να έχει προηγηθεί ένα σχέδιο δράσης που σκοπό θα έχει την ενίσχυση της εμπιστοσύνης του πενθούντος στον εαυτό του, ενώ παράλληλα θα υπάρχει η διαβεβαίωση από τον κοινωνικό λειτουργό ότι η αίσθηση της προσωπικής ταυτότητας επανακτείται βαθμιαία και η εκμάθηση του νέου ρόλου που προκύπτει ύστερα από προσπάθεια και καταβάλλοντας δύναμη και ενέργεια.

Συνήθως σ' αυτήν την περίοδο της συναισθηματικής έντασης και ανισορροπίας, η οικογένεια, όντας ευάλωτη, είναι περισσότερο δεκτική και επιρρεπής σε εξωτερικές παρεμβάσεις. Επομένως, σύμφωνα με τον Parad(1965), η έγκαιρη παρέμβαση στην κρίση εκ μέρους του κοινωνικού λειτουργού μπορεί να έχει σημαντικές επιδράσεις όχι μόνο στην άμεση επίλυση της κρίσης, αλλά και στην μακροπρόθεσμη προσαρμογή της οικογένειας στις νέες συνθήκες.

Σύμφωνα με τις Λαγού και Παπαδοπούλου(1991) η *παρέμβαση στην κρίση* αποτελεί μια δυναμική θεραπευτική και χρονικά περιορισμένη μέθοδο που αποβλέπει στους εξής σκοπούς:

Να μειώσει το άγχος και το ενδεχόμενο του στρες που βιώνουν τα μέλη κατά την μεταβατική περίοδο της κρίσης

Να κινητοποιήσει το οικογενειακό σύστημα ώστε να οργανώσει τις δυνάμεις και τις πηγές στήριξης που διαθέτει και να ανταποκριθεί έτσι στις απαιτήσεις που διαμορφώθηκαν από την κρίση

Να βοηθήσει την οικογένεια να βρει μια νέα ισορροπία που θα συμβάλλει στην αποτελεσματική λειτουργικότητά της.

Όταν η κρίση προκαλείται από τον θάνατο του παιδιού ή του γονιού, η οικογένεια δεν επανέρχεται ποτέ στην ίδια ισορροπία που προϋπήρχε της κρίσης. Εκείνο που πετυχαίνεται με την κατάλληλη θεραπευτική παρέμβαση είναι ο επαναπροσδιορισμός του ρόλου και της ταυτότητας των μελών, οι αξίες και οι στόχοι τους στα πλαίσια μιας νέας πραγματικότητας.

Σύμφωνα με την Παπαδάτου(1990), τα κύρια στάδια παρέμβασης στην κρίση περιλαμβάνουν τις εξής βασικές ενέργειες:

- Αξιολόγηση της κατάστασης της κρίσης

Αφορά την συλλογή και σύνθεση πληροφοριών και γεγονότων που συντέλεσαν στην κρίση.

Σημαντική είναι η διερεύνηση της υποκειμενικής αντίληψης και ερμηνείας που δίνει κάθε μέλος στα γεγονότα, καθώς επίσης αξιολογούνται οι ικανότητες σε ατομικό και συλλογικό επίπεδο για την επίλυση της κρίσης. Χρήσιμη καθίσταται και η διαμόρφωση της αντίληψης της εργασιμότητας της οικογένειας τόσο στο σύνολό όσο και καθενός ξεχωριστά.

- Υποστηρικτική παρέμβαση στο παρόν

Παρέχεται στήριξη και ενθάρρυνση για το μοίρασμα των συναισθημάτων, των ανησυχιών και των προβλημάτων, καθώς επίσης ερμηνεία και διασαφήνιση των συναισθημάτων και των γεγονότων (διαχωρισμός υποκειμενικών και αντικειμενικών στοιχείων της κατάστασης). Ο κοινωνικός λειτουργός προχωρά σε μια "από κοινού διάγνωση" προκειμένου να βοηθήσει τον πελάτη να αυτοκαθορίσει την απόφασή του και να προσδιορίσουν από κοινού συγκεκριμένους στόχους δράσης. Παράλληλα κινητοποιείται και το ευρύτερο υποστηρικτικό σύστημα που περιλαμβάνει μέλη της εκτεταμένης οικογένειας ή



και άτομα από την κοινότητα που παίζουν σημαντικό ρόλο την συγκεκριμένη περίοδο στη ζωή τους.

- Προσαρμογή και προγραμματισμός για το μέλλον

Στο στάδιο αυτό ο κοινωνικός λειτουργός βοηθά την οικογένεια να αναγνωρίσει τις ικανότητες που διαθέτει ή που μαθαίνει να χρησιμοποιεί για να αντιμετωπίσει την δεδομένη κρίση.

Αυτή η αντιμετώπιση περιλαμβάνει αλλαγές που αφορούν άλλοτε τα ίδια τα μέλη της οικογένειας (τροποποίηση της συμπεριφοράς, των ρόλων, των σχέσεων ή και των αντιλήψεών τους) και άλλοτε της εξωτερική πραγματικότητα (αναζήτηση εναλλακτικών λύσεων διαμορφώνοντας τις συνθήκες της ζωής τους).

Ο κοινωνικός λειτουργός σύμφωνα με τις Παπαδάτου και Λαγού (1991), χρησιμοποιεί τη συνέντευξη σε όλο το φάσμα της εργασίας του για να βοηθήσει την αλληλεπίδραση, την αλληλοενημέρωση και την συναισθηματική επικοινωνία των μελών. Εκτός όμως από αυτό εργάζεται συμβουλευτικά και υποστηρικτικά με τη δημιουργία ομάδων που σχηματίζονται με κριτήρια α) τους ρόλους, β) τις ηλικίες ή και γ) τη σοβαρότητα του γεγονότος. Σκοπός είναι η έκφραση συναισθημάτων και ανησυχιών καθώς και το μοίρασμα των εμπειριών. Ο κοινωνικός λειτουργός θα πρέπει πριν ακόμη δουλέψει με τους πενθούντες να δουλέψει με τον ίδιο του τον εαυτό, τα δικά του συναισθήματα απέναντι στο θάνατο, έτσι ώστε να τον αποδεχθεί ενώ ταυτόχρονα θα πρέπει να έχει μελετήσει γύρω από το θέμα του θανάτου και του πένθους, καθώς και για τις ανάγκες της κάθε ηλικίας και τα στάδια ανάπτυξης, για να μπορέσει να βοηθήσει το άτομο.

Επιπλέον, πρέπει να βοηθήσει τα μέλη να κατανοήσουν ότι δεν υπάρχει σωστός και λανθασμένος τρόπος έκφρασης και ότι ο καθένας προσαρμόζεται με τον δικό του τρόπο στις νέες διαμορφούμενες συνθήκες. Μόνο όταν τα μέλη-

άτομα έχουν προσαρμοστεί στο πένθος τους και αρχίζουν να θέτουν νέους στόχους και να κοιτούν μπροστά, τότε η θεραπευτική σχέση κοινωνικού λειτουργού και οικογένειας λαμβάνει τέλος.

Τέλος, σύμφωνα με την Rando(1984), η παρεμβατική στρατηγική του κοινωνικού λειτουργού στο πένθος θα πρέπει να περιλαμβάνει:

Ø Δημιουργία θετικής σχέσης και αξιολόγηση του πένθους με σκοπό τον σχεδιασμό των κατάλληλων παρεμβάσεων για την συγκεκριμένη περίπτωση.

Ø Προσέγγιση του πένθους κάνοντας αισθητή την παρουσία του με συγκεκριμένους πρακτικούς τρόπους παροχής βοήθειας.

Ø Θα πρέπει να βρίσκεται κοντά στον πένθοντα όχι μόνο με την παρουσία του αλλά και με την υποστήριξή του.

Ø Θα πρέπει να δώσει στον πένθοντα τη δυνατότητα να θρηνήσει το άτομο που έχασε.

Ø Δεν θα πρέπει να αφήσει το άτομο να απομονωθεί για μεγάλο διάστημα λόγω του θρήνου του.

Ø Θα πρέπει να βοηθήσει στη διατήρηση ενός οικογενειακού υποστηρικτικού συστήματος για τον πένθοντα.

Ø Πριν από κάθε παρεμβατικό σχεδιασμό θα πρέπει να αξιολογηθεί η ακριβής θλίψη του πένθους και οι παράγοντες που την επηρεάζουν.

Ø Είναι σημαντικό να εξετάζονται κάθε φορά ποιες φάσεις του πένθους είναι ημιτελείς.

Ø Θα πρέπει να ενθαρρύνεται η λεκτικοποίηση των συναισθημάτων και η ανάμνηση του αποθανόντος.

Ø Θα πρέπει να βοηθήσει το άτομο να αντιμετωπίσει την διαδικασία του πένθους και να επεξεργαστεί την έννοια της απώλειας.

Ø Θα πρέπει να επιδιώκεται η επανεπένδυση σε μια καινούργια ζωή.

Ø Θα πρέπει να αναγνωρίζεται η θεραπευτική συμβολή των τελετουργικών εκδηλώσεων.

## ΚΕΦΑΛΑΙΟ 6

### ΣΥΜΠΕΡΑΣΜΑΤΑ- ΠΡΟΤΑΣΕΙΣ

Σκοπός της εργασίας μας ήταν να γίνει μια προσπάθεια μελέτης των φυσιολογικών αποχωρισμών που βιώνει το παιδί από τη γέννησή του έως και τα πρώτα χρόνια της ζωής του, καθώς και η καταγραφή και εμβάθυνση ενός άλλου είδους αποχωρισμού απροσδόκητου, όπως είναι ο θάνατος αγαπημένων για εκείνο προσώπων και ιδιαίτερα των γονιών του.

Τα συμπεράσματα που προέκυψαν από τη βιβλιογραφική ανασκόπηση της μελέτης είναι τα εξής:

1. Τα άτομα πενθούν λόγω της διακοπής της σχέσης με τον αποθανόντα.
2. Το πένθος μπορεί να είναι το αποτέλεσμα για ένα ευρύ φάσμα αποχωρισμών.
3. Ο θάνατος αποτελεί μια κρίσιμη περίοδο γι' αυτούς που χάνουν ένα αγαπημένο τους πρόσωπο και πενθούν την απώλεια του.
4. Ο τρόπος με τον οποίο βιώνει κανείς την απώλεια εξαρτάται από τη σχέση του με τον αποθανόντα.
5. Η ανάπτυξη των παθολογικών συμπτωμάτων στο παιδί κατά τη περίοδο του πένθους οφείλεται:
  - i. Στον τρόπο με τον οποίο το παιδί έχει βιώσει τους προηγούμενους αποχωρισμούς.
  - ii. Στο είδος του θανάτου(ξαφνικός ή προσμενόμενος ).
  - iii. Στη εξάρτηση του πενθούντος παιδιού με τον αποθανόντα.
  - iv. Στο χαρακτήρα του πενθούντος.
  - v. Στη μη εξωτερίκευση της θλίψης.

6. Τα παιδιά έχουν την τάση να μην εκφράζουν ανοιχτά το θρήνο τους, να επισπεύδουν το πένθος τους και με αυτό τον τρόπο να δημιουργείται η εντύπωση ότι δεν χρειάζεται ιδιαίτερη ανησυχία.
7. Όλα τα συναισθήματα που βιώνει το παιδί και ο έφηβος κατά το πένθος είναι απολύτως φυσιολογικά και θα πρέπει να βοηθηθεί το άτομο να τα αποδεχθεί.
8. Η απώλεια ενός γονιού προκαλεί σοβαρές ανακατατάξεις και ανακατανομές ρόλων μέσα στην οικογένεια με αποτέλεσμα να δημιουργείται μια δυσλειτουργία αυτής.
9. Ο βασικός παράγοντας για την ομαλή έκβαση του πένθους είναι η έκφραση των συναισθημάτων.
10. Ανακουφίζει ιδιαίτερα το παιδί που πενθεί η παρουσία άλλων ανθρώπων που θα συμμετάσχουν στη θλίψη του ( αδέρφια, συγγενείς, φίλοι, δάσκαλοι. )
11. Όταν ο θάνατος ενός γονέα επέλθει στην οικογένεια και δημιουργηθεί μια κρίση σε αυτήν τότε η παρέμβαση του ειδικού είναι απαραίτητη ώστε να επαναπροσδιοριστούν οι ρόλοι και οι ταυτότητες των μελών, οι αξίες και οι στόχοι τους στα πλαίσια μιας νέας πραγματικότητας.
12. Η εμπειρία του πένθους συμβάλλει σε σημαντικό βαθμό στη ψυχολογική ωρίμανση του ατόμου.
13. Η τρέχουσα απώλεια ,μέσω θανάτου ενός αγαπημένου προσώπου αναζωπυρώνει προηγούμενες απώλειες με τρόπο επιλεκτικό.
14. Η αντιμετώπιση των απωλειών μπορεί να γίνει αντικείμενο εκμάθησης από πολύ νεαρή ηλικία.
15. Στην Ελλάδα δεν υπάρχουν κατάλληλα κέντρα υποστήριξης ατόμων που πενθούν.

Τέλος οι **προτάσεις** μας για τα συμπεράσματα που προέκυψαν είναι οι εξής:

1. Θα πρέπει να υπάρξει σωστή εκπαίδευση όλων των φορέων που έχουν παρεμβατικό ρόλο στην όλη διαδικασία του πένθους, όπως είναι οι κοινωνικοί λειτουργοί, ψυχολόγοι κ.α.

2. Να καθιερωθούν στα σχολεία μαθήματα "ψυχολογικής προετοιμασίας" για την αντιμετώπιση δύσκολων περιπτώσεων της ζωής καθώς και προγράμματα για την πληροφόρηση των παιδιών σχετικά με τον θάνατο και το πένθος.

3. Να δημιουργηθούν κέντρα υποστήριξης για το πένθος σε κάθε δήμο ή κοινότητα όπου θα στελεχώνονται από εξειδικευμένα άτομα που θα βοηθούν τους πενθούντες στο κομμάτι της αντιμετώπισης του πένθους.

4. Οι διάφορες υπηρεσίες(κοινωνικές υπηρεσίες νοσοκομείων, συμβουλευτικοί σταθμοί, κέντρα ψυχικής υγείας) που ειδικεύονται στο τομέα του πένθους να είναι προσβάσιμες σε όλους και να κάνουν σωστή εκτίμηση της κατάστασης του πενθούντος.

5. Να υπάρξουν ειδικές ομάδες αυτοβοήθειας για τους πενθούντες τόσο στα διάφορα κέντρα υποστήριξης όσο και στο χώρο της εκπαίδευσης, όπου πρωταρχικό τους μέλημα να είναι η εξωτερίκευση όλων των συναισθημάτων που βιώνουν οι πενθούντες και συχνά θεωρούνται από τους ίδιους μη φυσιολογικά.

## BIBΛΙΟΓΡΑΦΙΑ

1. Aberbach, D. Surviving Trauma. Loss, Literature and Psychoanalysis. New Haven and London, Yale University Press,1989.
2. Abraham, K. A Short Study of the Development of the Libido Viewed in the Light of Mental Disorders. Selected Papers of Karl Abraham. Hogarth Press, London 1924.
3. American Psychiatric Association Diagnostic & Statistical Manual of Mental Disorders Washington 1994 D C,(4<sup>th</sup> edition) American Psychiatric Association (p.684).
4. Aries E. Ο άνθρωπος μπροστά στον θάνατο. (μετάφραση Λάμψα Κορίνα) Εκδόσεις Γλάρος, Αθήνα 1988
5. Bacque, M.F Πένθος και Υγεία Άλλοτε και Σήμερα.Το σοκ της Απώλειας.Οι ψυχολογικέςεπιπτώσεις.Η Αντιμετώπιση.(μετάφραση Κουτρομπά Χριστίνα), Εκδόσεις Θυμάρι , Αθήνα 2001
6. Bowlby J. Grief and mourning in infancy and early childhood. The psychoanalytic Study of the Child 15: 9-52 , 1960.
7. Bowlby J. Loss, sadness and depression. Basic Books,Vol III Εκδόσεις Tavistock Institute of Human Relations, USA 1980 (σελ.265-275)
8. Bowlby J. Maternal care and mental health. World Health Organization Monograph (serial No.2) 1951
9. Busckaglia L. Προσωπικότητα και ολοκλήρωση. Εκδόσεις Γλάρος , Αθήνα 1990.
- 10.Edme R.N. Το ατομικό νόημα και η αύξουσα πολυπλοκότητα: Η συμβολή του Sigmund Freud και του Rene Spitz στην Αναπτυξιακή Ψυχολογία.(1995) Στο ανθολόγιο: Κουγιουμτζάκης Γ.(Επιμελητής έκδοσης),

Αναπτυξιακή Ψυχολογία, Παρελθόν, Παρόν και Μέλλον (Κεφ.7,σελ. 195-223). Ηράκλειο: Πανεπιστημιακές Εκδόσεις Κρήτης. (Τίτλος του άρθρου στο πρωτότυπο: Individual Meaning and Increasing Complexity: Contributions of Sigmund Freud and Rene Spitz to Developmental Psychology(1992). *Developmental Psychology*,3,347-359).

11. Eliot D.T Bereavement: Inevitable but not insurmountable. Howard Becker& Renden Hill, 1948.

12. Engel G.L. Is grief a disease? Psychosomatic Medicine ,1961

13.Etchegoyen R.H Separation anxiety and psychoanalytic process. In : The Fundamentals of Psycho-analytic Technique (pages 577-593) Karnac Books, London 1991.

14. Fahrer M. Βραχεία ψυχοθεραπεία με οριακούς ασθενείς. Στο ανθολόγιο :Βαλσαματζής Γ. (Επιμελητής έκδοσης), Ανάμεσα στη σύγχυση και τη δημιουργικότητα. Ψυχανάλυση και οριακοί ασθενείς(σελ.157-189) Εκδόσεις Ελληνικά Γράμματα, Αθήνα 2000.

15.Freud Anna Το Εγώ και οι Μηχανισμοί Άμυνας. (μετάφραση: Παραδέλλης Θεόδωρος), Εκδόσεις: Καστανιώτη, Αθήνα 1978.

16.Freud S. Beyond the Pleasure Principle. Standard Ed. Vol.18. Hogarth Press, London 1920.

17.Freud S. Letters of Sigmund Freud. Hogarth Press, London 1961b.

18.Freud S. Origins Of Religion: Totem and Taboo, Moses and Monotheism & other works. Pelican Books, London 1913.

19.Freud S. Standard edition of the complete Psychological Works XIV. Macmillan, New York(1961a).

20.Freud S. The Ego and the Superego. Standard Edition. Vol.19, 1923.

21.Freud S. On Narcissism. Standard Edition 14, 1914.

22.Freud S. Μεταψυχολογία, Ψυχαναλυτικά Δοκίμια. (Μετάφραση: Παραδέλλης Θ.), Εκδόσεις Καστανιώτη, Αθήνα 1980.



23. Furman Erna Studies in childhood bereavement- A child's parent dies  
Εκδόσεις: Yale University Press, New Heaven and London 1974(σελ.163-172)
24. Glenys Parry Ψυχολογικές κρίσεις και η αντιμετώπισή τους.  
(μετάφραση: Δεγλήρης Ν.Ε.) Εκδόσεις Ελληνικά Γράμματα, Αθήνα 1996.
25. Hinton J. Dying Penguin Books, London 1972.
26. Katherine W.B. Matching bereavement services to level of need. Hospice Journal(2000), Vol15(1), 77-86.
27. Klein M. A contribution to the psychogenesis of magic depressive states. In Contributions to Psycho-Analysis. Hogarth Press, London 1935.
28. Klein M. Mourning- It's Relation to Manic-Depressive States. Hogarth Press, London 1940.
29. Klein M. Notes on some schizoid mechanisms. Hogarth Press, London 1946.
30. Kubler- Ross Elizabeth .Γι' αυτόν που πεθαίνει (ερωτήσεις απαντήσεις)  
(μετάφραση Φρ.Π. Βραχά) εκδόσεις Τάμασος, Αθήνα 1979
31. Kubler-Ross Elizabeth. Για τη ζωή μετά το θάνατο. Εκδόσεις Δίοδος, 2<sup>η</sup> έκδοση Αθήνα 1999.
32. Laplanche J & Pontalis, J.-B. Διχασμός του Εγώ. Λεξικό της Ψυχανάλυσης. (μετάφραση: Καψαμπέλης Β., Χαλκούση Λ., Σκουλικά Α., Αλούπης Π.) Εκδόσεις Κέδρος, Αθήνα 1986.
33. Leshan Eda. Μαθαίνοντας να λέμε αντίο .....στο γονιό που χάνεται  
(μετάφραση) εκδόσεις Θυμάρι, 3<sup>η</sup> έκδοση, Αθήνα 1998(σελ. 23-29, 32-33)
34. Lindemann E. Symptomatology and management of acute grief. American Journal of Psychiatry, 1994.
35. Mahler M. & Pine F. & Bergman A The Psychological Birth of the Human Infant: Symbiosis and Individuation. Basic Books, New York 1975.

- 36.Parkes C.M Bereavement: Studies of grief in adult life. International Universal Press,1972.
- 37.Parkes M.C Reactions to Bereavement. M.D. Thesis. London University 1962.
- 38.Parkes M.C Separation Anxiety: an Aspect of the Search for a Lost Object. Στο βιβλίο: M.H. Lader(ed).Studies of anxiety(British Journal of Psychiatry, Special Publication No. 3). London: Royal Medico: Psychological Association and Headley Press 1991.
- 39.Parkes M.C. The first year of bereavement. Psychiatry,33: p.444, 1970.
- 40.Petri (Dr) H. Μεγαλώνοντας χωρίς πατέρα Εκδόσεις Θυμάρι, Αθήνα 2003.
- 41.Raimbo I. Το παιδί και ο θάνατος(μετάφραση:Μπούρα Μίνα), Εκδόσεις Κέδρος, Αθήνα 1998.
42. Segal H. Introduction to the work of Melanie Klein Hogarth Press London 1982.
- 43.Winnicott D. Το παιδί, η οικογένεια και ο εξωτερικός του κόσμος (μετάφραση Παραδέλλης Θεόδωρος), εκδόσεις Καστανιώτη, Αθήνα 1976.
- 44.Wolf Anna W.M. Γονείς, παιδιά και θάνατος (μετάφραση Κώστας Ολύμπιος) Εκδόσεις Τάμασος (σελ.20-83)
- 45.Worden J. W. Children and Grief. When a parent dies. The Guilford Press 1996.
- 46.Αλεξανδρής ``Διάλεξη με θέμα το παιδί και το γεγονός του θανάτου``. Ημερίδα ψυχοθεραπείας, Αθήνα, University of IndianapolisAthens, Μάιος 2000.
- 47.Βοναπάρτη Μ. Ταύτιση κόρης και πεθαμένης μητέρας,Ψυχαναλυτικό Δοκίμιο Εκδόσεις Άγρα, Αθήνα 1984.
- 48.Ζαφειροπούλου Μ.- Κλεφταράς Γ. Εφαρμοσμένη κλινική ψυχολογία του παιδιού. Εκδόσεις Ελληνικά Γράμματα, Αθήνα 2004, (σελ.435- 444)

- 49.Κογκίδου Δ. Μονογονεϊκές οικογένειες, πραγματικότητα – προοπτικές – κοινωνική πολιτική. Εκδόσεις Νέα Σύνορα-Α.Α.Λιβάνη, Αθήνα 1995.
- 50.Κραμέρ Μπ. Επάγγελμα μωρό. (μετάφραση: Μιχαλέλη Μερόπη) Εκδόσεις Καστανιώτη, Αθήνα 1992.
- 51.Λαγού Σ.- Παπαδοπούλου Μ. Κοινωνική εργασία σε περιπτώσεις θανάτου Αθήνα 1991,σελ161-171.
- 52.Μπούρας Γ. Αποχωρισμός από ένα αντικείμενο.....Αντικείμενο. Το πένθος.(Ανέκδοτο).
- 53.Νίλσεν Μυρτώ Απώλειες στη ζωή του παιδιού Εκδόσεις Μέριμνα, Αθήνα 2005.(σελ.α' μέρος: 13-24, γ' μέρος: 17- 149)
- 54.Νίλσεν Μυρτώ – Παπαδάτου Δανάη *''Όταν η αρρώστια και ο θάνατος αγγίζουν τη σχολική ζωή''*, Πρακτικά συμποσίου, Αθήνα Μάρτιος 2006, σελίδες 15- 25, 89-97, 140-145.
- 55.Νίλσεν Μυρτώ - Παπαδάτου Δανάη Το πένθος στη ζωή μας Εκδόσεις Μέριμνα, 1<sup>η</sup> έκδοση,Αθήνα 1998.(σελ.91- 95)
56. Πανοπούλου- Μαράτου Ο. *''Η ψυχοσυναισθηματική ανάπτυξη στη βρεφική και νηπιακή ηλικία''*. Σύγχρονα Θέματα Παιδοψυχιατρικής 1987, τόμος 1<sup>ος</sup>, μέρος 1<sup>ο</sup>, κεφ.1, σελ.3-29.
- 57.Παπανικολάου Κ & Ροβλια Τ. Θεωρία της Προσκόλησης: Ανασκόπηση της Βιβλιογραφίας. Στο ανθολόγιο: Μπουλουγούρης Γ. (Επιμελητής Έκδοσης). Θέματα Γνωσιακής και Συμπεριφοριστικής Θεραπείας.Τόμος Β' (σελ.25-44), Εκδόσεις Ελληνικά Γράμματα, Αθήνα 1995.
- 58.Πιντέρης Γ. Αντιμετωπίζοντας τον χωρισμό Εκδόσεις Θυμάρι, Αθήνα 1982.
- 59.Πολίτης Ν. Γ. *''Πένθος''*, λήμμα στην Εγκυκλοπαίδεια Ελευθερουδάκη, Εκδόσεις Νίκας κ' Σια, Αθήνα 1978, τόμος 21<sup>ος</sup>,σελ. 51.
- 60.Ποταμιάνου Α. Τα παιδιά της τρέλας. Η βία στις ταυτίσεις. (μετάφραση:Ζηλίκης Νίκος) Εκδόσεις Νεφέλη Αθήνα 1988.

61. Σαλτσμπεγκερ- Ουιτενμπεργκ Ι. Η αυτογνωσία από ψυχαναλυτική θεώρηση και οι ανθρώπινες σχέσεις, Η κλαϊνική προσέγγιση. (μετάφραση: Τσιάντη Βάσω), Εκδόσεις Καστανιώτη, Αθήνα 1995).
62. Τσιάντης Γ., Ξυπολυτά – Ζαχαριάδη Α. Ψυχοσωματικά προβλήματα των παιδιών Εκδόσεις Καστανιώτη Αθήνα 2000
63. Τσίτουρα Στέλλα Φροντίδα για την οικογένεια. Αθήνα 1990.
64. Φάρος Φιλότηος Το πένθος. Ορθόδοξη λαογραφική και ψυχολογική θεώρηση. Εκδόσεις Ακρίτας, γ' έκδοση, (σελ.58-64, 78-122) Αθήνα 1981.
65. Χουντουμάδη Αν.- Πατεράκη Λ. Σύντομο ερμηνευτικό λεξικό ψυχολογικών όρων Εκδόσεις Δωδώνη, Αθήνα- Γιάννινα 1997(β' εκδ.),σελ.379.
66. Χριστοπούλου Α. Ψυχοθεραπείες Α'. Πανεπιστημιακές σημειώσεις. Αθήνα 1997.

## **ΠΑΡΑΡΤΗΜΑ**

τολμά να αναφέρει με το όνομά τους. Σίγουρα η υπερβολική περιπέτεια τους συνιστά τη δική μας σωτηρία, την αυτηγορία και τη δύσκολα μας να αποκτήσουμε στα ερωτήματά τους, αλλά και την αδυναμία μας να αντιμετωπίσουμε τον ερχόμενο πόνο τους. Τι κάνουμε, τότε; Λατρεύω, κατασκευάζουμε μύθους ή καταφεύγουμε σε ψέματα. Παρηγοούμε την ηθικολογία και σπρωκόμεθα σε ένα συνάδη ψεύδων περιπέτεια, για να απολαύσουμε τη συμπλοκή και τη στέψη μας απέναντι στο παιδί, στην οργάνωσή και στο θάνατο. Στην ουσία, με τους μύθους αυτούς, τον έαυτό μας κρύβουμε εμπόδιουμε να πραγματοποιήσουμε. Στην εισηγησή μου θα αναφερθώ σε νέστες ευρείως διαδεδομένες μύθους και στις ενδοστροφές ή/και αλλαγές τους.

**ΜΗΘΟΣ ΠΡΩΤΟΣ: Το παιδί είναι σπυρί, αποπνέοντας. Δεν γνωρίζουν τίποτα για το θάνατο, ούτε γι' αργότερα που απειλούν τη ζωή.**

Στο πλαίσιο αυτού του μύθου, η παιδική ηλικία θεωρείται μια περίοδος αποπνέουσα από κάθε έγνοια, αγωνία, έλπιη ή οδύνη. Κατά συνέπεια, τούτος ο λόγος να συγκρίτομε με τη παιδεία για αργότερα και θανάτους. Άλλωστε, δεν γνωρίζουν τι είναι θάνατος και τίποτα δεν μπορεί να τα προετοιμάσει γι' αυτές τις αδύναμες εμπειρίες της ζωής. Η προγραμματικότητα, η αντίθετη δικαίω, είναι όμως διαφορετική.

Στην εισυγή μας τα παιδιά εκτίθενται σε εμπειρίες θανάτου. Ο θάνατος υποδηλώνει μέσα στα παιχνίδια τους, στις ιστορίες που διαβάζουν, στα έργα που βλέπουν, στα μινιμάτα που παρουσιάζονται από τα μέσα μαζικής ενημέρωσης και από τα περιβάλλον τους.

Μπορεί να μη γνωρίζουν τι είναι θάνατος, και όμως γνωρίζουν γι' αυτόν. Ένα «κρίσι» που εξαρτάται από τη διάκριση πολλών παραγόντων, όπως, για παράδειγμα, την ηλικία τους, το επίπεδο της νοητικής και συναισθηματικής τους εξέλιξης, τις προσωπικές τους εμπειρίες σε σχέση με το θάνατο και τις πληροφορίες που δέχονται από το κοινωνικό τους περιβάλλον.

16 Το βασικό ερώτημα, εξάλλου, δεν είναι εάν γνωρίζουν ή δεν γνωρί-

ζουν για το θάνατο, αλλά πότες είναι οι πληροφορίες και τα μηνύματα σχετικά με την αργότερα και το θάνατο που προσλαμβάνουν από το περιβάλλον όπου ζουν και πώς αυτά τα μηνύματα και οι πληροφορίες συμβάλλουν στη διαμόρφωση οραμάτων, αντιλήψεων και στάσεων απέναντι στη σοβαρή αγωγή, στο θάνατο, στο πένθος. Μπορούμε, και επέκταση να ερωτηθούμε και κατά πόσον αυτές οι αντιλήψεις και στάσεις διαεικάζονται ή διασκαλεύονται την προσαρμογή των παιδιών στην στάση, όταν αντιμετωπίζει ή πεθαίνει ένα αγαπημένο τους άτομο.

Ζούμε σε μια κοινωνία όπου συμβαίνει το ετήσιο ποσόδοξο: από τη μια η λέξη, εκθέτουμε τα παιδιά στις πολύ βίαιες εμπειρίες θανάτου που ψεύδονται με το υπόλοιπο της εφημερίδα, το ποδόσφαιρο και κινήσεις η τράκα-ραση και, από την άλλη, κάνουμε το παν για να τα προστατέψουμε από την πραγματικότητα του θανάτου. Ιδιαίτερα όταν αυτή αφορά ένα αγαπημένο πρόσωπο.

Ας δοούμε για λίγο τα δύο σκέλη αυτής της παραδόξου: Το παιδί που περνούν πολλές ώρες μπροστά στην τηλεόραση. Τόσο το έργο που βλέπουν, όσο και οι καθημερινές ειδήσεις, μεταφέρουν εύκολες θανάτου, που οι περισσότερες απεικονίζονται σε εικασίες, σε πλάσμα, σε πτήγματα ή σε κινούμενα. Όταν εκτίθενται επαναληπμένα σ' αυτές τις εικόνες τα παιδιά διαμορφώνουν τη συνειδητή αντίληψη ότι ο θάνατος –του ανθρώπου– συμβαίνει σε «κακούς» ή σε «ατυχήματα θύματα» – είναι τούτα θύματα και ξημερώδες, θεωρούν, λοιπόν, κανόνα της ζωής αυτές τις ακατάλληλες και σπάνιες περιπτώσεις θύματων και αφιλότων θανάτων. Στην πραγματικότητα, όμως, οι περισσότεροι άνθρωποι πεθαίνουν από εξαιτίας κάποιου χρόνου προβλεπόμενου υγείας, μέσα στα νοσηλευτικά κέντρα με γλυκούς πόδες, κι αυτό, ένα παιδί το συνειδητοποιεί όταν μέλος της οικογένειας του ή κάποιος φίλος του αρρωσταίνει σοβαρά.

Στην περίπτωση αυτή, η χύδονα αργάστα του δικού του ανθρώπου, καθώς και ο υπαρκτός θάνατός του, που αποσταλείν πολύ προσομικώς εμπειρίες, διακρίνεται από αίσθηση. Στην προσομικία με απίστευτα στο θάνατο τα παιδιά, απορροφούν με τα εμπειρίων με απίστευτα και ειδικότητα. Οι κινήσεις των ελληνικών νοσοκομείων, εξάλλου, δεν

επιτρέπουν σ' ένα παιδί να επισκεφθεί τον παππού, τη γιαγιά ή το γονίο που νοσηλεύεται, παλύ δε λιγότερο να συμμετάσχει στη φροντίδα του, να ανταλλάξει ένα χέρι, μια γκαλιά, ή να τον αποχαριστεί προτού πεθάνει.

Η απόφαση αυτή είναι τεράστια για το παιδί της πόλης, που βιώνει την αρρώστια και το θάνατο σαν μια απρόσμητη και απίστευτη πραγματικότητα. Το παιδί του χωριού, αντίθετα, εκτίθεται από νεαρή στις συλλογικές τελετές πένθους, με αποτέλεσμα να βιώνει το θάνατο με μια αμεσότητα που δεν είναι πάντα σε θέση ν' απορροιάσει και να επεξεργαστεί.

Η πρόκληση, λοιπόν, για εμάς τους ενήλικες είναι να δούμε πέρα από το μύθο, Δηλαδή, πρώτα, να αναγνωρίσουμε τις συνθήκες μέσα στις οποίες μεγαλώνουν τα παιδιά και, στη συνέχεια, να δημιουργήσουμε τον κατάλληλο χώρο που θα τους επιτρέψει να αρθρώσουν ένα λόγο και να εκφράσουν τα συναισθήματά τους, ώστε να μπορούν να εμπεριέχονται στις εμπειρίες που βιώνουν σε σχέση με το θάνατο και τη ζωή.

Οι εμπειρίες μπορεί να είναι έντονες και σημαντικές, όταν ένας δικός τους άνθρωπος πάσχει από μια απειλητική για τη ζωή αρρώστια και πεθαίνει. Τι κάνουμε τότε; Συχνά καταφεύγουμε σε έναν άλλο μύθο.

**ΜΥΘΟΣ ΔΕΥΤΕΡΟΣ: Τα παιδιά τραυματίζονται ανεπανόρθωτα όταν ζουν από κοντά την εμπειρία της αρρώστιας και την απειλή του θανάτου αγαπημένου τους προσώπου.**

Ο μύθος αυτός ηγείει από την πεποίθηση ότι η αρρώστια και ο θάνατος είναι πάντα κάτι κακό, κάτι άσχημο και τρομερό, και ότι η τελική περίοδος στη ζωή του ανθρώπου είναι αβάσταχτη, καθώς στερείται από κάθε ίχνος αξιοπρέπειας. Έτσι, λοιπόν, όταν τα παιδιά εκτίθενται στην αρρώστια και στο θάνατο αγαπημένου τους ανθρώπου, κινδυνεύουν να διατηρήσουν μόνο τραυματικές αναμνήσεις, που θα επηρεάσουν τις άμορφες στιγμές που είχαν ζήσει μαζί του. Κατά συνέπεια, όσα λιγότερα γνωρίζουν, τόσο το καλύτερο. Γιατί, όσο απομνημονώνεται από τον παππού, τη γιαγιά, το γονιό ή τον αδελφό τους που νοσηλεύεται ή πεθαίνει, τόσο λιγότερο

ηρόκεται να πληγωθούν. Κάποια στιγμή, λοιπόν, έστω και εκ των υστέρων, θα μάθουν τι συνέβη και θα καταλάβουν.

Στην πραγματικότητα, δεν μπορούμε να κρύψουμε από τα παιδιά την εμπειρία της αρρώστιας και της απειλής του θανάτου, όταν αυτή συμβαίνει μέσα στην οικογένεια, στο σχολείο και, πιο γενικά, στο άμεσο περιβάλλον όπου ζουν. Σίγουρα αντιλαμβάνονται την αναστάτωση που επικρατεί γύρω τους και, βέβαια, ανησυχούν.

Όταν συνιόμαστε, όταν παρατηρούμε, ή ακόμα όταν απολογώμαστε ένα παιδί από τα γεγονότα, το ώθουμε σε μια συναισθηματική εξέλιξη. Το αποκλείουμε από μια υπόθεση που το αφορά άμεσα, καθώς επιβεβαιώνει την ιστορία και την πορεία της ζωής του. Του δίνουμε το μήνυμα ότι δεν το θεωρούμε ικανό να αντιμετωπίσει τις δυσκολίες της ζωής, ότι δεν το θεωρούμε αξιό να τα βγάλει πέρα, ούτε αρκετά σημαντικό για να εμπνευστείται και να συμμετέχει σ' όσα συμβαίνουν σ' αυτόν που αγαπά. Αυτή η συναισθηματική εξορία είναι, συχνά, μια τραυματική και από την ίδια την αρρώστια ή το θάνατο του αγαπημένου του ανθρώπου. Ο πόνος μπορεί σ' έναν επικείμενο και οριστικό αποχώρησιμό είναι αναπόφευκτος: όταν όμως μοιράζεται με άλλους, τότε μοιράζει πιο υποφερτός, είναι μικρός πόνος, όπως λέει και μια ελληνική παροιμία.

Αποτελεσματικά ερευνών επισημαίνουν ότι παιδιά που συμμετέχουν στη φροντίδα ενός αγαπημένου τους ανθρώπου κατά τη διάρκεια της αρρώστιας του, ανήλουν ικανοποιητές. Όταν μάλλον γνώθουν ότι προσφέρουν κάτι σημαντικό σ' έναν παππού, μια γιαγιά, σ' ένα γονιό, ή σ' έναν αδελφό που έχει φθάσει στο τελικό στάδιο της ζωής του, αποθηκεύουν πολύτιμες αναμνήσεις, που θα τα βοηθήσουν, στη συνέχεια, να δεχθούν την απώλεια και να προσαρμωστούν σ' αυτήν. Έτσι, η συμμετοχή στη φροντίδα δικού τους ανθρώπου που πάει να συναντήσει το θάνατο, από τη μια τους επιτρέπει να προετοιμαστούν ψυχολογικά, ώστε να βιώσουν μια απόλυτα φυσιολογική διεργασία «πρωτοπαρασκευαστικού θρήνου» και, από την άλλη, τους δίνει την ευκαιρία να αποχαριέτουν τον αγαπημένο τους με το δικό τους τρόπο.

Ο πρωτοπαρασκευαστικός αυτός θρήνος, που διευκολύνει την προ-

σαμμογή στην απώλεια, προϋποθέτει τρία πολύ βασικά πράγματα: Πρώτον, ότι εμπνεώνουμε το παιδί, σίμφωνα με το επίπεδο κατανόησης του και τις ανάγκες του για πληροφόρηση εκείνη τη δεδομένη στιγμή. Δεύτερον, ότι του δίνουμε διαρκώς τη δυνατότητα να επάγει το ίδιο με ποιο τρόπο και σε ποιο βαθμό επιθυμεί να βρισκείται στο πλευρό του αγνημέλου του και να συμμετέχει στη φροντίδα του. Και, τρίτον, ότι είμαστε έτοιμοι να το συνοδεύσουμε και να το στηρίξουμε σ' όλη τη διάρκεια της εμπειρίας του θανάτου ενός αγαπημένου του ανθρώπου, που συμβαίνει μέσα σε συνθήκες σεβασμού, αξιοημερίας και ανθρωπιάς. Αυτός ο θάνατος δεν είναι ποτέ απρόσμενος, προμερής και απορητοιας. Αντίθετα, είναι η πολυημερής κληρονομιά για ένα παιδί που ηρέσει να μείνει να ζει με την απουσία ενός πολύ όμοιου του ανθρώπου.

**ΜΥΘΟΣ ΤΡΙΤΟΣ: Τα παιδιά που πάσχουν από μια σοβαρή αρρώστια δεν ανυμνητοποιούν ότι είναι κείνη η κατάσταση της υγείας τους και ότι απειλείται η ζωή τους. Εάν δεν τα ενημερώνουμε, δεν θα βιάσουν άγχορ και δεν θα ανηληθθούν ότι μπορεί και να πεθάνουν.**

Ο μύθος αυτός έχει ήδη ανυμνητεί από τα τέλη της δεκαετίας του 1960, όταν οι μελέτες της Weachter και του Spielhals έδειξαν ότι παιδιά ηλικίας 6 ετών και πάνω, που πάσχουν από κάποια απειλητική για τη ζωή τους αρρώστια, ανυμνητοποιούν τη σοβαρότητα της κατάστασης της υγείας τους, ακόμα κι όταν κανείς δεν τους μιλά γ' αυτήν. Αυτό τα παιδιά αναπτύσσουν ένα ιδιαίτερα αυξημένο άγχορ, τόσο σε σύγκριση με παιδιά που πάσχουν από άλλα χρόνια, μη απειλητικά για τη ζωή τους νοσήματα, όσο και σε σύγκριση με συνομηλικά υγιή παιδιά. Το άγχορ τους οφείλεται όχι μόνο στην απειλή που βιώνουν σε σχέση με τη συμπτωτική τους κατάσταση και σε σχέση με την ίδια τους τη ζωή, αλλά και σε μια αίσθηση μειονεξίας, επειδή διαφέρουν από τους συνομηλίκους, που συνοδεύεται με μια αίσθηση μοναξιάς και κοινωνικής απομόνωσης.

20 Αυτό τα παιδιά αποφεύγουν να εκφράσουν τις ανησυχίες τους στον στο περιβάλλον τους κυριολεκτών κανόνες που απαγορεύουν κάθε συζη-

τηση γύρω από την αρρώστια ή το ενδεχόμενα του θανάτου. Σέβονται και τηρούν τους κανόνες της αμοιβαίας προστασίας, σίμφωνα με τους οποιούς «τίποτα σοβαρό δεν συμβαίνει και όλα σύντομα θα πάνε καλά». Συμμετέχουν σε μια συνωμοσία σιωπής, στο πλαίσιο της οποίας, δυστυχώς, απομονώνονται συναισθηματικά και ζουν δυσκολές στιγμές, χωρίς να νιώθουν ότι έχουν οποιοδήποτε έλεγχο σε όσα τους συμβαίνουν και χωρίς να βρισκουν ουσιαστική στήριξη από το περιβάλλον τους. Μόνο στον ασφαλή κόσμο του παιχνιδιού μπορούν να μεταφέρουν τις εννοίες, τις ανησυχίες και τα συνασθηματά τους.

Στη Μαρία, ένα 7χρονο κορίτσι με οξεία μυελοβλαστική λευχαιμία – μια σοβαρή μορφή καρκίνου της παιδικής ηλικίας – οι γονείς της και το μέλη του πρωτοδικού υγείας είχαν πει ότι πάσχει από ογκώμα και ότι θα νιώσαν γρηγορά καλά. Άλλες μέρες μετά τη διάγνωση της αρρώστιας, της ήτηρα να μου ζωγραφίσει μια ιστορία που θα είχε αρχή και τέλος και στην οποία θα έδινε έναν τίτλο. Η Μαρία ζωγράφιζε μια ιστορία και της έδινε τον τίτλο «Η Ζωή της Αμυγδαλιάς». Ήταν η ιστορία ενός στήθρου που μεγαλώνει, γίνεται δέντρο, ανθίζει και βγάζει καρπούς. Όμως, μια μέρα, ένα σύννεφο ανεπτάει τον ήλιο και η αμυγδαλιά μαρμαίρεται και πεθαίνει. Μέσα από την ιστορία της αμυγδαλιάς, ενός δέντρου με πρόωγη άνθηση, η Μαρία μιλά για τη δική της ζωή. Ένα χρόνο αργότερα, καθώς περπατούσε στα εξωτερικά ιατρεία για να κάνει τη συνηθισμένη της βεραπεία, η Μαρία πήρε ένα κομμάτι χαρτί και ζωγράφιζε αυθόρητο ένα κοριτσάκι, πάνω στο οποίο στεκόταν, βαρύν, ένα παρόμοιο σύννεφο. Την ίδια στιγμή τα αποτελέσματα των ιστορικών εξετάσεων επιβεβαίωσαν σε γονείς και υγείας την υποτροπή της αρρώστιας και τον επικείμενο θάνατό της.

Όσοι έχουμε συνοδέψει παιδιά στο τελικό στάδιο της ζωής τους, γνωρίζουμε πολύ καλά ότι τα παιδιά αυτά ανυμνητοποιούν ότι πεθαίνουν και, ταυτόχρονα, το εκφράζουν με χίλιους δυο μπεσους, έμπεσους ή συμβολικούς τρόπους. Αρκεί να είμαστε σε θέση να τ' ακουσουμε και να αποκωδικοποιήσουμε τα συμβολικά τους μηνύματα, μέσα από τα οποία εκφράζουν τις ανησυχίες, τις επιθυμίες και τα συνασθηματά τους, ή στοιχεία



πετούν τους ανθρώπους που αγαπούν.

Στην εποχή μας, ευτυχώς, είναι λίγα τα παιδιά που πεθαίνουν, σε σχέση με εκείνα που θεραπεύονται. Έχουμε να μάθουμε πέρα πάλιά απ' όσα έγιναν κακό. Αφελώς πιστεύουμε ότι, από τη στιγμή που ολοκληρώνεται με επιτυχία η θεραπεία τους, σταμάτουνται από όλες τις έγνοιες και τις ανησυχίες που συνοδεύουν την αραγή και το φόβο του θανάτου. Ίσως εκείνο που είναι σημαντικό να συνειδητοποιήσουμε είναι ότι, όταν έρχεται ένα παιδί τόσο κοντά στο όικο του θάνατο, η αντίληψη του για τη ζωή διαφοροποιείται από τις αντιλήψεις παιδιών που δεν έχουν βιώσει αντίστοιχες εμπειρίες. Η ωριμότητά του συγκλονίζεται. Η αντίληψη του για τη ζωή σφραγίζεται.

**ΜΗΘΟΣ ΤΕΤΑΡΤΟΣ: Το μικρό παιδί δεν θηνηεί. Το μεγαλύτερο παιδί θλιβείται. Ο θρήνος του, όμως, δεν είναι τόσο βαθύς και επώδυνος, όσο ο θρήνος των ενηλίκων, και γι'αυτοα ξετηνηείται.**

Ο μύθος αυτός συντελεί στην παραγνωμηση του θρήνου των παιδιών, γεγονός που σημαίνει ότι, ταυτόχρονα, παραγνωμίζεται και η ανάγκη τους για οποιασδήποτε υποστήριξη. Στην πραγματικότητα, όλα τα παιδιά θηνηνουν, ανεξάρτητα από ηλικία (ακόμα και τα βρέφη αντηθρουν στην απομια ανατηπημένων τους ανθρώπων). Ο θρήνος είναι μια απόλυτα φυσιοαοαοική αντηθρηση απ' ένα γεγονός που βιώνουν ως απώλεια. Δεν είναι απλώς μια κατ'εσταση, αλλά μια δυναμική διεργασία, μέσα απ'ο την οποία το παιδί αποδέχεται προοδευτικά την απώλεια, βιώνει τον πόνο που επιφέρει, προσαρμολίζεται, σε μια νέα πραγματικότητα, από την οποία απομιασάει το αγαπημένο του πρόσωπο, και μαθαίνει να ζει μ' αυτήν.

Συχνά δεν αντιλαμβανόμεστε ότι τα παιδιά θηνηνουν, γιατί εκφράζουν το θρήνο τους με διαφορετικούς τρόπους απ' ό,τι εμείς, οι ενήλικες. Στάδια τον εκφράζουν με λόγια. Τον εκδηλώνουν, όμως, μέσα από άλλες, στην συμπεριφορά τους, μέσα από άλλες στις συνήθειες του ύπνου και της διατροφής τους, μέσα από το παιχνίδι και τις ζωγραφίες τους, ακόμα και μέσα από συμμοιακά συμπτώματα και ενδοηήσεις. Επι-

πλέον, εκείνο που διαφοροποιεί το θρήνο τους από το θρήνο των ενηλίκων είναι ότι δεν μπορούν να αντέδουν την οδύνη της απώλειας για μεγάλο χρονικό διάστημα, με αποτέλεσμα να «θηνηνουν με δόσεις». Μερικές φορές, μάλοια, στο άκουσμα ενός θανάτου, δεν αντηθρουν, δεν αποθώδυνται τίποτε και λειτουρηγουν σαν να μη συνέβη τίποτα. Μόνο σ' ένα μετηρημένο χρόνο αρχίζουν να αρμολώνουν την πραγματικότητα και να θηνηνουν. Πόσοι από μας δεν έχουμε δει παιδιά που, τη μια στιγμή φαίνονται έλθμμένα και μάλοιν για το θάνατο του αγαπημένου τους, ενώ, την επομένη, παίζουν αμύηματα και διασκεδάζουν... Αυτό, σε κριμα περιπρωση, δεν σημαίνει ότι έχουν ξετηρησει τον πόνο και τη θλίψη τους.

Όταν λοιπόν εμείς, οι ενήλικες, θέλουμε να απομολόουμε τα παιδιά από τον πόνο, αρνούμαστε να αναγνωρίσουμε ότι θηνηνουν και προσπομολύμαστε ότι τίποτε σοβαρό δεν συνέβη στη ζωή τους, και φωνάζουμε ότι θα μπορούσε να συνεχιστεί «όπως πριν», τότε τους μολώνουμε να αρνούνται τις σημαντικές αλλαγές που προκύπτουν στη ζωή τους και να αποθώδυν το θρήνο τους. Οι επιτηρώσεις αυτής της αποθήρησης είναι αρνητικές—μεσοσπορόδεσμα και μακροσπορόδεσμα— καθώς δυσκολεύουν την προσαρμοληή τους τόσο στη συγκεκριμένη απώλεια, όσο και σε άλλες απώλειες της ζωής.

Στην πραγματικότητα, ο θρήνος των παιδιών διαρκεί. Είναι μια μακροχρονη διεργασία που δεν έχει καθορισμένο χρονικό όριο. Αναβιώνει έρχεται στην επιφάνεια σε κάθε κρίσιμη περίοδο της εξέλιξης τους, όταν δηλαδή συμβαίνουν σημαντικές αναοιοθηρηματικές, νοητικές και κοινωνικές αλλαγές. Με τις νέες ικανότητες που αποκτούν, αδαζητούν να κατανοηθουν και να δώσουν νέο νόημα στο θάνατο του αγαπημένου τους προσώπου, ώστε να τον εντάξουν στη ζωή τους. Συχνά, λαμβόμενα, πιστεύουμε ότι τα παιδιά με την πάροδο του χρόνου ξεγνουν. Τα παιδιά δεν ξεγνουν. Ούτε και θέλουν να ξεγίσουν κάποιον που αγαπησαν και με τον οποίο μορφόθηκαν κομμάτια της ζωής τους. Έχουν ανάγκη να θυμολνται το αγαπημένο τους άτομο. Έχουν ανάγκη να διατηρούν ένα νοερα συνδέσμο μαζί του, ένα σύνδεσμο που κουλδολν μέσα τους για όλη τους τη ζωή.

**ΜΥΘΟΣ ΠΕΜΠΤΟΣ: Το σχολείο οφείλει να προστομιάζει τα παιδιά για τη ζωή, όχι για το θάνατο.**

Βάσει αυτού του μύθου, δεν υπάρχει λόγος οι εκπαιδευτικοί να συζητούν θέματα σχετικά με θάνατο και αρρώστιες που απειλούν τη ζωή. Και επειδή τέτοιες συζητήσεις μπορεί να κάνουν κακό, να αναστατώσουν και να φοβίσουν την αριστοφάρμα, ενώ μονόχρα θλίψη και στενοχώρια προκαλούν, είναι προτιμότερο να αποφευχθούν.

Αυτός ο μύθος ενισχύεται από το εκπαιδευτικό μας σύστημα και το εκπαιδευτικό υλικό που χρησιμοποιούμε. Συγκεκριμένα, για παράδειγμα, κάποια αναφορά σε θάνατο αγιασμένου προσώπου στο αναγνωστικό της Β΄ Δημοτικού. Τίτλος του κειμένου: «Ο παππούς έφυγε». Πουθενά μέσα σ' αυτό δεν αναφέρεται η λέξη «πέθανε», σαν να την φοβάται η συγγραφέας. Δες κι αν πούμε τα πράγματα με το όνομά τους («πέθανε», «θάνατος») μπορεί και να συμβούν. Ανατρέχοντας στις σημειώσεις που συνδέονται το συγκεκριμένο αναγνωστικό και τις οποίες χρησιμοποιεί ο δάσκαλος για να διευκολύνει τους μαθητές στην κατανόηση του κειμένου, δίνεται η ακόλουθη οδηγία: «*Επειδή το κείμενο είναι ήδη φαρμαμένο συγκεκριμένα, ο δάσκαλος θα πρέπει να προσέξει να μην υπερτονίσει αυτή την πλεύρα και το καταστήσει μελόδι, ούτε να το χρησιμοποιήσει ως πρόδημα για συναισθηματική εκτόνωση*».

Απελάως πιστεύουμε ότι, εάν ένα παιδί δεν εκφράσει τα συναισθηματά του, αυτό σημαίνει και ότι δεν ταιώθει. Αν δεν μιλήσει για το θάνατο, σημαίνει ότι δεν τον σκέφτεται ή δεν το συζητάει. Η πρόκληση για τους εκπαιδευτικούς είναι τερπνά και ο ρόλος τους κάπως, ιδιαίτερα σε όλο επίπεδο: α) στην άμεση και κατάλληλη στήριξη που μπορούν να παρέχουν στο μαθητή και στην οικογένειά του, όπως και σ' αόκληρη την ιδέα, όταν η αρρώστια ή ο θάνατος παρεμβαίνουν στη ζωή του σχολείου και β) στη γενικότερη αγωγή των παιδιών σε θέματα που αφορούν το θάνατο και το θρήνο.

Συζητήσεις γύρω από το θάνατο μπορεί να γίνουν με φορητή ταμικά γεγονότα, τους «μικρούς θανάτους» που συμβαίνουν στη ζωή όλων

των παιδιών (για παράδειγμα, το νεκρό πουλάκι που βρέθηκε στην αυλή του σχολείου, ένα δώρημα που αποφέρεται στην αρρώστια ή στο θάνατο του ήρωα) ή ακόμα τα γεγονότα που επιπεδέχουν την ευρύτερη κοινότητα. Όμως, η αγωγή γύρω από το θάνατο μπορεί να πάρει μια πιο οργανωμένη μορφή και να ενταχθεί στη διδακτέα ύλη διαφόρων μαθημάτων, αποτελώντας μέρος της ευρύτερης παιδείας των παιδιών και των εφήβων. Στο πλαίσιο της αγωγής αυτής, η διδασκαλία με την προσδοκική της μορφή δεν έχει θέση. Μπορεί να είναι αποτελεσματική όταν προσεγγίζει το θέμα όχι μόνο διανοητικά, αλλά και συναισθηματικά, καθώς και όταν δίνει την ευκαιρία στους μαθητές να συναισθηματικά τους, στην ουσία μιλάει για το θάνατο, όταν εκφράζουν τα συναισθηματά τους, στην ουσία μιλάει και για την ίδια τη ζωή, γιατί αναπόφευκτα προβληματίζονται και αποσαφηνίζουν τις αξίες, τις προτεραιότητές τους και σιδηότε είναι σημαντικά γι' αυτά. Ο πόνος που μπορεί να βιώνουν όταν έχουν χάσει ένα αγαπημένο τους πρόσωπο είναι το τίμημα που πληρώνουν επειδή έχουν αγαπήσει. Και, μόνο όταν αγατούν, είναι η ζωή τους πλούσια και γεμάτη.

Κλείνοντας αυτή την εισήγηση, θέλω να τονίσω τη βαθιά πίστη που έχω στην αστείρευτη πηγάδα εσωτερική δύναμη που διαθέτουν τα παιδιά και την οποία συχνά υποτιμάμε. Η εσωτερική αυτή δύναμη πηγάζει λιγότερο από γνώσεις και βιβλία και περισσότερο από τις εμπειρίες που προσφέρει η ίδια η ζωή, εμπειρίες που δεν διδάσκονται, αλλά βιώνονται. Όταν εκτίθενται στην αρρώστια και στο θάνατο, τα παιδιά θα στρέψουν το βλέμμα τους σ' εμάς, ειδικά που λειτουργούμε γι' αυτά ως πρότυπα-μωυτά και που τους μαθαίνουμε να αντιμετωπίζουν τις προκλήσεις της ζωής, όχι τόσο μέσα από αυτά που τους λέμε, αλλά, κυρίως, μέσα από όσα κάνουμε. Αν πράγματι θέλουμε να στηρίξουμε τα παιδιά, το πρώτο βήμα προς αυτή την κατεύθυνση είναι να στραφούμε προς τον ίδιο μας τον εαυτό, για να δούμε, πέρα από μύθους και προκαταλήψεις, πώς επηρεάζονται ο καθένας από εμάς –σ' ένα βαθύτερο επίπεδο— από την αρρώστια και το θάνατο. Αυτό είναι το πρώτο βήμα, που μπορεί να είναι και μια αυτοδίοξη ΑΡΧΗ.

## Οι ερωτήσεις των γονιών†

### Πως να βοηθήσουμε τα παιδιά που βλέπουν το θάνατο αόδηγγρα τους

«Ο οχτώχρονος αγαπημένος μας σκύλος χτυπήθηκε από κάποιο αυτοκίνητο και ψόφησε. Μέχρι τώρα του έχω πει μόνο, ότι ο Ρεξ έφυγε και πιθανόν να βρήκε άλλο καλό σπίτι. Είναι απαραίτητο να του πούμε τα αόδηγγρα γεγονότα;»

Θα προτιμούσαμε βέβαια οι εμπειρίες του θανάτου στα παιδιά μας να γίνονται σταδιακά. Θα ήταν προτιμότερο, όταν είναι δυνατό, να αποφεύγεται να παρακολουθήσει το παιδί τον αόδηγγρα ή αιματηρό θάνατο ενός αγαπημένου ζώου. Με τα πολύ μικρά παιδιά θα επιθυμούσαμε, όταν είναι δυνατό, τουλάχιστο να αναβάλλεται η αντιμετώπιση της εμπειρίας του θάνατου. Οι γονείς πρέπει να υπολογίζουν τη δύναμη και την ικανότητα αντίληψης των παιδιών τους. Για παιδιά των τριών ή τεσσάρων χρόνων, μπορεί να είναι αρκετό να τους πούμε απλά ότι ο σκύλος πέθανε.

Βέβαια τα κατοικίδια ζώα σημαίνουν πάρα πολλά για τα παιδιά, και ένας σκύλος, είναι τόσο αξιανάγητος κι αγαπημένος, που δεν προξενεί κατάληξη το γεγονός ότι φοβάστε να περτε την αλήθεια, ακόμα και σ' ένα οχτώχρονο παιδί. Αλλά το να μάθουμε να αντιμετωπίζουμε τις κακές εμπειρίες όταν εμφανίζονται, αποτελεί μέρος της ωρίμανσης. Μέσα απ' αυτές τις εμπειρίες, το παιδί αυτής της ηλικίας, μαθαίνει και



εμβαθύνει. Με το να λεχθεί στα παιδιά ένα ευχάριστο, φανταστικό ψέμα, υπάρχει πάντα ο κίνδυνος να ανακαλύψουν τα ίδια την αλήθεια, να νιώσουν ότι εξαπατήθηκαν και έτσι να μην είναι πια σε θέση να το συζητήσουν με τους γονείς.

Μην προσπαθείτε να προφυλάξετε το παιδί σας από τον πόνο. Αυτός είναι φυσιολογικός και υγιής. Υποφέρετε μαζί του, δείξτε τη συμπάθειά σας. Μιλήστε μαζί του για τα τόσα χαριτωμένα κώλια και τους τρόπους του Πεξ.

Μπορεί κάποια μέρα να του πάρετε άλλο σκύλο, αλλά δεν πρέπει να ζαιστείτε. Περιμένετε για να μπορέσετε να του πάρετε τον κατάλληλο σκύλο και στην κατάλληλη στιγμή. Στο μεταξύ, να του εξηγήσετε ότι ο Πεξ δεν είναι δυστυχισμένος, «Δε μας αναζητά, δεν υποφέρει -αρκώς δε νοιώθει τίποτε απολύτως, γιατί αυτό σημαίνει θάνατος».

Πολλές φορές είναι αδύνατο να προφυλάξετε το παιδί από το να παρευρεθεί και να δει ένα αιματηρό δυστύχημα. Σε τέτοια περίπτωση, δεν έχουμε άλλη εκλογή παρά να το βοηθήσουμε να καταλάβει αυτό που είδε. Αν το παιδί σας ήταν παρόν εκείνη τη στιγμή και είδε το θάνατο του Πεξ, θα μπορούσατε τότε εσείς να του εξηγήσετε ότι το αυτοκίνητο χτύπησε το σώμα του σκύλου και ότι ο σκύλος πόνεσε, αλλά μόνο για ένα λεπτό.

Δώστε στο παιδί σας την ευκαιρία να μιλήσει γι' αυτά τα πράγματα όταν το θελήσει. Απαντήστε στις ερωτήσεις του. Μετά προσφέρετέ του την ευκαιρία να ασχοληθεί με πολλά ευχάριστα πράγματα, αλλά μην το κάνετε να νιώσει ότι θέλετε πραγματικά να ξεχάσει όλο το οδυνηρό επεισόδιο. Αφήνετέ το να το επαναφέρει κάποτε - κάποτε αν έχει τέτοια διάθεση. Είναι καλύτερα το παιδί να εκφράζει ελεύθερα αυτό που σκέφτεται. Τότε πιθανόν να δείτε ότι, παρά τα δάκρυα και αυτό που σας φάνηκε σαν πικρή απογοήτευση, το παιδί σας σύντομα αποδέχεται την εμπειρία και την ξεπερνά. Αυτό μπορεί να αποτελέσει ένα ακόμα μικρό θήμα προς την ωριμότητα.

Ο θάνατος ενός χνουδώψαρου ή μιας χαλάριας, οπωσδήποτε αφοσιώνεται ευκολότερα από ό,τι ο θάνατος ενός σκύλου ή μιας γάτας. Αν το παιδί μπορέσει ν' ανακαλύψει το θάνατο πρώτα από τις μέγες, τα σκαθάκια ή από ένα ψόφιο πουλί στην άκρη του δρόμου, τόσο το καλύτερο. Πιθανότερα θα του προκαλέσει την περιέργεια, αλλά με τρόπο μάλλον αδιάφορο. Αυτή είναι μια καλή ευκαιρία για ν' απαντήσετε στις πρώτες του ερωτήσεις. Αλλά ο θάνατος ενός κατοικίδιου ζώου, που το παιδί έχει αγαπήσει και φροντίζει και που υπήρξε μέρος της καθημερινής του ζωής, μπορεί να προκαλέσει πραγματική δυστυχία. Θα πρέπει να το χειριστούμε με συμπάθεια και, ίσως, με τη μεγαλύτερη ευγένεια μιας σύντομης τελετής αποχαιρετισμού.

**« Έχουμε λησθήσει τρομερά από το θάνατο ενός μικρού κοριτσιού, από τα πεντάχρονα παιδιά του νηπιαγωγείου μας. Τι πρέπει να πούμε στα παιδιά μας για το θάνατο αυτής της φίλης και συντρόφου τους στα παιχνίδια; Μερικοί γονείς θέλουν να πούμε ότι, αυτή έφυγε μακριά για κάποια επίσκεψη, ελπίζοντας ότι έτσι τα παιδιά θα μπορέσουν ίσως να ξεχάσουν τη φίλη τους χωρίς να πονέσουν».**

Τα παιδιά είναι σχεδόν βέβαια ότι κάτι το εντελώς ασυνήθιστο έχει συμβεί. Μερικά από αυτά, είναι αναπόφευχτο να έχουν ακούσει τυχαία τα συγκαλυμμένα σχόλια των μεγάλων ή να έχουν προσέξει τη θιαστική διακοπή τηλεφωνημάτων κατά την παρουσία τους ή το διακριτικό τόνο στη φωνή των γονιών και των δασκάλων που μιλούσαν στην αίθουσα του σχολείου.

Αυτές είναι μόνο μερικές ενδείξεις, από τις οποίες τα παιδιά μαντεύουν ότι αυτό δεν είναι μια συνηθισμένη έκτροπή και ψυθυρίζουν τις υποθέσεις τους στους άλλους. Συχνά η πραγματικότητα είναι πιο υποφερτή από το μυστήριο. Τι έγινε; Διαρωτούνται. Ποιος, ειδικός, εξωτερικός κίνδυνος υπάρχει;

Τελικά η αλήθεια είναι προτιμότερη. Πέστε στα παιδιά με λίγα λόγια τι έχει συμβεί - μην το αναθέψετε. Μετά, αφήστε τα να κάμουν ερωτήσεις και πείτε τους με ειλικρίνεια την αλήθεια. Τα παιδιά έχουν πολύ μεγαλύτερη δύναμη από όση αντιλαμβάνομαστε και συχνά ξεχνούμε να θασιζόμαστε σ' αυτή.

Είναι θέματα πλεονέχτημα αν οι γονείς και οι δάσκαλοι συζητήσουν μαζί για το τι θα πουν και τι θα κάμουν. Αν μπορέσετε από κοινού να συμφωνήσετε σε ένα γενικό πρόγραμμα για να πείτε την αλήθεια, τα παιδιά ασφαλώς θα αναστατωθούν λιγότερο παρά αν τους δίνονταν αντικρουόμενες εξηγήσεις. Ο δάσκαλος μπορεί να προσφέρει μεγάλη βοήθεια γιατί συχνά παρουσιάζονται σημαντικές ερωτήσεις στην τάξη. Επίσης στο σχολείο τα παιδιά θα θρουν συμπάροσταση το ένα από το άλλο.

Για μας που μεγαλώσαμε στον εικαστό αιώνα, ο θάνατος ενός παιδιού φαίνεται σαν μια παράλογη και ανυπόφορη τραγωδία. Απένχομε πολύ από τους προγόνους μας, για τους οποίους ένας τέτοιος θάνατος ήταν απλώς ένα συνηθισμένο περιστατικό, και που, αν και ο πόνος τους δεν ήταν λιγότερος, είχαν μάθει να τον δέχονται σαν μια πράξη της Θείας Πρόνοιας. Εμείς επίσης επαναστατούμε, νιώθουμε ότι «δεν ήπρεπε να γίνει», και είμαστε γεμάτοι ανησυχία από τη σκέψη, «θα μπορούσε να συνέβαινε σε μένα». Μέσα στον τρόπο και την αλληλεγγύη μας, θέλουμε να απαλλάξουμε τα παιδιά μας από τέτοιες σκέψεις.

Όλα τα παιδιά διαταράσσονται σε κάποιο βαθμό από κάποιο θάνατο. Ένα ευαίσθητο, ανήσυχο παιδί είναι πιο τρωτό από ένα πιο δυνατό παιδί, και η αγένια του μπορεί να αυξηθεί όταν ο θάνατος συμβεί κοντά του. Προσέξτε. Όταν σε κάθε πιθανή τρομαχτική εμπειρία, να είστε έτοιμοι να το συζητήσετε, αν το παιδί σας το θέλει, ώστε να μπορέσετε να το καθησυχάσετε και να του εξηγήσετε γιατί νομίζετε ότι το ίδιο είναι αντίβαρο να συμβεί και στο παιδί.

Να είστε ιδιαίτερα προσεχτικοί με εκείνο το παιδί που συνήθως παρουσιάζει δυσκολίες στην κοινή συμβίωση. Τα παιδιά που είναι ηγλόφθονα, εχθρικά, επιθετικά ή ανασταλαμένα - ή που για κάποιο λόγο πιστεύουν ότι δεν ανταποκρίνονται στις απαιτήσεις μας - είναι εξαιρετικοί υποψήφιοι να καταληφθούν από άγχος σε τέτοιες περιπτώσεις. Σε κάποιο βαθμό για όλους μας, αλλά ιδιαίτερα για τα παιδιά, είναι δύσκολο να απαλλαχτούμε από την παλιά δεισιδαιμονία, ότι ο θάνατος είναι μια τιμωρία για κακές πράξεις ή παραμελημένες υποχρεώσεις. Αν ένα παιδί φτάσει στο σημείο να πιστεύει τον εαυτό του «κακό», τότε δεν του φαίνεται καθόλου αντίβαρο ο θάνατος να χτυπήσει και το ίδιο όπως χτύπησε και το φίλο του. Πιθανόν να μην είναι σε θέση να το πει αυτό με λόγια. Τέτοιες ιδέες μπορεί να είναι βαθιά κρυμμένες, ακόμη και μέσα σ' ένα παιδί. Αν και θα ήταν απειροκείμια να προσπαθήσετε να τις πείσετε να θγουν στην επιφάνεια, ωστόσο πολλές φορές αυτό βοηθά αν οι γονείς είναι σε θέση να γνωρίσουν τι είναι πιθανό να συμβαίνει μέσα στο μυαλό του παιδιού.

Το πιο κάτω, από ένα άρθρο της Marguerita Rudolph, περιγράφει με ποιο τρόπο μια δασκάλα, σε ένα παιδικό σταθμό με παιδιά των τεσσάρων και πέντε χρόνων, χειρίστηκε το πρόβλημα του θανάτου ενός από τα παιδιά. Με επιδειξιότητα, βοηθήσε πρώτα τα παιδιά να εκφράσουν τις σκέψεις τους. Μετά μπόρεσε να ανταποκριθεί γλωσσικά:

Όταν τα παιδιά ήρθαν στο σχολείο... η δασκάλα κήησε ανάμεσα τους και άρχισε να ελέγχει το καθημερινό παρουσιασλόγιο. Ένα παιδί ρώησε: «Ποιοι απουσιάζουν σήμερα;» Και η δασκάλα απάνησε: «Ίσως εσείς να μπορέτε να μου πείτε». Πολλά παιδιά έδωσαν τα ονόματα των παιδιών που απουσιάζαν αλλά, πολύ ενδειχτικά, κανένα δεν ανέφερε το παιδί που είχε πεθάνει. Τότε η δασκάλα είπε: «Μα κανείς από σας δε μου αναφέρει και κάποιο άλλο παιδί που απουσιάζει σήμερα. Ίσως μερικοί από σας να ξέπουν».

Σ' αντίληψη, μερικά παιδιά σήκωσαν γρήγορα το βλέμμα, με πρόσωπα σοβάρα, και ένα απ' αυτά είπε: «Η Παχιά απουσιάζει». «Ναι», είπε η δασκάλα με το συνηθισμένο ήρεμο τρόπο της. «Η Παχιά δεν είναι εδώ διότι κάτι πολύ λυπηρό και πολύ ασυνήθιστο της συνέβη». «Τι συνέβη στη Παχιά;» ρώτησε το παιδί - και το πρόσωπό του φούντωσε. Η ήρεμη αντίληψη του άκουσαν τα παιδιά ήταν, «Η Παχιά πέθανε την περασμένη Δευτέρα». «Γιατί πέθανε η Παχιά;» Θέλησαν να μάθουν πολλά παιδιά. Και η δασκάλα απάντησε ότι η Παχιά είχε μια αρρώστια που τα παιδιά σχεδόν ποτέ δεν τα προσβάλλει, και ο γιατρός δεν μπόρεσε να την κάμει καλά. Η δασκάλα τα διαβεβαίωσε ότι δε θα πέθαιναν αυτή την αρρώστια.

Αλλά τα παιδιά ικανοποιήθηκαν μόνο κατά ένα μέρος. Επανελάθαν την ερώτηση και συνέχισαν να εκφέρουν τις δικές τους ιδέες για τις αιτίες που μπορούν να προκαλέσουν θάνατο. Αυτό ήταν που ήθελε η δασκάλα, επειδή ήξερε ότι θα βοηθούσε τα παιδιά να εκφράσουν όλα όσα σκέφτονταν. «Η χελώνα μου πέθανε επειδή δεν την ταίφαμε». «Είχαμε ένα μικρό σκυλί και έφυγε κάποιος δηλητήριο και πέθανε». «Ίσως κάποιος την πυροβόλησε», είπε ένα παιδί, κάποιος άλλο απάντησε: «Μια κανένας δε θα πυροβόλησε ένα μικρό παιδί».

Τα παιδιά επίσης ανέφεραν σαν πιθανές αιτίες που προκαλούν θάνατο, το να καταπιείς νομίσματα και κουμπιά... Μετά ένα μικρό κοριτσάκι που είχε κι εκείνο λυπηθεί, είπε καθάρα και με έμφωση, «Η μητέρα μου δε θέλει να πεθάνω... Η δασκάλα της έδωσε πρόσθετη διαβεβαίωση: «Βεβαίως η μητέρα σου δε θέλει να πεθάνεις».

Σ' αυτό το σημείο, ένα μικρό αγόρι που άκουσε με προσοχή τα άλλα παιδιά, έκαμε αυτή την ερώτηση: «Η μαμά της Παχιά έκλαιγε όταν πέθανε η Παχιά;» Αυτή η ερώτηση φάνηκε να ενδιαφέρει πολλά παιδιά. Άκουγαν με μεγάλη προσοχή όταν η δασκάλα απάντησε: «Ναι». Και τους μίλησε με λίγα λόγια για τον πόνο όλης της οικογένειας. Θεώρησε ότι ήταν σημαντικό

για τα παιδιά να καταλάβουν ότι υπάρχει πόνος όταν ένα αγαπημένο πρόσωπο πεθάνει και υπάρχουν διάφοροι τρόποι να εκδηλωθεί αυτός ο πόνος. Το κλάμα είναι ένας τρόπος. «Και είναι ένας πολύ καλός τρόπος», πρόσθεσε η δασκάλα...

Μερικά παιδιά εξέφρασαν αυτό, που πρέπει να είναι η κύρια φροντίδα πολλών ανθρώπων - ότι δηλαδή, αυτά θα πρέπει να είναι προφύλαγμένα από τον κίνδυνο του εξολοθρευτικού θανάτου. Ένα μικρό κοριτσάκι με λαμπέρα ματάκια, κοίταξε ευτυχισμένο τη δασκάλα και είπε με ένα χαμόγελο γεμάτο αυτοπεποίθηση: «Εγώ ποτέ δε θα πεθάνω»... Η δασκάλα χαμογέλασε και είπε: «Ελπίζω ότι δε θα πεθάνεις για πολύ - πολύ καιρό». Και το παιδί έφυγε χοροπηδώντας χαρούμενο.

**«Τα παιδιά μας έχασαν πολύ πρόσωπα τον πολυαγαπημένο τους παππού, που ζούσε μαζί μας για πολλά χρόνια. Τώρα παρατηρώ ότι ο εξάχρονος γιος μας, παρ' όλο που μιλά πολύ λίγο, δείχνει να ενδιαφέρεται με πολύ νοσηρό τρόπο για ό,τι σχετίζεται με νεκρά πράγματα. Με δυσκολία μπόρεσα να τον απομακρύνω από το πτώμα ενός νεκρού σκύλου στο δημόσιο δρόμο. Σκοτώνει μυρμηγκία και σκαθάκια και τα κουβάλλά μέσα στο σπρί. Σκεφτήκαμε ότι μια αλλαγή από τον τόπο που έγιναν όλ' αυτά και η συναναστροφή με νεκρά πρόσωπα ίσως να τον ωφελούσαν. Ένας φίλος μας τον έχει προσκαλέσει να μείνει στο σπίτι του για αρκετό καιρό, όπου υπάρχουν και παιδιά της ηλικίας του. Να τον στείλουμε;»**

Ίσως τώρα να μην είναι ο κατάλληλος καιρός για να τον στείλετε μακριά σας για ένα μεγάλο διάστημα, αν και αργότερα, αν το θελήσει, αυτό μπορεί να τον βοηθήσει. Ακριβώς τώρα, περισσότερο από οποιαδήποτε αλλαγή στον τόπο ή οποιοδήποτε αναστατώσεις, χρειάζεται να του δίνεται η ευκαιρία να κάνει ό,τι ακριβώς κάνει. Και χρειάζεται την παρουσία αυτών των ενηλίκων που γνωρίζει καλά, ώστε να μπορούν να τον ακούν και να τον βοηθήσουν στα προθήματα με τα

οποία μπορεί να ανωλίζεται. Μην τον πιέζετε με ερωτήσεις και μην εμβραθύνετε πολύ, αλλά να ελπε πάντα έτοιμοι να τον ακούσετε με προσοχή. Στη διάρκεια ήρεμων στιγμών που θα ελπε μαζί του, μπορεί να πάρετε ενδείξεις για το τι είναι ακριβώς εκείνο που προσπαθεί να ανακαλύψει.

Τα παιδιά βρίσκουν διάφορους τρόπους να αντιμετωπίσουν τις δύσκολες εμπειρίες και το τιακριβώς σημαίνει «θάνατος». Δεν κάνουν όλα τα παιδιά ερωτήσεις ούτε και δέχονται απάντησες αυτά που θα τους πούμε. Μπορεί αδύναμα να συλλογίζονται τα πράγματα με τέτοιο τρόπο, όπως αυτός που περιγράφεται.

Άσπε το παιδί σας να συνεχίσει να δείχνει το ενδιαφέρον του για τα νεκρά πράγματα. Αυτό δεν είναι παθολογικό με την έννοια του αρρωστημένου. Προσπαθεί να καταλάβει. Αφήστε το να εξετάσει το νεκρό ακύλο. Αφήστε το να σκοτώσει τα σκαθάκια και να κάψει οτιδήποτε θέλει με αυτό, αφού αυτό δε θα του προκαλεί ταραχή. Το πιο πιθανό είναι ότι θα διαβεί να ασχολείται με αυτά τα πράγματα πιο σύντομα, αν αισθάνεται ελεύθερος να τα εξερευνησει. Αφήστε τον να μιλά, αν το επιθυμεί, και απαντάται στις ερωτήσεις του.

Πολύ συχνά οι ενήλικες δυσκολεύονται να κατανοήσουν τον τρόπο που το παιδί προσεγγίζει το θέμα του θανάτου. Μπορεί να τους φαίνεται το παιδί σαν ασεβής. Μπορεί το παιδί να κάνει πράγματα που τους ασεβίζουν και τους φέρνουν σε αμηχανία. Όταν αυτό συμβαίνει, θα βοηθήσει τους γονείς να ξέρουν ότι αυτή η συμπεριφορά είναι αρκετά συνηθισμένη και ότι αν ψάξουν στις δικές τους αναμνήσεις, μπορεί να θυμηθούν παρόμοια επεισόδια από τη δική τους παιδική ηλικία.

Ένα παράδειγμα τέτοιας συμπεριφοράς συνέβη σε κάποιον παιδικό σταθμό. Ένα από τα παιδιά των πέντε χρόνων βρήκε ένα ψόφιο πουλί στην αυλή και το πήρε μέσα στην

τάξη. Το κρούσε στα γόνατά του, δεν το αποχωρίζονταν, το στριφουγούρωσε και το εξέταζε από κοντά ξανά και ξανά. Χωρίς να ενθαρρύνει τη συμπεριφορά του, η δασκάλα το επέτρεπε ήρεμα, πηγαίνοντας κάπου - κάπου να καθίσει δίπλα στο παιδί και σχολιάζοντας ότι το πουλί έπαιξε να ζει και άρα ήταν νεκρό και θα έπρεπε σύντομα να ταφεί. Δεν μπορούσε πια να φάει ή να αναπνεύσει ή να νιώσει οτιδήποτε.

Το παιδί δε φαινόταν ικανοποιημένο και εξακολουθούσε να είναι προσκολλημένο στο πουλί. Τελικά, το έσφιξε πολλές φορές, το ξαναεπιβέβησε, μετά στράφηκε προς τη δασκάλα με έναν αναστεναγμό: «Δεν κινούνται τα σκαθάκια του όταν το ζουλώ», είπε. Μετά από αυτό, είχε πια τελειώσει με το πουλί και ήταν πρόθυμο να το θάψει.

Φαίνεται πιθανό ότι στο μυαλό αυτού του πεντάχρονου παιδιού οι έννοιες «θάνατος», «κάτι» εγκαταλείπει το σώμα, και «κινούμενα σκαθάκια», είχαν μεταξεί τους στενή σχέση. Οποιαδήποτε και να είναι η πλήρης έννοια της συμπεριφοράς του, αυτό το παιδί φαινόταν να είχε λύσει το πρόβλημα μονάχο του με έναν τρόπο που θέλα να ήταν αποδεδειγμένος, αλλά τουλάχιστο για την ώρα τον ικανοποιούσε. Αλλά μεγάλη σημασία για να λυθεί το πρόβλημα είχε οπωσδήποτε η προθυμία της δασκάλας να επιτρέψει τις εξερευνητικές του και η ετοιμότητά της να μιλά μαζί του γι' αυτό.

Ένα άλλο μικρό αγόρι, μετά το θάνατο μιας αδελφής του, παρουσίασε άσχημη περίπτωση δυσκοιλιότητας, τόσο υπερβολική και επίμονη, που τελικά ο γιατρός σύστησε να ζητηθεί η συμβουλή ψυχίατρου. Φαίνεται πιθανό ότι και αυτό το παιδί φοβόταν επίσημα να αφήσει «κάτι να εγκαταλείψει το σώμα του». Δεν υπάρχει λόγος θέματα οι γονείς να αποκαλύψουν αυτές τις υποψίες τους στο παιδί. Είναι αρκετό, αυτή η παράξενη συμπεριφορά να γίνει αποδεχτή από αυτούς σαν μέρος της όλης προσαρμογής του παιδιού να ανεπιτέλεσει. Περισσότερες εξηγήσεις πρέπει να δοθούν από επαγγελματία θεραπευτή.



Η γαλλική κινηματογραφική ταινία, «Απαγορευμένα Παιχνίδια», μας παρουσιάζει με μεγάλη διορατικότητα τους τρόπους - συχνά μυστηριώδεις - που τα παιδιά αγωνίζονται να κατανοήσουν τις έννοιες της θίας και του θανάτου.

Σ' αυτή τη ταινία, ένα κοριτσάκι εφτά ως οχτώ χρονών μαζί με τους γονείς του, κατά τη διάρκεια του Δεύτερου Παγκόσμιου Πολέμου, τρέπονται σε φυγή από ένα μικρό γαλλικό χωριό που βομβαρδίζουν οι Γερμανοί. Οι στριμωγμένοι δρόμοι καθίστουν τους φυγάδες εύκολο στόχο για τα εχθρικά αεροπλάνα, που ανελέητα τους βομβαρδίζουν σκορπώντας την καταστροφή. Οι γονείς του παιδιού σκοτώνονται. Το κοριτσάκι μαζί με το σκύλο του καταφεύγουν κάτω από μια γέφυρα. Όταν σκοτώνεται και ο σκύλος, το παιδί με ρανισμένη την καρδιά περιπλανάται απεληπιμένο στην εξοχή και τελικά καταλήγει στο σπίτι μιας ανήλικης οικογένειας χωρικών. Εδώ, προσπαθεί να καταλάβει τι έχει γίνει. Από ό, τι βλέπει κανείς μέχρι τώρα, διαφαίνεται για το θάνατο των γονιών του. Πιο βαθιά φαίνεται να το έχει επηρεάσει ο χαμός του σκύλου.

Στην οικογένεια των χωρικών είναι ένα μικρό αγόρι που σύντομα γίνεται ο αχώριστος σύντροφός της. Σύντομα κάποιος πέθανε στο νέο κύκλο των φίλων της και έγινε κηδεία και διάφορες ιεροτελεστίες ακατακάθιτες, - για τα παιδιά - και η συμπεριφορά των ενηλίκων ακατανόητη.

Το κοριτσάκι και ο μικρός της φίλος αρχίζουν να κυριεύονται από έμμονες ιδέες για το θάνατο και για νεκρά πράγματα. Από το δρόμο και τους αγρούς μαζεύουν ψόφια πουλιά, ποντίκια, σαύρες - στιδίοτε θρίσκουν - και τα συγκεντρώνουν με τη μεγαλύτερη μυστικότητα κάτω από την προστασία του σκοταδιού. Κάθε νεκρό ζώο κηδεύεται με παράδοξες ιεροτελεστίες, που τα παιδιά πλάθουν με τη φαντασία τους και τις εκτελούν με κάθε λεπτομέρεια. Η έξαψη φτάνει στα ύψη, η μυστικότητα έχει την πιο μεγάλη σημασία. Οι μεγάλοι φυσικά είναι εντελώς ανίκανοι για το τι σκαρώνουν τα παιδιά.

Στο τέλος, το κοριτσάκι ανευρίσκεται από τις Κρατικές Αρχές και τοποθετείται σ' ένα ίδρυμα για ορφανά του πολέμου. Αλλά πρέπει να αποχωριστεί το μικρό της φίλο - και αυτό είναι ένας ακόμη πικρός πόνος. Αφηνόμαστε να ελπίζουμε ότι στο νέο αυτό περιβάλλον, μπορεί τελικά να βρει νέους φίλους ανάμεσα σε παιδιά που είναι πιθανό να αντισταθμίσει τις ιεροτελεστίες. Αλλά αυτό δεν είναι πιθανό να αποστηθίσει τις επανειλημμένες απώλειες. Αυτό που πιο πολύ χρειάζεται, πιθανόν να μην το βρει - έναν ενήλικα με κατανόηση που να μπορεί να τη βοηθήσει να συμβιβαστεί με όλα όσα έχει περάσει και τελικά να αναγνωρίσει τι σημαίνουν τα «απαγορευμένα παιχνίδια». Όλα αυτά δραματοποιούν το αναπόφευχτο δίλημμα των παιδιών μπροστά στο θάνατο και υποδηλώνουν ότι υπάρχει νόημα, όσο δυσνόητο κι αν είναι, στη συμπεριφορά τους που συχνά σοστίζει τους ενήλικες. Ο ψυχικός πόνος του παιδιού για το σκύλο μπορεί να ήταν ένας έμμεσος τρόπος, όχι μόνο για να συγκαλύψει το πραγματικό του πρόβλημα, αλλά και να το προσεγγίσει. Και κάτι τέτοιο είναι χαρακτηριστικό για παιδιά αυτής περιόδου της ηλικίας, που συχνά μεταβέτουν τα συναισθήματα για την πραγματική τους απώλεια πάνω σε άλλη, δευτερεύουσας σημασίας. Κάτι τέτοιο ήταν και τα περιήλοκα «παιχνίδια», όπου μπορούμε να δούμε το πραγματικό αντικείμενο του ψυχικού πόνου να αντικαθίσταται ή να προστατεύεται με άλλα αντικείμενα. Σ' αυτό το έργο, αν το καταλάβουμε, γίνεται μια προσπάθεια, τόσο για να διώξει μακριά το πραγματικό πρόβλημα, όσο και για να καταπισταστεί μαζί του, όσο παράδοξο κι αν φαίνεται αυτό. Γιατί, παρά τα φαινόμενα, ο θάνατος των γονιών και όχι του σκύλου ήταν το πραγματικό πρόβλημα του παιδιού. Δεν τους έρχασε πραγματικά, και κάποτε θα πρέπει να βρει σε επαφή με την πραγματική αιτία της διαταραχής της, αν πρόκειται ποτέ να δεχτεί φυσιολογικά την απώλεια.

**«Χάσαμε το μικρότερο μας κοριτσάκι σ' ένα τραγικό δυστύχημα και η γυναίκα μου ακόμη δεν μπορεί να μιλά γι'**

**αυτό χωρίς να αναστατώνεται πέρα για πέρα. Για χάρη της αναγκαστήκαμε να απομακρύνουμε τις φωτογραφίες και ό,τι άλλο της το θυμίζε. Δε γίνεται λόγος ποτέ για το χαμένο μας κοριτσάκι, παρά μόνο όταν είμαστε μόνοι οι δυο μας. Αλλά τελευταία άρχισα να νιώθω ότι αυτό ίσως να μην είναι σωστό για το μεγαλύτερο μας παιδί, που είναι δώδεκα χρόνων. Είναι δικαίο γι' αυτή να μην ακούει πια να γίνεται λόγος για την αδελφή της; Και ακόμα, είναι φρόνιμο να την εκθέσουμε μπροστά στον τόσο έντονο πόνο της μητέρας της;»**

Δεν είναι δύσκολο να κατανοηθεί πώς αποδεχθήκατε τη συνήθεια της σιωπής και γιατί γίνεται συνεχώς και πιο δύσκολο να μιλάτε φυσιολογικά για τη μικρή αδελφή. Και ακόμα εσείς, ο πατέρας, έχετε δικαίο να υποπτεύεστε ότι το ζωντανό παιδί σας πρέπει να θρίσκει τη σιωπή οδυνηρή. Αυτό την αναγκάζει να παλεύει μόνη της με σιδηρότερο είναι δυνατό να νιώθει. Είναι προτιμότερο να μιλούμε, όταν έρχεται φυσιολογικά, για τους ανθρώπους που αγαπήσαμε και που πέθαναν, και να ξαναθυμώμαστε τη ζωή μας μαζί τους - λυπημένα, χαρούμενα, στοχαστικά - ανάλογα με την περίπτωση. Αυτός ο τρόπος δίνει την ευκαιρία σ' αυτούς που πόνεσαν πολύ να εκφράσουν ελεύθερα τα συναισθήματά τους - και αυτό είναι ωφέλιμο.

Μήπως εσείς και η γυναίκα σας φοβάστε πολύ ότι θα χάσετε την αυτοκυριαρχία σας; Είναι σωστό και αναπόφευκτο ότι αυτό θα συμβαίνει κάθε τόσο. Για το ζωντανό παιδί σας, όμως, αυτό θα σημαίνει μόνο ότι αισθάνεστε την έλλειψη της μικρής που πέθανε. Τα δάκρυα και ο πόνος, αν δεν είναι πολύ θίγια και παρατεταμένα, δεν κάνουν κακό στα παιδιά. Εξυπηρετούν στο να τα διαβεβαιώνουν πως οι γονείς νοιάζονται πολύ και πως δεν υπόκειται καμιά πρόση στο να το δείχνουν.

Υποδειχτέ το αυτό στη γυναίκα σας. Κάντε τη να καταλάβει ότι δεν έχει τίποτα να φοβηθεί και πολλά θα επιτευχθούν σιμάζοντας τα φράγμα της σιωπής. Και αν ακόμα δε θα μπορεί, τότε εσείς ο ίδιος μπορείτε να βοηθήσετε το δωδεκάχρονο

παιδί σας, ανοίγοντας το θέμα και μιλώντας μαζί του, σε τέτοιο βάθος, όσο νομίζετε φρόνιμο. Αυτό θα σας δώσει και την ευκαιρία να της εξηγήσετε γιατί η μητέρα της, τουλάχιστο για την ώρα, δεν μπορεί να αντιμετωπίσει να αναφέρει οτιδήποτε για το παιδί που χάσατε.

**«Ο άντρας μου είναι σοβαρά άρρωστος και το τέλος του δεν είναι μακριά. Δεν ξέρω τι είναι καλύτερο να κάμω για τα δυο παιδιά μας, ένα αγόρι εννιά χρόνων και ένα κορίτσι τεσσάρων. Μια φίλη προσφέρθηκε να τα πάρει στο σπίτι της, μέχρις ότου τελειώσουν όλα. Θα είναι έτσι καλύτερα για τα παιδιά;»**

Πολλοί ενήλικες μπορούν να θυμηθούν τα δικιά τους συνασθημάτα της εξορίας και της μοναξιάς όταν, τότε που ήταν παιδιά, τα «έστειλαν μακριά» καθορισμένοι συγγενείς σε περίοδο που η περίπτωση του θανάτου παρουσιάστηκε στη ζωή τους. Δεν είναι, όμως, πιο πιθανό ότι τα παιδιά σας θα νιώθουν πιο πολλή ασφάλεια στο στενό οικογενειακό κύκλο, μέσα στους γνώριμους τοίχους του δικού τους σπιτιού; Δεν πρέπει, επίσης, τα παιδιά σας να έχουν την ευκαιρία να είναι με τον πατέρα τους όταν αυτό θα είναι δυνατό; Ανεξάρτητα αν το αναγνωρίζουν ή όχι, αυτή είναι μια περίοδος πολύ σημαντική τόσο για τα ίδια όσο και για σας. Αν έβαψαν πολύ λίγο τον πατέρα τους από τότε που αρρώστησε, θα τον θρουν ασφαλώς τόσο αλλαγμένο που θα χρειαστεί να το προστοιμάσετε και να τους εξηγήσετε.

Αν και τα παιδιά χρειάζονται τη συμπρόσταση του σπιτιού και της οικογένειας σε περιόδους κρίσης, δε σημαίνει ότι πρέπει να μένουν στο σπίτι όλη την ώρα. Αφήνετέ τα να πηγαίνουν στους φίλους σας για σύντομες επισκέψεις κατά τη διάρκεια της ημέρας ή ακόμα για ένα Σάββατοκυριακό, αλλά πρώτα να θεβαιωθείτε ότι αυτό θέλουν πραγματικά. Δώστε τους χρόνο να το σκεφτούν καλά πριν αποφασίσουν. Ακόμη και το μικρότερο, χωρίς αμφισβησία αντιλαμβάνεται ότι

κάτι συμβαίνει που σας αρπίζει όλους και, είτε το δείχνει είτε όχι, είναι ανήσυχο.

Αν νιώθετε ότι χρειάζεστε όλες τις εσωτερικές σας δυνάμεις για τον άντρα σας και πολύ μικρά αποθέματα σας απόμειναν για τα παιδιά σας, αυτό είναι δικαιολογημένο. Όσο και να αγαπούμε τα παιδιά μας, έρχονται στιγμές που αισθανόμαστε τόσο εξαντλημένοι συναισθηματικά από τις περιστάσεις της προσωπικής μας ζωής, που είμαστε ανίκανοι να τους δώσουμε αυτά που έχουμε ότι χρειάζονται. Κάποτε, η έκδηλη έλλειψη κατανόησης από το παιδί δημιουργεί εμπόδια, τουλάχιστον προσωρινά. Αν αυτό συμβαίνει στην περίπτωση σας, δεχτείτε το και μην το αφήσετε να αυξήσει την απελπισία σας. Μπορείτε να θαύσετε στην πιθανότητα ότι εσείς και τα παιδιά σας θα ξαναβρείτε ο ένας τον άλλο αργότερα.

Στο μεταξύ μπορείτε να ζητήσετε από κάποια φίλη σας να έρχεται να κάμνει λίγη συντροφιά στα παιδιά όταν νιώθετε ανίκανη να είστε μαζί τους. Με το να μοιράζεστε την ευθύνη, μπορεί να βρείτε ότι θα υπάρξουν απροσδόκητες στιγμές που θα είστε με τα παιδιά σας ευτυχισμένη και θα εμψυχώνεστε απ' αυτά.

Μερικοί φίλοι όμως είναι τόσο γεμάτοι με συμπουδές, που αυξάνουν την σύγχυση και την ευθύνη σας. Μπορεί να χρειαστεί να εκλέξετε μεταξύ τους, και πρέπει να αισθάνεστε ελεύθερη να το πράξετε. Διατηρήστε τη ζωή σας όσο πιο ομαλή μπορείτε, παίροντας πάντα εσείς σταθερά τις κύριες αποφάσεις. Διαφορετικά μπορεί να αισθανθείτε ότι το σπίτι σας έχει αρπάξει από ένα καλοπροαίρετο σώμα από παρειακτούς, σε καιρό που πιο πολύ θέλετε να το κρατήσετε για τον εαυτό σας.

Σε στιγμές μεγάλης δυστυχίας και έντασης, υπάρχουν άνθρωποι που βρίσκουν στα παιδιά τους την κύρια πηγή για να αντλούν δύναμη και παρηγοριά. Αν αυτό συμβαίνει στην

περίπτωσή σας, να είστε σίγουρη ότι θα προσφέρετε πολλά ο ένας στον άλλο. Οι ώρες που θα είστε μαζί, θα είναι πιθανόν καλύτερες για όλους σας, αν δεν είναι παραφορτωμένες με συγκίνηση. Να τις κάνετε να είναι όσο πιο φυσιολογικές μπορείτε. Συνεχίστε να κάνετε τα πράγματα που πάντα απολαμβάνετε να κάνετε μαζί. Αυτό θα διαβεβαιώσει τα παιδιά ότι ο ρυθμός της ζωής συνεχίζεται - ένα είδος παρηγοριάς, ακόμη και μπροστά στον επερχόμενο θάνατο.

**«Πρέπει τα παιδιά να προετοιμάζονται για το θάνατο ενός από τους γονιούς τους ή ενός στενού φίλου; Τι πρέπει να τους πούμε και τι να περιμένουμε απ' αυτά:»**

Αν ο θάνατος ενός προσώπου, που είχε ουσιαστική επίδραση στη ζωή ενός παιδιού, έρθει με τρόπο συγκλονιστικό ή απροσδόκητο, μπορεί το παιδί να νιώσει ότι παραγνωρίστηκε και να πικραθεί, σαν κάποιος να το έχει εκμεταλλευτεί άδικα. Βήμα προς βήμα και με τρόπο που να είναι ανάλογο με την ανάπτυξή τους και τις ενδείξεις που μας δίνουν, μπορούμε να βοηθήσουμε τα παιδιά να συνειδητοποιήσουν τι πρόκειται να γίνει.

Για ένα πιο μικρό παιδί, μπορεί να είναι αρκετό να του υπενθυμίσουμε ότι, «ο πατέρας έχει μια πολύ σοβαρή αρρώστια» και «φοβόμαστε πως δε θα είναι για πάντα μαζί μας». Τα μεγαλύτερα παιδιά μπορεί να χρειαστούν πολύ περισσότερα απ' αυτό, ανάμεσα σ' άλλα, μερικές φορές, και ιατρικά γεγονότα. Μπορεί να θέλουν να ακούσουν για το τι έχουν και τι δεν έχουν οι γιατροί, για το πώς εργάζονται και μιλούνουν συνέχεια πιο πολλά.

Δε θα ήταν φρόνιμο να πούμε στα παιδιά ότι κάποιος αγαπημένος τους «θέλει να πεθάνει». Εχτός και αν οι ίδιοι και η αναπηρία είναι τόσο μεγάλοι ώστε αυτό να είναι ολοφάνερα η αλήθεια, το να «θέλει να πεθάνει» είναι πιθανό να φαίνεται σε

ένα μικρό παιδί σαν ένας εθελοντικός θάνατος, σαν μια λιποταξία από εκείνους που αγαπά και που το αγαπούν. Θα είναι καλύτερα να πούμε ότι ο άρρωστος θα λυπηθεί που θα μας αφήσει, αλλά όμως ξέρει από πολύ καιρό ότι όλοι κάποιοτε θα πεθάνουμε και πρέπει να το αποδεχτούμε.

Όλοι νιώθουν ικανοποίηση όταν προσφέρουν ανακούφιση ή ευχαρίστηση στους πολύ άρρωστους, όσο σπληνική κι αν είναι. Όταν ένα παιδί θάψει τη δική σας αβρότητα, είναι πιθανό να ακολουθήσει το δικό σας παράδειγμα και τις υποδείξεις σας. Μπορεί να μεταφέρει ένα δίσκο με φαγητό, να κάρει ένα μικρό δώρο, να ψάξει στα καταστήματα για μια ευχετήρια κάρτα, να γράψει ή να ζωγραφίσει κάτι για να ψυχαγωγήσει τον άρρωστο. Ζητήστε τη γνώμη του και για τα δικά σας δώρα: τι χαρτί περιτυλίγματος και τι κορδέλα ταιριάζουν καλύτερα γι αυτό το πακέτο; Τι θιβάκι θα έδινε περισσότερο χαρά; Η δική σας προθυμία να προσφέρετε ευχαρίστηση και η ευστροφία που δείχνετε θα είναι μεταδοτικά. Μ' αυτούς τους τρόπους μπορείτε να βοηθήσετε τα παιδιά να θιασώσουν ικανοποίηση σε τέτοιες πράξεις παρά να τους επιδάλλονται σαν καθήκον.

Επισκεψείτε σε κατάλληλο χρόνο και απλή κουβέντα μπορούν να δώσουν την πιο μεγάλη ικανοποίηση απ' όλες. Τα παιδιά μπορούν να κάνουν τον άρρωστο να γελά με μια σκανδαλιά ή ίσως με ένα αστείο όταν οι μεγάλοι αδυνατούν. Και μόνη η χαρά της παρουσίας του παιδιού μπορεί να δώσει παρηγοριά. Σήμερα, τα καλά νοσοκομεία αντιλαμβάνονται όλο και περισσότερο τι μπορούν να προσφέρουν τέτοιες επισκέψεις σε έναν πολύ σοβαρά άρρωστο και στην οικογένεια του και τείνουν να χαλαρώσουν τους κανονισμούς τους για να επιτρέψουν την επίσκεψη ενός μικρού παιδιού, αν το επιθυμεί η οικογένεια και ο γιατρός συμπαντά.

Όμως δεν είναι σωστό να φορτώσουμε σ' ένα παιδί το βάρος της ευθύνης για ένα άρρωστο πρόσωπο και να ζει για πολύ καιρό χωρίς λόγο σε αμφιβολία ή να νιώθει πολύ άσχημα

αργότερα αν θυμάται ότι συμπεριφέρθηκε άσχημα, ή απερίσκεπτα, ή αδιάφορα, όπως ξέρουν άγνοια ότι συμπεριφέρονται μερικές φορές τα παιδιά. Μαζί με τον πολύ πραγματικό μας πόνο, όλοι τείνουμε να διερωτηθούμε κατά πόσο υπήρξαμε «καλοί» σαν παιδιά ή σαν σύζυγοι. Μήπως θα μπορούσαμε να ήμασταν πιο αξιόγητοι; Αιγότερο εγωιστές; Μήπως ήμασταν πολύ απαιτητικοί ή ανυπόμονοι έναντι αυτού του αγαπημένου προσώπου; Και τα παιδιά επίσης κατηγορούν τον εαυτό τους. Έτσι θα προτιμούσαμε, αν μπορούμε, να βοηθούμε τα παιδιά να θιασώσουν τρόπους να γίνονται πραγματική πηγή παρηγοριάς στους άρρωστους. Αυτό επίσης και τα ίδια θα το θυμούνται αργότερα με χαρά.

Αλλά θα πρέπει πάντα να υπάρχουν και πολλά άλλα στη ζωή του παιδιού πέρα από την αποκλειστική απασχόληση με αυτή την αρρώστια - ώρες που θα ζει στο δικό του κόσμο και ο επικείμενος χαμός θα ξεχνιέται.

**«Αντιμετωπίζουμε το γεγονός ότι τα τρία παιδιά μας, δυο κορίτσια 13 και 4 χρόνων και ένα αγοράκι 10 μηνών, σύντομα θα μείνουν χωρίς μητέρα. Πιστεύω ότι το μεγαλύτερο είναι αρκετά προετοιμασμένο ανάλογα με τις περιστάσεις και ακόμα και το τετράχρονο φαίνεται να αντιλαμβάνεται πως κάτι τρέχει. Είμαστε πάντα μια στενά συνδεδεμένη οικογένεια. Η γυναίκα μου αντιλαμβάνεται την κατάσταση της και έχουμε συζητήσει το πραχτικό πρόβλημα της φροντίδας των παιδιών μετά το θάνατο της και είμαστε πρόθυμοι να κάνουμε ό,τι είναι καλύτερο γι' αυτά. Πρέπει το μεγαλύτερο παιδί να πείσει μακριά, στο σχολείο. Τι πρέπει να γίνει με τα δυο μικρότερα;**

Αν δεν υπάρχει στην οικογένεια κανένα πρόσωπο που τα παιδιά να ξέρουν και να συμπιθούν, και που να μπορεί να τα αναλάβει για λίγο, θα χρειαστεί να ψάξετε να προσλάβετε κάποιο πρόσωπο που να 'ρθει και να ζήσει στο σπίτι σας σαν οικονόμος και τροφός. Τα πραχτορεία, οι φίλοι, οι στήλες των εφημερίδων μπορούν να σας βοηθήσουν στην έρευνά σας.

Υπάρχουν πολλοί λόγοι γιατί να θεωρείται φρόνιμο να έχουμε τέτοια βοηθό στο σπίτι αρκετά έγκαιρα, γιατί θα έχετε έτσι την ευκαιρία να δείτε αν είναι το κατάλληλο πρόσωπο και να αποφύγετε ξαφνικές και απότομες αλλαγές που είναι σκληρές για τα παιδιά. Θα πρέπει να καταβλέψετε κάθε προσπάθεια για να βεβαιωθείτε ότι, αυτή που θα αναλάβει τα παιδιά, θα είναι πρόσωπο που τα παιδιά αποδέχονται σαν φίλη και βοηθό. Αν στο μέλλον θα πρέπει να ξαναγίνει αλλαγή, θα πρέπει πάλι να το χειριστείτε με τον ίδιο τρόπο. Η εγκαρδιότητα κι η ειλικριντικότητα, η υπομονή με τα παιδιά, είναι τα κύρια προσόντα που θα αναζητήσετε, πολύ περισσότερο από την απλή ικανότητα για το νοικοκύρεμα του σπιτιού. Αν χρειάζεται, να είστε έτοιμος να θυσιάσετε το τελευταίο.

Το κατάλληλο πρόσωπο για να αναλάβει τη φροντίδα των παιδιών σας - που θα έχει και την ευστροφία και την εγκαρδιότητα - μπορεί να συνεντάγεται πολλά έξωδα. Αν δεν μπορείτε να αντιμετωπίσετε τέτοιο οικονομικό θόρος, κάποιος ειδικό πραχτορείο στην κοινότητά σας θα μπορούσε να σας εξυμνήσει βοηθώντας σας να καταλήξετε σε κάποια διευθέτηση. Ονόματα τέτοιων πραχτορείων συνήθως υπάρχουν στον τηλεφωνικό κατάλογο, κάτω από τον τίτλο «Οικογένεια» ή «Παιδιά». Επίσης διάφορες τοπικές οργανώσεις (Community Chest ή United Fund) μπορούν να σας βοηθήσουν να βρείτε έναν οργανισμό που προσφέρει τέτοιες υπηρεσίες στο σπίτι. Επίσης οι εκκλησίες και άλλες θρησκευτικές οργανώσεις γνωρίζουν τις πηγές σε μια κοινότητα και μερικές διαθέτουν τμήματα κοινωνικών υπηρεσιών, όπου μπορούν οι οικογένειες να αποστειλονται για πληροφορίες και βοήθεια.

Οποιαδήποτε κι αν είναι τα μελλοντικά σας σχέδια, να θυμάστε ότι εσείς ο ίδιος θα είστε το κύριο πρόσωπο στη ζωή των παιδιών σας στα επόμενα λίγα χρόνια. Αν και δεν μπορείτε να περνάτε όλο τον καιρό σας μαζί τους, έχουν το δικαίωμα να θαυμάζονται σε σας για συναισθηματική συμπάρταση. Αυτό είναι πολύ πιο απαραίτητο γι' αυτά απ' ότι το ιδανικό πρόσωπο που μπορείτε να προσλάβετε.

Εχτός κι αν η μεγαλύτερη κόρη σας προγραμματίσει και υπολόγισε να φύγει μακριά στο σχολείο και είναι σίγουρη ότι το θέλει ακόμα, θα ήταν αμφίβολο αν θα ήταν φρόνιμο να τη στείλατε τώρα. Κανονικά θα χρειάζεται να αποδεχτεί την όλη εμπειρία μέσα στην ασφάλεια που προσφέρει η οικογένεια. Ύστερα, σε κανένα χρόνο ή ανάλογο, αν θέλει να φύγει μπορείτε να το επανεξετάσετε.

Τα παιδιά της ηλικίας της, συνήθως έχουν αναπτύξει αρκετό δικό τους σθένος. Αλλά είναι σημαντικό να βρισκουν πάντα ανοιχτές τις πόρτες για ειλικρινή διάλογο. Μερικά παιδιά των δεκατριών χρόνων το βρίσκουν πολύ δύσκολο να παραδεχτούν τα πραγματικά τους αισθήματα. Αν αυτό συμβαίνει με την κόρη σας, να το σεβάστε και να περιμένετε την κατάλληλη ευκαιρία.

Τα δυο μικρότερα παιδιά μπορεί να μη δείχνουν ότι νιώθουν την απώλεια τόσο ξεκάθαρα όσο το μεγαλύτερο, αλλά θα την αισθάνονται το ίδιο έντονα. Ακόμα και ένα παιδί 10 μηνών μπορεί να διατραχτεί για ένα διάστημα από την απώλεια κάποιου προσώπου που εξαρτιόταν πάντα απ' αυτό. Μπορεί να το δείξει με το να κλαίει πιο συχνά και να αναστατώνεται κατά τις απλές καθημερινές φάσεις της ζωής, στο φαί στον ύπνο, στο παιχνίδι.

Το τετράχρονο παιδί, επίσης, μπορεί να δείξει τη διαταραχή του όχι με φανερή λύπη αλλά με το να γίνει απροσοδόκητα πολύ δύσκολο. Αυτό δε συμβαίνει πάντα. Όταν συμβαίνει, είναι πολύ φυσιολογικό και πιθανόν να χρειαστεί ιδιαίτερη ανεχτικότητα από μέρος σας. Γύρω σ' αυτή την ηλικία, τα παιδιά συχνά αγωνίζονται με πολλών ειδών συναισθήματα επιθετικότητας και εχθρότητας και οι μαμάδες - ακόμα κι οι πιο αγάπημένες - είναι πιθανοί στόχοι. Μαζί με το αίσθημα της εγκατάλειψης, ένα παιδί αυτής της ηλικίας, ή ακόμα και το μικρότερο παιδί σας, μπορεί να νιώσει, με τρόπο που σχεδόν δεν το καταλαβαίνει, να εννοχλείται από αόριστες αναμνήσεις.

δυστυχημένων στιγμών, όταν ήταν θυμωμένο με τη μητέρα του.

Αν συμβάλει ανεπιτήδευτα, μπορείτε να βοηθήτε το τρέχονο παιδί σας να ξεναυμιάται τέτοιες στιγμές πότε - πότε, όπως και τις ευτυχημένες στιγμές του με τη μητέρα του. «Θυμάσαι πόσο θυμώσες με τη μαμά σου εκείνη τη φορά που δε σ' άφηνε να θγεις έξω;». Θα μπορούσατε να πείτε. Αν το κάμετε αυτό με ένα ευνοϊκό χαμόγελο, το παιδί σας θα αντιληφτεί ότι έφέρετε για δά' αυτά τα πράγματα και ότι δεν έχει τίποτε να κρύψει ή που να ανησυχεί.

Στο μεταξύ, αυτές τις τελευταίες μέρες αφήνετε τα παιδιά να είναι με τη μητέρα τους, όταν το θέλει και η ίδια και τα παιδιά. Ακόμα και οι αμυδρές ανεμνήσεις της μητέρας τους θα είναι πολύτιμες στην κατοπινή τους ζωή. Αλλά να έχετε πάντα υπόψη ότι καθήκον σας τώρα είναι να τα βοηθήσετε σταδιακά να δημιουργήσουν νέες σχέσεις. Η προσκόλλησή τους στη μητέρα τους δεν πρέπει να σταθεί εμπόδιο στο να δημιουργήσουν νέους δεσμούς με το πρόσωπο που θα τα φροντίζει αργότερα.

**«Από τότε που πέθανε ο πατέρας του, τον περασμένο χρόνο, το μοναδικό μου παιδί, ένα αγόρι 9 χρόνων, κι εγώ, συνδεθήκαμε πάρα πολύ και αυτό υπήρξε η μεγάλη μου παρηγοριά. Κάποτε όμως έρχονται στιγμές που φοβάμαι. Είναι καλό να είμαστε πολύ στενά συνδεδεμένοι.»**

Υπάρχουν μερικοί κινδύνοι και για τους δυο σας αν αναπτύξετε μεγάλη εξάρτηση μεταξύ σας. Ο υιος σας είναι ακόμα παιδί. Όπως κάθε παιδί των εννιά χρόνων, χρειάζεται να απαγορευτεί και να παιζέι με φίλους της δικής του ηλικίας. Αν και ο θάνατος του πατέρα του μπορεί να του επέβαλε επιρόσθετες ευθύνες και στερήσεις, δεν πρέπει ποτέ να κατανοήσει να νιώθει ότι πρέπει «να πάρει τη θέση του πατέρα του».

Και για σας, η εξάρτησή σας σ' ένα παιδί, είτε είναι αγόρι ή

κορίτσι, μπορεί να γίνει εμπόδιο στο να ζήσετε τη δική σας ζωή σαν ενήλικη, σαν γυναίκα ανάμεσα σε φίλους της δικής σας ηλικίας. Το παιδί σας δεν πρέπει να κλείνει το δρόμο σας στο να έρετε διάφορα ενδιαφέροντα και κάποια μέρα, ίσως, έναν άλλον άντρα να μοιραστεί τη ζωή σας.

Είναι πάντα πειρασμός για κάποιον που είναι μόνος να αρπαχτεί σ' αυτούς που είναι κοντά του για παρηγοριά. Για ένα διάστημα, αυτό μπορεί να είναι αναπόφευκτο. Είναι οπωσδήποτε ορθό και φυσικό μια μητέρα και τα παιδιά να μοιράζονται τον πόνο και να προσφέρουν ο ένας στον άλλο συναισθηματική συμπαράσταση σε μια περίοδο έντασης και δυστυχίας.

Όμως, οποιοσδήποτε χάσει την ή το σύζυγο, έχει ιδιαίτερη υποχρέωση να αποφεύγει να χρησιμοποιεί τα παιδιά σαν υποκατάστατα μιας τέτοιας απώλειας. Επειδή γονείς και παιδιά τελικά θα πρέπει να πάρουν διαφορετικούς δρόμους στη ζωή, οι ενήλικες χρειάζεται να σκέφτονται πάντα τρόπους για το πώς θα γίνουν ελεύθεροι, τόσο οι ίδιοι όσο και τα παιδιά.

**«Στενοχωρηθήκαμε όλοι πάρα πολύ, και ιδιαίτερα η δεκαεντάχρονη κόρη μου, από τους θανάτους δυο εκλεχτών νεαρών, που συνεθήκαν σε διάστημα ενός μήνα ο ένας από τον άλλο. Ο πρώτος νεαρός ήταν το θύμα ενός τροχαίου δυστυχήματος, όπου το λάθος οφειλόταν στον ίδιο. Ο δεύτερος έπεσε και πέθανε όταν έκανε ορειβασία. Κατά κάποιο τρόπο, τέτοιοι ανάφελοι θάνατοι από δυστυχήματα στην άθληση της ζωής φαίνονται πολύ άδικοι.»**

Είναι όμως πράγματι «ανώφελοι»; Η ζωή πάντα ήταν και είναι γεμάτη κινδύνους. Φτάνει μόνος να κοιτάξουμε τους αριθμούς των θανάτων στους δρόμους για ν' αντιληφθούμε πως οι κινδύνοι είναι πολύ κοντά μας. Όμως, αν και τα συναισθημάτα μας είναι ανάμυχτα όταν ο δεκαεξάχρονης μας παίρνει την άδεια οδηγίας του, έφευγε επίσης ότι στο μηχα-

νοκλήτο πολιτισμό μας, αυτό είναι αναπόφευχτο και δικαιο. Είτε παίρνουμε την απόφαση να ζήσουμε, μέχρι κάποιου σημείου, επικινδύνα ή καταφεύγουμε σε μια άγονη και περιορισμένη ζωή.

Το πρόβλημα είναι στο να διαχωρίσουμε τους απαραίτητους κινδύνους από την απειροεψία. Αυτό είναι ιδιαίτερα δύσκολο για τους έφηβους και τους πολύ νέους γιατί η ταχύτητα, η δύναμη και η τόλμη - αυτός ο ίδιος ο κίνδυνος - ασκούν ιδιαίτερη γοητεία.

Συνήθως, οι τελευταίοι άνθρωποι στον κόσμο να συστηθούν προσοχή είναι οι γονείς, αφού τέτοια σύσταση, όταν προέρχεται από αυτούς, ξυπνά την πάλη όλων των νέων ενάντια στην πατρική εξουσία. Είναι πολύ καλύτερα όταν προέρχεται από απόσπαστη επαγγελματική τηγή.

Πολλές παλιότητες στη χώρα αυτή απαιτούν μαθήματα οδηγώσεως, μέσα σε στενούς δρόμους και κανονίζουν διαγωνισμούς, όπου φαιρούν βαθμούς για κάθε ενέργεια που παραβιάζει την ασφάλεια. «Καλός» οδηγός θεωρείται ο προσεχτικός οδηγός - αυτός που δε διακινδυνεύει ανόητα ούτε τη δική του ζωή ούτε τη ζωή των άλλων ανθρώπων.

Όσο για την ορειβάσια, αυτή δεν περικλείει μόνο κινδύνους αλλά επίσης και μεγάλες ηθικές αξίες. Το να βέσει κάποιος τη δεξιοτεχνία και το θάρρος του ενάντια στη δύναμη των στοιχείων της φύσης, ενώ ταυτόχρονα θα νιώθει μια μυστηριώδη εσωτερική μοναδικότητα, αυτό μπορεί να γίνει μια απόκρυψη και βαθιά εμπειρία.

Θα πρέπει επίσης να εξετάσουμε, μήπως το ψηλό ποσοστό του εγκλήματος και η κατάχρηση των ναρκωτικών σ' αυτή τη χώρα σήμερα, μπορεί να οφείλονται κατά ένα μέρος στην αποτυχία μας να εξασφαλίσουμε στους νέους κατάλληλους τομείς για γνήσια περιπέτεια.

**«Ο εφτάχρονος γιος μου φαίνεται να μη γνωρίζει καθόλου ότι η αδελφή του, τριών χρόνων, είναι απειλοηθική άρρωστη και δεν υπάρχει σχεδόν καμία πιθανότητα να θεραπευτεί. Βρισκόμαι σε οδυνηρό δίλημμα: από τη μια, νομίζω ότι πρέπει να ξέρει, και από την άλλη φοβούμαι ότι, αν το μάθει, αυτό θα τον αναστατώσει πάρα πολύ. Φοβούμαι επίσης ότι μπορεί να αποκαλύψει αυτό που θα μάθει στην αδελφή του.»**

Είναι μάλλον πιθανό ότι ο γιος σας αντιλαμβάνεται πραγματικά ότι αυτή δεν είναι μια συνηθισμένη αρρώστια. Το παιδί, όπως γνωρίζουμε, δεν μπορεί να μην απορροφά όλη την προσοχή γύρω του. Η ψυχική σας διάθεση, η κακοεψία, το να μη λέτε τίποτε σε στιγμές που πρέπει στωϊκά να αντισταθείτε να συντηρηθεί, δεν είναι δυνατό να μείνουν απαρατήρητα. Δε θα 'ταν καλύτερα να είστε πιο ειλικρινής μαζί του;

Ερίστε ευκαιρίες να μείνετε μόνη μαζί του. Δώστε του την ευκαιρία να μιλήσει. Ακούστε τον προσεκτικά. Μπορείτε να βρείτε κι εσείς την ευκαιρία να του εξηγήσετε ότι η αδελφή του είναι πολύ άρρωστη και να του περιγράψετε το τι μέτρα λαμβάνονται για να γίνει καλά. Μιλήστε για τις ελπίδες που έχετε και για τους φόβους σας επίσης, που στωϊκά θα αντισταθεί. Σιγήτύτε περισσότερα για το τι μπορείτε όλοι να κάνετε για την αδελφή του κάθε μέρα για να είναι πιο ευτυχισμένη και να ανακουφίζεται.

Η ένταση μεταξύ των μελών της οικογένειας δεν είναι κάτι το ασυνήθιστο, όπως είδαμε ήδη σε πολλές περιπτώσεις. Μεταξύ αδελφού και αδελφής υπάρχουν, σχεδόν στα σίγουρα, η γήλια, ο θυμός - μερικές στιγμές που εύχονται ο άλλος να φύγει από τη μέση. Αυτά τα αισθήματα υπάρχουν από κοινού μαζί με τα πραγματικά αισθήματα της αγάπης και της αφοσίωσης. Σε κάθε κανονική οικογένεια, αυτά αυξομειώνονται και τελικά οι αντίζηλιες εξαφανίζονται ή φεύγουν από το μυαλό και ξεχνιούνται. Ίσως να μπορέσετε να βοηθήσετε το γιο σας να αντιληφθεί ότι τέτοια αισθήματα είναι φυσιολογικά

και ότι μπορείτε να τα αποδεχτείτε.

Με ένα σοβαρά άρρωστο στο σπίτι, είναι πιθανό να νομίζετε ότι τα υγιή παιδιά σας θα έπρεπε να τα θυάζουν πέρα μόνον τους. Όμως αυτά ακόμη σας χρειάζονται. Χρειάζεται ιδιαίτερα να ξέρον ότι είναι απόλυτα ορθό γι' αυτά να παίζουν και να γελούν - όπως και θα το κάνουν - και ότι είστε ευχαριστήμενη που μπορούν να το κάνουν. Τα παιδιά έχουν μεγάλη προσοφρημοτικότητα και, ευτυχώς, μπορούν να θυάζουν από το μυαλό τους, για μεγάλα διαστήματα, τα σημάδια της θάλας ανησυχίας, αν και αυτά τα σημάδια ποτέ δε τους διαφεύγουν ολοκληρωτικά.

Το να δέχεστε τα ξέγνοιαστα κέφια του παιδιού και να βρισκετε στιγμές, όταν είναι δυνατό, να παίζετε μαζί του, αυτό θα το βοηθήσει να αφομοιώσει οτιδήποτε νιώθει, με υγιή τρόπο. Γιατί είναι πιθανό να μην είναι τόσο αδιάφορος όσο δείχνει.

Είναι αναπόφευχτο ότι θα πρέπει να ανησυχείτε πάνω απ' όλα για το άρρωστο παιδί σας, φοβούμενη μήπως ο μικρός σας της αποκαλύψει τις ανησυχίες του. Υπάρχει ίσως καλύτερος κίνδυνος να γίνει αυτό απ' όσο νομίζετε. Θα είναι για σας παρηγοριά να ξέρετε ότι τα πολύ μικρά παιδιά που είναι σοβαρά άρρωστα συνήθως δεν το αντιλαμβάνονται και πολύ λίγο επιηρεάζονται από τυχάια οχόλια.

Με τα μεγαλύτερα παιδιά, ιδιαίτερα αυτά που έχουν μεγάλη διορατικότητα, η κατάσταση μπορεί να είναι διαφορετική. Με αυτά τα παιδιά χρειάζεται να λαμβάνουμε προσφολαχτικά έτερα για να εμποδίσουμε την πολύ ωμή αποκάλυψη των εννοδτων που αφαιρούν από το άρρωστο παιδί κάθε ελπίδα. Ένα τέτοιο παιδί και γνωρίζει και δε γνωρίζει. Αν γνωρίζουμε α παιδιά μας αρκετά καλά, μπορούμε να υπολογίσουμε πόσο προσεχτικοί θα πρέπει να είμαστε ώστε οι ελπίδες που μένουν για θεραπεία, που όλοι τρέφουμε, να μην καταστραπούν ολνδότερα.

70

**«Δεν είναι στην πραγματικότητα πολύ συγγκίνητα τα παιδιά μπροστά στο θάνατο; Είδα πολλές τέτοιες περιπτώσεις και συμπεράνα ότι συνήθως είναι απορροφημένα στα δικά τους ενδιαφέροντα για να γνοιάζονται. Ή συμβαίνει αυτό άραγε επειδή είναι τόσο μικρά που ο θάνατος απλώς δεν τα αγγίζει;»**

Αυτό που προσέξατε οφείλεται στην καταναληχτική ικανότητα των παιδιών να κρύβονται, με το έντονο ενδιαφέρον τους για το παρόν, την αποφασιστικότητα τους να ζήσουν και να μεγαλώσουν και να είναι ευτυχισμένα με την ανεμελιά τους. Ένα υγιές παιδί απλώς δεν μπορεί να έχει συνεχώς στο μυαλό του το θάνατο, ακόμη και όταν πρόκειται για ένα αγαπημένο πρόσωπο. Έτσι, εξακολουθεί να επιδιδεται στις ασχολίες του. Είναι επίσης αλήθεια ότι ακόμη δεν έμαθε από τους μεγαλύτερους του ότι οφείλει να λυπάται, ότι τώρα δεν είναι σωστό να χλιβετα ή να κάνει κάτι ευχάριστο. Επειδή αυτή η προσοφρημοτικότητα είναι κάτι που όλοι ζηλεύουμε, μπορεί να νιώθουμε λίγο ενοχλημένοι όταν τη βλέπουμε στα παιδιά μας. Θα έπρεπε, πιστεύουμε, να νιώθουν λυπημένα.

Αλλά η «εξαπάτηση» αυτή του παιδιού είναι μόνο το ένα μέρος. Και αυτό που φαίνεται σαν αναισθησία στα παιδιά, θα μας εκνευρίσει λιγότερο αν κατανοήσουμε την ιδιαίτερη ικανότητα, που είναι τόσο χαρακτηριστική στα μικρά ή ακόμη και στα πιο μεγάλα παιδιά, να ξεγελούν τον εαυτό τους. Συχνά, το νεαρό πρόσωπο καταφέρνει να θυάζει από το μυαλό του όλα τα έντονα συναισθηματα και να μη γνωρίζει οτιδήποτε συμβαίνει μέσα του. Αυτή η ικανότητα να αγνοούν οτιδήποτε τους αναστατώνει συναισθηματικά, συχνά κάνει αυτά τα παιδιά να φαίνονται ασυγχώρητα προσεωωμένα, ακόμη και άκαρδα. Όμως τα «ξέχασμένα» συναισθηματα, που είναι κρυμμένα, κάπου βαθιά μέσα τους, μπορεί αργότερα, και εντελώς απροσδόκητα, να 'ρθουν στην επιφάνεια.

Μια ιστορία που ερμηνεύει τα πιο πάνω βρισκεται στο εξοπετικά διειοδυτικό και συνταρακτικό βιβλίο του Richard Hu-

71



gher, «High Wind in Jamaica». Μιά για μια ομάδα παιδιών, που φαίνονται να δέχονται το θάνατο, ακόμα και το φόνο, χωρίς καμιά δυσκολία. Ακόμα κι όταν ο θάνατος τους περιτριγυρίζει από πολύ κοντά, φαίνονται να ενδιαφέρονται κυρίως για την τύχη της γάτας τους. Όμως κάτω από την επιφάνεια, η ανάληψη των τρομερών γεγονότων παραμένει. Στο τέλος, ματικώτητα υπήρχε και ότι το κάθε παιδί είχε εμπραστεί με το δικό του τρόπο.

Όταν πεθάνει κάποιος που είναι οικείος και αγαπητός στο παιδί, πρέπει να ελπίσουμε - αν και αυτό δε συμβαίνει πάντα - ότι το παιδί θα μπορέσει να εκφράσει εντελώς τον πόνο, τη σύγχυση, την πίκρα - οτιδήποτε έχει μέσα του. Θα το κάνει αυτό πολύ πιο εύκολα αν οι γονείς δεν το απομονώσουν ή αν οι ίδιοι δεν αποκρύψουν με πολύ αγέρωχο τρόπο τα δικά τους δάκρυα και τη δική τους απομόνωση.

Όταν η λύπη μοιράζεται ελεύθερα και ανεμπόδιστα, το παιδί συνέρχεται φυσιολογικά πιο γρήγορα από τους μεγάλους. Μέσα σε λίγες ώρες, μπορεί να ξεκαρδίζεται στα γέλια και να αστειεύεται, μπορεί να απορροφηθεί σε κάποιο παιχνίδι ή παιχνίδι ή μπορεί να είναι πρόθυμο να πείσει κάποιον πάρτυ.

Αν είναι ένας καλός φίλος αυτός που πέθανε, μπορεί σύντομα να τον αναπληρώσει με ένα νέο φίλο. Αν είναι ένας από τους γονιούς του μπορεί, πιο σύντομα από ό,τι οι ενήλικες, με πολλή ειλικρίνεια να εκφράσει την ελπίδα να αποχτήσει άλλον. Αυτό σημαίνει ότι το παιδί έμεινε ανέπαφο από την απώλεια. Ένα τέτοιο παιδί, αν το προσέξουμε και το ακούσουμε με μεγάλη προσοχή, είναι πολύ πιθανό, μαζί με τ' άλλα, να παύσει εσωτερικά με αναπάντητες ερωτήσεις. Γιατί έγινε αυτό; Ποιος έφταιγε; Τι σημαίνει; Και ακόμα, θα μπορούσε να συμβεί και σ' αυτό; Με όλη την εξωτερική του ευθυμία, μπορεί επίσης να παρουσιάσει σημεία εσωτερικής διαταραχής - με συμπτωτικά συμπτώματα ή με «δυσκολία» συμπεριφορά, που

είτε μόλις και μετά δυσκολίας γίνεται αντιληπτή είτε είναι ολοφάνερη.

Ανεξάρτητα από το πόσο εύκολα το παιδί φαίνεται να αποδέχεται το θάνατο στον κύκλο των φίλων ή της οικογένειάς του, πρέπει να είμαστε προσεκτικοί στο να υπολογίσουμε πόσο πραγματικά το εμπέδξει, γιατί η αλήθεια μπορεί να κρύβεται ολότρελα. Είναι δυνατό να το δέχεται με ολότρελα υγιεινό τρόπο. Αν αυτός που πέθανε ήταν ο ένας από τους γονιούς ή ένας αδελφός ή αδελφή - ή κάποιος άλλος που αγαπούσε πολύ ή, παραδόξως, μισούσε πολύ - μπορούμε να είμαστε πολύ σίγουροι ότι ο θάνατος εμπέδωσε βαθιά το παιδί. Όσο πιο σύντομα συζητηθεί το θέμα ανοιχτά και με ειλικρίνεια, τόσο περισσότερες πιθανότητες έχει το παιδί να συνέλθει γρήγορα και υγιεινά.

**«Είναι απαραίτητο τα παιδιά να παρευρισκονται στην κηδεία της μητέρας ή του πατέρα τους; Εκπληγάσαμε κάπως όταν κάποιος φίλος μας αποφάσισε να μην πάει τα δυο παιδιά του, επτά και δέκα χρόνων, στην εκκλησία κατά την κηδεία της μητέρας τους. Είμαι σίγουρη ότι την απόφαση αυτή την πήρε ο πατέρας με σκοπό να τους προφυλάξει από τον πόνο - όμως μερικοί από μας προδλημιτίζομαστε».**

Τέτοια απόφαση φαίνεται να αντικατοπτρίζει τη σημειωμένη μας τάση να προφυλάγουμε τα παιδιά από το να συμμερίζονται την αναστάτωση των ενγλικών. Ή μπορεί να είναι ο αντικατοπτρισμός του αισθήματος των μεγάλων ότι η εθιμοτυπία της κηδείας δε θα εκπληρώσει τις δικές τους ανάγκες και πολύ περισσότερο τις ανάγκες των παιδιών τους. Επίσης, ο γονιός που βρίσκεται στη ζωή, μπορεί πραγματικά να φοβάται ότι για τα παιδιά θα είναι πιο πολύ βασανιστικό από παρήγορο.

Όμως, το να μοιράζονται στιγμές που έχουν βαθύ νόημα με τους γονείς ή με άλλους, δίνει στα παιδιά μια αίσθηση ολοκλήρωσης και αξιοπρέπειας. Με τη συμμετοχή τους, αναγνω-

ρίζεται η δική τους θέση στο πλαίσιο των γεγονότων. Όταν συμβαίνει κάτι που έχει μεγάλη σημασία, η δικαιωματική θέση των παιδιών μας είναι ακριβώς μέσα στο κέντρο της οικογένειας, και το ξέρουν.

Ας μη ξεχνούμε ποτέ ότι οι ιερωτέες στιγμές του θανάτου μέσα από τους αιώνες είχαν πάντα τεράστια σημασία για τους πενθόντες. Τα παιδιά δεν αποτρεθούν εξάρση. Οι πιο πολλοί από μας, ακόμα και αν είμαστε θρησκοί, φαίνεται να χρειάζομαστε κάποια τελετουργική πράξη - όσο απλή κι αν είναι - για να υπαγομιμούμε τη σημασία της στιγμής του αποχαιρετισμού.

Όσοδήποτε, η απάντησή μας δεν μπορεί να είναι πολύ εύκολη. Υπάρχουν εξαιρέσεις. Το πολύ μικρό παιδί της προσχολικής ηλικίας μπορεί να τρομάξει πολύ και να αναστατωθεί αν αυτά που θα ακούσει και θα δει σε μια κηδεία. Τα συγγενικά παρόντα, οι «υστερικές κρίσεις» από απρόθεσμες κατευθύνσεις, οι κινήσεις, οι φωνές, τα συνδυαστικά γεγονότα, που δεν μπορεί να κατανοήσει, μπορεί να είναι πολύ περισσότερο από όσα μπορεί να αντέξει. Ο κίνδυνος είναι πολύ μικρότερος για τα μεγαλύτερα παιδιά, που η ζωή τους, όταν είναι εφτά ή οχτώ χρόνων, έχει σταθερά θεμελιωθεί. Μπορούν να καταλάβουν αρκετά, ιδιαίτερα αν μιλούμε στον κόπο να τους εξηγήσουμε.

Κάθε παιδί χρειάζεται προετοιμασία για μια κηδεία. Πρέπει να ξέρει τι ακριβώς πρόκειται να γίνει. Για πολλούς από μας, μια κηδεία μπορεί να είναι ένα πολύ σπάνιο γεγονός, που περιέχει συναισθηματικές προεχτάσεις φρίκης. Δεν είναι μόνο τα παιδιά που προσεγγίζουν την κηδεία με δέος. Αν το παιδί γνωρίζει τι ακριβώς θα δει και θα ακούσει, ποιοι θα είναι εκεί, με ποιο τρόπο είναι πιθανό να συμπεριφερθεί ο κόσμος, τι αναμένεται από το ίδιο, τότε θα αισθάνεται λιγότερη ανησυχία.

74

Αν πρόκειται να ανοιχτεί το φέρετρο, κάποιος πρέπει να πει στο παιδί πώς θα φαίνεται το πρόσωπο του νεκρού. Αφήστε το να αποφασίσει αν θέλει να είναι μετέξυ αυτών που θα κοιτάξουν. Το ίδιο ισχύει και για τη μετάβαση στο νεκροταφείο. Αυτό πιθανόν να είναι μια πιο σκληρή εμπειρία για το παιδί, ή τουλάχιστον έτσι φαίνεται, εφ' όσον συνήθως είναι σκληρότερη για τους ενήλικες. Όμως, είναι καλύτερα γι' αυτό να πεί αν, ενώ ακούσει τι θα γίνει στον τάφο, θέλει οριστικά να παρευρεθεί.

Εκείνος που είναι πιο στενά δεμένος με το παιδί - συνήθως ο γονιός - είναι πιο ικανός να το προετοιμάσει για μια κηδεία. Αν αυτό είναι αδύνατο, τότε ένας μεγαλύτερος φίλος, που το παιδί εμπιστεύεται, πρέπει να του εξηγήσει. Κάθε παιδί, ανεξάρτητα από την ηλικία του, που δεν πηγαίνει στην κηδεία ενός μέλους της οικογένειας, χρειάζεται κάποιον να μείνει συνέχεια μαζί του τις ώρες που οι γονείς θα λείπουν. Αν θα πεί στην κηδεία, ιδιαίτερα ένα μικρό παιδί, πρέπει να του ληφθεί ότι οποιαδήποτε στιγμή θα ήθελε να φύγει από την κηδεία μπορεί να το κάνει. Ζητήστε από ένα φίλο σας, που το παιδί συμπαθεί, να είναι έτοιμος να το συνοδεύει έξω, αν το θελήσει, και να μείνει μαζί του στο σπίτι μέχρι να γυρίσει.

Όταν κάποιος πεθάνει, τα παιδιά βοηθούνται από το συναισθηματικό ότι υπάρχουν πρόγματα που μπορούν να κάνουν και τρόποι με τους οποίους να γνωστοποιούνται. Ακόμη και τα πιο μικρά μπορούν να βοηθήσουν κατά τις πρώτες λίγες μέρες. Μπορούν να ανοίγουν την πόρτα και να απαντούν το τηλέφωνο, να ταχτοποιούν τα λουλούδια ή τα ψάβια, να κάνουν βεήματα που πρέπει να γίνουν, να ταχτοποιούν τα ρούχα και να φροντίζουν για διάφορες διευθετήσεις. Η φασαρία που προηγείται της κηδείας έχει για όλους σημασία. Απαιτείται ευεργεσία και αυτό και μόνο φέρνει καλοδεχούμενη ανακούφιση.

«Μέχρι ποιο σημείου πρέπει οι γονιοί να επιμένουν ώστε το παιδί να παρευρεθεί στην κηδεία κάποιου στενού συγγενή, όταν αλλιώς το παιδί δε θέλει να πάει; Αν δεν πάει, δε θα το

75

### μετανιώσει αργότερα;»

Η απάντηση θα εξαρτηθεί, κατά ένα μέρος, από τις επικρατούσες συνήθειες και από την επιρροή της κοινωνίας πάνω στην οικογένεια και το παιδί, και στη δύναμη της αντίστασης του παιδιού. Ακόμη, όταν η θρησκευτική και οικογενειακή πίεση δεν είναι έντονες, είναι καλό να διερωτηθούμε κατά πόσο δε θα είναι πιο εύκολο για τα παιδιά να αποφοδίσουν εντελώς μόνα τους - όταν έχουν ανάσταν δεδομένο ότι θα παρευρεθούν.

Όταν το παιδί φέρνει αντιρρήσεις και εσείς πιστεύετε ότι είναι αρκετά ώριμο για να πάρει στην κηδεία, ίσως το μόνο που χρειάζεται είναι να του δοθεί χρόνος να το σκεφτεί. Μπορεί να αλλάξει ιδέα, κυρίως αν οι γονείς είναι προσεχτικοί να μην το πιέσουν πάρα πολύ.

Επικλήσεις με βάση το «σεβασμό», το «καθήκον» και το «τι θα σκεφτεί ο κόσμος» είναι πιθανό να είναι λιγότερο αποτελεσματικές από το να συνειδητοποιήσουμε τώρα λοιπόν, χρειάζεστε ο ένας τον άλλο και θα αισθανθείτε την έλλειψή του αν μείνει πίσω. Αν συζητήσετε το πρόγραμμα της κηδείας με το παιδί σας, μπορεί να βρείτε ότι έχει μερικές οδύστελα λανθασμένες ιδέες για το τι θα γίνει, που δεν τόλμησε να τις εκφράσει.

Αν ακόμη εξακολουθεί να φέρνει αντιρρήσεις, πρέπει να είστε έτοιμοι να δεχτείτε την απόφασή του και να βρείτε τρόπο να το βοηθήσετε να αισθάνεται άνετα γι' αυτό. Μην το κάνετε να νιώσει ότι έκανε άσχημα. Οποιοδήποτε κι αν είναι το αποτέλεσμα, χρειάζεται πάντα να ξέρετε ότι είναι ένα αγαπημένο και ακριβό μέλος της οικογένειας.

Ίσως αργότερα, το παιδί να μπορέσει να σας πει περισσότερα για το τι το έκανε να νιώσει τόσο έντονα και ποια αισθήματα και ποιο φόβο είναι κρυμμένοι κάτω από την αδυναμία του να πάρει τη θέση του μέσα στην οικογένεια και στους

φίλους.

φίλους.

«Το μωρό μας, που γεννήθηκε με πρόωπο τοκετό, πέθανε αμέσως μετά. Αναβάλλαμε να πούμε στην τετράχρονη κόρη μας ότι θα αποκτούσε ένα νέο αδελφό ή αδελφή, αλλά είμασταν πολύ σίγουροι ότι το γνώριζε. Μετά όλα έγιναν τόσο γρήγορα, ώστε πήγα στο νοσοκομείο προτού θρω το χρόνο να της μιλήσω. Τώρα είναι δύσκολο να συζητήσω το θέμα. Η Καίτη άρχισε να έχει εφιάλτες και διερωτούμαστε αν υπάρχει καμιά σύνδεση».

Ναι, έχετε πιθανόν δίκαιο να πιστεύετε ότι η Καίτη υποπτευόταν πως περιμένατε μωρό. Ένα έξιμηνο τετράχρονο παιδί, συχνά το αντιλαμβάνεται κατά ένα μυστηριώδη τρόπο. Πρέπει επίσης να αναρωτιόταν τι σας συνέβηκε στο νοσοκομείο και ίσως να παιδεύεται μόνη της με πολλές δύσκολες ερωτήσεις τόσο για τη γέννηση όσο και για το θάνατο.

Θα βοηθούσε πάρα πολύ αν την καταφέρατε να μιλήσει γι' αυτά που σκέφτεται. Αν δε σας αναφέρει τίποτα, θα μπορούσατε να της πείτε ότι θα πρέπει να αναρωτιέται γιατί ξαφνικά φύγατε από το σπίτι για να πάτε στο νοσοκομείο. Μετά, αν ανταποκριθεί, μπορείτε να συνεχίσετε απ' εκεί και ως ένα σημείο να της πείτε τι πραγματικά έγινε. Αυτό μπορεί να είναι λίγο δύσκολο για σας βέβαια, αλλά θα είναι εξαιρετικό γι' αυτή.

Μπορείτε να πείτε ότι θέλατε πάρα πολύ ακόμη ένα μωρό, αγόρι ή κορίτσι, και για λίγο νομίσατε ότι θα το αποχτούσατε. Ένα μωρό μεγάλωσε στο σώμα σας για πολύ καιρό. Αλλά το μικρό αδελφάκι γεννήθηκε πριν να είναι αρκετά μεγάλο και δυνατό για να ζήσει, και έτσι πέθανε σχεδόν μόλις γεννήθηκε. Μπορείτε επίσης να εξηγήσετε ότι αυτό είναι ασυνήθιστο και - αν σκοπεύετε να αποκτήσετε άλλο παιδί - μπορείτε να πείτε ότι κάποια μέρα ίσως, ένα άλλο μωρό θ' αρχίσει να μεγαλώνει μέσα σας και ότι πιστεύετε πως θα είναι υγιές και δυνατό και θα δώσει σε όλους πολλή χαρά.

Μπορεί να διαπιστώσετε ότι η Καίτη ενδοφρεσεται πάρα πολύ για τα μυστηριώδη γεγονότα της γέννησης και του θανάτου αυτού του μωρού. Οτιδήποτε είναι αυτό που σκέφτεται, απαντήστε στις ερωτήσεις της. Μπορεί να πάρει αρκετό χρόνο ώπου να ταχτοποιήσει όλα αυτά τα δυσκολονόητα θέματα. Οι επιδάτες οποσδήποτε υποδηλώνουν ότι κάτι τη βασανίζει. Μπορεί να εξαφανιστούν αν την καταφέρετε να εξωτερικεύσει τις σκέψεις της.

**«Πρόσφατα πέθανε κάποια συγγενής που την αντιμετώπιζε με όλοι τ'αγιά στη διάρκεια της ζωής της. Με όλη την ειλικρίνεια, δε δάετω πώς μπορούμε τώρα να προσποιηθούμε ότι την αγνούσαμε και ότι αυτή είναι μια τρομερή απώλεια. Τι πρέπει να πούμε στα παιδιά μας;»**

Μην προσηγοθητε τίποτε που δε νιώθετε. Η ειλικρίνεια δεν πρέπει να συγχύζεται με την έλλειψη σεβασμού. Ανδώς πείτε στα παιδιά σας για το θάνατο χωρίς περιττά λόγια.

Όμως, ακόμη κι αν δεν υπάρχει συμπάθεια ή λύπη για το πρόσωπο που πέθανε, υπάρχει βαθιά μέρα σε όλους μας κάποια πίστη στην αξία οποιασδήποτε ανθρώπινης ζωής. Βασισμένοι σ' αυτή την παράδοση, πάντα αποτιούμε κάποιο φόρο τιμής. Μπορείτε οποσδήποτε να διαβιάσετε κάτι από αυτή τη διάθεση στα παιδιά σας.

**«Ο εξάχρονος γιος μας συνεχώς κάνει ερωτήσεις για το θάνατο. Πώς το καταλαβαίνεις όταν κάποιος είναι πεθαμένος; Γιατί δεν μπορεί ποτέ ένα νεκρός να ξανάρθει στη ζωή; Πού είναι ο παρδδεισός; Ήλει ο Θεός να πεθαίνουν οι άνθρωποι; Ο ίδιος ο Θεός μπορεί να αρρωστήσει και να πεθάνει; Πώς το ξέρουμε ότι δεν μπορεί; Πριν δυο χρόνια πέθανε κάποιος θείος του, που το παιδί γνώριζε τυχαία, και δε φάνηκε να τον ενόχλησε ο θάνατος του τότε. Αλλά τώρα ξαφνικά άρχισε να ρωτά συνεχώς γ' αυτό το θείο. Απαντούμε στις ερωτήσεις του όσο πιο καλά μπορούμε. Μα ό,τι και να του**

78

**λέμε, τ' αρχίζει πάλι όλα από την αρχή και αναστατώνεται τρομερά».**

Μερικές ανήλικες και ανωμώδεις απορίες των παιδιών δεν είναι κάτι το σπάνιο, αλλά συνήθως δε διαρκούν. Όταν η αγωνία για το θάνατο είναι τόσο έμμοιη, όσο λέτε ότι είναι για το εξάχρονο παιδί σας, και παρουσιάζεται τόσο καιρό μετά από το αρχικό γεγονός, θα ήταν φρόνιμο να μιλήσετε με κάποιον που μπορεί να σας δώσει επαγγελματική συμβουλή.

Ακόμη και οι πιο διορατικοί γονείς, δεν μπορούν πάντα να κατανοήσουν την απόκρυφη αναστάτωση που υπαγορεύει αυτού του είδους τις επίμονες ερωτήσεις. Φαίνεται πιθανό ότι το υπερβολικό άγχος του παιδιού σας στην πραγματικότητα έχει άλλες αιτίες, που το υπέρμετρο ενδιαφέρον του για το θάνατο απλά εξυπηρετά στο να τις συγκαλύπτει. Σε τέτοια περίπτωση οι «απαντήσεις» σας, όσο βαθυστόχαστα και υπομονετικά κι αν δίνονται, δεν μπορούν να εκπληρώσουν τις ανάγκες του. Πρέπει πραγματικά να του δοθεί θεραπευτική βοήθεια από αρμόδιο πρόσωπο.

Πάντως, συνεχίστε να το καθησυχάζετε με εξηγήσεις όταν το παιδί τις απαιτεί, αλλά να τις κάνετε σύντομες. Μην του υποδειχνέτε να σταματήσει τις ερωτήσεις ή να προσπαθήσει να αποσιώσει την προσοχή του. Αυτό θα οδηγήσει απλά στο άγχος του πιο βαθιά στο εσωτερικό. Αν και πρέπει να κάνετε ό,τι μπορείτε να το βοηθήσετε να βρει ενδιαφέροντα και ευχάριστες ασχολίες κάθε είδους, αυτά μόνα τους αποτελούν απλά μια προσωρινή λύση. Χρειάζεται επαρκών βοήθεια για οτιδήποτε κρύβεται κάτω από τις επίμονες ερωτήσεις του.

**«Τι πρέπει οι γονείς, που οι ίδιοι δυσκολεύονται να πιστέψουν ότι υπάρχει ζωή μετά το θάνατο, να λένε στα παιδιά τους; Το εφτάχρονο παιδί μας έχασε πρόσφατα έναν αγαπημένο παππού, και αναρωτιόμαστε αν τώρα δικαιούται να παρηγορηθεί με το να πιστεύει ότι η ζωή συνεχίζεται και μετά το θάνατο,**

79

**έστω και αν αργότερα μάθει ότι ο άντρας μου κι εγώ δεν το πιστεύουμε αυτό».**

Και ο παράδεισος που αναφέρετε, σφραγώς είναι δικαιολογία για παρηγοριά χωρίς να το υποστηρίξει η δική σας απόλυτη βεβαιότητα. Αυτό ούγουρα το παιδί σας θα το ανακαλύψει. Υπάρχει κάτι πιο σημαντικό που διακυβέλλεται εδώ. Συνδέεται, ίσως, με τη διατήρηση της εμπιστοσύνης των παιδιών μας - με τη σημασία που αποδίδουμε στην υποχρέωσή μας να τους λέμε την αλήθεια όπως τη βλέπουμε. Αν δε νιώθουμε αυτή την υποχρέωση, πώς θα προκαλέσουμε το παιδικό μυαλό για να μπορέσει να παιδί να διασχιστούν και να αναπτυχθούν; Αν πράγματι καταλήξατε μόνοι σας σε μια φιλοσοφία που σας εξυπηρετεί, σ' αντικατάσταση της θρησκευτικής πεποίθησης που φαίνεται ν' απορρίψετε, γιατί να μην προσπαθήσετε να κάνετε ξεκάρφαρο στο παιδί σας τι είναι αυτό που πιστεύετε και τι σας ενιοχώνει να το πιστεύετε;

Οτιδήποτε κι αν αποφασίσετε να πείτε για τις δικές σας απόψεις, αναφέρετε επίσης ξεκάρφαρο το θάθος, την ειλικρίνεια και την απόλυτη βεβαιότητα εκείνων, που πραγματικά πιστεύουν στη μέλλουσα ζωή. Γι' αυτά τα βασικά θέματα, της πίστης και της αμφιβολίας, της ζωής και του θανάτου και της μορφής του σύμπαντος γύρω μας, ακοίμα κι ένα εφτάχρονο παιδί μπορεί να μάθει, χωρίς να θαφτεί, ότι οι απαντήσεις των ανθρώπων σ' οδόκληρη τη γη ποικίλλουν. Οι απόψεις των γειτόνων μας, στην παιδική πόρτα, μπορεί να είναι τόσο πολύ διαφορετικές από τις δικές μας, όσο διαφορετικές μπορεί να είναι και οι απόψεις των συναθρώπων μας σε άλλες χώρες.

Μάθετέ τους ότι τα μυστηριώδη προαθήματα που αφορούν την έννοια της ζωής και τη μορφή του σύμπαντος είναι ακόμη χωρίς απάντηση και είναι ίσως αδύνατο να απαντηθούν. Με αυτό τον τρόπο, μπορούμε να αρχίσουμε να καλλιεργούμε στα παιδιά μας το πνεύμα της προσωπικής διερεύνησης, το χάρισμα για την «ισόθια αναζήτηση». Αυτή είναι μια ανεξήγητη και εντελώς μοναδική ιδιότητα του ανθρώπου. Αν μας

λείπει, γινόμαστε πολύ λιγότερο ανθρώπινοι.

Μπορούμε όμως να ικανοποιηθούμε ένα παιδί με «φιλοσοφία» όταν, χάνοντας έναν αγαπημένο φίλο, ζητά συγκεκριμένες δικαιολογίες; Δε χρειάζεται μερικές θετικές απαντήσεις, εδώ και τώρα, για να ξεπεράσει αυτή την κρίση; Τι μπορεί να πει ο γονιός που δεν πιστεύει ότι υπάρχει ζωή μετά το θάνατο, ώστε να ικανοποιήσει τις ανάγκες του παιδιού - και επιπλέον να απαντήσει με ειλικρίνεια; Και σ' αυτή την περίπτωση, όπως πάντα, πρέπει να ακούσουμε προσεκτικά το ίδιο το παιδί πριν του απαντήσουμε.

**«Πού νομίζεις πως είναι ο παππούς;» Σας ρωτά. «Νομίζεις ότι θα συναντηθούμε κάποτε στον ουρανό;»**

«Δε νομίζω ότι είναι πουθενά τώρα», θα πρέπει ίσως να πείτε. «Όχι, δεν μπορώ πραγματικά να πιστέψω ότι ζούμε ξανά μετά που πεθαίνουμε. Ξέρω όμως πως είναι υπέροχο που η ζωή μας συνεχίζεται στα παιδιά μας και αργότερα στα έγγονα μας, και συνεχώς διά μέσου της μια γενιάς και της άλλης και της άλλης. Αυτός είναι ένας από τους λόγους που είχατε τόση σημασία για τον παππού. Ακόμα και αν δεν έχουμε παιδιά, η ζωή μας συνεχίζεται από μας, μέσα από τα έργα μας, μέσα από το τι άνθρωποι υπήρξαμε και με την αγάπη που διασκορπίσαμε γύρω μας, που θεήθηκε και άλλους να διοικηθούν αγάπη γύρω τους. Αυτό είναι ένα πραγματικό είδος παντοτινής ζωής - και μ' αρέσει να σκέφτομαι και για τον παππού μ' αυτό τον τρόπο».

Μερικές φορές, μετά που θα ακούσει αυτά που έχουν να του πουν οι γονιοί, το παιδί μπορεί να επιμένει ακόμη να πιστεύει αυτό που θέλει να πιστεύει.

**«Ξέρω ότι ο παππούς ακόμη ζει», μπορεί να πει, «γιατί μου μίλησε με κάποιο τρόπο ψες, ή ήταν όνειρο άραγε;»**

πρακτικά παραδείγματα από μαθήματα που έγιναν μέσω στα τελευταία 25 χρόνια.

- **Stevenson, R.G. και H.L. Powers,** «How to handle death in the school», στο *Education Digest*, Μάιος 1987.  
Το ημερολόγιο αυτό υποδεικνύει από σχολεία σε όλες τις Ηνωμένες Πολιτείες, τον Καναδά και την Εσθονία. Μπορεί να αποτελέσει μια καλή οπτική για δασκάλους και διευθυντές που θέλουν να έχουν κατασκευασμένες οδηγίες για την αντιμετώπιση ενός απρόοπτου γεγονότος.
- **Το Πένθος στη Ζωή μας,** Πρακτικά Συμposium. Μετάφραση και επιμέλεια: Μυρτώ Νίκου, Δανάη Παπαδάτου. Εκδόσεις ΜΕΡΙΜΝΑ, Αθήνα, 1998.

## ΑΠΟΛΕΙΨΕΣ ΣΤΗ ΖΩΗ ΜΟΥ

Γιώργος

Ο Γιώργος είναι 20 χρόνων και σπουδάζει στο Εδιμβούργο της Σκωτίας Πληροφορική και Τεχνητή Νοημοσύνη. Έδωσε την εξέλιξη συνέντευξη στη Δανάη Παπαδάτου.

**Δανάη:** Γιώργο, ξέρω ότι έχεις βιώσει δύο πολύ οδυνηρούς θανάτους στην παιδική και στην εφηβική ηλικία σου.

**Γιώργος:** Ναι, έχω χάσει τον αδελφό μου και τη μητέρα μου, τον Βασίλη και τη Ναντίνα. Ο Βασίλης έφυγε όταν ήμουν έντεκα και η Ναντίνα όταν ήμουν δεκαεφτάμισι. Έχουμε μείνει δηλαδή εγώ και ο Γιώργος, ο πατέρας μου. Με τον Βασίλη ήμυσταν αυτό που λέμε «μαζί δεν κάνουν και χάρισμα δεν μπορούν»... μια τέτοια κατάσταση. Τοσκακωμόσταν πολύ, έπρεπε αρκετό ξύλο, αλλά, παρ' όλα αυτά, ήμυσταν πολύ κοντά ο ένας με τον άλλο. Ειδικά στις οκαυόδαίες που κάναμε.

**Δ.: Συμπαυόσαστε;**

**Γ.:** Πάντα. Και πολλές φορές, όταν ήταν να πάμε ενάντια στον μπαμπά, πηγύνουμε μαζί με τη μαμά. Και όμα ήταν να πάμε ενάντια στη μαμά, πηγύνουμε μαζί με τον μπαμπά.

**Δ.: Αν' όλη αυτή την εμπειρία της απώστας του αδελφού σου, από την αρχή, που εσύ ήσουν δύο χρόνων μέγα τα έντεκα σου, που ο Βασίλης πέθανε...**

Γ.: Τον χάρσκαμ.

Δ.: ... *Τι είναι αυτό που θυμάσαι πιο έντονα;*

Γ.: Δύο σκηνές ήρθαν τώρα στο μυαλό μου. Η πρώτη που θυμάμαι είναι ότι παίζαμε αρκετά στον υπολογιστή, και παίζαμε μάλιστα «πολύ μααδικά», δηλαδή και οι δύο μαζί, δεν έμπε ο καθένας μόνος του να παίζει και να αποβλακώνεται. Ο υπολογιστής είχε για μας μια πολύ πιο κοινωνική ένωση: τα παιχνίδια που παίζαμε, τα παίζαμε μαζί. Υπήρχε ένα παιχνίδι, το «Dark Castle», που μας άρεσε πάρα πολύ και που το παίζαμε από παλιά μαζί. Κι όταν ήταν ο Βασίλης καλύτερα, το παίζαμε συνέχεια. Θυμάμαι λοιπόν ότι θέλαμε να το τελειώσουμε μαζί. Μια μέρα, όμως, ενώ εκείνος ήταν ξαπλωμένος στο δωμάτιό του, έτυχε να παίζω εγώ στον υπολογιστή και να τερματίζω πρώτος το παιχνίδι. Και αμέσως πήγα στο δωμάτιο να το μοιραστώ μαζί του. Και το μοιραστήκαμε...

Δ.: *Θέλεις να πεις ότι ήταν μια νίκη και για τους δυο σας, το ότι καταφέρατε να φτάσετε στο τέλος του παιχνιδιού;*

Γ.: Ναι, ναι, παρολό που ήμουν σε ένα άλλο δωμάτιο, παρολό που είχε απορροφηθεί τόσο πολύ με το παιχνίδι. Βρίσκα πολύ περιεργο τώρα το ότι, μόλις τελείωσα το παιχνίδι, πήγα αμέσως στο δωμάτιό του, του το έπια και χάριξα κι εκείνος το ίδιο με μένα...

Το δεύτερο που θυμήθηκα είναι η στιγμή που, ουσιαστικά, έμαθα ότι ο Βασίλης είχε φύγει. Ήμουν στην κατασκήνωση, καθόλου, Αγίουστρος θα ήταν... Με κάλεσαν στο γραφείο και, όταν πήγα εκεί, είδα τον Γιάννη και τη Ματάσα. Εκείνη τη στιγμή δεν κατάλαβα, δηλαδή δεν το βρήκα περιεργο που είχαν έρθει και οι δύο: άλλες φορές ερχόντουσαν ή ο ένας ή ο άλλος, αφού έμπε ο καθένας με τη σειρά του στο νοσοκομείο με τον Βασίλη. Ήρθαν και μου είπαν να με πάρουν να πάμε έξω – δεν το βρήκα περιεργο, γιατί ερχόντουσαν όποτε θέλαμε και με παίρναν να πάμε έξω. Αλλά μου είπαν και να μαζέψω τα πράγματά μου, κι όταν γύρισα στη σκηνή να τα τακτοποιήσω, τότε συνειδητοποίησα ότι είχαν έρθει και οι δύο μαζί και κατάλαβα ότι κάτι πρέπει να είχε συμβεί. Γύρισα στο γραφείο, βγήκαμε έξω και εκεί μου το είπαν.

Δ.: *Πώς αντιδράσατε όταν το έμαθε;*

Γ.: Στενοχωρήθηκα. Και τοαίτια κιάλας.

Δ.: *Για πες μου για την ταταία σου.*

Γ.: Ε, η ταταία είναι ταταία...

Δ.: *Η ταταία ήταν που πέθανε ο Βασίλης; Που δεν ήσαν εκεί; Που συνέβη τη στιγμή που έμπετε στην κατασκήνωση;*

Γ.: Δεν μπορώ να πω γιατί. Δεν με πέραξε που ήμουν στην κατασκήνωση, δεν με πέραξε που δεν ήμουν εκεί. Αλλά με πέραξε που έφυγε. Γιατί να φύγει; Αλλά έφυγε... Ήμουν κάπως εκνευρισμένος και ακοιβός γιατί δεν ήμουν ταταίμενος για κάποιο συγκεκριμένο λόγο. Ήθελα να μείνω στην κατασκήνωση. Θα μπορούσα άμεσα να φύγω μια εβδομάδα ναρτέρα από τον προγραμματισμένο χρόνο, αλλά όχι, ήθελα να συνεχίσω. Ήθελα να είμα εκεί, στην κατασκήνωση, εκεί που, έτσι και άλλως, ήμασταν τόσα χρόνια μαζί.

Δ.: *Έμπε την αίσθηση ότι είχατε αποχαιρετήσει τον Βασίλη πριν φύγει;*

Γ.: Δεν μου πέρασε από το μυαλό... γιατί δεν ένωθα ότι χρειαζόταν να τον αποχαιρετήσω. Ούτε τον Βασίλη ούτε τη Ματάσα. Τόσα χρόνια που ήμασταν μαζί, ήξερε ο ένας τον άλλο. Δεν υπήρχε για μένα πρόβλημα αποχαιρετισμού.

Δ.: *Θέλω τώρα να σκεφτείτε και να μου πεις τι ήταν αυτό που σε βοηθσε περισσότερο σε όλη αυτή την εμπειρία.*

Γ.: Είναι η οικογένεια, είναι ο Γιάννης και η Ματάσα. Υπήρχε ανωμεσα μας μια ειλικρίνεια: δηλαδή πρώτογα κάτι και μου απαντούσαν, ήξερα τι συνέβαινε. Ήταν εκεί, ήταν παρόντες – και ειλικρινείς στις συζητήσεις, θυμάμαι, σε κάποια φάση που ίσως με είχαν δει λίγο περιεργο και νομίζαν ότι αισθάνομουν λιγότερη αγάπη από μέρους τους, μου είχαν πει: «Μη νομίζεις ότι αγανάμπε τον Βασίλη περισσότερο, απλάς αυτή τη στιγμή συμβαίνει να είναι άρωωτος και είμαστε δίπλα του». Δεν έβρα αν όντως αισθάνομουν έτσι, αλλά μετά από αυτό ήμουν ακόμα πιο σίγουρος ότι δεν υπήρχε πρόβλημα. Ο Βασίλης έμπε, άμα βεε έμπε από το σπτακό πεδίο, αλλά δεν ένωθα τότε ότι τον είχα χάσει. Είχαμε περάσει πάρα πολλάς στιγμές μαζί και, ακόμα κι όταν έγιναν λιγότερες, είχαν πάντα μια ποιότητα. Και ακριβώς όπως δεν χρειώστηκε να του πω το «αντίο», το «γεια»,

είσαι δεν χρειάστηκε να τον ψάξω κάρου έξω: τον είχα μέσα μου, τον ένιωθα κοντά μου, δίπλα μου. Ήθελα να του πω ένα "γεια", μπορεί κομμάτι φορά να ένιωθα ότι δεν του το λέγα, ότι το έλεγα στον εαυτό μου, αλλά όχι, το έλεγα στον Βασίλη. Και το άκουγε. Τον γνώθω πολύ κοντά μου.

**Δ.: Με τη Νατάσα;**

**Γ.:** Το δικό της θάνατο τον περίμενα πιο πολύ απ' ό,τι του Βασίλη, ένιωθα ότι δεν θ' αντέξει ο οργανισμός της.

**Δ.: Πώς το ένιωδες αυτό;**

**Γ.:** Δεν ξέρω πώς, απλάς έβλεπα πως χειροτέρευε και δεν πίστευα ότι υπήρχαν ελπίδες. Δυσί χειροτέρευε ανά-ανά, έβλεπα ότι έπρεπε συνεχώς και ότι είχε πέσει η ποιότητα ζωής της. Είχα συνδυάσει πολλά πράγματα και είχα αποφασίσει ότι δεν...

**Δ.: ...δεν θα ζούσε;**

**Γ.:** Ναι, να. Μπορεί βέβαια να ήταν και η διάθεση της Νατάσας, που έλεγε ότι δεν μπορούσε άλλο να προσπαθεί να κρατηθεί στη ζωή. Το περίμενα. Περιμένα ότι ενώ θα έφευγα έξω, για το Εόμβούργο, και ότι άπνου εκεί θα...

**Δ.: ...συνέβαινε όσα είπατεξ εσύ;**

**Γ.:** Ναι, ναί.

**Δ.: Γιατί το περίμενες; Πώς;**

**Γ.:** Πρώτα απ' όλα, ένιωθα ότι εκείνη το κοθυστερούσε. Ήταν ολοφάνερα ότι ήθελε να με προστοιμάσει να με στείλει έξω, να με σπουδάσει. Ja κάνει αυτό που ένιωθε σαν τελευτησία της καθήκον, γιατί πρέπει να γνώθε και η ίδια ότι όπου να 'ναι, φέυγει, και ήθελε να τα δώσει όλα. αι ενώ της έδειξα ότι τα πήρα όλα και έφυγα.

**Δ.: Από όλη αυτή την εμπειρία της αρρώστιας της μήνας σου, τι θυμάται πιο έντονα;**

**Γ.:** Εκείνη τη στιγμή που, ενώ πονούσε πολύ η μαμά, γύρισε και είπε τι όσο και να πίστευε ότι ένιωθε τότε τον πόνο του Βασίλη –που είχε γίνει κάθε δευτερόλεπτο δίπλα του– τώρα ήταν διαφορετικά με το δικό ις πόνο, τότε δεν μπορούσε να ξέρει, ουσιαστικά, τι σήμαινε να πονάει...

**Δ.: Θέλεις να πεις ότι συνειδητοποίησε το τι μπορεί να ένιωθε ο Βασίλης μέσα από τη δική της εμπειρία;**

**Γ.:** Ναι.

**Δ.: Αυτό τι σημαίνει για σενα;**

**Γ.:** Ότι και ενώ δεν μπορούσα να καταλάβω τον πόνο ούτε της μαμάς, ούτε του Βασίλη. Ότι ήταν ένας πολύ τρογικός, πολύ δυνατός πόνος. Και συνεχής. Που άμα ήθελα να τον γνώσω και ενώ, θα έπρεπε να «βγω έξω απ' τα συμπεριλαμβάνα που γνώθουμε», για να καταλάβω πόσο δυνατός και βαθύς ήταν. Ναι, βαθύς.

**Δ.: Ήσουν σε επαφή με το δικό σου πόνο;**

**Γ.:** Με τον Γιάννη και τη Νατάσα μιλάγα για το θάνατο του Βασίλη με... με αρκετό σαρκασμό. Και όταν είχε αρρωστήσει η μαμά, πάλι με σαρκασμό αντιμετώπιζα και τη δική της αρρώστια. Δεν διάταξα να της λέω ότι ο οργανισμός της δεν ήταν δυνατός και ότι θα υποκύψει, σκληρά πράγματα που της τα έλεγα μόνο για τη στιγμή εκείνη που ίσως θα γνώθανε, ίσως θα χαριόταν – αυτό για μένα δέλιζε. Και δεν το 'κανα μόνο γι' αυτό, το 'κανα, πίστεύω, γιατί ήθελα να το ακούσω και εγώ. Θυμάμαι πολύ έντονα κάποιες στιγμές που καθόμασταν με τον Βασίλη στις δύο πολυθρόνες του σαλονιού και βλέπαμε παιδικές εκπομπές μαζί και τις σχολάζαμε. Ή στιγμές που βλέπαμε διαφημίσεις μαζί και παίζαμε διάφορα παιχνίδια με τις διαφημίσεις.

**Δ.: Τι ηλικία είχατε;**

**Γ.:** Πρέπει να ήταν η περίοδος που ήταν καλά ο Βασίλης, για να κάνουνε αυτά τα παιχνίδια... Άρα εκείνος θα ήταν οχτώ-εννιά και εγώ έξι-εφτά.

**Δ.: Ποια η στιγμήσφραγα σ' αυτή την εικόνα με τον Βασίλη;**

**Γ.:** Σαφώς υπάρχει μια χαρα, υπήρχαμε εμείς, το κοντρόλ που το 'χε εκείνος, ως μεγαλύτερος...

**Δ.: Κι όταν φέρονεις μια εικόνα ή μια εμπειρία σε σχέση με τη μητέρα σου, τη Νατάσα, τι είναι αυτό που έρχεται πρώτο;**

**Γ.:** Δεν είναι κάτι συγκεκριμένο. Ίσως είναι απλά το ύφος που έπαιρνε όταν με μιλάανε. Ένα ύφος λίγο θυμωμένο, λίγο απογοητευμένο, ίσως



ατί κάτι δεν είχε κάνει καλά. Όποτε με μάλασε, φρόντιζε να με μαλώσει  
α όλα αυτά τα πράγματα που έκανα στραβά.

**Δ.: Σε καθοδηγούσε;**

**Γ.:** Ναι, υπήρχε μια καθοδήγηση.

**Δ.: Με τον πατέρα σου;**

**Γ.:** Τον Γάβνη τον ένιωθα και πιο παλιά δικά μου, αλλά μάλλον οι  
τε περισσότερες δεν του επέτρεπαν να είναι κοντά. Μπορεί να βέβαια  
μια ήσυχος περισσότερο, αλλά ήταν συχνά στο νοσοκομείο, μαλώσα  
τη μαμά, αλλά και εκείνη πήγαινε στο νοσοκομείο. Και όταν έφυγε η  
μά, δεν υπήρχε κανείς άλλος. Παλιά ο Γάβνης έλεγε, έλεγε, δεν ή-  
ν εκεί. Όμως ήταν πάντα εκεί στα δύσκολα, τουλάχιστον. Τώρα είναι  
κοντά και μ' αρέσει να αισθάνομαι ότι και εκείνος, τώρα τελευταία,  
έχει πιο πολύ ανάγκη.

**Δ.: Πόσο σε στήριξαν το σχολείο και οι συμμαθητές σου όταν βίωσες  
τους τους δύο θανάτους;**

**Γ.:** Υποθέτω ότι οι δασκαλοί ήξεραν – δεν μπορεί να μην ήξεραν,  
ίσως ο Γάβνης να τους είχε πει κάτι σαν: «Αυτό συμβαίνει στο σπίτι  
και μπορεί να υπάρξει κάποια διαφορά στη συμπεριφορά του Γιάβ-  
νη», κάπως έτσι φαντάζομαι. Πρέπει να ήξεραν, αν όχι πριν, σίγουρα  
ά. Όταν ήμουν στην Στ' Δημοτικού, ο Βασίλης ήταν πλέον αρκετά όρ-  
στος και ο δάσκαλος πρέπει να το ήξερε. Όταν πήγα στο Γυμνάσιο,  
ένιωσα ότι υπήρχε λόγος να πω στα παιδιά ότι είχα έναν αδελφό που  
ήανε. Δεν ήθελα καθόλου να προκαλέσω οίκτο, να με λυπηθούν. Κι αν  
όκετο να αλλάξει η συμπεριφορά τους επειδή είχε πεθάνει ο Βασί-  
; καλύτερα να μη μαλώσα...

Κάποτε όμως, πήγα να Β' Γυμνασίου, με πήρατε ένα παιδί που είχε  
κα τον μια κοπέλα. Ήταν ολοφάνερο ότι είχαν βάλει κάποια στοιχίμα,  
ι αυτός έλεγε κάτι στην κοπέλα και επέμεινε ότι είχε όκτα, ενώ εκεί-  
έλεγε: «Αποκλείεται». Με ρώτησε λοιπόν αν είχα έναν αδελφό που  
ν σ' αυτό το σχολείο, που τον λέγανε Βασίλη, πιο μεγάλο, και ήταν  
μαθητής του. Του απάντησα «ναι» και εκεί προφανώς έχασε το στοι-  
η η κοπέλα. Βέβαια, όλοι οι υπάλληλοι που ήταν δίπλα μου το άκου-

σαν. Άλλοι είχαν ρωτήσει, άλλοι δεν είχαν ρωτήσει, άλλοι είχαν καταλά-  
βει, άλλοι όχι, αλλά και εγώ τους μιλούσα, γιατί, όταν με ρώτούσαν αν  
«έχω» αδελφό, εγώ τους έλεγα όχι... «Είχα, δεν έχω». Σοκαρίστηκε το  
παιδί που κατάλαβε τι με ρώτησε, όταν του εξήγησα ότι, ναι, είχα έναν  
αδελφό Βασίλη, ο οποίος πέθανε από λευχαιμία.

**Δ.: Είχες φίλους έξω από το σχολείο;**

**Γ.:** Τα παιδιά της γειτονιάς. Με αυτά τα παιδιά ήμασταν πολύ κοντά  
και είμαστε ακόμα. Από μικρό παιδί με όλοι μαζί, ήταν και ο Βασίλης μέσα  
στην παρέα. Αλλά κάπου χάρθηκε ο Βασίλης, που ήταν συνεχώς πάνω στο  
δωμάτιό του, άρρωστος, και δεν μπορούσε να παίζει μαζί μας. Ρώτησαν  
βέβαια για τον Βασίλη και οι απαντήσεις που έδωα ήταν αυτές που ήθε-  
λε η μαμά κι ο μπαμπάς να δώω. Κάτι σαν: «Είμαι άρρωστος, είναι βαριά  
άρρωστος». Οι γονείς των παιδιών ήξεραν, αλλά ήταν θέμα αν θέλανε τα  
παιδιά τους να ξέρουν τι είχε ο Βασίλης. Όποτε εγώ απλώς πήγα να με  
τα νερά τους. Τα παιδιά όμως γνώσανε την έλλειψη του Βασίλη, που επί-  
τρηα-τέσσερα χρόνια ήταν στο δωμάτιό του και δεν κατέβηκε κάτω. Και  
μετά δεν υπήρχε ο Βασίλης. Πιστεύω ότι τα παιδιά αυτά ήταν πιο ευσι-  
οποιημένα.

**Δ.: Τι πιστεύεις ότι ένα σχολείο μπορεί να κάνει για τα αδελφά;**

**Γ.:** Αν ένα παιδί που έχει χάσει έναν αδελφό, και φαντάζομαι τον  
εαυτό μου, δεν αντιδράσει πολύ διαφορετικά, δεν αλλάξει συμπεριφορά  
και απλώς συνεχίζει την καθημερινότητά του, τότε δεν θα πρέπει και οι  
καθηγητές να δείξουν μεγάλη διαφορά στη δική τους συμπεριφορά. Άμα  
αρχίσουν να το χαιδέψουν, να του μιλάνε πολύ πιο γλυκά ή να του φέρο-  
νται με άλλο τρόπο, μπορεί να το δυσκολεύουν. Υπάρχουν όμως και παι-  
διά που δείχνουν μια διαφορετική συμπεριφορά μετά το θάνατο ενός α-  
δελφού τους, και εδώ βέβαια πρέπει το σχολείο να αναγνωρίσει τη δυ-  
σκολία που περνάει και όχι να κάνει σαν να μη συμβαίνει τίποτα. Πι-  
στεύω ότι οι δασκαλοί πρέπει να ξέρουν τι περνάει ένα παιδί που ο  
αδελφός του είναι άρρωστος ή πεθαίνει ή έχει φύγει, να το ξέρουν και  
να πράξουν αναλόγως. Χωρίς όμως να του δείξουν μια ξεχωριστή μετα-  
χείριση, γιατί πρέπει να αισθάνεται φυσιολογικό, όπως είναι όλα τα άλλα

παιδιά, και να εντοχθεί όσο πιο γρήγορα μπορεί στο περιβάλλον, όπου πρέπει να συνηθίσει να ζει.

**Δ.: Τι πιστεύεις ότι έχεις κληρονομήσει απ' αυτές τις εμπειρίες;**

**Γ.:** Θα σου πω σιγά πώς μιλώ ενώ στον εαυτό μου. Δεν θέλω να χάρακτριώσω τις στιγμές κακές ή κακές, ούτε να λέω ότι θα θυμάμαι μόνο τις κακές, ή τις κακές και τις κακές μαζί. Όχι, δεν θα πω καμιά στιγμή κακή. Είναι όλες οι στιγμές δικές μου και είναι όλες της ζωής μου. Και θα τις σκέφτομαι όποτε θέλω, χωρίς να τους βάζω ταμπέλακια. Δεν θα επιπρήσω στον εαυτό μου να ξεχάσει κάτι...

**Μ.: Θέλεις να τα θυμάσαι όλα;**

**Γ.:** Ναι. Αφού είναι όλα δικά μου και τα θέλω όλα δικά μου. Έχω νιώσει ότι η ζωή είναι πάνω απ' όλα και ότι όλα όσα γίνονται είναι μέσα σ' αυτήν.

## ΥΠΗΡΕΣΙΕΣ ΨΥΧΟΛΟΓΙΚΗΣ ΣΤΗΡΙΞΗΣ

Η στερητική για τη ζωή αρρώστια και ο θάνατος ενός αγαπημένου ανθρώπου αποτελούν δυναμικά τραυματικές εμπειρίες για ένα παιδί. Οι καταστάσεις αυτές μπορεί να προκαλέσουν τόσο θλίψεις, όσο και μικροπροβλήματα, επιπτώσεις που εμπειρίζουν την ομάδα εξέλιξη του παιδιού. Για να αποφευχθούν ψυχολογικές δυσκολίες, απαιτείται είναι η έγκαιρη αναγνώριση και αντιμετώπιση τους. Η πρόληψη είναι η καλύτερη θεραπεία. Η στήριξη με έναν ειδικό της ψυχικής υγείας μπορεί να διευκολύνει την προσαρμογή του παιδιού και της οικογένειάς του όταν αντιμετωπίζουν μια σοβαρή αρρώστια ή/και την απώλεια αγαπημένου τους προσώπου.

Γονείς και εκπαιδευτικοί μπορεί να απευθυνθούν σε Ιατροπαιδαγωγικά Κέντρα ή στο Κέντρο Ψυχικής Υγιεινής της περιοχής τους ή, ακόμη, στο Συμβουλευτικό Κέντρο της «ΜΕΡΙΜΝΑΣ». Το Συμβουλευτικό αυτό Κέντρο ιδρύθηκε από τη «ΜΕΡΙΜΝΑ», μια μη κερδοσκοπική εταιρεία για τη φροντίδα παιδιών και οικογενειών στην αρρώστια και στο θάνατο. Οι εξειδικευμένες υπηρεσίες που παρέχεται έχουν υποστηρικτικό χαρακτήρα και απευθύνονται:

- σε παιδιά και εφήβους που αντιμετωπίζουν μια στερητική για τη ζωή αρρώστια ή το θάνατο δικού τους ανθρώπου
- στις οικογένειες αυτών των παιδιών και εφήβων
- σε εκπαιδευτικούς και σχολικές κοινότητες
- σε επαγγελματίες υγείας
- σε κοινότητες όπου καταστροφές ή ατυχήματα προκαλούν πολλαπλούς θανάτους.

Για πληροφορίες: ΜΕΡΙΜΝΑ, Εταιρεία για τη Φροντίδα Παιδιών και Οικογενειών στην Αρρώστια και στο Θάνατο.

Τηλεφώνος Βάσσης 16, Πλατεία Μαγιάλη, 115 21 Αθήνα

Τηλ.: 845 2013, e-mail: merimna@softlab.eee.ntua.gr