

DASEINSANALYSIS

Φαινομενολογική-Υπαρξιακή Ψυχοθεραπεία

Denn das Fragen ist die Frommigkeit des Denkens

Γιατί το ερωτάν είναι η ευλάβεια της σκέψης

(Από τη διάλεξη του Heidegger «Το ερώτημα για τη τεχνική» 1953)

Είναι δύσκολο να μιλήσει κανείς για την DASEINSANALYSIS, δηλαδή την Φαινομενολογική-Υπαρξιακή ψυχοθεραπεία (όπως περιφραστικά την αποδίδουμε στην ελληνική γλώσσα), όχι γιατί μιλά για κάτι σύνθετο και δυσνόητο, αλλά αντίθετα, γιατί μιλά για το απλό, το καθημερινό. Ο όρος «φαινόμενο» σημαίνει ακριβώς το απλό, αυτό που εμφανίζεται ως η ζωντανή εμπειρία μας, αυτό που παρουσιάζεται στο βίωμά μας, έξω και πέρα από θεωρητικές προϋποθέσεις, μοντέλα και προ-καταλήψεις. Συμβαίνει όμως το απλό, το καθημερινό, αυτό που είναι για εμάς το πιο σημαντικό, το πρωτογενές της εμπειρίας μας, αυτό που αναπνέει την ύπαρξή μας, να μην το «προσέχουμε», να είναι κρυμμένο, να μας διαφεύγει. Αντίθετα, είμαστε συνηθισμένοι στο να μην «προσέχουμε» αλλά να βλέπουμε μόνον ό,τι χωρά στην προ-διαμόρφωσή μας, στα αυτονόητα σχήματά μας, στον οικείο μας τρόπο με τον οποίο έχουμε μάθει να αντιλαμβανόμαστε τον εαυτό μας και τα πράγματα.

Ερωτήματα που συχνά μας απευθύνονται είναι: Τι σημαίνει «Φαινομενολογική-Υπαρξιακή ψυχοθεραπεία»; Τι σημαίνει Daseinsanalysis; Πρόκειται για εφαρμογή κάποιων φιλοσοφικών ιδεών στον ψυχοθεραπευτικό χώρο; Πρόκειται για ένα νέο ψυχοθεραπευτικό μοντέλο; Πρόκειται για κάτι «αφηρημένο» και «ποιητικό»; Είναι κάτι που θυμίζει κάπως την απωασιατική νόηση;

Πως να απαντήσει κανείς σε τέτοια ερωτήματα με έναν «φαινομενολογικό-υπαρξιακό» τρόπο; Δηλαδή με έναν τέτοιο τρόπο ώστε η απάντηση να μην καθίσταται ένα αυτοαναφορικό κέντρο που θα οδηγεί σε παράκαμψη και εκμηδένιση της ερώτησης; Πώς θα γίνει να μην προκύψει μια μονοσήμαντη απάντηση η οποία θα καθιστά περιττή πλέον την ερώτηση και συνεπώς τη πολλαπλή και ανανεούμενη ερμηνεία της; Πως θα γίνει εν τέλει να μην βρεθούμε ουσιωδώς εκτός γλώσσας;

Οι ρίζες της Φαινομενολογικής-Υπαρξιακής (Daseinsanalysis) κατεύθυνσης στη ψυχοθεραπεία θα μπορούσαν να ανιχνευθούν στη περίοδο μεταξύ των δυο παγκοσμίων πολέμων. Κατά τη διάρκεια της δεκαετίας 1920-1930, υπήρξε μεγάλη κινητικότητα στο πεδίο της ψυχιατρικής και της ψυχολογίας που είχε να κάνει αφ' ενός με την αυξανόμενη επιφυλακτικότητα

απέναντι στη μονομέρεια του φυσικο-επιστημονικού μοντέλου εξήγησης της ανθρώπινης συμπεριφοράς, αφ' ετέρου με την επίδραση της Φροϋδικής ψυχανάλυσης. Στα πλαίσια αυτής της κινητικότητας εμφανίστηκαν αναζητήσεις που διαμόρφωσαν μια «ανθρωπολογική» κατεύθυνση στη ψυχιατρική και τη ψυχοθεραπεία, με σημαντικά ονόματα όπως οι Ludwig Binswanger, Viktor von Weizsäcker, Viktor von Gebsattel, Eugene Minkowski, Erwin Straus, κ.α.

Ο **Ludwig Binswanger** (1881-1966) θεωρείται ο εισηγητής της Daseinsanalysis στη ψυχιατρική. Επηρεασμένος από την φαινομενολογία του **Husserl** (1859-1938), την οποία μελέτησε εντατικά, ονόμασε στην αρχή την νέα του προσέγγιση «φαινομενολογική ανθρωπολογία». Από το 1941 όμως, προτίμησε την ονομασία «*Daseinsanalysis*» καθώς τον επηρέασε αποφασιστικά το έργο του **Martin Heidegger** (1889-1976) και ιδίως το «*Είναι και χρόνος*» που είχε δημοσιευτεί το 1927. Το πιο γνωστό έργο του, "*Grundformen und Erkenntnis menschlichen Daseins*" (*Basic forms and Perception of human Dasein*) δημοσιεύτηκε το 1942.

Το ακολούθησε μια ολόκληρη σειρά δημοσιεύσεων που αφορούσαν τη σχιζοφρένεια, όπως επίσης μελέτες για τη μελαγχολία και τη μανία. Ο Binswanger ενδιαφέρθηκε κυρίως για την εφαρμογή της φαινομενολογίας στη βασική ψυχιατρική έρευνα και όχι τόσο για την ανάπτυξη μιας ψυχοθεραπευτικής μεθόδου. Αξίζει να σημειωθεί ότι είχε επηρεαστεί επίσης από τον Sigmund Freud (με τον οποίο τον είχε γνωρίσει ο Karl Jung) και στην αρχή προσπάθησε να ενσωματώσει τις Φροϋδικές ιδέες στη προσέγγισή του, εντούτοις βαθμιαία του γινόταν όλο και πιο σαφής η απόσταση που χωρίζει τη φαινομενολογία από τη ψυχανάλυση. Κατά τον Binswanger η Φροϋδική θεωρία υπακούει τελικά στους περιορισμούς του κυρίαρχου φυσικο-επιστημονικού μοντέλου θεώρησης του ανθρώπου, ως «*homo natura*», το οποίο, γι' αυτόν, είναι κάτι μονόπλευρο και ανεπαρκές. Παρ' όλ' αυτά, ο Freud και ο Binswanger διατήρησαν μια πολύ καλή σχέση αμοιβαίας εκτίμησης και φιλίας, η οποία διασώθηκε και επιβίωσε παρά τις θεωρητικές τους διαφορές.

Περίπου τη δεκαετία 1950-1960, μια άλλη ψυχοθεραπευτική σχολή Daseinsanalysis άρχισε να αναπτύσσεται στη Ζυρίχη με πρωτεργάτη τον **Medard Boss**(1903-1990). Η νέα σχολή, ήταν έντονα επηρεασμένη από τον Binswanger -ιδίως στα αρχικά της βήματα- αλλά αργότερα διαφοροποιήθηκε από αυτόν. Στους κόλπους της βρέθηκαν ψυχαναλυτές που δεν έμεναν

ικανοποιημένοι από την φροϋδική κατασκευή καθώς έβρισκαν το ψυχαναλυτικό μοντέλο πολύ μηχανιστικό και περιοριστικό. Επιπλέον, αντιμετώπιζαν με ιδιαίτερο σκεπτικισμό την τάση της Ego-psychology που, ερχόμενη από την Αμερική, φαινόταν να επικρατεί στην διεθνή ψυχαναλυτική σκηνή εκείνη την εποχή. Τους προβλημάτιζε η τάση να θεωρείται το «Εγώ» ως ο κεντρικός τόπος σύνθεσης της προσωπικότητας, ο κατ' εξοχήν τόπος εργασίας για τον αναλυτή, ο οποίος μάλιστα χρειάζεται να το ενισχύσει, ώστε να επανέλθει ο θεραπευόμενος με πιο «λειτουργικό» τρόπο στο πεδίο της «πραγματικότητας».

Στη βάση αυτών των προβληματισμών, και παρ' όλο που η μέχρι τότε θεραπευτική τους πρακτική ήταν αυτή της Φροϋδικής ψυχανάλυσης (ο ίδιος ο Medard Boss είχε υπάρξει θεραπευόμενος του Freud) αναζήτησαν έναν άλλο τρόπο εννόησης του ανθρώπου και της ψυχοθεραπείας. Ο Medard Boss, επηρεασμένος από τον Ludwig Binswanger, έδειξε ζωηρό ενδιαφέρον για την πρακτική εφαρμογή της φαινομενολογίας του Heidegger στη ψυχοθεραπεία και επεδίωξε προσωπική επαφή και γνωριμία με αυτόν. Δημιουργήθηκε μια στενή φιλία και συνεργασία που κράτησε μέχρι την εποχή του θανάτου του Heidegger το 1976. Από το 1959 έως το 1968, ο Heidegger επισκεπτόταν τον Boss στην Ελβετία -στο Zollikon- όπου έλαβαν χώρα τα παγκοσμίως πλέον γνωστά "*Zollikon Seminars*". Σε αυτά συμμετείχαν ψυχίατροι, ψυχολόγοι και ψυχαναλυτές που τους ενδιέφερε ένας φαινομενολογικός τρόπος προσέγγισης και εννόησης του ανθρώπου ως *Dasein*, πέρα από τα μέχρι τότε κυρίαρχα και επικρατούντα μοντέλα. Από τους συμμετέχοντες σε αυτά τα σεμινάρια, και με πρωτεργάτες τους Medard Boss και Gion Condrau, δημιουργήθηκε στα 1971 το «*Zurich Institute for Daseinsanalytic Psychotherapy and Psychosomatics*». Στα 1984 ιδρύθηκε στη Ζυρίχη η «*Swiss Professional Federation for Daseinsanalysis*» και στα 1990 ιδρύθηκε η «*International Federation of Daseinsanalysis*» (IFDA) στην οποία συμμετέχουν εταιρείες Daseinsanalysis από πολλές χώρες της Ευρώπης και της Αμερικής. Η Ελληνική Εταιρεία Φαινομενολογικής-Υπαρξιακής Ανάλυσης και Ψυχοθεραπείας (Hellenic Society of Daseinsanalysis (HSDA) - Greece) ιδρύθηκε το 2004.

Τα σεμινάρια στο "Zollikon" δημοσιεύτηκαν για πρώτη φορά στη γερμανική γλώσσα το 1987 και σε αγγλική μετάφραση το 2001. Σε ελληνική μετάφραση κυκλοφόρησε ο α' τόμος τον Σεπτέμβριο του 2015 και ο β' τόμος αναμένεται το Φθινόπωρο του 2016 (εκδόσεις ΡΟΕΣ).