

ΠΕΡΙΕΧΟΜΕΝΑ

ΣΗΜΕΙΩΜΑ ΣΤΗΝ ΕΛΛΗΝΙΚΗ ΕΚΔΟΣΗ	15
Bernard Rimé	
ΠΡΟΛΟΓΟΣ	19
Serge Moscovici	
ΕΙΣΑΓΩΓΗ	25

ΠΡΩΤΟ ΜΕΡΟΣ ΣΥΝΑΙΣΘΗΜΑ ΚΑΙ ΕΚΦΡΑΣΗ: ΕΙΣΑΓΩΓΗ

Κεφάλαιο 1

ΤΑ ΣΥΝΑΙΣΘΗΜΑΤΑ: ΜΙΑ ΓΡΗΓΟΡΗ ΜΑΤΙΑ ΣΤΗΝ ΙΣΤΟΡΙΑ	39
Ο Δαρβίνος και η έκφραση των συναισθημάτων	39
William James, οι φυσιολογικές αλλαγές και η συνείδηση	42
John Watson, ο σκληρός συμπεριφορισμός και η εκστρατεία κατά των συναισθημάτων	44
Ο λόγος στη φυσιολογία: Ο Cannon, οι επείγουσες αντιδράσεις και η κεντρική θεωρία	45
Μετά τον Cannon, η εξερεύνηση του σπλαγχνικού εγκεφάλου	48
Διακυμάνσεις δραστηριότητας και κινητοποίηση ενέργειας: Η ροή της ενεργοποίησης	49
Ο Stanley Schachter και η γνωστικο-φυσιολογική θεωρία	50
Το γνωστικό νέο κύμα: Αξιολόγηση και συναίσθημα	53
Αναπτύξεις της θεωρίας της εξέλιξης	54
Άλλες γνωστικές αναλύσεις του συναισθήματος	57
Ο νεο-δαρβινισμός στη μελέτη των συναισθημάτων: Η βιοψυχολογική προσέγγιση	61
Συμπεράσματα	64

Κεφάλαιο 2

ΤΙ ΕΙΝΑΙ ΤΟ ΣΥΝΑΙΣΘΗΜΑ;	67
Τα παράδοξα της ετυμολογίας	67
Τα πάθη στον Αριστοτέλη και το συναίσθημα στις μέρες μας	70

Ο ορισμός του συναισθήματος	74
Η διάρκεια του συναισθήματος και η έννοια του συναισθηματικού επεισοδίου	78
Οι ρήξεις συνέχειας στην αλληλεπίδραση ατόμου-περιβάλλοντος	81
Μεταβολές από την πλευρά του περιβάλλοντος	82
Μεταβολές από την πλευρά του ατόμου	83
Τα στοιχεία της επιδίωξης ενός στόχου	84
Ο στόχος	85
Η δέσμευση	85
Ο σχεδιασμός	88
Η δράση	89

Κεφάλαιο 3

ΓΙΑ ΝΑ ΚΑΤΑΛΑΒΟΥΜΕ ΤΑ ΣΥΝΑΙΣΘΗΜΑΤΑ

Συναισθήματα υποκινούμενα από τις μεταβολές του περιβάλλοντος	92
Οι θυμικές εκδηλώσεις στη δράση: Κατεύθυνση, ταχύτητα και βελτιστοποίηση	95
Οι θυμικές εκδηλώσεις στην αξιολόγηση της κατεύθυνσης	96
Οι θυμικές εκδηλώσεις στην αξιολόγηση της ταχύτητας	96
Οι θυμικές εκδηλώσεις στη βέλτιστη εμπειρία	97
Τα συναισθήματα στη δράση: Εμπόδιο, αποτυχία, απώλεια, απάρνηση	99
Τα συναισθήματα στη δράση: Υπερπήδηση εμποδίων, προσέγγιση και περάτωση	102
Η λανθάνουσα μνήμη και η σιωπηρή καθοδήγηση των θυμικών εκδηλώσεων	105
Συμπεράσματα	107

Κεφάλαιο 4

Η ΚΟΙΝΩΝΙΚΗ ΕΠΙΚΟΙΝΩΝΙΑ ΤΩΝ ΣΥΝΑΙΣΘΗΜΑΤΩΝ

Γιατί έχουμε ανάγκη να μιλάμε ξανά και ξανά για μια συναισθηματική εμπειρία	109
Κοινωνική επικοινωνία του συναισθήματος: Δεδομένα επιβεβαίωσης	113
Υπάρχουν διαφορές ανάμεσα στα φύλα;	118
Η κοινωνική επικοινωνία των συναισθημάτων στα παιδιά	119
Η κοινωνική επικοινωνία των συναισθημάτων στην τρίτη ηλικία	123
Κοινωνική επικοινωνία των συναισθημάτων, μορφωτικό επίπεδο και πολιτισμική υπαγωγή	127

Το παράδοξο της κοινωνικής επικοινωνίας των συναισθημάτων	132
Συμπεράσματα	134

ΔΕΥΤΕΡΟ ΜΕΡΟΣ Η ΕΚΦΡΑΣΗ ΤΩΝ ΣΥΝΑΙΣΘΗΜΑΤΩΝ: ΚΟΙΝΩΝΙΚΕΣ ΟΥΣΕΙΣ

Κεφάλαιο 5

ΑΠΟ ΤΗΝ ΠΛΕΥΡΑ ΤΟΥ ΑΚΡΟΑΤΗ	137
Η γοητεία της ακρόασης	137
Τα συναισθήματα του ακροατή	144
Οι αντιδράσεις του ακροατή	147
Η δυναμική της κοινωνικής επικοινωνίας	153
Τα όρια της ακρόασης	155
Ποιος θα προσφερθεί να ακούσει;	157
Ένας ειδικός δεσμός.....	160

Κεφάλαιο 6

ΣΕ ΠΟΙΟΝ ΜΙΛΑΜΕ ΓΙΑ ΤΑ ΣΥΝΑΙΣΘΗΜΑΤΑ ΜΑΣ;	163
Οι συνομιλητές μας στην κοινωνική επικοινωνία των συναισθημάτων	163
Οι στόχοι της κοινωνικής επικοινωνίας των παιδιών	165
Μεταγενέστερη εξέλιξη	167
Το δίκτυο συνομιλητών των εφήβων	171
Το δίκτυο συνομιλητών των ενηλίκων	173
Συνομιλητές στην κοινωνική επικοινωνία των συναισθημάτων και κουλτούρα	176
Διαφορετικοί συνομιλητές ανάλογα με το συναίσθημα;	177
Διαφορετικοί συνομιλητές ανάλογα με το πλαίσιο του συναισθηματικού επεισοδίου	179

Κεφάλαιο 7

Η ΚΟΙΝΩΝΙΚΗ ΔΙΑΔΟΣΗ ΤΗΣ ΣΥΝΑΙΣΘΗΜΑΤΙΚΗΣ ΠΛΗΡΟΦΟΡΙΑΣ	183
Από το συναίσθημα στον θρύλο	183
Η δευτερογενής κοινωνική επικοινωνία	186
Επιβεβαιώσεις και επεκτάσεις	188
Και, προπαντός, μην το πείτε σε κανέναν!	192

Η εξάπλωση των συναισθηματικών επεισοδίων	196
Οι λόγοι της εξάπλωσης	198
Συμπεράσματα	202

ΤΡΙΤΟ ΜΕΡΟΣ

Η ΕΚΦΡΑΣΗ ΤΩΝ ΑΡΝΗΤΙΚΩΝ ΣΥΝΑΙΣΘΗΜΑΤΙΚΩΝ ΕΜΠΕΙΡΙΩΝ

Κεφάλαιο 8

ΕΥΠΡΟΣΔΕΚΤΕΣ ΚΑΙ ΑΝΕΠΙΘΥΜΗΤΕΣ ΑΝΤΙΔΡΑΣΕΙΣ	205
Η δυσφορία μπροστά στον πόνο του άλλου	205
Ανεπιθύμητες αντιδράσεις και απλουστευτικές παρεμβάσεις	209
Οι διαφορετικές μορφές κοινωνικής στήριξης	211
Λεκτικά μηνύματα καθησυχασμού	213
Εμπειρικά δεδομένα σχετικά με τις ευπρόσδεκτες και τις ανεπιθύμητες αντιδράσεις	215
Συμπεράσματα: Η διατήρηση του κοινωνικού δεσμού	221

Κεφάλαιο 9

ΤΑ ΣΥΝΑΙΣΘΗΜΑΤΙΚΑ ΕΠΕΙΣΟΔΙΑ ΠΟΥ ΜΕΝΟΥΝ ΚΡΥΦΑ	225
Πώς μπορούμε να μελετήσουμε τις συναισθηματικές αναμνήσεις που οι άνθρωποι δεν επιθυμούν να μοιραστούν;	225
Πρόκειται για εμπειρίες ακραίας έντασης;	227
Ο ρόλος της ντροπής και της ενοχής	231
Ο θεμελιώδης κοινωνικός ρόλος των μυστικών	235
Το κόστος της απουσίας επικοινωνίας	237
Η εμπειρική απόσταση	242

Κεφάλαιο 10

ΣΥΝΑΙΣΘΗΜΑ, ΕΚΦΡΑΣΗ, ΑΠΕΛΕΥΘΕΡΩΣΗ;

ΛΑΪΚΕΣ ΔΟΞΑΣΙΕΣ ΠΑΝΤΟΣ ΚΑΙΡΟΥ... ..	245
Οι λαϊκές δοξασίες	245
Οι λαϊκές δοξασίες: Εμπειρικά δεδομένα	247
Έκφραση = Απελευθέρωση; Εμπειρικός έλεγχος	250
Όροι συσχέτισης της φυσικής κοινωνικής επικοινωνίας	251
Αποτελέσματα της κοινωνικής επικοινωνίας υπό πειραματικές συνθήκες	255
Οι επιδράσεις των ψυχολογικών απενημερώσεων	259

Μια δοξασία με γερές αντοχές	262
Δοξασίες και επιστημονικές γνώσεις	264
Οι θετικές όψεις των απενημερώσεων	266
Τα οφέλη της γραπτής έκφρασης	268
Προοπτικές	270

ΤΕΤΑΡΤΟ ΜΕΡΟΣ

ΤΑ ΜΑΘΗΜΑΤΑ ΤΩΝ ΑΚΡΑΙΩΝ ΣΥΝΑΙΣΘΗΜΑΤΙΚΩΝ ΕΜΠΕΙΡΙΩΝ

Κεφάλαιο 11

ΤΑ ΣΥΝΑΙΣΘΗΜΑΤΙΚΑ ΤΡΑΥΜΑΤΑ: ΜΙΑ ΜΑΤΙΑ ΣΤΗΝ ΙΣΤΟΡΙΑ..... 273

Καταβολές της έννοιας του συναισθηματικού τραύματος	273
Πρώτη θεωρητική προσέγγιση: Pierre Janet (1889)	277
Η εξέλιξη της ιδέας του τραύματος στον Freud	281
Η κινητήρια δύναμη των παγκόσμιων πολέμων	285
Η συμβολή της έννοιας του στρες	288
Καταβολές του συνδρόμου του μετατραυματικού στρες	289

Κεφάλαιο 12

ΓΙΑ ΝΑ ΚΑΤΑΝΟΗΣΟΥΜΕ ΤΑ ΣΥΝΑΙΣΘΗΜΑΤΙΚΑ ΤΡΑΥΜΑΤΑ 293

Το σύνδρομο του μετατραυματικού στρες	293
Ο κίνδυνος μετατραυματικού στρες	297
Η θεωρητική προσέγγιση του συνδρόμου	302
Συμπεράσματα	308

Κεφάλαιο 13

Ο ΑΝΤΙΚΤΥΠΟΣ ΤΩΝ ΤΡΑΥΜΑΤΙΚΩΝ ΕΜΠΕΙΡΙΩΝ 309

Θεωρίες της πραγματικότητας και θεωρητικές καταστροφές	309
Η αντοχή των θεμελιωδών αξιωμάτων σε τραυματικές καταστάσεις	311
<i>Η συνοχή του κόσμου</i>	313
<i>Η ικανότητα ελέγχου</i>	314
<i>Η ευνοϊκή μοίρα</i>	315
<i>Η αξία του εαυτού</i>	316
Μοντέλα της πραγματικότητας και ψυχολογική έλλειψη ρεαλισμού	317
Η προστασία των αφηρημένων αξιωμάτων	319
Ισοδύναμα τραυμάτων στα ζώα	320

Αντίκτυπος των μη προβλέψιμων και μη ελέγξιμων καταστάσεων στα ζώα	323
Ο διπλός αντίκτυπος των ακραίων τραυματικών γεγονότων στον άνθρωπο	325

ΠΕΜΠΤΟ ΜΕΡΟΣ ΟΙ ΣΥΝΑΙΣΘΗΜΑΤΙΚΕΣ ΕΜΠΕΙΡΙΕΣ, Ο ΑΝΤΙΚΤΥΠΟΣ ΤΟΥΣ ΚΑΙ Η ΔΙΑΧΕΙΡΙΣΗ ΤΟΥΣ

Κεφάλαιο 14	
ΣΥΝΑΙΣΘΗΜΑ ΚΑΙ ΠΑΡΑΓΩΓΗ ΝΟΗΜΑΤΟΣ	331
Τα διδάγματα των ακραίων συναισθηματικών εμπειριών	331
Τα συναισθήματα στα όρια του εικονικού σύμπαντος	333
Το συναίσθημα ως παράδοξο	335
Η παραγωγή νοήματος έπειτα από συναίσθημα	337
Αμφιβολία και αβεβαιότητα	339
Η αυτόματη γνωστική ανάκληση έπειτα από συναίσθημα	340
Τι είναι η παραγωγή νοήματος;	345
Η αυτοβιογραφική κατασκευή ως διαδικασία παραγωγής νοήματος	348
Η θέση της γνώσης	350
Η διαφορά ανάμεσα στα συναισθήματα και στα συναισθηματικά τραύματα	352
Επιλυμένες και μη επιλυμένες συναισθηματικές εμπειρίες	353
Συμπεράσματα	355

Κεφάλαιο 15	
ΣΥΝΑΙΣΘΗΜΑ ΚΑΙ ΕΚΦΡΑΣΗ: Ο ΚΙΝΔΥΝΟΣ ΤΗΣ ΑΠΛΟΥΣΤΕΥΣΗΣ.....	357
Λαϊκές δοξασίες έναντι εμπειρικών δεδομένων	357
Ο συναισθηματικός αντίκτυπος: Ο κίνδυνος της απλούστευσης	358
Οι συνθήκες υποχώρησης των συνεπειών του συναισθήματος	362
Συμβολές της κοινωνικής επικοινωνίας των συναισθημάτων στην υποχώρηση	364
Η κοινωνικο-συναισθηματική δυναμική στην κοινωνική επικοινωνία των συναισθημάτων	367
Η κοινωνικο-συναισθηματική δυναμική στα κοινωνικά τελετουργικά	369
Τα κοινωνικά τελετουργικά έχουν απελευθερωτική επίδραση;	371

Τα κοινωνικά τελετουργικά: Το μοντέλο του Durkheim	375
Τα οφέλη της συναισθηματικής μέθεξης	378
Συμπεράσματα	380

Κεφάλαιο 16

Η ΚΟΙΝΩΝΙΚΗ ΜΗΤΡΑ ΤΩΝ ΣΥΝΑΙΣΘΗΜΑΤΙΚΩΝ ΕΜΠΕΙΡΙΩΝ

Συναισθήματα και διαχείριση των συναισθημάτων στις απαρχές της ζωής	381
Η αφοσίωση στα ζώα	383
Η αφοσίωση στον άνθρωπο	385
Συναισθήματα, γνώσεις και κοινωνικός δεσμός	388
Οι κοινωνικές πληροφορίες στις κρίσιμες καταστάσεις	390
Πώς το παιδί μαθαίνει να ανακαλεί τα γεγονότα του παρελθόντος	392
Το σύμπαν της αφήγησης	396
Κοινωνική σκέψη και κοινωνικές αναπαραστάσεις	398
Κοινωνικές καταβολές των δύο τρόπων διαχείρισης των συναισθηματικών εμπειριών	402
Δύο διαστάσεις της κοινωνικής επικοινωνίας των συναισθημάτων	405
ΓΕΝΙΚΑ ΣΥΜΠΕΡΑΣΜΑΤΑ	408
ΒΙΒΛΙΟΓΡΑΦΙΑ	415

ΣΗΜΕΙΩΜΑ ΣΤΗΝ ΕΛΛΗΝΙΚΗ ΕΚΔΟΣΗ

BERNARD RIMÉ

Αυτό το βιβλίο εξυπηρετεί μια τριπλή επιδίωξη. Πρώτον, θελήσαμε μέσα σε αυτό να δώσουμε μια εικόνα τού τι ακριβώς είναι το συναίσθημα. Ξεκινώντας από τους τρόπους αντίληψης του συναισθήματος που διαδέχθηκαν ο ένας τον άλλον στην επιστημονική ιστορία, θα ανακαλύψουμε κατ' αρχάς τους κοινούς παρονομαστές στους οποίους στηρίζονται σήμερα οι επιστήμονες σε αυτό τον τομέα. Στη συνέχεια θα εξετάσουμε τα βασικά ερωτήματα που εγείρει το συναίσθημα: Σε ποιες συνθήκες ενεργοποιούνται τα συναισθήματα; Γιατί ενεργοποιούνται σε αυτές τις συγκεκριμένες συνθήκες; Ποιες λειτουργίες εκπληρώνουν στο πλαίσιο της προσαρμογής; Θα δούμε ειδικότερα ότι αυτές οι λειτουργίες όχι μόνο δεν είναι εμφανείς, αλλά συνάμα είναι παραγνωρισμένες, πολλαπλές και δυσδιάκριτες.

Δεύτερον, το βιβλίο εστιάζει σε ένα φαινόμενο το οποίο έχει σε γενικές γραμμές αγνοηθεί από την επιστημονική μελέτη του συναισθήματος και το οποίο πολλές έρευνες από την ερευνητική ομάδα μας στο Πανεπιστήμιο της Λουβέν έχουν καταφέρει να φέρουν στο προσκήνιο. Από τον Δαρβίνο κι έπειτα, η έννοια της συναισθηματικής έκφρασης καταλαμβάνει σημαντική θέση στην επιστημονική μελέτη του συναισθήματος. Ωστόσο, στο πλαίσιο της θεωρίας της εξέλιξης, η έκφραση των συναισθημάτων είναι κοινή σε ανθρώπους και ζώα, και αφορά τις εκδηλώσεις του συναισθήματος στο σώμα, το πρόσωπο, τη φωνή ή τη στάση του σώματος. Σε αυτό το βιβλίο θα δείξουμε ότι η έκφραση του συναισθήματος στον άνθρωπο έχει μια συγκεκριμένη διάσταση, η οποία απουσιάζει από τον ζωικό κόσμο. Πράγματι, στον άνθρωπο το συναίσθημα σχεδόν κατά κανόνα συνεπάγεται τη λεκτική έκφραση και την κοινωνική επικοινωνία του. Και τότε τίθεται το ερώτημα τι κινητοποιεί αυτή την ανθρώπινη ιδιαιτερότητα. Όταν βέβαια

ρωτάμε τους ανθρώπους για ποιον λόγο επιθυμούν να συζητούν με τους άλλους για τις συναισθηματικές εμπειρίες τους, εισπράττουμε μια πολύ διαδεδομένη στερεοτυπική απάντηση. Οι περισσότεροι άνθρωποι θεωρούν ότι λεκτικοποιούν τη συναισθηματική εμπειρία «για να αποφορτιστούν», «για να ξαλαφρώσουν». Πιστεύουν, με άλλα λόγια, στην ιδέα μιας «κάθαρσης» διά της έκφρασης. Θα δούμε, ωστόσο, ότι τα εμπειρικά δεδομένα δεν τεκμηριώνουν αυτή την απλουστευτική απάντηση και ότι χρειάζεται να σκάψουμε βαθύτερα αν θέλουμε να δούμε πιο καθαρά τα πράγματα.

Ο τρίτος στόχος του βιβλίου αφορά το συναισθηματικό τραύμα. Δείχνοντας ότι τα συναισθήματα της καθημερινής ζωής διατηρούν έναν μη αμελητέο αντίκτυπο στη μετέπειτα προσαρμογή του ατόμου, παραλληλίζουμε τα συναισθήματα αυτά με τα συναισθηματικά τραύματα που εκ των υστέρων εξακολουθούν να ασκούν σημαντική επίδραση στην ψυχική και στην κοινωνική ζωή του θύματος. Εμβαθύνοντας στους λόγους για τους οποίους οι τραυματικές εμπειρίες ασκούν μια τέτοια επίδραση, είχαμε την ελπίδα ότι θα ρίξουμε κάποιο φως στον γνωστικό και κοινωνικό αντίκτυπο των συναισθηματικών εμπειριών της καθημερινής ζωής. Πέρα από αυτό τον ειδικό στόχο, μας φάνηκε επίσης δελεαστικό να εξετάσουμε τις σχέσεις που αναπτύσσονται μεταξύ των συναισθηματικών εμπειριών της καθημερινής ζωής και των τραυματικών συναισθηματικών εμπειριών. Παραδόξως, τον επιστημονικό κόσμο ουδέποτε έχει απασχολήσει το παραπάνω ερώτημα. Η μελέτη των συναισθηματικών τραυμάτων συνιστά ένα εξειδικευμένο ερευνητικό σύμπαν, σαφώς οριοθετημένο και διακριτό από το πεδίο της βασικής μελέτης του συναισθήματος. Δεν παρατηρούνται αλληλεπικαλύψεις ούτε στα επιστημονικά περιοδικά ούτε στα συνέδρια των ειδικών. Θαρρεί κανείς ότι τα φαινόμενα αυτά διαχωρίζονται βάσει εγγενών διαφορών, με αποτέλεσμα να έχουμε αφενός τα συναισθηματικά συμβάντα μέτριας έντασης που μπορούν να εκδηλωθούν στην «κανονική ζωή», και τα οποία δεν αναμένεται να έχουν βαρύνουσες επιπτώσεις στη μετέπειτα λειτουργία του ατόμου, και αφετέρου τα πολύ έντονα συναισθήματα που προκαλούνται από γεγονότα «πέρα από το συνηθισμένο», και τα οποία αναμένεται να έχουν αξιοσημείωτες συνέπειες για την επακόλουθη λειτουργία του ατόμου. Με σπάνιες εξαιρέσεις, η βασική έρευνα για τα συναισθήματα δεν ενδιαφέρεται για τις τραυματικές καταστάσεις. Και, αντιστρόφως, οι έρευνες γύρω από το συναισθηματικό τραύμα δεν κάνουν την παραμικρή αναφορά σε ευρήματα και έννοιες που έχουν προκύψει από τη βασική έρευ-

να πάνω στα συναισθήματα. Αυτή η κατάσταση είναι παράλογη. Κανένα θεωρητικό επιχείρημα δεν δικαιολογεί τον διχασμό ανάμεσα στα δύο αυτά είδη φαινομένων. Αντιθέτως, έχουμε κάθε λόγο να πιστεύουμε ότι και οι δύο τομείς έρευνας θα επωφελούνταν σε μεγάλο βαθμό από μια αμοιβαία γόνιμη ανταλλαγή. Ελπίζουμε να καταδείξουμε ότι υφίσταται πράγματι μια συγγένεια μεταξύ των δύο ειδών εκδηλώσεων και με τον τρόπο αυτό να συμβάλουμε στη γεφύρωση των δύο πεδίων.

Οι διάφοροι στόχοι που εκθέσαμε παραπάνω υπάγονται σε έναν στόχο ανώτερης ιεραρχικής τάξης, που δεν είναι άλλος από την ψυχολογική προσέγγιση του συναισθήματος. Υπάρχει σήμερα η διαδεδομένη πεποίθηση ότι η διερεύνηση του πεδίου των συναισθημάτων αποτελεί ουσιαστικά αρμοδιότητα των νευροεπιστημών. Και πράγματι, χάρη κυρίως στις τεχνολογικές εξελίξεις που τις συνδράμουν, οι προσεγγίσεις αυτές συνεισφέρουν σημαντικά στη μελέτη του συναισθήματος. Όσο συναρπαστικές κι αν είναι όμως αυτές οι συνεισφορές, πρέπει να θυμόμαστε ότι, όταν μιλάμε για ανθρώπινα συναισθήματα, η προσέγγιση των νευροεπιστημών καλύπτει μόνο ένα κομμάτι του θέματος. Το άλλο κομμάτι έχει να κάνει με το γεγονός ότι ο ανθρώπινος εγκέφαλος, όταν λειτουργεί, έρχεται σε επαφή, ενσωματώνει γνώση και νόημα, παράγει γνώση, παράγει νόημα, μπαίνει σε διάλογο, αναπτύσσει συμπάθειες, λειτουργεί σε δίκτυο όπου συμμετέχουν και οι άλλοι εγκέφαλοι του κοινωνικού περιβάλλοντος και, ως εκ τούτου, συνδέεται με τη γνώση και το νόημα που κυκλοφορούν στο εν λόγω περιβάλλον, τώρα όπως και από την αρχή του κόσμου. Στα ζώα τα συναισθήματα συνδέονται με τα βιολογικά προβλήματα της επιβίωσης. Στον άνθρωπο, μετά τις πρώτες κιόλας εβδομάδες ζωής, τα συναισθήματα υπερβαίνουν τα όρια του ζωτικού χώρου. Τότε αρχίζουν να γεννιούνται ολοένα και συχνότερα μέσα στις σφαίρες του γνωστικού, του συμβολικού και του σχεσιακού, όπου τίθενται νέα ζητήματα κεφαλαιώδους σημασίας. Αυτή η ιδιαιτερότητα, η οποία χαρακτηρίζει τα ανθρώπινα συναισθήματα, δεν μπορεί να μελετηθεί πλήρως από την προσέγγιση των νευροεπιστημών. Η μελέτη της είναι καθήκον της ψυχολογίας. Η επιστημονική μέθοδος και τα εννοιολογικά εργαλεία που της παρέχουν η κοινωνική ψυχολογία και η γνωστική ψυχολογία είναι τα πλέον κατάλληλα εφόδια για αυτό το εγχείρημα.

Στο ξεκίνημα του βιβλίου, θα ήθελα να αναφερθώ στη μνήμη του Serge Moscovici και να του εκφράσω τη βαθιά ευγνωμοσύνη μου. Είχε εκδηλώσει επανειλημμένα την επιθυμία να δει δημοσιευμένο ένα βιβλίο για το

θέμα αυτό στη σειρά την οποία διηύθυνε στο Παρίσι. Χωρίς την ακλόνητη επιμονή του και την υποστήριξή του, οι σελίδες αυτές πιθανότατα δεν θα είχαν δημοσιευθεί ποτέ. Πότε άραγε γνωρίζουμε κάτι αρκετά καλά για να του δώσουμε την οριστική όψη που παίρνει πάνω στο χαρτί;

Η μετάφραση του ανά χείρας βιβλίου στην ελληνική γλώσσα με τιμά και με συναρπάζει. Είχα την ευκαιρία, όταν ήμουν νέος, να παρακολουθήσω εμβριθείς σπουδές στον πολιτισμό της αρχαίας Ελλάδας και στον πολιτισμό του ρωμαϊκού κόσμου. Τρέφω ακόμα βαθύ σεβασμό για την κλασική ελληνική γλώσσα, την οποία διδάχθηκα και εξακολουθώ να χρησιμοποιώ καθημερινά για να κατανοήσω τις ρίζες των λέξεων της γαλλικής γλώσσας και να φωτίσω έτσι το λεξιλόγιό μου. Θα ήθελα επίσης να εκφράσω την ευγνωμοσύνη μου στην κυρία Κατερίνα Γούλα για τις γλωσσικές και επιστημονικές της δεξιότητες που επιστράτευσε για τη μετάφραση του βιβλίου.

Θα ολοκληρώσω εκφράζοντας τη βαθύτατη ευγνωμοσύνη μου στον συνάδελφό μου, καθηγητή Στάμο Παπαστάμου, ο οποίος ανέλαβε την πρωτοβουλία να υλοποιήσει τον σχεδιασμό της ελληνικής μετάφρασης αυτού του βιβλίου και να συντονίσει την έκδοσή του.

ΠΡΟΛΟΓΟΣ

SERGE MOSCOVICI

Θα μπορούσαμε να συζητάμε επ' αόριστον για το πώς χρησιμοποιούμε, με την καθημερινή έννοια, τον όρο «ψυχολογία». Ο νους του καθενός ανατρέχει αμέσως σε παραδείγματα, και πιο συγκεκριμένα σε παραδείγματα συμπεριφορών οι οποίες περιγράφουν με τον πλέον εύστοχο τρόπο τις σχέσεις μας, τον τρόπο μας να ζούμε μέσα στο περιβάλλον, και οι οποίες τελικά καθιστούν εφικτή την οικειότητα και τις ανταλλαγές στο πλαίσιο μιας καθημερινής κοινότητας. «Αυτό είναι όμως όλο;» αναρωτιόμαστε. Έχουμε μάλλον την εντύπωση ότι βιαστήκαμε πολύ να δώσουμε έναν ορισμό, παραλείποντας τα θεμελιώδη θέματα της νόησης και των συναισθημάτων τα οποία, υπό το πρίσμα των αντιθέσεων ανάμεσα στη λογική και στο πάθος, στην αντικειμενικότητα και στην υποκειμενικότητα, στη γνώση και στο θυμικό, διεκδικούν την προσοχή μας και της προσφέρουν μια πληρέστερη άποψη του τι καταλαβαίνει ο καθένας με τον όρο «ψυχολογία». Με τα τελειοποιημένα εργαλεία τους και τα υλικά τους, οι ερευνητές τα καταφέρνουν αρκετά καλά, και μάλιστα είναι και πολύ πειστικοί. Κι όμως, πρέπει να ομολογήσουμε ότι, αν ακολουθήσουμε την καμπύλη της λεγόμενης «βιβλιογραφίας», είναι δύσκολο να μην τραβήξει την προσοχή μας ένα είδος κύκλου, με κάποια περιοδικότητα, όπου εκφράζεται άλλοτε η κυριαρχία της νόησης, άλλοτε η κυριαρχία του συναισθήματος. Λογική και πάθος, γνώση και θυμικό εναλλάσσονται. Ο ιστορικός της επιστήμης είναι αυτός που θα αποφασίσει αν σήμερα βρισκόμαστε στην αρχή ή στο τέλος μιας φάσης όπου κυρίαρχο είναι το συναίσθημα.

Το μόνο που ξέρουμε εμείς εδώ, στον αστερισμό των ειδικών, είναι ότι μιλάμε πιο συχνά απ' ό,τι στο πρόσφατο παρελθόν μας για τη συναισθηματική μας νοημοσύνη. Και, στην κοινωνική ψυχολογία, ερευνητές τόσο

διακεκριμένοι όσο ο Zajonc έχουν παραδεχτεί την κυριαρχία του θυμικού πάνω στη σκέψη, με τη βεβαιότητα που ο Hume βεβαίωνε ότι στη μάχη με τη λογική εξαρχής νικητής είναι το πάθος.

Ο Bernard Rimé συνεχίζει τις έρευνές του γύρω από τα συναισθήματα εδώ και πολλές δεκαετίες, θα μπορούσα σχεδόν να πω ότι έχει αφιερώσει τη ζωή του σε αυτές. Κι αν είναι πλέον ένας από τους γνωστότερους ερευνητές στον τομέα αυτό, τι πιο φυσικό; Δεν είναι καν άξιο μνείας. Αυτό όμως που έχει σημασία είναι ότι το βιβλίο του κάνει την εμφάνισή του ακριβώς τη στιγμή εκείνη που το ενδιαφέρον για τη συναισθηματική ζωή, τις θυμικές διαθέσεις, είναι γενικό. Δεν θέλω να πω ότι είναι μοναδικό, διότι, από τον Ribot μέχρι τον Maisonneuve, δεν μας λείπουν οι βιβλιογραφικές αναφορές. Αν λάβουμε όμως υπόψη τις ποικίλες πειραματικές έρευνες και το πλήθος αναλύσεων βασικών φαινομένων, κανένα άλλο έργο δεν έχει να προσφέρει πιο συναρπαστική ανάγνωση.

Το να προλογίσω ένα έργο τέτοιου εύρους και τέτοιας ποιότητας ήταν κάτι που μου προκάλεσε αμηχανία, κατά κάποιον τρόπο. Μόνο η φιλική εμπιστοσύνη που τρέφει για εμένα ο Rimé δικαιολογεί ίσως την εισβολή μου σε έναν τομέα που δεν μου είναι καθόλου οικείος, τουλάχιστον κατά την άποψή μου. Αξίζει τον κόπο να διευκρινίσω ότι το βιβλίο αυτό είναι κατ' αρχάς η έκθεση μιας γενικής θεωρίας η οποία καταλήγει σε βαθιά και «ανατρεπτικά» συμπεράσματα τα οποία η κοινωνική ψυχολογία δεν έχει ακόμη αφομοιώσει πλήρως. Στο παρελθόν, οι ερευνητές θεωρούσαν το σώμα το κύριο εμπόδιο σε μια εύτακτη ζωή, η οποία οργανώνεται από τη σκέψη, ρυθμίζεται από μηχανισμούς ή διαπνέεται από την ιδέα ότι το άτομο είναι αποκλειστικά υπεύθυνο για την ισορροπία του. Οι ανάγκες του οργανισμού απαιτούν την ικανοποίησή τους χωρίς την παραμικρή καθυστέρηση και δεν εισακούουν τη φωνή της λογικής. Ισχυρές επιθυμίες συγκρούονται με τις ηθικές νόρμες. Στοχαστές και νομοθέτες χρησιμοποίησαν όλη τους τη σοφία για να προσπαθήσουν να υπερκεράσουν αυτή τη σύγκρουση και θεμελίωσαν νόρμες που ικανοποιούν εν μέρει τις απαιτήσεις αυτές, φροντίζοντας παράλληλα να αναχαιτίζουν τις επιθυμίες. Η μάχη που μαίνεται ασίγαστα μεταξύ αυτών των αντιπάλων βρίσκεται στην καρδιά της ανθρώπινης ζωής: σωματικές ορέξεις εναντίον ευνομούμενης κοινωνίας, φύση εναντίον πολιτισμού. Μπορούμε να εντοπίσουμε κάτι σαν «συγγενική ομοιότητα» ανάμεσα στις επιθυμίες του σώματος και στις συναισθηματικές καταστάσεις, τουλάχιστον στο επίπεδο των συνεπειών τους.

Με τη διαφορά ότι οι συναισθηματικές καταστάσεις προκύπτουν από μια «ρωγμή στη συμμετρία» με λίγα λόγια, από μια διακοπή της συνέχειας στην αλληλεπίδραση «άτομο-περιβάλλον».

Εκθέτοντας, στην αρχή του βιβλίου του, τις θεωρίες των συναισθημάτων, ο Rimé ξεκινά, όπως αρμόζει, με τη διάσημη θεωρία του Δαρβίνου, σύμφωνα με την οποία κάθε συναίσθημα αποτελεί κομμάτι του εξοπλισμού προσαρμογής του ατόμου και βρίσκεται πάνω στο ίδιο συνεχές με το συναίσθημα κάθε συγγενικού είδους, είναι δηλαδή καθολικό, κοινό σε όλους τους πολιτισμούς. Είναι περιττό ίσως να επισημάνουμε ότι το εξαιρετικό βιβλίο του Δαρβίνου για την έκφραση των συναισθημάτων, οι σελίδες του οποίου ξεχειλίζουν από ιδέες και παραδείγματα, δεν έπαψε ποτέ να ασκεί γοητεία και επιρροή σε όσους ενδιαφέρονται για τα φαινόμενα αυτά. Οι ιδέες που εκτίθενται στο αριστούργημά του διαπνέονται, αναντίρρητα, από μια πειστική απλότητα και θυμίζουν, σε κάποιον βαθμό, τις σημερινές παρατηρήσεις μας. Είναι άραγε ένας από τους λόγους, σίγουρα όχι ο σπουδαιότερος, που παρακίνησαν τον James να αντιστρέψει τη σκέψη της κοινής λογικής υποστηρίζοντας ότι δεν είναι η ψυχική κατάσταση αυτή που προκαλεί το συναίσθημα, ενεργοποιώντας τη σωματική έκφραση, αλλά το αντίθετο. Έτσι, σύμφωνα με τον James, στα συναισθήματα που συνεπάγονται μια σωματική αίσθηση –τα ονομάζει «ακατέργαστα» συναισθήματα–, η σωματική αίσθηση προηγείται του συναισθήματος, και όχι το αντίθετο. Η παραπάνω θέση έρχεται σε αντίθεση με τη διαίσθηση. Υποστηρίζει ουσιαστικά ότι θυμώνουμε επειδή φωνάζουμε κι ότι φοβόμαστε επειδή τρέμουμε. Εγώ ο ίδιος έγραψα ότι αγαπάμε επειδή ζηλεύουμε και δεν ζηλεύουμε επειδή αγαπάμε.* Ο James, περισσότερο από τον Δαρβίνο, ενδιαφέρεται για την ανθρώπινη δράση και όχι για την εξέλιξη του νευρικού συστήματος ή του εγκεφαλικού φλοιού. Στο άρθρο του «Qu'est-ce qu'une émotion?» (Τι είναι το συναίσθημα;) εξηγεί ότι «το πιο σημαντικό κομμάτι του περιβάλλοντός μου» που γεννά συναισθήματα «είναι ο άνθρωπος, ο όμοιός μου», και στο εγχειρίδιο ψυχολογίας που συνέταξε αφιερώνει ένα ολόκληρο κεφάλαιο στην ιδέα αυτή. Στο ανά χείρας βιβλίο, ο Rimé κάνει μια ανασκόπηση όλων των σημαντικών θεωρητικών υποθέσεων που ακολούθησαν μετά τα κλασικά έργα των δύο σπουδαίων πρωτοπόρων. Οι περιγραφές τους ή οι

* S. Moscovici, *L'âge des foules*, Paris, Fayard, 1981, σ. 342.

προβλέψεις τους αντιστοιχούν σε αυτό που πράγματι συμβαίνει μπροστά στα μάτια μας.

Αν πήρα το θάρρος να επιμείνω στον James, είναι επειδή ρίχνει φως στο γεγονός ότι το ανθρώπινο συναίσθημα δεν δρα μόνο στην υπηρεσία της εξέλιξης, αλλά επίσης κάπου αποσκοπεί. Το υπογραμμίζω αυτό γιατί έχουμε πολλούς λόγους να πιστεύουμε ότι η θεωρία της κοινωνικής επικοινωνίας των συναισθημάτων εγγράφεται στην προοπτική αυτή. Εξηγεί γιατί τα άτομα προσπαθούν να εκφράσουν και να μεταφράσουν σε λόγια τα συναισθήματά τους. Πώς αλλιώς να εξηγήσουμε το γεγονός ότι, αντί να υιοθετήσουν μια θέση αναδίπλωσης, εκμεταλλεύονται κάθε ευκαιρία που τους παρουσιάζεται για να εισαγάγουν την προσωπική εμπειρία τους στο κοινωνικό πεδίο; Το μοίρασμα και η επικοινωνία τούς επιτρέπει να κινούνται πιο ελεύθερα, να εκφράζουν μια θυμική διάθεση η οποία, παρότι εμπλέκεται σε κάθε είδους διαφορετικές εμπειρίες, μετατρέπεται σε μια σχέση με τον άλλον που ικανοποιεί τους σκοπούς τους. Εκεί ακριβώς βρίσκεται, άλλωστε, το αποτέλεσμα πολλών ενδιαφέρουσων μελετών, τις οποίες, προς μεγάλη του ευχαρίστηση, θα ανακαλύψει ο αναγνώστης.

Θα καταλάβει όμως επίσης –έτσι ελπίζουμε– ότι η καθιερωμένη διαδικασία σύμφωνα με την οποία διακρίνουμε αρχικά τα συναισθήματα και τις σκέψεις ή τις γνώσεις και στη συνέχεια τα ενώνουμε δεν μας επιτρέπει να κατανοήσουμε τι συμβαίνει στην πραγματικότητα. Όταν τα εκφράζουμε, όταν τα μοιραζόμαστε, συναισθήματα και γνώσεις βρίσκονται πάνω σε ένα εσωτερικευμένο συνεχές· είναι οι όψεις μίας και μοναδικής ψυχικής εμπειρίας, το αποτέλεσμα μίας και μοναδικής διαδικασίας. Η θεωρία του Rimé μας δείχνει εμπράκτως αυτό που ο φιλόσοφος Stanley Cavell αποκαλεί *knowing by feeling*, «γνωρίζω μέσα από αυτό που αισθάνομαι», για το οποίο έγραψε: «“Γνωρίζω μέσα από αυτό που αισθάνομαι” δεν σημαίνει “γνωρίζω μέσα από αυτό που αγγίζω”»· δεν πρόκειται δηλαδή για μία περίπτωση όπου παρέχουμε τη βάση μιας επιθυμίας να γνωρίσουμε κάτι. Θα μπορούσαμε όμως να πούμε ότι το συναίσθημα παίζει τον ρόλο μιας λυδίας λίθου: το σημάδι που αφήνεται πάνω στην πέτρα μπορεί να διαφεύγει την προσοχή των άλλων, αλλά προσφέρει μια γνώση ή, καλύτερα, το αποτέλεσμα έχει τη μορφή μιας γνώσης – έχει στόχο ένα αντικείμενο, το αντικείμενο ελέγχεται, το αποτέλεσμα αντιστοιχεί σε μια πεποίθηση. Θα έλεγα ότι ο παραπάνω συλλογισμός αφήνει να διαφανεί ο λόγος για τον οποίο επιθυμούμε να μοιραστούμε την εμπειρία τέτοιων αντικειμένων.

Δεν σας αποκαλύπτω τον εσωτερικό μου κόσμο μόνο, όλα όσα αισθάνομαι, για να κερδίσω τη συμπόνια σας ή για να με αφήσετε στην ησυχία μου ή για οποιονδήποτε άλλον λόγο. Πιο πολύ θέλω να σας πω κάτι που είδα, άκουσα, συνειδητοποίησα ή κατάφερα επιτέλους να καταλάβω, για τους λόγους για τους οποίους μοιραζόμαστε τέτοια πράγματα (επειδή μας παρέχουν πληροφορίες για τον κόσμο που μοιραζόμαστε ή που θα μπορούσαμε να μοιραζόμαστε). Μόνο που θεωρώ ότι δεν μπορώ να σας πω αυτό που θέλω: κι αυτό καθιστά ακόμη πιο επείγον αυτό που θέλω να σας πω. Θέλω να σας το πω επειδή η γνώση που δεν μοιράζεται είναι ένα βάρος – ίσως όχι με τον τρόπο με τον οποίο ένα μυστικό μπορεί να γίνει βάρος ή να μη γίνει σωστά κατανοητό· μοιάζει ίσως με το βάρος του να μη γίνεσαι πιστευτός ή να μη θεωρείσαι άξιος εμπιστοσύνης».*

Επιχείρησα, επί μακρόν φοβάμαι, να εκφράσω την πρωτοτυπία της θεωρίας του Rimé. Και πόσο η πρωτοτυπία αυτή μας καλεί να εξετάσουμε με διαφορετική ματιά τον τρόπο με τον οποίο μπορούμε να γνωρίσουμε και να εκφράσουμε τα συναισθήματα. Τελικά, η εικόνα της επικοινωνίας παραπέμπει στην εικόνα του διαλόγου. Επειδή τα συναισθήματα που δεν μοιράζονται μπορούν να γίνουν βάρος, όπως βάρος μπορεί να γίνει κι ένα μυστικό αν δεν το μοιραστούμε.

Αφού κατανοήσει τη θεωρία της κοινωνικής επικοινωνίας των συναισθημάτων, ο αναγνώστης ακολουθεί, στο ένα κεφάλαιο μετά το άλλο, τις λεπτές αναλύσεις της συναισθηματικής εμπειρίας και των συλλογικών τραυμάτων. Δεν θα υποπέσω στο ατόπημα να υποδείξω ποιο κομμάτι ή ποιο κεφάλαιο είναι καλύτερο διότι, πολύ απλά, όλα είναι εξαιρετικά. Και τα διάβασα όλα με το αίσθημα ότι ο καθένας μας μπορεί να μάθει κάτι πολύ αξιόλογο. Υπάρχουν φυσικά αναλύσεις που εντυπωσιάζουν περισσότερο έναν αναγνώστη λόγω της ιδιαίτερης σημασίας τους γι' αυτόν ή λόγω της έκπληξης που του προκαλούν. Έτσι, η ανάλυση του τελετουργικού του πένθους με εξέπληξε χάρη στην ομοιότητά της με την ανάλυση του Durkheim· είναι αλήθεια ότι δεν περίμενα να συναντήσω μια τέτοια ομοιότητα στο βιβλίο αυτό και είναι επίσης αλήθεια ότι η ομοιότητα αυτή αποδεικνύει την εξαιρετική του ευστοχία. Είναι τόσο σπάνιο ένας κοινωνικός ψυχολόγος να τριγυρνά στα χωράφια της ανθρωπολογίας!

* S. Cavell, *Must we mean what we say?*, Cambridge, Cambridge University Press, 2002, σ. 192.

Κρατάμε λοιπόν στα χέρια μας ένα πλούσιο βιβλίο, εξαιρετικού επιστημονικού κύρους, που διαβάζεται συν τοις άλλοις με αμείωτη απόλαυση. Έλειπε πράγματι από την επιστήμη μας και, είναι κι αυτό σημαντικό, από τη συλλογή μας. Δεν θα σας κουράσω απαριθμώντας εδώ όλους εκείνους, ψυχολόγους, κοινωνιολόγους, γιατρούς, ακόμη και δημοσιογράφους, που θα το βρουν επίσης ενδιαφέρον και χρήσιμο. Θα εκπλαγούν ευχάριστα από τη διαύγεια, την πνευματική σθεναρότητα, καθώς και τον ενθουσιασμό του γράφοντος. Όσο περισσότερο προχωρούσα στην ανάγνωσή του, τόσο περισσότερο πειθόμουν ότι ο Rimé κράτησε τις υποσχέσεις του και ότι οι ιδέες του θα βγουν νικήτριες από τη δοκιμασία του χρόνου. Αυτό είναι άλλωστε και το μόνο που είχα να πω σε αυτό τον πρόλογο.

ΕΙΣΑΓΩΓΗ

Το βιβλίο που κρατάτε στα χέρια σας μελετά τις συναισθηματικές εμπειρίες και τον γνωστικό και κοινωνικό τους αντίκτυπο. Από τη μία μεριά, εξετάζουμε τα συναισθηματικά επεισόδια που προκύπτουν από διάφορες εμπειρίες της καθημερινής ζωής και, από την άλλη, τα τραυματικά επεισόδια που ακολουθούν την έκθεση σε γεγονότα «έξω από το συνηθισμένο». Ιδιαίτερη έμφαση δίνεται στη λεκτική έκφραση και στην κοινωνική επικοινωνία της συναισθηματικής εμπειρίας, διότι τα ερευνητικά δεδομένα δείχνουν ότι πρόκειται για μείζονες συνέπειες των εμπειριών αυτών.

Οι ρίζες του ενδιαφέροντός μου για τα ζητήματα αυτά είναι πολύ βαθιές. Η πηγή τους βρίσκεται σε ένα από τα θλιβερά επεισόδια του 20ού αιώνα, την αυθόρμητη και μαζική αναχώρηση πληθυσμών του Βελγίου και της Βόρειας Γαλλίας όταν οι ναζιστικές δυνάμεις εισέβαλαν στις περιοχές αυτές με ταχύτητα αστραπής τον Μάιο του 1940. Οι γονείς μου και οι συγγενείς τους βρίσκονταν ανάμεσά τους. Όπως και για τόσους άλλους ανθρώπους, μέσα σε λίγες ώρες, η τακτική και ανέμελη ζωή τους ως αστών πολιτών έγινε συντρίμμια και βρέθηκαν στο μάτι του κυκλώνα, σε δρόμους γεμάτους αλλόφρονα πλήθη, με εχθρικά στρατεύματα σε κάθε γωνιά τους, βομβαρδιζόμενοι από αεροσκάφη, χωρίς τροφή, χωρίς στέγη, περιφρονημένοι από τους κατοίκους που αποφάσισαν να μη φύγουν, εκτεθειμένοι στην απειλή του θανάτου και της καταστροφής, για να καταλήξουν να τους συλλάβουν και να τους χωρίσουν στο τέλος. Γεννημένος στα τέλη του πολέμου, πέρασα, όπως και όλα τα αδέρφια μου, μια παιδική ηλικία στιγματισμένη από την αφήγηση των πιο δυνατών στιγμών του επεισοδίου αυτού, το οποίο, για όσους το είχαν ζήσει, παρέμενε η χειρότερη εμπειρία της ζωής τους. Κάθε οικογενειακή συγκέντρωση –κάθε εβδομάδα απαρεγκλίτως– κατέληγε πάντοτε σε ένα συλλογικό αναμύσημα των τραυματικών αυτών αναμνή-

σεων. Κι εμείς, τα παιδιά, παρακολουθούσαμε την τελετουργική αναπόληση, την ακούγαμε καταγοητευμένοι και αναρωτιόμασταν σιωπηλά για ποιους λόγους οι ίδιες ιστορίες επανέρχονταν ξανά και ξανά. Γιατί αυτά τα επεισόδια του παρελθόντος τούς στοίχειωναν σε τέτοιο βαθμό; Γιατί ήθελαν να τα θυμούνται και να τα θυμίζουν ο ένας στον άλλον, μολονότι εμείς δεν βλέπαμε στα επεισόδια αυτά τίποτε άλλο πέρα από φρικιαστικές στιγμές; Γιατί αυτές οι από κοινού μνημονεύσεις κατέληγαν συχνά σε γέλια, σαν να υπήρχε μέσα σε όλο αυτό μια αστεία διάσταση;

Την ημέρα που ανακάλυψα ότι μπορούσα να σπουδάσω ψυχολογία στο πανεπιστήμιο (διότι, εκείνη την εποχή, επρόκειτο για ανακάλυψη...), επέλεξα αυτό τον δρόμο σαν να επρόκειτο για τον άξονα πάνω στον οποίο ήταν χαραγμένη η ύπαρξή μου. Αγκάλιασα πραγματικά ευτυχής πολλές όψεις των σπουδών μου. Δεν βρήκα όμως καμία απάντηση στα ερωτήματα που μου είχαν γεννήσει τα παιδικά μου χρόνια. Στο πρόγραμμα σπουδών δεν περιλαμβάνονταν ούτε το συναίσθημα ούτε το τραύμα. Ανέλαβα τότε κι εγώ να πάρω μόνος μου τις πληροφορίες που χρειαζόμουν. Προς μεγάλη μου έκπληξη, διαπίστωσα ότι το συναίσθημα αντιμετωπιζόταν με εντελώς θεωρητικό τρόπο και χωρίς καμία ιδιαίτερη σύνδεση με την πραγματική ζωή και ότι το τραύμα δεν είχε καμία θέση στις βιβλιοθήκες της ψυχολογίας. Μόνο ο φροϋδικός άξονας επικαλούνταν τακτικά αυτή την έννοια, αλλά την ήθελε εμφωλευμένη στις ενορμητικές φαντασιώσεις της πρώιμης παιδικής ηλικίας. Δύσκολα θα μπορούσα να βρω εκεί τις απαντήσεις στα ερωτήματα που μου είχε κληροδοτήσει η εμπειρία του πολέμου που είχαν ζήσει οι γονείς μου. Ολοκληρώνοντας τις σπουδές μου, είχα αποκτήσει την πεποίθηση ότι η βιβλιογραφία της ψυχολογίας δεν έδινε στη μελέτη του συναισθήματος και του τραύματος τη θέση που τους άξιζε.

Χάρη σε μια σύμβαση ερευνητικού έργου, άρχισα στη συνέχεια την εκπόνηση μιας διδακτορικής διατριβής με θέμα τους ψυχολογικούς και κοινωνικούς παράγοντες που εμπλέκονταν στις στεφανιαίες καρδιακές παθήσεις. Το θέμα αυτό με τράβηξε γιατί άγγιζε τις έννοιες του στρες και του συναισθήματος, καθώς και γιατί μελετούσε διαταραχές οι οποίες διέκοπταν με αιφνίδιο τρόπο τη ζωτική δύναμη του ασθενή. Δούλεψα τότε πολύ σε συνεργασία με τον συνάδελφό μου Michel Bonami. Έπειτα από λίγα χρόνια, για να δώσουμε μια πιο εφαρμοσμένη τροπή στις εργασίες μας, οι οποίες μέχρι τότε ήταν κυρίως εμπειρικές, εγκαινιάσαμε μια υπηρεσία ψυχολογικών συνεδριών μέσα στη μονάδα καρδιαγγειακής αποκατάστασης

μιας μεγάλης κλινικής. Κατά τη διάρκεια της ψυχολογικής παρακολούθησης των πρώτων καρδιοπαθών μας, περνώντας από τον έναν ασθενή στον άλλον, διαπιστώσαμε την ακόρεστη ανάγκη τους να ακούσει κάποιος αυτά που είχαν να πουν. Η ανάγκη τους αφορούσε ταυτόχρονα τις αιτίες και τις συνθήκες υπό τις οποίες επήλθε το καρδιακό επεισόδιο, τη νοσηλεία τους και τις επεμβάσεις στις οποίες υποβλήθηκαν, καθώς και τον μελλοντικό αντίκτυπο της στεφανιαίας νόσου στην επαγγελματική, οικογενειακή και προσωπική τους ζωή. Για καθένα από αυτά τα θέματα, η λεκτικοποίηση των συναισθημάτων ήταν χειμαρρώδης. Μάταια έψαχνα στις αναμνήσεις από τις σπουδές μου στη σχολή τα θεωρητικά πλαίσια στα οποία θα μπορούσα να βασιστώ για να ανταποκριθώ με επαγγελματικό τρόπο σε αυτή την ανάγκη. Εκεί λοιπόν πήρα την απόφαση, μόλις τέλειωνα τη διατριβή μου, να αφιερώσω την επιστημονική μου καριέρα στη μελέτη των συναισθημάτων και της έκφρασης.

Την εποχή εκείνη, τη δεκαετία του 1970, η έρευνα γύρω από τα συναισθήματα γνώριζε μια σημαντική στροφή, με την επιστροφή του ενδιαφέροντος για τη μελέτη των προσωπικών εκφράσεων του συναισθήματος. Η εξέλιξη αυτή εγγραφόταν στο πλαίσιο ενός ευρύτερου επιστημονικού κινήματος που μελετούσε τη γλώσσα του σώματος και τη μελέτη της μη λεκτικής επικοινωνίας στις διαπροσωπικές σχέσεις. Μελετούσε εκτεταμένα και με πρωτοτυπία τη δυναμική της αλληλεπίδρασης μεταξύ δύο ατόμων. Μου φάνηκε εξαιρετικό πεδίο άσκησης για να μελετήσω το ερώτημα της συμμετοχής του σώματος στην έκφραση και στην κοινωνική επικοινωνία της προσωπικής εμπειρίας, και εργάστηκα σε αυτή την κατεύθυνση πολλά χρόνια. Στη συνέχεια, στη δεκαετία του 1980, η διαδικασία του συναισθήματος επανήλθε στο κέντρο των ενδιαφερόντων των ερευνητών. Συγκεκριμένα, πρώτη φορά εκδηλωνόταν ένα πραγματικό επιστημονικό ενδιαφέρον για το ζήτημα της συναισθηματικής εμπειρίας. Ήταν ακριβώς αυτό στο οποίο ήλπιζα κι εκείνη την εποχή ο Klaus Scherer μου ζήτησε να ενταχθώ στο διεθνές δίκτυο που διοργάνωνε με στόχο τη διεξαγωγή μιας συγκριτικής μελέτης σε ευρωπαϊκό επίπεδο με αντικείμενο τη συναισθηματική εμπειρία. Προσέγγισα με μεγάλο σεβασμό τις μεθόδους μελέτης που επεξεργάστηκε εκείνη η ομάδα και γρήγορα αυτές έγιναν σημεία αφετηρίας για τις έρευνες που ήθελα να ξεκινήσω για λογαριασμό μου. Οι έρευνες αυτές τοποθετούνταν στα ανάντη της συναισθηματικής εμπειρίας και αφορούσαν την αναπόληση των συναισθηματικών εμπειριών, τη λεκτικοποίησή τους και

την κοινωνική τους επικοινωνία. Έπειτα αφιέρωσα το μεγαλύτερο μέρος του επιστημονικού μου έργου στα ζητήματα αυτά.

Το ανά χείρας βιβλίο βασίστηκε σε πολύ μεγάλο βαθμό στις εξελίξεις αυτού του έργου. Επιδιώκει έναν τριπλό στόχο. Πρώτον, επιδιώκει να διαμορφώσει μια εικόνα του τι είναι το συναίσθημα. Μέσω των διάφορων θεωριών που προσπάθησαν να εξηγήσουν το συναίσθημα και διαδέχθηκαν η μία την άλλη στην ιστορία των επιστημών, θα ανακαλύψουμε αρχικά τους κοινούς διαιρέτες πάνω στους οποίους εξακολουθούν ακόμη να στηρίζονται οι ερευνητές που μελετούν το συναίσθημα. Κατόπιν, θα εξετάσουμε συγκεκριμένα τα θεμελιώδη ερωτήματα που θέτει το συναίσθημα: Υπό ποιες συνθήκες πυροδοτούνται τα συναισθήματα; Γιατί πυροδοτούνται υπό αυτές τις συνθήκες; Ποιες λειτουργίες εκπληρώνουν στο πλαίσιο της προσαρμογής; Θα δούμε κυρίως ότι όχι μόνο δεν γνωρίζουμε καλά τις λειτουργίες αυτές, αλλά ότι είναι ταυτόχρονα πολλαπλές, πολύ λεπτές και η γνώση μας γι' αυτές εσφαλμένη.

Δεύτερον, το βιβλίο αυτό φέρνει στο κέντρο της προσοχής ένα φαινόμενο το οποίο έχει σε γενικές γραμμές υποτιμηθεί από την επιστημονική μελέτη του συναισθήματος, ενώ πολλές εργασίες της ερευνητικής μας ομάδας κατάφεραν να το θέσουν στο προσκήνιο. Από την εποχή του Δαρβίνου, η έννοια της συναισθηματικής έκφρασης καταλαμβάνει σημαντική θέση στην επιστημονική μελέτη του συναισθήματος. Ωστόσο, λόγω της ρίζας της στη θεωρία της εξέλιξης, έχει διατηρήσει τη συνυποδήλωση που παραπέμπει στις εκδηλώσεις του συναισθήματος στο επίπεδο του σώματος, του προσώπου, της φωνής ή της στάσης. Στο παρόν έργο, θα υπογραμμίσουμε ότι, στο ανθρώπινο ον, η έκφραση του συναισθήματος έχει μια ειδική διάσταση, απούσα από το ζωικό βασίλειο. Πράγματι, στον άνθρωπο, το συναίσθημα πυροδοτεί σχεδόν απαρεγκλίτως τη λεκτική έκφραση και την κοινωνική του επικοινωνία. Το ερώτημα επομένως είναι να μάθουμε τι είναι αυτό που παρακινεί την ανθρώπινη αυτή ιδιαιτερότητα. Όταν όμως ρωτάμε τους ανθρώπους για ποιον λόγο θέλουν να μιλούν στους άλλους για τις συναισθηματικές εμπειρίες τους, λαμβάνουμε μια μαζική στερεοτυπική απάντηση. Θα διαπιστώσουμε, ωστόσο, ότι τα εμπειρικά δεδομένα δεν την τεκμηριώνουν και πρέπει να εμβαθύνουμε περισσότερο, αν θέλουμε να δούμε τι συμβαίνει.

Ο τρίτος στόχος του βιβλίου αφορά τα συναισθηματικά τραύματα. Η διαπίστωση σύμφωνα με την οποία τα συναισθήματα της καθημερινής ζωής

έχουν έναν μη αμελητέο αντίκτυπο στη μετέπειτα προσαρμογή του ατόμου τα παραλληλίζει με τα συναισθηματικά τραύματα τα οποία διατηρούν, εκ των υστέρων, μια σημαντική επιρροή στην ψυχική και στην κοινωνική ζωή του υποκειμένου. Εμβαθύνοντας στους λόγους για τους οποίους οι τραυματικές εμπειρίες ασκούν τέτοια επιρροή, είχαμε την ελπίδα ότι μπορεί κάτι να μαθαίναμε και για τον γνωστικό και κοινωνικό αντίκτυπο των συναισθηματικών εμπειριών της καθημερινής ζωής. Πέρα από αυτό τον σαφώς οριοθετημένο στόχο, μας δеляόζε εξίσου η προοπτική να εξετάσουμε τις σχέσεις που εγκαθίστανται ανάμεσα στις συναισθηματικές εμπειρίες της καθημερινής ζωής και στις τραυματικές συναισθηματικές εμπειρίες. Παραδόξως, ο επιστημονικός κόσμος δεν έχει ποτέ του ασχοληθεί με αυτό το ερώτημα. Η μελέτη των συναισθηματικών τραυμάτων αποτελεί γι' αυτόν ένα σύμπαν εξειδικευμένης έρευνας το οποίο είναι σαφώς διαχωρισμένο από τον πυρήνα της έρευνας γύρω από το συναίσθημα. Ούτε τα επιστημονικά περιοδικά ούτε τα συνέδρια των ειδικών δίνουν την πρέπουσα σημασία. Είναι σαν τα φαινόμενα αυτά να διαχωρίζονται εξαιτίας φυσικών διαφορών· από τη μία πλευρά, τα συναισθηματικά γεγονότα μέτριας έντασης τα οποία εντοπίζονται στην «κανονική ζωή» και δεν φαίνεται να έχουν κανέναν αντίκτυπο στη μετέπειτα λειτουργία του ατόμου και, από την άλλη πλευρά, τα πολύ έντονα συναισθήματα που παρατηρούνται έπειτα από γεγονότα «έξω από το συνηθισμένο» και έχουν σημαντικές συνέπειες για τη μετέπειτα λειτουργία του ατόμου. Με ελάχιστες εξαιρέσεις, η βασική έρευνα για τα συναισθήματα δεν ενδιαφέρεται για τις τραυματικές καταστάσεις. Και, αντίστροφα, οι έρευνες με θέμα τα τραύματα δεν κάνουν την παραμικρή αναφορά στα δεδομένα και στις έννοιες που έχουν προκύψει από τη βασική έρευνα για τα συναισθήματα. Η κατάσταση αυτή είναι παράλογη. Κανένας θεωρητικός λόγος δεν δικαιολογεί το σχίσμα ανάμεσα στα δύο αυτά είδη φαινομένων. Αντιθέτως, έχουμε κάθε λόγο να πιστεύουμε ότι οι δύο τομείς διερεύνησης θα είχαν μεγάλο όφελος αν ένωναν τις δυνάμεις τους. Ελπίζουμε ότι θα καταφέρουμε να δείξουμε ότι υπάρχει μια συγγένεια μεταξύ των δύο αυτών εκδηλώσεων και ότι θα συμβάλουμε έτσι στη δημιουργία δεσμών μεταξύ των δύο κλάδων.

Η αλήθεια είναι ότι, στο βιβλίο αυτό, οι διαφορετικοί στόχοι που προαναφέραμε υπάγονται όλοι σε έναν ιεραρχικά ανώτερο στόχο: τον στόχο μιας ψυχολογικής προσέγγισης του συναισθήματος. Σήμερα, πιστεύουμε συχνά ότι η αποσαφήνιση των συναισθημάτων ανήκει κυρίως σε νευροεπιστημονικές προσεγγίσεις. Και, πράγματι, ιδίως χάρη στις τεχνολογικές

προόδους που εξασφαλίζουν την πρόδοδό τους, οι προσεγγίσεις αυτές συνεισφέρουν σημαντικά στη μελέτη του συναισθήματος. Όσο γοητευτικές όμως κι αν είναι οι συνεισφορές αυτές, πρέπει να υπενθυμίσουμε ότι, όταν μιλάμε για ανθρώπινα συναισθήματα, η προσέγγιση των νευροεπιστημών καλύπτει μόνο ένα κομμάτι του ζητήματος. Το άλλο κομμάτι έχει να κάνει με το γεγονός ότι, όταν λειτουργεί ο ανθρώπινος εγκέφαλος, σχετίζεται, ενσωματώνει γνώση και νόημα, γεννά γνώση, παράγει νόημα, εισέρχεται σε διάλογο, συμπάσχει, λειτουργεί σε δίκτυο με τους υπόλοιπους εγκεφάλους του κοινωνικού περιγύρου και βρίσκεται έτσι συνδεδεμένος με τη γνώση και το νόημα που κυκλοφορούν στο περιβάλλον αυτό, μια δεδομένη στιγμή και ανέκαθεν. Σε αυτό ακριβώς το πεδίο, με την έννοια που δίνει στο πεδίο ο Kurt Lewin, κάνουν την εμφάνισή τους τα ανθρώπινα συναισθήματα. Σε αυτό ακριβώς το πεδίο τα συναισθήματα στήνουν τα εργοτάξια που βάζουν μπρος τις γνωστικές και τις κοινωνικές διαδικασίες. Στα ζώα, τα συναισθήματα συνδέονται με τα βιολογικά προβλήματα της επιβίωσης· στα ανθρώπινα όντα, μετά τις πρώτες κιόλας εβδομάδες ζωής, τα συναισθήματα αποτελούν αναπόσπαστο κομμάτι του ζωτικού οπλοστασίου τους. Εισχωρούν τότε όλο και πιο βαθιά στις σφαίρες του γνωστικού, του συμβολικού και του σχεσιακού, όπου τίθενται νέα ζωτικά ερωτήματα. Η ιδιαιτερότητα που κάνει τόσο μοναδικά τα ανθρώπινα συναισθήματα δεν μπορεί να καλυφθεί πλήρως από την προσέγγιση των νευροεπιστημών. Είναι καθήκον της ψυχολογίας να προσπαθήσει να τα εξηγήσει. Με την επιστημονική μέθοδο, καθώς και με τα εννοιολογικά εργαλεία που της παρέχουν η κοινωνική ψυχολογία και η γνωστική ψυχολογία, διαθέτει όλα τα μέσα για να το πετύχει. Το βιβλίο αυτό προτείνει ορισμένα βήματα προς αυτή την κατεύθυνση. Άλλα βιβλία προτείνουν ανάλογα βήματα, αλλά είναι κυρίως γραμμένα στα αγγλικά. Για διάφορους λόγους, με ελάχιστες εξαιρέσεις (για παράδειγμα, Chiva, 1985· Cosnier, 1994· Dantzer, 1988· De Bonis, 1996), η γαλλική κουλτούρα κράτησε τις πόρτες της επτασφράγιστες στην επιστημονική μελέτη των ψυχολογικών όψεων των συναισθημάτων. Αν οι σελίδες που ακολουθούν μπορέσουν να συμβάλουν στη διεύρυνση των οριζόντων προς αυτή την κατεύθυνση, θα έχουν πετύχει τον πιο σημαντικό τους στόχο.

Τώρα που το έργο μου ολοκληρώθηκε και το παρόν βιβλίο μόλις ξεκινά, θα ήθελα να ευχαριστήσω όλα εκείνα τα άτομα και τους θεσμούς που το κατέστησαν εφικτό.

Κατ' αρχάς, πρέπει να εκφράσω την ιδιαίτερη ευγνωμοσύνη μου στον

Serge Moscovici. Χωρίς την αμείωτη επιμονή του, οι σελίδες αυτές δεν θα είχαν κατά πάσα πιθανότητα γραφτεί ποτέ. Πότε γνωρίζουμε αρκετά ώστε να δώσουμε στη γνώση την οριστική μορφή που παίρνει στο χαρτί; Είχα την τύχη να συναντήσω τον Serge Moscovici στα πρώτα βήματα της σταδιοδρομίας μου όταν είχε έρθει στη Λουβέν για να παραδώσει έναν κύκλο σεμιναρίων. Στη συνέχεια, μου ζήτησε πολλές φορές να συμμετάσχω στα έργα που διηύθυνε και στα συνέδρια που διοργάνωνε. Πέρασα έτσι πραγματικά ένα κομμάτι της ζωής μου γράφοντας, εκτός των τρεχουσών επιστημονικών εργασιών μου, πολλά κείμενα ως απαντήσεις στις προσκλήσεις του. Στο ερευνητικό μου έργο και στην προσωπική μου σκέψη, οι συνεργασίες αυτές αποτέλεσαν ένα πανίσχυρο και διαρκές ερέθισμα. Θα ήθελα μόνο να προσθέσω εδώ ότι διατύπωσα τις πρώτες θεωρητικές ιδέες μου και συνέλεξα τα πρώτα μου ερευνητικά δεδομένα σχετικά με το θέμα που αποτελεί το αντικείμενο του παρόντος βιβλίου ενόψει του συνεδρίου *Emotion and Social Psychology* στο οποίο με κάλεσαν ο Serge Moscovici και ο Robert Zajonc, στο Maison des sciences de l'Homme, τον Γενάρη του 1987.

Στην πραγματικότητα, όμως, οι σελίδες που ακολουθούν είναι ο καρπός ενός μεγάλου συλλογικού εγχειρήματος. Αμέτρητοι φοιτητές επέλεξαν να κάνουν την πτυχιακή τους εργασία σε αυτό το θέμα υπό την επίβλεψή μου ή την επίβλεψη ενός εκ των νεότερων συναδέλφων μου. Επιπλέον, ένας αξιόλογος αριθμός διδακτορικών διατριβών επικεντρώθηκαν στη μελέτη της έκφρασης και της κοινωνικής επικοινωνίας των συναισθημάτων, στο Βέλγιο και σε άλλες χώρες. Καθένας από τους φοιτητές αυτούς καταπιάστηκε με μια όψη του ζητήματος· καθένας τους επένδυσε τη νοητική του δραστηριότητα, τη δημιουργικότητά του, τον ενθουσιασμό του και πολλές εργασιακές ώρες σε έρευνες εργαστηρίου ή πεδίου. Τα ονόματα μερικών από αυτούς εμφανίζονται στα παρακάτω κεφάλαια. Δεν μπορούσαν, δυστυχώς, να αναφερθούν όλοι. Θέλω, ωστόσο, να πω το εξής: το επιστημονικό έργο είναι ένα συλλογικό εγχείρημα, κανείς δεν σκέφτεται μόνος και, άπειρες φορές, η σκέψη μου βρέθηκε επηρεασμένη από τη δική τους στη διάρκεια της κοινής μας διαδρομής. Μου συνέβη έτσι πολλές φορές να εξελίξω τις θεωρίες μου με τρόπο σημαντικό, ενίοτε ριζοσπαστικό, κατόπιν παρατηρήσεων ή σχολίων από νέους ανθρώπους με τους οποίους μοιραζόμουν το ίδιο έργο και το ίδιο ενδιαφέρον. Οι σελίδες που ακολουθούν είναι βαθιά σημαδεμένες από τις συμβολές όλων τους.

Δεν είναι δυνατόν να διεξάγεις ένα ερευνητικό έργο αν δεν έχεις στη διάθεσή σου μια κατάλληλη βάση κι ένα κατάλληλο κοινωνικό και πνευματικό πλαίσιο. Στο Πανεπιστήμιο της Λουβέν έχω τη χαρά να απολαμβάνω εδώ και πολύ καιρό αυτή τη βάση κι αυτό το πλαίσιο. Μου ήταν πολύ εύκολο να διεξάγω τις έρευνες που ήθελα και πάντοτε αποκτούσα τη στήριξη και τα μέσα που μου χρειαζόνταν. Οι διδακτικές αποστολές μου ήταν πάντοτε συνδεδεμένες με τα επιστημονικά μου ενδιαφέροντα και βίωσα καθεμία από αυτές σαν μια εξαιρετική ευκαιρία να τελειοποιώ το αντικείμενό μου. Σε καθημερινή βάση, η οργάνωση ήταν πάντοτε εξαιρετική, τόσο σε τεχνικό επίπεδο όσο και σε επίπεδο ανθρώπινων σχέσεων. Οι ευχαριστίες μου εδώ απευθύνονται ιδιαίτερα στην Geneviève Duterme, στον Richard Robert και στον Bernard Paris. Πρέπει αμέσως να προσθέσω σε αυτές τις ευχαριστίες κι εκείνες που θέλω να απευθύνω στους στενούς συναδέλφους μου, στη μονάδα «συναίσθημα, γνώση και υγεία», με τους οποίους μοιράζομαι το επιστημονικό, διδακτικό και κλινικό πρόγραμμα που μαζί διεξάγουμε. Σε αυτή την πολυπληθή ομάδα, πολλοί μένουν λίγους μόνο μήνες ή λίγα χρόνια. Η λίστα αυτών που θα ήθελα να ευχαριστήσω για το πέρασμά τους και για τη συμβολή τους θα ήταν ατελείωτη. Ευχαριστώ κυρίως τους «πιο παλιούς», Éric Baruffol, Nicole de Leval, Philippe Godin, Guy Lories, Pierre Philippot και Nady Van Broeck, για όλα αυτά τα χρόνια κοινωνικής επικοινωνίας.

Εδώ και πολλά χρόνια, το Εθνικό Ταμείο για την Επιστημονική Έρευνα (Fonds National de la Recherche Scientifique – FNRS) στάθηκε ο βασικός οικονομικός εγγυητής αυτού του σχεδίου. Ο θεσμός αυτός χρηματοδότησε όλα τα πολυάριθμα διαδοχικά προγράμματα που προέκυψαν από το σχέδιό μας. Χρηματοδότησε επίσης τη συμβολή πολλών ερευνητών που βοήθησαν στα προγράμματα αυτά με τα διδακτορικά τους. Στήριξε επιστημονικά ταξίδια που επιτρέπουν σε ερευνητές να συμμετάσχουν και να κάνουν γνωστές τις εργασίες τους σε επιστημονικά συνέδρια και άλλες διεθνείς δραστηριότητες. Τέλος, το FNRS παρείχε πολλές φορές την απαραίτητη οικονομική στήριξη στον γράφοντα για να πραγματοποιήσει μακροπερίοδες εκπαιδευτικές άδειες στο εξωτερικό ή για να συντάξει ένα βιβλίο. Το έργο που ακολουθεί πρέπει να θεωρηθεί ένα δείγμα του τι μπορεί να καταστήσει εφικτό ένας θεσμός όπως το FNRS.

Στην πορεία των δύο τελευταίων δεκαετιών, βρήκα μια ζεστή επιστημονική ατμόσφαιρα, ένα πνευματικό ερέθισμα και μια κοινωνική στήριξη που μου παρέχονταν αφειδώς στο ευρωπαϊκό δίκτυο ερευνητικών ομά-

δων που συστάθηκε υπό την ονομασία CERE (Coordination Européenne des Recherches sur les Émotions – Ευρωπαϊκός Συντονισμός των Ερευνών στα Συναισθήματα). Με τον εκλιπόντα Matty Chiva (Παρίσι-Ναντέρ), τον Heiner Ellgring (Βιρτσμπούργκ), τον Nico Frijda (Άμστερνταμ), τον Tony Manstead (στο Άμστερνταμ, έπειτα στο Κέμπριτζ και στη συνέχεια στο Κάρντιφ), τον Pio Ricci-Bitti (Μπολόνια) και τον Klaus Scherer (Γενεύη), παρακινήμενοι από ένα κοινό επιστημονικό αντικείμενο και την κοινή επιθυμία να προάγουμε στην Ευρώπη ένα ποιοτικό έργο γύρω από το αντικείμενο αυτό, συγκεντρώσαμε τις ιδέες μας, τα μέσα μας και τους φοιτητές μας. Οι «Στρογγυλές Τράπεζες του CERE» στο Maison des sciences de l'Homme στο Παρίσι μετατράπηκαν γρήγορα σε τόπους όπου οι παρουσιάσεις νέων ερευνητών που έβγαιναν από τις ομάδες αυτές άγγιζαν την τελειότητα. Πρέπει εξάλλου να ευχαριστήσουμε το Maison des sciences de l'Homme για την αδιάκοπη στήριξη που πρόσφερε στο εγχείρημά μας επί είκοσι χρόνια.

Κάποιες ιδιαίτερες επαφές με ορισμένους συναδέλφους συνέβαλαν ιδιαίτερα στην εξέλιξη της δουλειάς μου. Κατά τη διάρκεια όλου του ερευνητικού έργου που είχε ως αποτέλεσμα το βιβλίο αυτό, είχα το προνόμιο να συνδιαλέγομαι σε μόνιμη βάση γύρω από το θέμα του συναισθήματος, της έκφρασης και των τραυμάτων με τον Nico Frijda. Οι αδιάκοποι προβληματισμοί του, οι πρωτότυπες και κάποιες φορές προκλητικές απαντήσεις του, η σκληρή δουλειά του, ο ενθουσιασμός του, η παρουσία του σε όλα τα μέτωπα της σκέψης όσον αφορά τα συναισθήματα, καθώς και πολλά ακόμη λειτούργησαν για εμένα ως ένα πρότυπο το οποίο προσπαθώ να ακολουθώ σε πολλά επίπεδα. Ομοίως, ο Keith Oatley και ο Robert Zajonc αποτελούν για εμένα προδρόμους που επηρέασαν τον τρόπο με τον οποίο αντιμετώπισα το έργο μου και των οποίων η εμπιστοσύνη έκανε τη συνέχιση των ερευνών μου πιο ανάλαφρη και πιο επιτακτική. Τις αρκετές φορές που παρευρέθηκα στο Πανεπιστήμιο της Μασαχουσέτης στο Άμχερστ, αρχικά χάρη στη φιλία μου με τον πρύτανη Seymour Berger, έπειτα χάρη στο πρόγραμμα ανταλλαγής ανάμεσα στο Umass και στο Πανεπιστήμιο της Λουβέν, συνάντησα στο τμήμα ψυχολογίας του ιδρύματος αυτού μια ομάδα πολύ σημαντικών συναδέλφων που εργάζονται στις σχέσεις μεταξύ συναισθημάτων, γνώσεων και τραυμάτων, και κυρίως τους Seymour Epstein, Susan Fiske, Jim Averill, Ronnie Janoff-Bulman. Η υποδοχή τους, οι αναρίθμητες άτυπες συζητήσεις μας και οι επαναλαμβανόμενες επισκέψεις μου σε αυτό το τόσο πλούσιο σε ερεθίσματα πνευματικό περιβάλλον στιγμάτι-

σαν τη σκέψη μου, ενώ θα βρείτε εμφανή σημάδια τους σε όλο το βιβλίο. Ομοίως, οι πρώτες προπαρασκευαστικές σημειώσεις μου για το βιβλίο αυτό συντάχθηκαν στο διάστημα 1995-1996, ενώ ήμουν φιλοξενούμενος στο Southern Methodist University στο Ντάλας, στο πλευρό του φίλου μου Jamie Pennebaker. Τέλος, εδώ και πολλά χρόνια, μια αόρατη κοινότητα έχει ιδρυθεί ανάμεσα στα πανεπιστήμια του Μπάρι, του Σαν Σεμπαστιάν, από το Τέξας ως το Όστιν και από την Λουβέν στη Λουβέν-λε-Νεβ, όπου, με τους Guglielmo Bellelli, Dario Paez και Jamie Pennebaker, εργαζόμαστε από κοινού στα ζητήματα της συναισθηματικής εμπειρίας και της μνήμης στις ατομικές και στις συλλογικές όψεις τους. Μου είναι δύσκολο σήμερα να διαχωρίσω τη δική μου σκέψη από τη σκέψη των συναδέλφων μου και των πολύ κοντινών μου φίλων.

Μου μένει ακόμη να ευχαριστήσω την Aurélie Potier, για την εξαιρετική δουλειά της στην κατάρτιση του καταλόγου των βιβλιογραφικών αναφορών του βιβλίου αυτού, καθώς και την Yasémine Cheref-Khan, για την παρουσία της και την υπομονή της καθ' όλη τη μακρά πορεία της σύνταξης, για την προσεκτική ανάγνωσή της των περισσότερων τμημάτων του βιβλίου και για τις καλοδεχούμενες παρατηρήσεις και υποδείξεις της.