

Περιεχόμενα

Πρόλογος στη νέα έκδοση	13
-------------------------------	----

Εισαγωγικό σημείωμα στην α' έκδοση (1993)	15
<i>Peter J. Hawkins</i>	

Πρόλογος στην α' έκδοση (1993)	17
--------------------------------------	----

ΠΡΩΤΟ ΜΕΡΟΣ: ΣΥΝΘΕΤΙΚΗ ΨΥΧΟΘΕΡΑΠΕΙΑ ΑΤΟΜΩΝ ΜΕ ΨΥΧΩΣΙΚΑ ΣΥΜΠΤΩΜΑΤΑ: ΠΡΟΣΦΑΤΕΣ ΕΞΕΛΙΞΕΙΣ

Ιωάννης Ν. Νέστορος

Συνθετική ψυχοθεραπεία ατόμων με ψυχωσικά συμπτώματα: Πρόσφατες εξελίξεις	23
--	----

ΔΕΥΤΕΡΟ ΜΕΡΟΣ: Η ΟΔΥΣΣΕΙΑ ΤΟΥ ERIC

Eric Singer (ψευδώνυμο) και Ιωάννης Ν. Νέστορος

Εισαγωγή στην Οδύσσεια του Eric	119
1. Ένα δείγμα τρέλας	141
2. Οι ρίζες της παραφροσύνης	167
3. Φανταστικές αναμνήσεις	193
4. Σεξάτωση	209
5. Λέσχη «Ουτοπία»	266
6. Ποζάροντας σαν ηθοποιός	296
7. Στο χέλιος του γκρεμού	316

8. Πρόθυμες προσποιήσεις	332
9. Ιντερλούδιο	341
10. Το μικρό χαμένο αγόρι	351
11. Ο μεγάλος ύπνος	378
12. Χαιρετισμός στο Hollywood	395
13. Η νύκτα των φαντασμάτων	402
14. Αλλαγή πορείας	419
15. Το ζευγάρι	449

ΤΡΙΤΟ ΜΕΡΟΣ: ΆΛΛΕΣ ΠΕΡΙΠΤΩΣΕΙΣ

Ιωάννης Ν. Νέστορος

16. Η περίπτωση του Άντζελο	479
17. Η περίπτωση της Βιβιάνας	568
18. Οι επιστολές της Λένας Brown	627
19. Ένας χούλιγκαν	647
20. Τελειώνοντας μια «λευκή μάγισσα»	669

ΤΕΤΑΡΤΟ ΜΕΡΟΣ: SANS & SAPS

ΚΛΙΜΑΚΑ ΓΙΑ ΤΗΝ ΑΞΙΟΛΟΓΗΣΗ ΤΩΝ ΘΕΤΙΚΩΝ ΚΑΙ ΤΩΝ ΑΡΝΗΤΙΚΩΝ ΣΥΜΠΤΩΜΑΤΩΝ

Nancy C. Andreasen

Κλίμακα για την αξιολόγηση των αρνητικών συμπτωμάτων	699
Κλίμακα για την αξιολόγηση των θετικών συμπτωμάτων	719
Βιβλιογραφία	757

Πρόλογος στη νέα έκδοση

Στη νέα και προσαυξημένη του έκδοση το σύγγραμμα χωρίζεται σε τέσσερα μέρη.

Το Πρώτο Μέρος είναι αφιερωμένο στις πρόσφατες εξελίξεις της Συνθετικής Ψυχοθεραπείας ατόμων που εμφανίζουν ψυχωσικά συμπτώματα. Κρίθηκε απαραίτητο να γίνει μια βιβλιογραφική ανασκόπηση των εξελίξεων των προηγούμενων 20 περίπου χρόνων, καθώς και να διατυπωθούν οι αρχές της συνθετικής ψυχοθεραπείας σε άτομα που εμφανίζουν ψυχωσικά συμπτώματα.

Το Δεύτερο Μέρος περιλαμβάνει την Οδύσσεια του Eric.

Στο Τρίτο Μέρος περιγράφονται οι Άλλες Περιπτώσεις ατόμων των οποίων η συμπεριφορά παρουσιάζει ενδιαφέρον για τον επιστήμονα αλλά και τον απλό άνθρωπο που ενδιαφέρεται να μνηθεί στον κόσμο της ψύχωσης.

Επειδή τόσο η Οδύσσεια του Eric, όσο και οι Άλλες Περιπτώσεις έχουν καταγραφεί στις προηγούμενες εκδόσεις του 1993/1996 με διαχρονικό τρόπο, και επειδή οι βασικές διαπιστώσεις εξακολουθούν να ισχύουν και σήμερα, θεωρήθηκε σκόπιμο να παραμείνουν ακριβώς όπως ήταν στην αρχική τους έκδοση. Με τον τρόπο αυτό επίσης επισημαίνεται ότι όσα γράφηκαν τότε για τη σχιζοφρένεια και την ψύχωση επαληθεύτηκαν από τα νεότερα επιστημονικά δεδομένα.

Τέλος, το Τέταρτο Μέρος περιλαμβάνει τη μετάφραση και προσαρμογή στα ελληνικά των Κλιμάκων για τα Θετικά (SAPS) και Αρνητικά (SANS) Συμπτώματα της Nancy C. Andreasen (κατόπιν σχετικής άδειας από την ίδια). Οι κλίμακες αυτές αποτελούν για τον κλινικό και τον ερευνητή δύο πάρα πολύ χρήσιμα ψυχομετρικά εργαλεία, εναρμονισμένα, 20 περίπου χρόνια μετά την κατασκευή τους, με το πνεύμα της σύγχρονης εποχής.

Ρέθυμνο, Απρίλιος 2012

ΙΩΑΝΝΗΣ Ν. ΝΕΣΤΟΡΟΣ,

M.D., Ph.D. (Neurophysiology, McGill), Συνθετικός Ψυχοθεραπευτής,
Καθηγητής Τμήματος Ψυχολογίας του Πανεπιστημίου Κρήτης

Εισαγωγικό σημείωμα

του καθηγητή Peter J. Hawkins

στην α' έκδοση (1993)

Έχω διαβάσει πολλά βιβλία για τη «σχιζοφρένεια» και την «τρέλα», αλλά κανένα δεν μου έχει μεταδώσει την ουσία της σχιζοφρενικής και ψυχωσιακής εμπειρίας όσο το βιβλίο αυτό. Το σύγγραμμα αυτό αποτελεί μια συγκινητική τεκμηρίωση της εξέλιξης της ψύχωσης και της αντιμετώπισής της με ψυχοθεραπεία, και παρουσιάζει όλο τον πλούτο και όλο το πάθος της ανθρώπινης συναισθηματικότητας και όλη την «ποιητικότητα» των ανθρώπινων βιωμάτων και εμπειριών. Ο Dr. Νέστορος και οι θεραπευόμενοί του προσφέρουν περίτεχνα και πολυδουλεμένα πορτρέτα της ανθρώπινης εμπειρίας που αφορά τη σεξουαλικότητα, το φόβο, τη ζήλια, το θρήνο και τον πόνο, αλλά και τη δυνατότητα να συλλάβουμε την ελπίδα και τη χαρά της ζωής με τρόπο που κανένα προηγούμενο ακαδημαϊκό σύγγραμμα δεν μπόρεσε να πετύχει. Το θάρρος και η αποφασιστικότητα του Dr. Νέστορος να αμφισβητήσει το «κατεστημένο» προσφέρουν ελπίδα σε όλους αυτούς που έχουν τοποθετηθεί στο περιθώριο της ζωής εξαιτίας της ψυχολογικής κατάστασής τους.

Το έργο αυτό αποτελεί ένα σοβαρό «ακαδημαϊκό» σύγγραμμα ψυχολογίας, ψυχοθεραπείας και έρευνας, και, ταυτόχρονα, μια σειρά από «δραματικές ιστορίες ζωής» που μπορούν να γίνουν κατανοητές και να τις «αισθανθούμε» όλοι μας, επαγγελματίες και μη. Επίσης προσφέρει βαθυστόχαστες διαπιστώσεις για τα νοήματα της ανθρώπινης ύπαρξης, τις οποίες όλοι μπορούμε να κατανοήσουμε: την ανάγκη να μας αγαπούν και να μας θέλουν, και την ανάγκη να έχουμε την ικανότητα να επιστρέφουμε την αγάπη αυτή· την ανάγκη να κατανοούμε τον κόσμο μας και να παρακολουθούμε τη λογική που διέπει τις εμπειρίες μας, καθώς και την ανάγκη «πραγματικά» να μας καταλαβαίνουν οι άλλοι και την ανάγκη να έχουμε κάποιο έλεγχο τόσο πάνω στον εσωτερικό όσο και πάνω στον εξωτερικό μας κόσμο. Ο Dr. Νέστορος δείχνει την αποδοχή, ευσπλαχνία και ζεστασιά που επιτρέπει στους ασθενείς του να πραγματοποιήσουν το επίπονο ταξίδι, για να ικανοποιήσουν τις πιο πάνω

ανάγκες και να γίνουν «πνευματικά υγιή» άτομα. Περισσότερο από όλα δείχνει υπομονή και εμπιστοσύνη στις τεράστιες εσωτερικές δυνατότητες, τις οποίες διαθέτουν οι άνθρωποι για να «θεραπεύσουν» το διαταραγμένο μυαλό τους. Υπάρχει ένας πλούτος από διδάγματα για όλους εμάς, ώστε να γνωρίσουμε το περιεχόμενο της προσωπικής μας ζωής. Για μερικούς αυτό το βιβλίο θα είναι μια προκλητική υπενθύμιση της προσωπικής τους ζωής και γι' αυτό θα διαβάζεται με δυσκολία. Για άλλους θα περιγράφει ζωηρά πόσο κοντά «στα άκρα» έφθασαν σε μερικές περιόδους της ζωής τους, όταν κατά τη διάρκεια υπαρξιακών κρίσεων η απόδραση από τον κόσμο της «πραγματικότητας» φαινόταν η μόνη «φρόνιμη» εναλλακτική λύση. Η ανάγνωση του βιβλίου είναι από μόνη της μια ευχάριστη ψυχοθεραπευτική εμπειρία, η οποία επηρεάζει και αλλάζει όλους μας.

Είμαι ευγνώμων στον Dr. Νέστορος, στον Eric και στις άλλες περιπτώσεις, επειδή με δέχτηκαν στον ιδιωτικό τους κόσμο, της «τρέλας» και της απελπισίας, της ελπίδας και της αισιοδοξίας. Ως αποτέλεσμα αυτού απέκτησα βαθύτερη κατανόηση του εαυτού μου σε ένα εντελώς προσωπικό επίπεδο. Ως ψυχοθεραπευτής κέρδισα πλούσια επίγνωση στην «πονητική» πλευρά της δυστυχίας και στις θεραπευτικές διαδικασίες, οι οποίες είναι απαραίτητες για να βοηθήσουν αυτούς που έχουν χαθεί να ξαβρούν τον εαυτό τους. Οι ψυχοθεραπευτές και οι κλινικοί ψυχολόγοι και ψυχίατροι θα ανακαλύψουν ότι το σύγγραμμα αυτό είναι γεμάτο βαθιά γνώση, η οποία μερικές φορές θα τους προκαλέσει δυσάρεστα συναισθήματα, καθώς του αναγκάζει να έλθουν σε σύγκρουση με καθιερωμένες απόψεις. Ίσως τους φανεί δύσκολο να δεχθούν την αισιοδοξία και την ελπίδα, που αποτελούν βασικά συστατικά της πρωτοποριακής θεραπευτικής μεθόδου την οποία ανέπτυξε ο Dr. Νέστορος. Περισσότερο σημαντικό όμως, είναι ότι το βιβλίο αυτό σφραγίζει την προσωπική μας ζωή, γιατί περιγράφει εμάς και μ' αυτό τον τρόπο μπορούμε σαν αποτέλεσμα να γνωρίσουμε περισσότερο τον εαυτό μας.

PETER J. HAWKINS, Καθηγητής Ψυχοθεραπείας.
School of Health Sciences, University of Sunderland, Συντονιστής
Προγράμματος ERASMUS με τίτλο European Diploma in Psychotherapy,
που προσφέρουν τα Πανεπιστήμια Cork Ιρλανδίας, Barcelona
και Salamanca Ισπανίας, Sunderland Ηνωμένου Βασιλείου,
Jyvaskyla Φιλανδίας, Κρήτης και Αιγαίου

Πρόλογος

στην α' έκδοση (1993)

Όταν ο Dan πρωτοάρχισε να υποφέρει από τη σχιζοφρένεια,... Διαβάσαμε βιβλία. Παρακολουθήσαμε διαλέξεις. Μπήκαμε σε ομάδες αυτοβοήθειας. Αλλά το πρώτο πράγμα που κάναμε ήταν να επισκεφθούμε τον οικογενειακό μας γιατρό και να ζητήσουμε τη συμβουλή του. Ήταν ένας τίμιος και σοφός άνθρωπος. *Μας είπε ότι δεν υπάρχει γιατρεία για τη σχιζοφρένεια** και το πιο σημαντικό πράγμα που έπρεπε να θυμόμαστε ήταν να μην αφήσουμε το πρόβλημα του Dan να καταστρέψει την οικογένεια...

B.P. Piercy (1985)

Το πιο πάνω κείμενο, που είναι δημοσιευμένο στο υψηλού κύρους επιστημονικό περιοδικό *Schizophrenia Bulletin* (τόμος 11, σελ. 155-157), εκφράζει τον τρόπο που οι ψυχώσεις αντιμετωπίζονται σήμερα τόσο από τον απλό λαό όσο και τους ειδικούς. Έτσι, ενάμισυ αιώνα μετά τη χρησιμοποίηση για πρώτη φορά του όρου «ψύχωση» – σε αντιπαράθεση με τον όρο «νεύρωση», από τον Αυστριακό Ernst Freiherr von Feuchter, στο σύγγραμμά του «Αρχές Ψυχολογικής Ιατρικής» (βλέπε Χαρτοκόλλης, 1986, σελ. 131) – τα άτομα με σχιζοφρενικά συμπτώματα, μανιακή διέγερση, ψυχωσική κατάθλιψη και άλλες διαταραχές, που κατατάσσονται στις ψυχώσεις, προκαλούν ακόμη το δέος αυτών που έρχονται σ' επαφή μαζί τους. Οι ψευδαισθήσεις, οι παραληρητικές ιδέες, η έλλειψη επίγνωσης του νοσηρού και η εκ πρώτης όψεως εντύπωση, ότι οι σκέψεις, τα συναισθήματα και η συμπεριφορά δε σχετίζονται με την πραγματικότητα του πάσχοντος, κωδικοποιούνται συνήθως ως ενδείξεις βαριάς ψυχικής διαταραχής με κακή πρόγνωση. Αυτή η κατάσταση οφείλεται εν μέρει στο γεγονός ότι η αντίληψη της αιτιο-

* Η υπογράμμιση δική μου.

λογίας και της θεραπευτικής αγωγής στις περιπτώσεις αυτές διαφέρει από ειδικό σε ειδικό όσο η μέρα με τη νύκτα. Ενδεικτικά αναφέρω ότι η σχιζοφρένεια κατά τον Thomas Szasz είναι ένας μύθος, ενώ κατά τον Philip Seeman αποτελεί μια βιολογική νόσο, που εκδηλώνεται με διαταραχή του ντοπαμινεργικού συστήματος νευρικής μεταβίβασης στον εγκέφαλο.

Σύμφωνα με τον Φιλιππόπουλο (1961, σελ. 199), ο οποίος εκφράζει μια άποψη που ασπάζονται πολλοί επαγγελματίες ψυχικής υγείας τόσο στην Ελλάδα όσο και στο εξωτερικό, «... η ψύχωσης... χαρακτηρίζεται από την πλήρη, παροδική ή μόνιμη, αποργάνωση του εγώ, η οποία, επί βαρείας, χρονίας ή επιμόνου μορφής ψυχωσικής αντιδράσεως, άγεται και ενίοτε απολήγει εις την ολοσχερή αποσύνθεσίν του... Ο ψυχωσικός “ζη με την νόσον του”, παραμένει αδρανής έναντι αυτής, διότι ουδεμίαν έχει αντίληψιν του παθολογικού, συνεπώς δε και ουδεμίαν αναγνώρισιν της καταστάσεώς του... Ο ψυχωσικός είναι αλλά και αισθάνεται ξένος (alienus) τόσον προς τον εαυτόν του όσο και προς το περιβάλλον του».

Το παρόν βιβλίο φιλοδοξεί να συμβάλει στο να αλλάξει η πιο πάνω αντίληψη για την πρόγνωση των ψυχώσεων παραθέτοντας μερικά περιστατικά του υπογράφοντος, τα οποία είχαν καλύτερη του αναμενόμενου έκβαση. Ο υπογράφων κατά τα τελευταία δέκα έτη έχει ασχοληθεί κυρίως με την ψυχοθεραπεία και φαρμακοθεραπεία των ψυχώσεων και έτσι είχε στη διάθεσή του άφθονο κλινικό υλικό, που προέρχεται τόσο από διαγνωστικές συνεντεύξεις όσο και από ψυχοθεραπευτικές συνεδρίες. Το κλινικό αυτό υλικό, από το οποίο μόνο ένα μικρό μέρος περιλαμβάνεται στην παρούσα συγγραφή, περιλαμβάνει επίσης γράμματα, ποιήματα και σχέδια από διάφορες περιπτώσεις.

Ο καλόπιστος αναγνώστης πιστεύω ότι πείθεται πως σε πολλές περιπτώσεις επήλθε μεγάλη βελτίωση μέσα σε λίγες μέρες. Τα συστατικά, τρόπος του λέγειν, της επιτυχίας είναι: (1) Έλλειψη δογματισμού υπέρ οποιασδήποτε θεωρίας που αφορά την ψυχοπαθολογία ή την ψυχοθεραπεία. (2) Μαζική και μεγάλη προσπάθεια, η οποία πρέπει να είναι σταθερή και επίπονη. (3) Χρησιμοποίηση όλων των δυνατών μέσων θεραπείας (ψυχοθεραπεία, φαρμακοθεραπεία κ.λπ.). Πρέπει βέβαια να πιστεύεις στη δυνατότητα βελτίωσης των ψυχωσικών ατόμων, διαφορετικά ο θεράπων με τη στάση του συμβάλλει στην επιδείνωση της κα-

τάστασης. Σ' αυτούς που διερωτώνται πώς είναι δυνατόν να συνιστώ ψυχοθεραπείες για ψυχικές διαταραχές, για τις οποίες, ίσως, αιτιολογικά κατά πάσα πιθανότητα παίζει κάποιο ρόλο η κληρονομικότητα και το βιολογικό υπόστρωμα, υπενθυμίζω ότι η ψυχοθεραπεία της συμπεριφοράς έχει πολύ καλά αποτελέσματα πάνω σε άτομα με οργανικές βλάβες του εγκεφάλου.

Οι περιπτώσεις παρουσιάζονται με αρκετές λεπτομέρειες ώστε ο αναγνώστης να έχει άμεση πρόσβαση στο ψυχολογικό υλικό. Γι' αυτό το λόγο η γλώσσα, εκεί που πρέπει, παραμένει «τολμηρή» και «ωμή», για να μη χαθεί η εντύπωση που δημιουργείται σ' αυτούς που έρχονται σε απευθείας επαφή με τα περιστατικά. Επίσης, εκεί που χρειάζεται, παρατίθεται πρωτογενές υλικό από απομαγνητοφωνημένες διαγνωστικές συνεδρίες. Όλο το υλικό παρουσιάζεται με τη συγκατάθεση των θεραπευομένων που αναφέρονται. Γι' αυτό και θέλω να τους ευχαριστήσω που μου επέτρεψαν να συλλέξω και να δημοσιεύσω το υλικό αυτό και, ακόμη περισσότερο, για την εμπιστοσύνη με την οποία περιέβαλαν το πρόσωπό μου.

Αισθάνομαι την υποχρέωση από τη θέση αυτή να ευχαριστήσω τους καθηγητές Thomas A. Ban και Heinz E. Lehmann, από τους οποίους μύηθηκα στην ψυχοφαρμακολογία· τον καθηγητή K. Krnjević για την επίβλεψη της διδακτορικής μου διατριβής στις νευροεπιστήμες, η οποία έγινε δυνατή μέσω μιας υποτροφίας του Medical Research Council of Canada, το οποίο ευχαριστώ θερμά· τον καθηγητή N.P.V. Nair για την ενθάρρυνσή του στην έρευνα με υψηλές δόσεις διαζεπάμης στην παρανοειδή σχιζοφρένεια και για τη συνεργασία του στην έρευνα για το ρόλο της χολοκυστοκινίνης στη θεραπεία της παρανοειδούς σχιζοφρένειας· τον καθηγητή Dennis Engles για την ενθάρρυνσή του να ασχοληθώ με την ψυχοθεραπεία των ψυχώσεων· και την Dr. Lela C. Korenberg, ψυχοθεραπεύτριά μου το διάστημα μεταξύ του 1973-1977, για τη μύησή μου στην ψυχοθεραπεία. Όσο και αν φαίνεται παράξενο, ίσως, περισσότερο στις έρευνές μου, που περιγράφονται στο σύγγραμμα αυτό, να επηρεάστηκα από τη διδασκαλία των αρχαίων Ελληνικών στο Παγκύπριο Γυμνάσιο, αφού περισσότερο απ' οτιδήποτε άλλο πιστεύω ότι οι ενέργειές μου κατευθύνονταν από κάτι που είπε ο Ηράκλειτος:

Εάν μη έλπεται,
ανέλπιστον ουκ εξευρήσει,
ανεξερεύνητον εόν και άπορον.*

Η θέση του συγγράμματος αυτού δεν είναι ότι όλες οι ψυχώσεις είναι ιάσιμες ή ότι αντιμετωπίζονται εύκολα. Φιλοδοξία του πονήματος αυτού είναι να πείσει ότι πολλές φορές η πρόγνωση δεν είναι τόσο κακή όσο πιστεύεται και να προσπαθήσει να ξεχωρίσει ποια στοιχεία είναι αυτά που οδηγούν σε καλή έκβαση.

Ευχαριστώ επίσης τον καθηγητή ψυχολογίας Νικήτα Πολεμικό και τον καθηγητή ψυχοθεραπείας Peter J. Hawkins, για την ενθάρρυνσή τους στη συγγραφή του παρόντος βιβλίου.

Αισθάνομαι ιδιαίτερα υποχρεωμένος στη Νιόνια Γ. Βαλλιανάτου, για τη μετάφραση στα ελληνικά της «Οδύσσειας του Eric». Επίσης ευχαριστώ θερμά τους διάφορους φοιτητές μου (τέως και νυν), του τμήματος ψυχολογίας του Πανεπιστημίου Κρήτης, οι οποίοι με τη βοήθειά τους συνέβαλαν στην ολοκληρωμένη παρουσίαση του παρόντος βιβλίου και με το ενδιαφέρον τους έδωσαν την ανατροφοδότηση που κάθε διδάσκων έχει ανάγκη για να συνεχίσει. Ευχαριστώ ιδιαίτερα εκείνους που έκαναν την απομαγνητοφώνηση πολλών από τις συνεδρίες, και συγκεκριμένα τους: Νιόνια Βαλλιανάτου για την περίπτωση του Άντζελο· Παύλο Κανελλάκη για την περίπτωση της Βιβιάννας· Δήμητρα Σιούσουρα για την περίπτωση του Χούλιγκαν· Νίκο Αλεξανδράκο και Νίκο Κεράνη για τη συνέντευξη της «Λευκής μάγισσας». Χωρίς την προσφορά των πιο πάνω συνεργατών, οι περισσότεροι από τους οποίους είναι τώρα ψυχολόγοι, το σύγγραμμα αυτό δεν μπορούσε να πραγματοποιηθεί.

Ρέθυμνο, Νοέμβριος 1993

ΙΩΑΝΝΗΣ Ν. ΝΕΣΤΟΡΟΣ

Αν. Καθηγητής Κλινικής Ψυχολογίας

* Εάν δεν ελπίζεις
δε θα βρεις το ανέλπιστο,
που είναι ανεξερεύνητο και αδιαπέραστο.

(Αποσπάσματα από τον Ηράκλειτο: «Ο Σκοτεινός Λόγος». Μετάφραση Βαγγέλης Ραπτόπουλος. Ζωγραφιές Μανώλης Σ.Α. Ζαχαρουδάκης. Εκδόσεις Καστανιώτη, Αθήνα 1993).