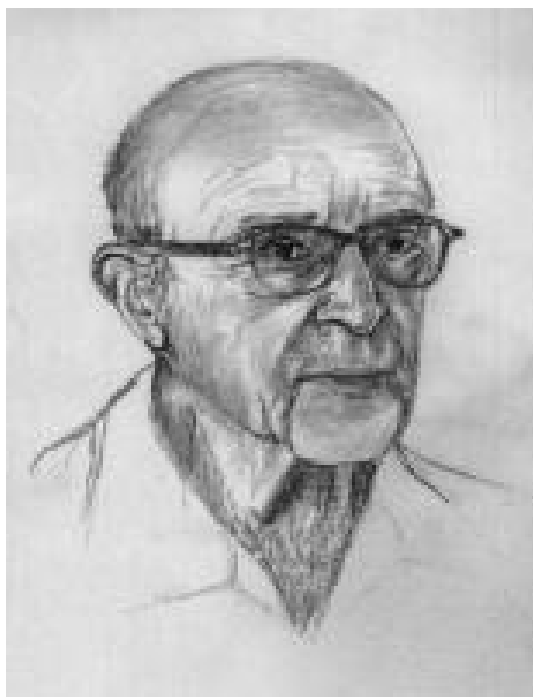


ΑΝΘΡΩΠΙΣΤΙΚΗ ΨΥΧΟΛΟΓΙΑ: ΡΟΤΖΕΡΣ-ΜΑΣΛΟΥ (του Τάκη Αθανασόπουλου)



Οι κυριότεροι εκπρόσωποι της ανθρωπιστικής ή ουμανιστικής ψυχολογίας ήταν δύο: ο Κάρλ Ρότζερς (1902-1987) και ο Αβραάμ Μάσλοου (1908-1972) οι οποίοι διαφωνούσαν με τον Σαρτρ και τους Υπαρξιστές.

Οι θεωρίες του Σαρτρ και των Υπαρξιστών αναπτύχθηκαν την ίδια περίπου χρονική περίοδο με αυτές των θεωρητικών της ανθρωπιστικής ψυχολογίας, η τελευταία μάλιστα ονομάστηκε και Υπαρξιστική ψυχολογία, και μου φαίνεται ενδεδειγμένο για θεωρίες που

αναπτύχθηκαν την ίδια περίπου περίοδο, μετά τον Β' Παγκόσμιο Πόλεμο, είχαν την ίδια αφετηρία, αλλά πολύ διαφορετικά συμπεράσματα.

Στο πρώτο μισό του 20ου αιώνα κυριάρχησαν στην Ψυχολογία, η Ψυχανάλυση και ο Συμπεριφορισμός. Οι **ψυχαναλυτές** εστίασαν στις παρορμήσεις που προέρχονταν από το υποσυνείδητο ή το ασυνείδητο, οι **συμπεριφοριστές** στις περιβαλλοντολογικές συνθήκες (ήταν οι πιο μηχανιστικοί). Κατά το δεύτερο μισό του αιώνα εμφανίσθηκε η σχολή της **Ανθρωπιστικής Ψυχολογίας**, που ονομάστηκε και Τρίτο Κύμα της ψυχολογίας και αυτή η σχολή εστίασε στη συνείδηση, στη δύναμη της θέλησης και στην αποφασιστικότητα των ανθρώπων.

Βρίσκω ιδιαίτερα ενδιαφέρουσες τις θεωρίες της σχολής του Τρίτου Κύματος γιατί ξεκινούν από την ίδια διαπίστωση που έκαναν και οι Υπαρξιστές, την ίδια ακριβώς περίοδο, μετά το

τέλος του Β' Παγκοσμίου Πολέμου. Η μεγάλη ασθένεια της εποχής, αυτό που την χαρακτήριζε, ήταν και για τους Υπαρξιστές και για τους ανθρωπιστές ψυχολόγους, η έλλειψη αξιών.

Οι συνέπειες της έλλειψης αξιών, που έχουν περιγραφεί από πολλούς αναγνωρισμένους συγγραφείς, διανοούμενους ή επιστήμονες, έτσι όπως μου έρχονται πρόχειρα στο μυαλό, είναι η ανηθικότητα, το εσωτερικό κενό -για το οποίο μας χάρισε μια πολύ όμορφη περιγραφή η Σιμόν ντε Μποβουάρ-, η απελπισία, η αποκοπή από τις ρίζες, η έλλειψη ιδανικών και ο εγωκεντρισμός. Τα πράγματα έφτασαν σε αυτό το σημείο (θυμηθείτε ότι όταν έγραφαν για "ανθρωπότητα" αυτοί οι θεωρητικοί, είχαν νωπή στο μυαλό τους την ανάμνηση της καταστροφής που επέφεραν στον κόσμο οι Χίτλερ και Στάλιν), επειδή κατά την άποψή τους, επειδή όλα τα παραδοσιακά συστήματα αξιών που δημιούργησε η ανθρωπότητα, αποδείχθηκαν πρακτικά, στην καθημερινή ζωή, αποτυχημένα. Ο πλούτος, η ευημερία περισσότερων ανθρώπων, η τεχνολογική πρόοδος, η ευρύτητα διαδεδομένη εκπαίδευση, τα δημοκρατικά πολιτικά σχήματα, απέτυχαν παταγωδώς να δημιουργήσουν ειρήνη, αδελφικότητα, ψυχική γαλήνη ή ευτυχία, μας άφησαν πιο γυμνούς απέναντι στα δυσνόητα ζητήματα που η ανθρωπότητα αποφεύγει συστηματικά, επειδή είναι απασχολημένη με το επιφανειακό.

Ο Αβραάμ Μάσλοου μιλούσε για τη "νεύρωση της επιτυχίας" και παρατηρούσε ότι οι άνθρωποι μπορούν να συνεχίζουν να αγωνίζονται με ελπίδες, ακόμα και με χαρά, για την ψεύτικη πανάκεια, εφόσον δεν την αποκτούν. Είναι ο στόχος τους, ο σκοπός της ζωής, το "ιδανικό" τους. Όταν όμως την αποκτούν, ανακαλύπτουν σύντομα ότι η ελπίδες τους ήταν ψεύτικες. Ακολουθεί ψυχική συντριβή και απελπισία, βουτιά στον ωκεανό της ματαιότητας, μέχρι να γίνει δυνατό (συνήθως με τη βοήθεια ψυχολόγου) να εμφανιστούν κάποιες καινούριες ελπίδες. Η ενασχόληση με το επιφανειακό, απασχολεί, αλλά δεν πληρώνει...

Οι Μάσλοου και Ρότζερς βρίσκονταν στο μεταίχμιο, ανάμεσα στα παλιά συστήματα αξιών, που δεν λειτουργούσαν πια, και στα νέα που δεν είχαν ακόμα γεννηθεί. Είδαν ότι η ανθρωπότητα

χρειαζόταν ένα έγκυρο και εύχρηστο σύστημα ανθρώπινων αξιών, αξιών στις οποίες θα μπορούμε να πιστεύουμε, να αφιερωνόμαστε γιατί θα είναι αληθινές και όχι γιατί θα μας εξορκίζουν να τις “εμπιστευθούμε και να έχουμε πίστη σε αυτές”.

Πίστεψαν ότι για πρώτη φορά στην ιστορία, μπορεί να εδραιωθεί ένα τέτοιο σύστημα, κυριολεκτικά υπαρξιακό, που θα βασίζεται αποκλειστικά πάνω στην επιβεβαιωμένη γνώση της φύσης του ανθρώπου. Δεν ισχυρίστηκαν ποτέ -και εδώ τους βγάζω το καπέλο- ότι αυτή η γνώση είναι διαθέσιμη στην εποχή μας στην τελική της μορφή, ώστε να επιάσει συνειδητοποίηση και δράση, όσα όμως ήταν διαθέσιμα εκείνη την εποχή, η μέχρι τότε γνώση τους, τους έδινε την πεποίθηση ότι ήξεραν τα είδη εργασίας που έπρεπε να γίνουν ώστε να προχωρήσουν προς ένα τέτοιο στόχο. Όπως είπαν, “φαίνεται ότι είναι δυνατό για τον άνθρωπο να κινηθεί προς την αυτοπραγμάτωσή του, και προς την κοινωνική βελτίωση, με τις δικές του φιλοσοφικές και επιστημονικές προσπάθειες”.

Ο Κάρλ Ρότζερς θεωρείται σήμερα, μαζί με τον Αβραάμ Μάσλοου, ως ο ψυχολόγος με την μεγαλύτερη επιρροή στη διάρκεια του 20ου αιώνα, όχι μόνο στην ψυχολογία, όπου πολλοί σύγχρονοι ψυχολόγοι τον αναγνωρίζουν ως δάσκαλό τους, αν και πολλοί από αυτούς ανήκαν σε διαφορετικές σχολές, αλλά και στην εκπαίδευση. Στο πιο σημαντικό βιβλίο του, *On Becoming a Person* (1981) μας εξηγεί πώς θα μπορούσαμε να γίνουμε περισσότερο άνθρωποι, γιατί αυτό ακριβώς που λείπει από τους περισσότερους ανθρώπους είναι η ανθρωπιά, και εξάρει τη σημασία της προσωπικής εμπειρίας η οποία είναι κάτι σαν τροφή. Ανιχνεύουμε την αλήθεια μέσω προσωπικής εμπειρίας και όχι ακούγοντας ή διαβάζοντας τις εμπειρίες των άλλων.

Οι άλλες ανθρώπινες υπάρξεις είναι όμως πολύτιμες, και όπως έγραψε ο Μάσλοου, “...οι βασικές ανθρώπινες ανάγκες μπορούν να εκπληρωθούν μόνο μέσω άλλων ανθρώπων, δηλαδή μέσω της κοινωνίας. Η ανάγκη για κοινότητα (το να ανήκει κανείς κάπου, ανάγκη για ανθρώπινη επαφή, ομαδοποίηση) είναι από μόνη της μια βασική ανάγκη. Μοναξιά, απομόνωση, εξοστρακισμός, απόρριψη από την ομάδα, όλα αυτά δεν είναι μόνο οδυνηρά, αλλά και

παθογόνα”.

Ο Αβραάμ Μάσλοου, ύστερα από 30 χρόνια ερευνών (κυρίως με φοιτητές, αλλά και νοικοκυρές, πήγαινε από σπίτι σε σπίτι με ερωτηματολόγια) έφτασε στο όχι και τόσο ευχάριστο συμπέρασμα ότι η αλυσίδα των ανθρώπινων αναγκών (εννοεί το απλό ότι όταν εκπληρωθεί μια βασική μου ανάγκη αναζητώ αμέσως να εκπληρώσω την επόμενη, όταν βρω πού να κοιμηθώ το βράδυ, θα αναζητήσω και τροφή, μετά θα ψάξω για δουλειά και στη συνέχεια για ερωτικό σύντροφο) σταματάει όταν εκπληρωθούν οι 4 πρώτες βασικές ανάγκες (α! οι φυσικές ανάγκες: τροφή, νερό ύπνος, κλπ, β! η ανάγκη για ασφάλεια: σπίτι, ρούχα, καθαριότητα σώματος, δουλειά, κάποια αίσθηση ηθικής, γ! η ανάγκη ανθρώπινης κοινότητας για την οποία μιλήσαμε παραπάνω: σεξουαλικός σύντροφος, φίλια, οικογένεια και τέλος δ! η ανάγκη για αυτοεκτίμηση: αυτοπεποίθηση, σεβασμός του εαυτού και των άλλων, γόητρο) και δεν οδεύει προς την εκπλήρωση της πέμπτης βασικής ανάγκης που είναι η αυτοπραγμάτωση.

Αυτή η αυτοπραγμάτωση χαρακτηρίζεται από ηθική ακεραιότητα, που μπορεί να μην ακολουθεί κάποια θρησκεία, δημιουργικότητα, αυθορμητισμό, πνεύμα ικανό να επιλύει προβλήματα, έλλειψη προκαταλήψεων, αποδοχή της πραγματικότητας για καλύτερη αντιμετώπισή της.

Στο βιβλίο όπου μας περιγράφει τα πειράματά του με απόλυτα υγιείς ανθρώπους που έζησαν εμπειρίες έκστασης, θρησκείας, Αξίες και Εκστατικές Εμπειρίες (εκδ. Δίοδος), ο Μάσλοου διατυπώνει μια από τις πιο σημαντικές του θέσεις. Οι άνθρωποι που έζησαν εκστατικές εμπειρίες (το πιο ισχυρό επιχείρημα κατά της απαισιοδοξίας των Υπαρξιστών) είχαν πάντα την τάση να μιλούν γι' αυτές με θρησκευτικούς όρους (αποκάλυψη, φώτιση, ενόραση, κλπ) και αυτό τον προβλημάτισε πολύ. Η απόρριψη των θρησκειών, δηλαδή η απόρριψη μιας ιερατικής τάξης τα μέλη της οποίας ισχυρίζονταν ότι είναι οι αποκλειστικοί θεματοφύλακες μιας μυστικής ανοιχτής γραμμής επικοινωνίας με το ιερό, ήταν κατά τη γνώμη του ένα μεγάλο βήμα για την απελευθέρωση της ανθρωπότητας. Και γι' αυτό θα πρέπει να ευχαριστήσουμε τους

μύστες, οι οποίοι βέβαια, από όσο μελέτησε και κατάλαβε, είχαν πάντα εκστατικές εμπειρίες. Υπάρχουν, προφανώς, δύο είδη θρησκείας και θέλησε με ένα κολπάκι να τις διαχωρίσει. από τη μία πλευρά το εμπειρικό, που αποκαλείται συνήθως μυστικιστικό ή και -εντελώς λανθασμένα- αποκρυφιστικό, η φυσιοκρατική θρησκευτική εμπειρία και από την άλλη οι θεσμοθετημένες, εθιμοτυπικές, οργανωμένες θρησκείες. Χρησιμοποιεί πεζό αρχικό γράμμα για τις πρώτες και κεφαλαίο για τις δεύτερες.

Η θέση του Μάσλοου, ύστερα από τις απαραίτητες διευκρινήσεις, είναι ότι η θρησκευτική εμπειρία (και μιλά για αυτό του είδους την εμπειρία που μπορεί κάλλιστα να έχει ένας άθεος) είναι ένα θέμα που έχει δικαίωμα στην επιστημονική έρευνα και μελέτη. Και αντίστροφα, η επιστημονική κοινότητα θα δει το έργο της να εμπλουτίζεται αν αναγνωρίσει και και μελετήσει την ανάγκη που έχει όλο το ανθρώπινο γένος για πνευματική έκφραση. Η πνευματική αυτή έκφραση βρίσκεται, με πολλές μορφές, στην καρδιά των εκστατικών εμπειριών στις οποίες έχουν φτάσει υγιή άτομα που λειτουργούν ολοκληρωμένα.

Οι Μάσλοου και Ρότζερς, αλλά και ο Όλπορτ, ανακάλυψαν πειραματικά, όχι διαβάζοντας βιβλία, ότι ο άνθρωπος έχει μια ανώτερη και υπερβατική φύση η οποία είναι μέρος της ουσίας του, δηλαδή της βιολογικής του φύσης ως εξελιγμένου μέλους του είδους. Μου φάνηκε εξαιρετικά ενδιαφέρον να σκιαγραφήσω πρόχειρα τις απόψεις της σχολής του Τρίτου Κύματος, πριν περάσω στον Σαρτρ, αφού αυτοί οι θεωρητικοί αντέδρασαν πολύ στις απόψεις του, κυρίως επειδή αρνιόταν να παραδεχτεί και να αντιμετωπίσει την ίδια την ύπαρξη των βιολογικών επιστημών. Θα προσπαθήσω να δείξω ότι η διαφορά τους είναι βαθύτερη.

Το όλο ζήτημα πάντως έχει πολύ μεγάλο ενδιαφέρον και το ενδιαφέρον αυξάνει αν αναλογιστούμε ότι κανείς δεν ασχολείται πια με αυτές τις ανακαλύψεις, πέρα από κάποιους ακαδημαϊκούς.

Ο άνθρωπος φτιάχνει ο ίδιος τον εαυτό του, όπως φώναζαν αγανακτισμένοι οι Υπαρξιστές, αλλά η μελέτη αποκαλύπτει ότι υπάρχουν όρια ως προς το πόσο και πού μπορεί να τον φτιάξει.

Οι άνθρωποι, ας μην το ξεχνάμε, είναι βιολογικά προκαθορισμένοι και αν θέλεις να ανέβεις ψηλότερα, πρέπει να εξετάσεις πόσο δυνατά πνευμόνια και αντοχή διαθέτεις. Οι Υπαρξιστές ανέβηκαν ψηλά, το αναγνωρίζω, αλλά δεν μπόρεσαν να κρατηθούν εκεί, έπεσαν με πάταγο κάτω και πόνεσαν. Δεν αρκέστηκαν στον πόνο, πείσμωνσαν και αποφάσισαν να μας πείσουν ότι **η ανθρώπινη φύση καθορίζεται από την αρνητικότητά της**, με έξοχο θεωρητικό αυτής της αντίληψης τον Σαρτρ, τις θέσεις του οποίου θα προσπαθήσω να συνοψίσω στα επόμενα ποστ.

Τάκης Αθανασόπουλος

Πηγή: Enet Διάλογοι-Ελευθεροτυπία, enet.gr

Φωτό: Καρλ Ρότζερς, Wikipedia

2 Νοεμβρίου 2010