

# 1

## Εννοιολογικοί προσδιορισμοί

### 1.1. ΕΙΣΑΓΩΓΗ

Ο όρος *κρίση* χρησιμοποιείται ευρύτατα και ποικιλοτρόπως. Η απαρχή της πιο ευρείας χρήσης του είναι δύσκολο να προσδιοριστεί χρονικά. Πολύ πριν από την έναρξη της πρόσφατης οικονομικής κρίσης που εξακολουθούμε να διανύουμε σε εθνικό επίπεδο, υπήρξαν πολλές άλλες κρίσεις της οικονομίας, άλλες μικρότερες και άλλες μεγαλύτερες, οι οποίες έχουν καταγραφεί ως σημαντικά ιστορικά γεγονότα όχι μόνο για τη χώρα μας αλλά και διεθνώς. Επίσης, εκτός από τον τομέα της οικονομίας, είναι συνηθής η αναφορά του όρου *κρίση* σχετικά με τους θεσμούς. Πολύς λόγος έχει γίνει και συνεχίζει να γίνεται για την κρίση που περνούσαν

και εξακολουθούν να περνούν θεσμοί όπως η θρησκεία ή η δημοκρατία, αλλά κυρίως οι κοινωνικοί θεσμοί: ο γάμος, η οικογένεια, ο γονικός ρόλος.

Όποιον θεσμό κι αν προσδιορίζει, ο όρος είναι συνυφασμένος με τη δυσχέρεια, τον κίνδυνο, την απότομη μεταβολή, με κάποιο βαθμό δυσκολίας ή –στην καλύτερη περίπτωση– με κάποιο είδος επαναδιαπραγμάτευσης. Η κρίση ανατρέπει τα δεδομένα, αλλάζει και μεταμορφώνει ραγδαία την πραγματικότητα, την αποσυντονίζει και την απορρυθμίζει, δημιουργεί φόβο και αναστάτωση. Άλλοτε η τελική έκβαση αποβαίνει άμεσα θετική και άλλοτε τα θετικά στοιχεία που προκύπτουν αργούν να εμφανιστούν.

Η κρίση συνήθως είναι απόρροια ενός γεγονότος που προκαλεί –ή πρόκειται να προκαλέσει– μια ασταθή και δύσκολη κατάσταση που με τη σειρά της επηρεάζει ένα άτομο, μια ομάδα, μια κοινότητα ή ολόκληρη την κοινωνία. Η κάθε κρίση άλλες φορές πλήττει όλο το κοινωνικό σύνολο και άλλες φορές έχει πιο περιορισμένη εμβέλεια: αφορά μια συγκεκριμένη ομάδα, πολυμελή ή ολιγομελή, ή το άτομο. Οι κρίσεις επιφέρουν σημαντικές αλλαγές στη ζωή μας, σε οικονομικής, πολιτικής, κοινωνικής ή περιβαλλοντικής φύσης ζητήματα και απειλούν την ασφάλειά μας, ειδικά όταν συμβαίνουν αιφνίδια, χωρίς καμία απολύτως προειδοποίηση. Μια κρίση θα μπορούσε να χαρακτηριστεί και ως «περίοδος δοκιμασίας» ή «επείγον συμβάν».

Σύμφωνα με τους «θεωρητικούς της κρίσης», κρίση ονομάζεται κάθε αλλαγή στη ζωή, με την προϋπόθεση ότι αυτή επιφέρει ένα είδος ανισορροπίας, η οποία βραχυπρόθεσμα προκαλεί στρες, ενώ μακροπρόθεσμα προάγει την ανά-

πτυξη νέων δεξιοτήτων (Carlan, 1964). Κατά τους Seeger, Sellnow και Ulmer (1998), κρίση είναι συγκεκριμένα και απροσδόκητα γεγονότα ή σειρά γεγονότων που δημιουργούν υψηλά επίπεδα ανασφάλειας και απειλής ή έμμεσης απειλής για τους στόχους υψίστης προτεραιότητας που θέτει ένας οργανισμός. Όταν οι αλλαγές ή οι μεταβάσεις στη ζωή δεν συμβαίνουν προοδευτικά, αλλά γίνονται με απρόβλεπτο τρόπο, συνήθως συνιστούν κρίσεις, καθώς δεν μας παρέχουν το απαραίτητο εύρος και βάθος χρόνου για να επεξεργαστούμε όλα τα νέα δεδομένα και να προσαρμοστούμε στις νέες συνθήκες.

Η κρίση συνιστά μια μορφή ανατροπής στη ζωή μας. Συνήθως θεωρούμε ότι η ζωή μας ακολουθεί μια προβλέψιμη πορεία και με την κρίση η πορεία αυτή ξαφνικά διακόπτεται και παύει να είναι προβλέψιμη. Η ανατροπή αυτή και η άγνοια για το τι θα ακολουθήσει συνιστούν κρίση. Όλοι οι άνθρωποι επιθυμούν την απρόσκοπτη ροή σε ό,τι κάνουν, με ό,τι κι αν καταπιάνονται, καθώς και την ασφαλή πρόγνωση αυτού που μέλλει να συμβεί. Η ασφαλής πρόγνωση και ο έλεγχος, ως βασικά αντίδοτα του φόβου, αποτελούν ζητούμενα στη ζωή.

Οι κρίσεις δεν είναι επιθυμητές. Κάποιες φορές μάλιστα συνοδεύονται από τραυματικές εμπειρίες. Κάθε άνθρωπος αρέσκεται στο να ακολουθεί την πεπατημένη. Η όποια αλλαγή είναι καλοδεχούμενη εφόσον δεν του προκαλεί δυσανεξία και μπορεί να την ενσωματώσει στον ήδη καλά οργανωμένο μικρόκοσμό του. Όλα αυτά βεβαίως αποτελούν μια αρκετά γενικόλογη θεώρηση και είναι εν πολλοίς σχετικά. Προχωρώντας τον συλλογισμό μας, θα προσθέταμε

ότι εφόσον η κρίση δεν συνιστά μια ευχάριστη αλλαγή στη ζωή του ανθρώπου, συνοδεύεται από κάποιο βαθμό στρες. Και όταν βρίσκεται κανείς αντιμέτωπος με το στρες, καλείται να το αναγνωρίσει και να το παραδεχτεί, και είτε να το διαχειριστεί με κάποιον τρόπο είτε να αποδράσει, κάτι που επίσης αποτελεί ασφαλώς μια μορφή δράσης, εφόσον νοείται ως κίνηση, ως μετακίνηση από την πηγή του στρες.

## 1.2. ΚΡΙΣΗ, ΜΕΤΑΒΑΣΗ ΚΑΙ ΣΤΡΕΣ

Τι συνιστά κρίση για ένα παιδί; Πώς αντιδρούν τα παιδιά στην απώλεια και πώς τη διαχειρίζονται; Πώς και με ποιους τρόπους μπορούμε να τα βοηθήσουμε να τη διαχειριστούν; Ποιοι τρόποι ενδείκνυνται για την αντιμετώπισή της από την πλευρά των ενηλίκων; Τα παραπάνω ερωτήματα απασχόλησαν και απασχολούν ψυχολόγους και ειδικούς. Αφενός τους απασχολεί η διερεύνηση των αιτιών που οδηγούν στην κρίση, η δυσχέρεια που συνεπάγεται η φτώχεια και η ανέχεια (η οποία πλήττει τα κατώτερα κοινωνικοοικονομικά στρώματα) και προβληματίζονται έντονα όσον αφορά τους παράγοντες που καθιστούν κάποιον είτε ευάλωτο είτε ανθεκτικό στην κρίση αυτή. Αφετέρου τους απασχολούν άλλοι δυσμενείς παράγοντες, όπως το διαζύγιο, καθώς και σημαντικά απρόβλεπτα γεγονότα, όπως οι φυσικές καταστροφές ή οι τρομοκρατικές επιθέσεις (π.χ. μετά την επίθεση στους Δίδυμους Πύργους της Νέας Υόρκης γράφτηκαν πολυάριθμα βιβλία για τη διαχείριση του μετατραυματικού στρες που βίωσαν τα παιδιά).

Παλαιότερα έπρεπε να μιλήσει κανείς στα παιδιά γι' αυτό που πιθανόν να εισέβαλλε ξαφνικά στη ζωή τους, το οποίο θα την άλλαζε μεν δραματικά, δεν θα ανέκοπτε όμως παρά μόνο παροδικά την κανονικότητα της συνέχειάς της. Σήμερα, την εποχή της κρίσης, οι αλλαγές είναι συνολικές, δομικές, και δεν τις υφίστανται μόνο τα παιδιά. Είναι προβλέψιμες ή απρόβλεπτες, αλλά και υπόγειες ή μακροπρόθεσμες. Κανείς δεν ξέρει ούτε μπορεί να προβλέψει πότε θα βγούμε από την κρίση. Οι τεκτονικές πλάκες του κοινωνικού οικοδομήματος βρίσκονται σε διαρκή μετατόπιση. Οι κοινωνιολόγοι προσπαθούν να παρακολουθήσουν τα κοινωνικά φαινόμενα, καινοφανή ως επί το πλείστον. Μεταβάλλονται οι κοινωνικές δομές, αλλά και οι νοοτροπίες και οι αντιλήψεις. Οι ψυχολόγοι μιλούν για κρίση/κρίσεις που συχνά συνιστούν τραύμα, το οποίο είναι δύσκολο να επουλώσεις όταν δεν έχει περατωθεί η «ολοκλήρωσή» του.

Με όλα αυτά που συμβαίνουν και που παρακολουθούμε την εξέλιξή τους, άλλοτε περισσότερο ενεργά και άλλοτε μάλλον παθητικά, περισσότερο ως θεατές παρά ως συμμετοχοί, θα προσπαθήσουμε να καταγράψουμε τη μορφή των κρίσεων και να μιλήσουμε γι' αυτές. Το βέβαιο είναι ότι για να αντιμετωπίσουμε είτε μια μεγάλη είτε μια μικρή κρίση, χρειαζόμαστε σοφία, γενναιοδωρία, ψύχραιμη σκέψη, διάυγεια του νου, ευγένεια, συμπόνια και ενσυναίσθηση. Οι αξίες αποτελούν αναγκαία προϋπόθεση, απαραίτητο υπόβαθρο για τη διαχείριση των κρίσεων. Αν έχουμε αξίες και ζούμε σύμφωνα με αυτές, τότε είναι δυνατή η ανάπτυξη της συναισθηματικής νοημοσύνης, του συναισθηματικού αλφαριθμητισμού ως μέσου επαναφοράς της ισορροπίας (Παππά, 2013).

Όσον αφορά την οικογένεια, συχνά οι έννοιες *κρίση* και *στρες* παρουσιάζονται ως συγγενείς. Σύμφωνα με την Boss (2006), κρίση είναι: α) η διαταραχή της ισορροπίας, που συμβαίνει με κατακλυσμαίο τρόπο, β) η έντονη πίεση, και γ) η απότομη αλλαγή, που ακινητοποιεί το σύστημα της οικογένειας. Παρ' όλα αυτά, πρόκειται για δύο διαφορετικές έννοιες: όταν η οικογένεια περνάει μια κρίση δεν λειτουργεί κανονικά, τα όριά της γίνονται ασαφή και οι συνηθισμένοι ρόλοι ακυρώνονται. Το στρες της οικογένειας, από την άλλη, είναι μια κατάσταση αλλαγμένης ή διαταραγμένης αλλά και διαβαθμισμένης ισορροπίας. Πρόκειται για μία συνεχή μεταβλητή (βαθμός στρες), ενώ η κρίση αποτελεί ασυνεχή μεταβλητή (κρίση ή μη κρίση).

Επιπλέον, συχνά μαζί με την κρίση (ή εναλλάξ με αυτήν) χρησιμοποιείται ο όρος *μετάβαση* (transition). Η μετάβαση σχετίζεται επίσης με την κρίση. Κατά τη διάρκεια της ζωής, το άτομο βιώνει διάφορες μεταβάσεις. Η μετάβαση συνήθως χρησιμοποιείται ταυτόσημα με την αλλαγή, συχνά μάλιστα με τη μεγάλη αλλαγή, που αφορά το άτομο ή ολόκληρο το σύστημα της οικογένειας. Η μετάβαση είναι μια περίοδος αλλαγής και μεταμόρφωσης, μια περίοδος που συνήθως αποτελεί καμπή για όλους όσους εμπλέκονται, μια αλλαγή στην κατάσταση, μια μεταβολή στους ρόλους, μια νέα, διαφορετική αίσθηση του εαυτού που ζει σ' έναν διαρκώς μεταβαλλόμενο κόσμο (Silverman, 2000).

Οι μεταβάσεις κατηγοριοποιούνται σε κανονικές/φυσιολογικές (normative) και μη κανονικές (non-normative). Οι κανονικές μεταβάσεις αφορούν αναμενόμενες αλλαγές, είτε για το άτομο (αναπτυξιακές μεταβάσεις όπως η εφηβεία)

είτε για τη συντριπτική πλειονότητα των ανθρώπων (το πέραςμα από τον γάμο στη γονικότητα). Οι μη κανονικές μεταβάσεις προκαλούν άγχος, επειδή δεν είναι αναμενόμενες (πόλεμος, ανεργία, σοβαρή ασθένεια, απώλεια αγαπημένου προσώπου). Πρόκειται για τα στρεσογόνα γεγονότα ζωής που συνιστούν κρίση και αποδιοργάνωση στην οικογένεια. Αυτό βέβαια δεν σημαίνει ότι μια τυπικά «κανονική» μετάβαση δεν μπορεί να προκαλέσει στρες και αποδιοργάνωση στο άτομο ή/και στην οικογένεια.

Στις μεταβάσεις στο πλαίσιο της οικογένειας αναφέρονται οι θεωρίες που εστιάζουν στον κύκλο ζωής της. Η θεωρία του κύκλου ζωής της οικογένειας διαιρεί την πορεία ζωής της σε αναπτυξιακά στάδια που χαρακτηρίζουν τα άτομα στο οικογενειακό σύστημα. Η πιο γνωστή θεωρία/προσέγγιση είναι αυτή των Carter και McGoldrick (1999), η οποία διακρίνει συγκεκριμένα αναπτυξιακά στάδια στον κύκλο της ζωής της οικογένειας και συγκεκριμένες κανονικές-φυσιολογικές μεταβάσεις.

Ο παρακάτω πίνακας βασίζεται στη θεωρία των Carter και McGoldrick (1999) και περιλαμβάνει τα παραπάνω στάδια.

Ωστόσο, σύμφωνα με τον Cowan (1991, 1994), ο οποίος μελέτησε επίσης τις κανονικές-φυσιολογικές μεταβάσεις στο πλαίσιο της οικογένειας, είναι καλύτερο και μεθοδο-

ΣΤΑΔΙΑ	ΣΤΟΧΟΙ
1. Βιώματα και εμπειρίες από την οικογένεια προσανατολισμού	Διατήρηση σχέσεων με γονείς, αδέρφια και συνομηλίκους. Ολοκλήρωση του σχολείου.

ΓΟΝΕΙΣ ΣΕ ΚΡΙΣΗ

<p>2. Φυγή από το σπίτι</p>	<p>Διαφοροποίηση του ατόμου από την οικογένεια προσανατολισμού και ανάπτυξη ενήλικης σχέσης με τους γονείς. Ανάπτυξη οικείων σχέσεων με τους συνομηλίκους. Αρχή καριέρας/έναρξη επαγγελματικής δραστηριότητας.</p>
<p>3. Το στάδιο πριν από τον γάμο</p>	<p>Επιλογή συντρόφου. Διαμόρφωση σχέσης. Απόφαση για γάμο.</p>
<p>4. Το στάδιο του ζεύγους χωρίς παιδιά</p>	<p>Διαμόρφωση της κοινής ζωής, ώστε να βασιζέται περισσότερο στην πραγματικότητα παρά στην αμοιβαία προβολή. Αναπροσαρμογή των σχέσεων με τις οικογένειες προσανατολισμού και τους φίλους, ώστε να συμπεριληφθούν οι σύζυγοι.</p>
<p>5. Οικογένεια με μικρά παιδιά</p>	<p>Αναπροσαρμογή του συζυγικού συστήματος, ώστε να δοθεί χώρος στα παιδιά. Υιοθέτηση γονικού ρόλου. Αναπροσαρμογή των σχέσεων με τις οικογένειες προσανατολισμού, ώστε να συμπεριληφθούν ρόλοι γονέων και παππούδων. Η ανάπτυξη σχέσεων με τους συνομηλίκους από τα παιδιά.</p>
<p>6. Οικογένεια με εφήβους</p>	<p>Αναπροσαρμογή των σχέσεων γονέων-παιδιού ώστε να επιτρέπουν περισσότερη αυτονομία στους εφήβους. Αναπροσαρμογή των συζυγικών σχέσεων, ώστε να εστιάσουν σε συζυγικά και επαγγελματικά θέματα της μέσης ηλικίας. Ανάληψη ευθύνης για τη φροντίδα των οικογενειών προσανατολισμού.</p>
<p>7. Αυτονόμηση των παιδιών</p>	<p>Επίλυση θεμάτων της μέσης ηλικίας. Διαπραγμάτευση ενήλικης σχέσης με τα παιδιά. Νέα προσαρμογή στη συζυγική ζωή. Αναπροσαρμογή ώστε να συμπεριληφθούν πεθερικά και εγγόνια στον κύκλο της οικογένειας. Ενασχόληση με θέματα απώλειας και με τον θάνατο στην οικογένεια προσανατολισμού.</p>



ΕΝΝΟΙΟΛΟΓΙΚΟΙ ΠΡΟΣΔΙΟΡΙΣΜΟΙ

<p>8. Κατοπινή ζωή</p>	<p>Αντιμέτωπιση της ψυχολογικής κατάπτωσης.                      Αναπροσαρμογή ώστε να αναλάβουν τα παιδιά έναν πιο κεντρικό ρόλο στη συντήρηση της οικογένειας.                      Αφήνοντας χώρο για τη σοφία και την εμπειρία των παππούδων.                      Αντιμέτωπιση της απώλειας συζύγου και συνομηλίκων.                      Προετοιμασία για τον θάνατο, ανασκόπηση της ζωής και ολοκλήρωση.</p>
------------------------	---

*Πηγή:* Carter και McGoldrick (1999) και Carr (2006).

λογικά πιο ορθό να αντιμετωπίζονται οι μεταβάσεις ως μακροχρόνιες διαδικασίες που καταλήγουν σε μια ποιοτική αναδιοργάνωση τόσο του εσωτερικού κόσμου του ατόμου όσο και της εξωτερικής του συμπεριφοράς.

Όσον αφορά τα παιδιά, η όποια αλλαγή στις σχέσεις που διαμορφώνουν με τους «σημαντικούς άλλους» μπορεί επίσης να συνιστά κρίση. Ο Bronfenbrenner (1979, 1992), ο οποίος μελέτησε τις μεταβάσεις μέσα από πέντε περιβαλλοντικά συστήματα, όπου το παιδί βρίσκεται στο κέντρο και επηρεάζεται από αυτά, διατύπωσε την άποψη ότι το παιδί δέχεται τη μεγαλύτερη επιρροή από το μικροσύστημα, δηλαδή από την οικογένεια και το περιβάλλον του σχολείου. Επιπλέον, υποστηρίζει ότι αν οι σχέσεις στο μικροσύστημα πληγούν, αυτό θα επηρεάσει αρνητικά το παιδί στην εξερεύνηση του περιβάλλοντός του (Dockett και Perry, 2004).

Πριν από τις αλλαγές που παρατηρούνται στους ίδιους τους ανθρώπους και στις σχέσεις τους, τα παιδιά μπορούν να παρατηρήσουν τις αλλαγές στη φύση: τα δέντρα χάνουν τα φύλλα τους και βγάζουν καινούργια, οι κάμπιες γίνονται

πεταλούδες και οι γυρίνοι βατράχια, το νερό εξατμίζεται και υγροποιείται ξανά. Κάποιες αλλαγές τις προκαλεί ο άνθρωπος, χωρίς να περιμένει τη φθορά του χρόνου και το πέρασμα των εποχών: γκρεμίζει κτίρια και χτίζει καινούργια, καταστρέφει αντικείμενα και δημιουργεί νέα, τα τροποποιεί, τα μεταμορφώνει, τα πετάει ή τα ανακυκλώνει. Λίγα πράγματα παραμένουν αναλλοίωτα. Και τα παιδιά είναι σημαντικό να παρατηρούν τις οποιεσδήποτε μεταβολές στο φυσικό και το κοινωνικό περιβάλλον. Η παρατήρηση αυτή δεν θα τους χαρίσει μόνο μια πιο βαθιά και ουσιαστική γνώση του φυσικού και του κοινωνικού περιβάλλοντος, αλλά κυρίως μια πιο βαθιά και πιο ουσιαστική γνώση του εαυτού τους.