

Η Αειφορία ως Ωφελιμιστικά Ατομική Υπόθεση

Κωνσταντίνος Δημουλάς¹, Θεοδώρα Παπαδημητρίου², Ευριπίδης Δημουλάς³, Θωμάς Κατσαρός⁴, Φωτεινή Καλύβα⁵, Κωνσταντίνος Βαϊνιάς⁶, Νικόλαος Φαρμάκης⁷

1. Δρ (ΙΚΥ) Ψυχιατρικής Κλινικής Ψυχολογίας – Σχολικός Σύμβουλος Φιλολόγων Ν. Λάρισας, ΤΕΙ (ΣΕΥΠ/ Τμ. Ιατρικών Εργαστηρίων) Λάρισας
dimoulask@yahoo.gr
2. υ. MSc Διαχείρισης Εναλλακτικών Πηγών Ενέργειας, Ηλεκτρολόγος Μηχανικός και Μηχανικός Υπολογιστών – Ενεργειακός, Ομάδα Βιοψυχοαναλυτικής Έρευνας
euripides5@hotmail.com
3. Καθηγήτρια Γαλλικής Φιλολογίας, Ομάδα Βιοψυχοαναλυτικής Έρευνας
dorapadim@gmail.com
4. MSc Επιστήμης Υπολογιστών, Καθηγητής Πληροφορικής, Ομάδα Βιοψυχοαναλυτικής Έρευνας
tkatsar@gmail.com
5. υ. MSc Ειδικής Αγωγής, Καθηγήτρια Βιολογίας, Ομάδα Βιοψυχοαναλυτικής Έρευνας
fenikal@gmail.com
6. Δρ Μαθηματικός – Διευθυντής ΑΣΠΑΙΤΕ / Παράρτημα Βόλου
kvainas@hol.gr
7. Δρ Στατιστικής – Αν. Καθηγητής ΑΠΘ/ Σχολή Θετικών Επιστημών/ Τμήμα Μαθηματικών/ Τομέας Στατιστικής και Επιχειρησιακής Έρευνας
farmakis@math.auth.gr

ΠΕΡΙΛΗΨΗ

Ο ζωτικός προσωπικός χώρος δεν είναι αφηρημένη έννοια, αλλά (από τη σύλληψη) πραγματικότητα, η οποία, μέσα από τον πολυπαραγοντισμό της (θέση στο χώρο, φύλο, ηλικία, αλληλεπίδραση φύλου και ηλικίας, φυλετική καταγωγή, πολιτισμός, συνθήκες, καταστάσεις, σχέσεις, κοινωνική θέση, ανατροφοδότηση κ.λπ.) παράγει αποτελέσματα. Ο (κυριολεκτικός, αλλά και ιδεολογικός) ιδιωτικός αυτός χώρος θεωρείται από το άτομο απαραβίαστος. Ο φόβος της παραβίασής του οδηγεί το άτομο σε διαρκή ετοιμότητα με μια επιθετικά αμυντική στάση έναντι των άλλων, προκαλώντας συμπεριφορές προκαταβολικής διεκδίκησης, η δε προσβολή του φέρνει αντιδράσεις επίθεσης ή έστω άμυνας ή φυγής. Η φυγή αυτή είναι προσωρινή, καθώς το βίωμα από το τραύμα της σύγκρουσης δεν πεθαίνει, αλλά караδοκεί για την ευκαιρία να εκδηλωθεί υπό προσφορότερες συνθήκες, προς ανάκτηση του χαμένου κέρδους. Η σχέση του ατόμου με το χώρο του μεταφράζεται στη συμπεριφορά του μέσα σ' αυτόν. Η διαπλοκή των ζωτικών προσωπικών χώρων εκφράζεται σε επιθετικές αλληλοδράσεις. Αυτό γιγαντώνει τον εγωισμό μας, κάνοντας την αειφορία ωφελιμιστικά ατομική υπόθεση, κι αυτό είναι που την υπονομεύει.

ΛΕΞΕΙΣ ΚΛΕΙΔΙΑ: ζωτικός προσωπικός χώρος, επιθετικότητα, αντίδραση φυγής

ΕΙΣΑΓΩΓΗ

Όλο το σώμα μας έρχεται, μέσω του νευρικού συστήματος και με την επεξεργασία των πληροφοριών στο φλοιό, σε συνάντηση με τον υποθάλαμο, που δεν γίνεται να είναι ποτέ απαθής, αλλά η ευαισθησία του διακυμαίνεται από το ελάχιστο έως το υπερβολικό. Η «ευαισθησία» αυτή του υποθαλάμου σημαίνει αυτόματη τροποποίηση του υποθαλαμοϋποφυσιοενδοκρινικού άξονα κατά τις παραγωγές του ως σύνολο με συσχετισμό των επί μέρους. Δηλαδή, θιγόμενος ο υποθάλαμος, θέτει σε ανάλογη κινητοποίηση ολόκληρο τον «άξονα», που, όντας (ο υποθάλαμος) πάντα σε διέγερση, είναι συνεχώς υπό αναστάτωση, μέσα στο πλαίσιο της ενιαιότητάς του, για συνεχώς καινούργια ισορροπία στην εκάστοτε προκύπτουσα κατάσταση. Έτσι, όλος ο οργανισμός τροποποιείται συνεχώς και αδιάλειπτα, ολοένα περισσότερο απ' όσο δικαιολογούσε η περίπτωση στην οποία αυτό συμβαίνει. Στα ερεθίσματα από την πραγματικότητα δίνει πάντα περισσότερο εχθρικό χρώμα απ' όσο έχουν. Ο «άξονας», δηλαδή, τροποποιείται πριν το ερέθισμα. Όντας, αρχήθεν, διαρκώς σε ετοιμότητα πριν κάθε συνθήκη, μαθημένος να είναι πάντοτε οιονεί εν απειλή, παρουσιάζει συμπεριφορά υπερβολικότερη των αιτιουργών ερεθισμάτων. Ο εγκέφαλος, θωρακισμένος απέναντι των απρόβλεπτων καταστάσεων, φορτισμένος με αμυντικά συναισθήματα, παρουσιάζει μια «επιθετική» υπερδραστηριότητα απέναντι της πραγματικότητας. Αυτό να το ονομάζουμε υπερσυμπεριφορά. (Δημουλάς, 2007γ).

ΥΠΕΡΣΥΜΠΕΡΙΦΟΡΑ

Η σχέση του ατόμου με το χώρο του (Loo, 1973) μεταφράζεται στη συμπεριφορά του μέσα σ' αυτόν, η οποία συνίσταται κυρίως στον έλεγχο του χώρου αυτού, τον οποίο και απαιτεί για τον εαυτό του, πράγμα που τον κάνει να είναι συνεχώς σε μια επιθετικά αμυντική στάση έναντι των γύρω του, τους οποίους και βλέπει – είναι δεν είναι έτσι – ως επιβουλές του χώρου του αυτού (Edney, 1974). Κάθε άτομο έχει το δικό του ατομικό χώρο, μια δικιά του περιοχή γύρω από το σώμα του (Baxter & Rozelle, 1975, Hall, 1964, Sommer, 1969) και η παραβίαση του χώρου αυτού προκαλεί στο άτομο αντιδράσεις άμυνας και προληπτικής διεκδίκησης (Baxter & Rozelle, 1975). Προσωπικός χώρος είναι η περιοχή γύρω από το σώμα του ατόμου στην οποία δεν μπορεί να εισέλθουν οι άλλοι χωρίς να προκληθεί δυσφορία (Hayduk, 1983, Sommer, 1969).

Η ΑΠΑΡΧΗ ΤΗΣ ΕΠΙΘΕΤΙΚΟΤΗΤΑΣ

Αν η φυσική απόσταση ξεπεράσει τα καθορισμένα όρια για την περίπτωση, προκαλούνται αρνητικές αντιδράσεις, όπως η φυγή (Felipe & Sommer, 1966, Mehrabian, 1968, Sommer, 1969) ή η επίθεση (Jonas, 1984). Καθώς το άτομο προετοιμάζεται για την αντίδραση φυγής ή επίθεσης, το σώμα του μπαίνει σε μια διαδικασία έκτακτης ανάγκης, στην οποία το μυϊκό σύστημα παίζει ρόλο πρωταρχικό, ενώ το κυκλοφοριακό και το αναπνευστικό σύστημα μπαίνουν σε αυξημένη δραστηριότητα για να κρατήσουν τον οργανισμό σε ετοιμότητα (Cannon, 1920). Το σώμα, από το στάδιο του συναγερμού, περνάει στο στάδιο της αντίστασης, κατά το οποίο ο οργανισμός έχει ήδη φτάσει στο μέγιστο σημείο ετοιμότητας και χρησιμοποιεί διάφορους μηχανισμούς με στόχο να επιτύχει την καλύτερη δυνατή προσαρμογή, πράγμα που τον εξαντλεί, κι αυτό φαίνεται στην κατάπτωση που παρουσιάζει ήδη ο οργανισμός (Selye, 1976). Η αντίδραση φυγής ή επίθεσης αναφέρεται στη δραστηριότητα που λαμβάνει χώρα στο νευρικό και ενδοκρινικό σύστημα (κυρίως με την ενεργοποίηση του αυτόνομου νευρικού συστήματος) για να προετοιμάσει το σώμα για τη μάχη ή τη φυγή σε πιο ασφαλές μέρος (Cannon, 1920), για να το χρησιμοποιήσει ως ορμητήριό του σε καλύτερες γι' αυτό συνθήκες

(Wawna, 1973). Η επιθετική συμπεριφορά είναι, κατά συνέπεια, ένα ενστικτώδες σύστημα, του οποίου η ενέργεια συσσωρεύεται στον οργανισμό, χωρίς να είναι αναγκαία η μεσολάβηση εξωτερικών ερεθισμάτων και αναγκαία είναι η περιοδική απελευθέρωση του οργανισμού από το συσσωρευμένο επιθετικό δυναμικό, λειτουργία που προϋποθέτει συνήθως την ύπαρξη ειδικών ερεθισμάτων (Lorenz, 1966). Όμως, η αντίδραση ενός ατόμου εξαρτάται, κατά κύριο λόγο, από τον τρόπο με τον οποίο αντιλαμβάνεται και την ερμηνεία που δίνει ένα άτομο στο στρεσογόνο ερέθισμα (Lazarus, 1971).

Σίγουρα, η αντίδραση του οργανισμού δεν είναι άμεση και αυτόματη, αλλά, αντίθετα, η επίγνωση και η συνειδητοποίηση του ατόμου ότι βρίσκεται κάτω από στρες είναι σημαντική για την πρόκληση ανάλογων αντιδράσεων (Mason, 1975). Η συμπεριφορά αυτή περιλαμβάνει την αναζήτηση πληροφοριών σχετικά με την κατάσταση που προέκυψε και την άμεση ανάληψη δράσης ή την καταστολή της δράσης και την προσπάθεια καθησυχασμού, με τη χρησιμοποίηση άλλων μηχανισμών άμυνας (Lazarus & Folkman, 1984), οι οποίοι, βεβαίως, δεν λύνουν το πρόβλημα, απλά το κοιμίζουν (Κωσταράς, 1973). Η (προσωρινή) αδυναμία του οργανισμού να αντιδράσει κάνει το άτομο παθητικό στην αντιμετώπιση του στρες, του προσθέτει καθυστέρηση στο να μάθει να αντιμετωπίζει το στρες, τον κάνει ανόρεχτο και τον αδυνατίζει (Seligman, 1975). Αυτό επιδεινώνεται όταν το άτομο είναι πεπεισμένο πως, ό,τι και να κάνει, δεν μπορεί να επηρεάσει το αποτέλεσμα μιας κατάστασης (Seligman, 1967, 1968, 1975).

Βέβαια, ο έλεγχος ίσως μειώνει την αρνητική επίδραση του στρεσογόνου ερεθίσματος, αλλά η δυνατότητα πρόσβασης σε μια αντίδραση, η οποία μπορεί άμεσα να επιδράσει ή να τροποποιήσει τα χαρακτηριστικά μιας στρεσογόνου κατάστασης, είναι το ίδιο υπαίτια για τέτοια συμπεριφορά, και, πολλές φορές, η δυνατότητα επιλογής μεταξύ διάφορων τρόπων δράσης αυξάνει το στρες και προκαλεί σύγχυση και αδυναμία επιλογής (Theorell et al, 1985). Το άτομο ακινητοποιείται, καθώς δεν μπορεί να αποφασίσει μεταξύ των διάφορων εναλλακτικών λύσεων (Κορναράκης, 1980). Δεν έχει σημασία αν το άτομο όντως έχει τον έλεγχο επί της στρεσογόνου κατάστασης, αλλά η υποκειμενική αίσθηση του ατόμου ότι μπορεί να ελέγξει την κατάσταση, πράγμα που φέρνει άγχος, έναντι του οποίου το άτομο καταλήγει, αμυνόμενο, σε άρνηση, ότι μπορεί να έχει τον έλεγχο της κατάστασης αυτής, αφηρόμενο στην ιδέα, ότι, ό,τι συμβεί (καθώς το ίδιο τίποτε πια δεν μπορεί να κάνει για να μη συμβεί), είναι πέρα από τις δυνατότητές του να το ελέγξει, ότι ήταν μοιραίο (Theorell et al, 1985).

ΔΙΑΠΛΟΚΗ ΖΩΤΙΚΩΝ ΠΡΟΣΩΠΙΚΩΝ ΧΩΡΩΝ

Για την αποφυγή ακριβώς ποικιλίας στρεσογόνων ερεθισμάτων που συνδέονται με την υπερβολική εγγύτητα, είναι απαραίτητη η απόσταση, που πάντα διατηρούμε, ανάμεσα σε μας και στους άλλους (Συγκολλίτου, 1993-4). Η υπερβολική προσέγγιση προς τους άλλους προκαλεί το αίσθημα ότι βομβαρδιζόμαστε από υπερβολικά κοινωνικά και φυσικά ερεθίσματα (π.χ. λεπτομέρειες του προσώπου, οσφρητικά σήματα κ.λπ.), οπότε η απόσταση διατηρείται για την αποφυγή υπερδιέγερσης, λόγω της συνεπαγόμενης υπερφόρτισης του εαυτού μας από «απειλητικές» εισβολές (Evans, 1974). Τον χώρο αυτό γύρω μας τον χρειαζόμαστε, άλλωστε, για να προφυλάξουμε τον εαυτό μας από τις αδιακρισίες των εισβολών σ' αυτόν, ως μέσο για τη διατήρηση μιας ιδιωτικότητας και ενός κατάλληλου επιπέδου διακριτικότητας (Altman, 1975), προφυλάσσοντας έτσι την ελευθερία της συμπεριφοράς μας από την

καταπίεση (Bell et al, 1978). Έτσι, ο ζωτικός προσωπικός χώρος είναι «προστατευτικός και χρησιμεύει σε μια φούσκα η οποία μας προφυλάσσει από πιθανές συναισθηματικές και φυσικές απειλές, όπως είναι π.χ. οι υπερβολικοί ερεθισμοί, η υπερδιέγερση που οδηγεί στο στρες, η μη επαρκής διακριτικότητα, η υπερβολική οικειότητα ή η φυσική επίθεση από τους άλλους» (Συγκολλίτου, 1993-4).

Ο προστατευτικός αυτός χώρος χρησιμεύει ως ορμητήριο για την επέκτασή του (Δημουλάς, 1994, Wasna, 1973). «Ο προσωπικός χώρος, λοιπόν, συγκρίθηκε με μια «φούσκα χώρου» γύρω από το άτομο, η οποία δημιουργεί ένα αόρατο όριο ανάμεσα στο άτομο και τους εν δυνάμει εισβολείς. Όπως η πραγματική φούσκα, έτσι και η φούσκα του προσωπικού χώρου είναι σε μεγάλο βαθμό μεταβλητή. Μειώνεται ή μεγενθύνεται σε σχέση με τις ατομικές διαφορές, την αλλαγή συνθηκών και τη φύση των ιδιαίτερων διαπροσωπικών σχέσεων, ενώ η έννοια της φούσκας δίνει έμφαση στη χωρική απόσταση ανάμεσα στα άτομα, διαπιστώθηκε ότι συμπεριφορές άλλες από το να κρατάει κανείς απόσταση, όπως π.χ. οπτική επαφή και ο προσανατολισμός του σώματος, χρησιμοποιούνται για να διατηρήσουν τον προσωπικό χώρο» (Συγκολλίτου, 1993-4). Δηλαδή, δεν είναι πάντα κυριολεκτικός ο ζωτικός προσωπικός χώρος, αλλά και μεταφορικός, και μπορεί να ισοδυναμεί «με την προσπάθειά μας να είμαστε, που μπορεί να καλύπτεται κάποτε και από το να μην υπάρχουμε, αν αυτή η ανυπαρξία μας τονίζει όσον γίνεται περισσότερο το ότι είμαστε» («πολλές φορές η αυτοκτονία έχει τέτοια κίνητρα»), που σημαίνει ότι «ο ζωτικός προσωπικός χώρος μας μπορεί να αποτελείται και από ιδέες, ιδανικά, απόψεις, κύρος, εκτίμηση, «όνωμα», κ.λπ.» και, τελικά, «το να είσαι σημαίνει *ολοένα και μεγαλύτερη επέκταση του χώρου μας αυτού, οποιοδήποτε χρώμα και αν πάρει αυτή η επέκταση*» (Δημουλάς, 1988, βλ. Δημουλάς, 1997α). Το ίδιο και των άλλων (Δημουλάς, 1999γ). Ο καθένας «θέλει τον άλλον κατά βάθος μόνον ως μέσον ικανοποίησης των ιδίων του αναγκών», αλλ' «όταν ο «άλλος» ανθίσταται εις την ικανοποίησιν του εγώ» και προσπαθεί να περιορίσει «τον ζωτικόν χώρον του», αφού «και ο άλλος είναι εγώ, το οποίον βεβαίως θεωρεί τους άλλους ως άλλους, ως μέσα δηλ. διά την ιδίαν του ικανοποίησιν» (και δεδομένου ότι το στένεμα του «προσωπικού χώρου» του κάθε ατόμου προκαλεί ένταση στο νευρικό σύστημα (Jonas, 1984) λόγω «συμπίεσης» των προς δραστηριότητα – ήτοι επιθετικότητα (Thomson, 1964, Winnicott, 1964) – ορμονών του, Καραπέτσας, 1988, Μαρκουλής, 1986), «καθίσταται εχθρός» (Παπαπέτρου, 1973), που απειλεί την ατομική ελευθερία του, που, για να τη διατηρήσει, πρέπει να καταστήσει όλους τους άλλους αντικείμενα (Sartre, 1943).

Αναπτύσσονται, έτσι, δυνάμεις απέναντι τόσο στην αποφυγή, όσο και στην προσέγγιση, και διαμορφώνεται ένα κατάλληλο μέγεθος για τις διάφορες μορφές αλληλεπίδρασης, μάλλον, παρά απλά ως μια άμυνα έναντι εισβολής (Holahan, 1982). Είναι σίγουρο, ότι «οι άνθρωποι αρέσκονται στο να είναι, όπως οι σκαντζόχοιροι στο μύθο του Σοπενχάουερ, αρκετά κοντά ώστε να έχουν τη θερμότητα και την οικειότητα, αλλά αρκετά μακριά ώστε να αποφεύγουν τα τσιμπήματα ο ένας του άλλου» (Sommer, 1969). Αυτό δικαιολογεί τη συνεχή πάλη του ανθρώπου με τα διλήμματά του προσέγγισης-προσέγγισης, αποφυγής-αποφυγής, προσέγγισης-αποφυγής (Κορναράκης, 1980), που, αν δεν τα λύσει, τον αρρωσταίνουν (Παρασκευόπουλος, 1988). Έτσι, ο ζωτικός προσωπικός χώρος, αποδειγμένος (Hinde, 1975) και νευροφυσιολογικά (Δημουλάς, 1993), είναι πολύ περισσότερο από μια απλή έννοια (Katz, 1937), αφού, ως μέτρο των αποστάσεων αλληλεπίδρασης μεταξύ των ατόμων (Hall, 1966), είναι θέμα βιολογίας (Hediger, 1950, Parke & Slaby, 1983) και, φυσικά, ανθρωπολογίας (Hall, 1968). Χωρίς να είναι θέμα αποκλειστικά ενστικτωδών

παραγόντων (Montagu, 1968, Parke & Slaby, 1983, Severy et al, 1976), όσο και αν η ενστικτώδης ενέργεια «αποτελεί ουσιώδες» φυσικό (Evans & Howard, 1973) «μέρος της οργάνωσης των ενστίκτων διατήρησης της ζωής» (Lorenz, 1966), «μέρος μιας εξελικτικής διαδικασίας για τον έλεγχο της επιθετικότητας μεταξύ των ειδών, για την προφύλαξη από απειλές στην αυτονομία και για τη μείωση του άγχους» (Συγκολλίτου, 1993-4, 42), και μόνο προϊόν μάθησης (Altman, 1975, Duke & Nowicki, 1972), «οι βιολογικές καταβολές» μαζί με τη μάθηση θα πρέπει να θεωρούνται «συνυπεύθυνοι παράγοντες επιθετικής συμπεριφοράς» των ανθρώπων μεταξύ των (Μαρκουλής, 1986).

ΕΓΩΙΣΤΙΚΗ ΣΥΜΠΕΡΙΦΟΡΑ

Το να ζεις προϋποθέτει δραστηριότητα. Αλλ' η δραστηριότητα, ως επέκταση, σημαίνει επιθετικότητα κατά της πραγματικότητας που την εμποδίζει ή που εμείς φοβόμαστε εκ των προτέρων (αλλά για να το φοβόμαστε αυτό σίγουρα έχουμε εμπειρία απειλής ...) ότι (θα) την εμποδίζει ... Έτσι, η επίθεση είναι η άλλη όψη της άμυνας: άμυνα και επίθεση είναι το ίδιο! Θα το πούμε άμυνα επιθετική, η οποία λογικά δεν θα υπήρχε, αν δεν υπήρχε η λοιπή, έξω από 'μάς, πραγματικότητα. (Δημουλάς, 1993).

Το άτομο, τελικά, κινείται σε μια διαβαθμισμένη κλίμακα εγωιστικής συμπεριφοράς κατά της πραγματικότητας, κινούμενο επιθετικά εναντίον της μέχρι του σημείου που, μη μπορώντας να αντεπεξέλθει άλλο εναντίον της, την αποδέχεται φτάνοντας μέχρι και στην αυτοπαράδοσή του σ' αυτήν. Έτσι η κατά (μίσος) συμπεριφορά φαίνεται αντιδραστικά διαμορφωμένη ως υπέρ (αγάπη) συμπεριφορά. Η μετατροπή αυτή συμβαίνει όσον πιο κοντινή στο άτομο η πραγματικότητα, που πάει να 'πεί όσον πιο απειλητική. (Δημουλάς, 1993, βλ. Δημουλάς, 2007α).

Ο ΑΝΘΡΩΠΟΣ ΜΕΣΑ ΣΤΟ ΠΕΡΙΒΑΛΛΟΝ ΤΟΥ

Ο άνθρωπος αποτελεί ανοιχτό σύστημα με το περιβάλλον του (Δημουλάς, 1990, 1993). Κάθε ανοιχτό σύστημα, ακόμα και όταν αγωνίζεται να διατηρήσει την ταυτότητά του (μορφή, σχέσεις), κατεργάζεται μάζα- ενέργεια και πληροφορία που παίρνει από το περιβάλλον του και εξάγει τα αποτελέσματα αυτής της κατεργασίας (απόβλητα) (Ζαφρανάς και Κάτσιου-Ζαφρανά, 1989α). Καθώς τα όριά του είναι ημιδιαπερατά, έχει εισερχόμενα, διερχόμενα και εξερχόμενα (Δημουλάς, 1990, 1993). Την «ομοίωσάσή» του τη διατηρεί λοιπόν με «δυναμικές» ισορροπίες (Ζαφρανάς και Κάτσιου-Ζαφρανά, 1989α).

Ο άνθρωπος, ως ανοιχτό σύστημα μέσα στο περιβάλλον του, αλλάζει συνεχώς (Δημουλάς, 1990, 1993). Λειτουργία του είναι να αλλάζει η μάζα- ενέργεια (άρα και η δομή) ή / και οι πληροφορίες του με την πάροδο του χρόνου (Ζαφρανάς και Κάτσιου-Ζαφρανά, 1989α). Δομή είναι μια αργή διαδικασία μακράς διάρκειας και λειτουργία είναι μια στιγμιαία τομή μέσα στο χρόνο – ουσιαστικά ταχεία διεργασία βραχείας διάρκειας (Ζαφρανάς και Κάτσιου-Ζαφρανά, 1989α, β). Αυτό που κάθε φορά μελετάμε πάνω στον άνθρωπο είναι εντελώς σχηματικό με την έννοια της σιγουριάς που στην ουσία πρέπει πάντα να θεωρείται υπό το πρίσμα της συνεχούς αλλαγής που υπάρχει (Παρασκευόπουλος, 1985).

Οι ζωντανοί οργανισμοί δεν ζουν με δικά τους μέσα αποκλειστικά, απομονωμένοι ο ένας από τον άλλο, σαν μέσα στο κενό (Δημουλάς, 1997β, 1997γ, 1998). Ο άνθρωπος, ως ζωντανός οργανισμός και φυσικά ως ανοιχτό σύστημα , για

να διατηρήσει την ομοιόστασή του χρειάζεται ενέργεια που την προσπορίζεται από την «ανταλλαγή της ύλης» (Ζαφρανάς και Κάτσιου-Ζαφρανά, 1989α). Έτσι, αναγκαστικά έρχεται σε συναλλαγή με το περιβάλλον του (Δημουλάς, 1993). Ανιχνεύει το περιβάλλον του και διαπιστώνει ποια από τα περιβαλλοντικά στοιχεία τού είναι χρήσιμα και ποια αδιάφορα ή και εχθρικά (Δημουλάς, 1992-3, 1994-5). Έτσι υιοθετεί συμπεριφορές, συνεπαγόμενες μάθηση και προσαρμογή, που τον βοηθούν στην επιβίωσή του (Piaget, 1968, Δημουλάς, 1990, 1993).

Φαίνεται λοιπόν ότι ο άνθρωπος είναι ανοιχτό σύστημα με «κατεύθυνση» (σκοπούς) ή «κυβερνητικό» (Ζαφρανάς και Κάτσιου-Ζαφρανά, 1989α). Ο σκοπός υποσημαίνει ηθελημένη και φυσικά μαθημένη συμπεριφορά (Άντλερ, χ.χ.). Μάθηση σημαίνει, βέβαια, αλλαγή στη συμπεριφορά λόγω εμπειρίας και μάλιστα προς το καλύτερο, έτσι που να διατηρείται πάντα η ομοιόσταση και, έτσι, ο άνθρωπος να επιβιώνει μέσω της διαδικασίας της προσαρμογής στις προκλήσεις του περιβάλλοντος με τη βοήθεια της μάθησης (Ζαφρανάς και Κάτσιου-Ζαφρανά, 1989α) .

MANDALA

Χρησιμοποιήθηκε η ινδική λέξη mandala (μαγικός κύκλος) για να χαρακτηριστεί η δομή μιας τέτοιας (κυκλικής) διάταξης που αποτελεί μια συμβολική παράσταση του αρχέγονου πυρήνα της ψυχής, όπου η ουσία της μας είναι άγνωστη (φον Φραντς, χ.χ.). Στους πολιτισμούς της ανατολής, χρησιμοποιούνται ανάλογες εικόνες, για να σταθεροποιήσουν το εσωτερικό είναι ή για να διευκολύνουν σε βάθος τη σκέψη (φον Φραντς, χ.χ., Γιουνγκ, χ.χ.). Η ενατένιση ενός mandala υποτίθεται ότι εμπνέει τη γαλήνη, το αίσθημα ότι η ζωή ξαναβρήκε το νόημά της και τη σειρά της (φον Φραντς, χ.χ., βλ. Γιακόμπι, χ.χ., Ζαφφέ, χ.χ.). Κοινότητες χρησιμοποιούν το mandala για να αποκαταστήσουν μια χαμένη εσωτερική ισορροπία και κάποιες φυλές για να φέρουν σε αρμονία έναν άρρωστο με την ψυχή του και τον κόσμο (φον Φραντς, χ.χ., Γιουνγκ, χ.χ.).

Υπάρχουν δυο βασικοί λόγοι που συντείνουν στο να χάσει ο άνθρωπος την επαφή με το ρυθμιστικό ψυχικό του κέντρο (φον Φραντς, χ.χ.): α) Κάποιος ενστικτώδης παλμός ή μια εικόνα δυνατά φορτισμένη με συναισθηματικότητα μπορεί να τον κάνει να γέρνει απ' τη μια μεριά και να χάνει έτσι την ισορροπία του. Στους πρωτόγονους, η τύφλωση από ένα ένστικτο και η παραμέληση άλλων αναγκών, πράγμα που οδηγεί στην απώλεια ισορροπίας, θεωρείται «στέρηση ψυχής». Επίσης, η άμετρη τάση για ονειροπόληση (στροφή προς τα συμπλέγματά μας) απειλεί, επίσης, τη συνοχή και την αλληλουχία της συνείδησης. β) Η πολύ μεγάλη ενίσχυση της συνείδησης του Εγώ, παρόλο που, για την τελείωση των ενεργειών του πολιτισμένου ανθρώπου, είναι απαραίτητη μια πειθαρχημένη συνείδηση, εύκολα γίνεται εμπόδιο στη λήψη παρορμήσεων και των μηνυμάτων που προέρχονται από το κέντρο.

Η ουσία, πίσω απ' όλα αυτά, είναι ότι, μέσα σ' ένα mandala, ο άνθρωπος μπορεί να αντιληφθεί τα όριά του με τον κόσμο, σε περίπτωση σύγχυσης αυτών των ορίων, των ρόλων και των σχέσεων ή λειτουργιών (φον Φραντς, χ.χ., Δημουλάς, 1990, 1993, βλ. Γιακόμπι, χ.χ., Ζαφφέ, χ.χ.). Η επανάκτηση της κεντρικότητας του Εγώ στη ζωή μας μας ωθεί να ξαναδώσουμε νόημα στη ζωή μας και να τη βάλουμε ξανά σε δραστηριότητα και δράση (φον Φραντς, χ.χ.).

WAYS OF REDUCING THE AGGRESSIVENESS IN A BIOPSYCHOLOGICAL ASPECT

All the recently* coming informations that we can have pass through the thalamus. The connection between the thalamus and the hypothalamus correlate the information with the sexual hormones which deluge the hypothalamus. In other words, the environment is relative to our hormonal profile which entails, through the chronismus of the hormones, the modification of the hypothalamohypophysioendocrinic axon and consequently of the whole organism. So, the confrontation of the whole environment functions sexotrop and of course dependent on the sex. This poses the sex in a role of our lives' arbiter. We have seen that in societies in which men are the ruling classes to discriminate the manly behaviour as activate and the womanly behaviour as pathetic. In their extreme aspect, these behaviours can be named as "against" and "for" respectively of the environment. As we turn back to our childhood we can see that our behaviour begins as "against" behaviour and the "for" behaviour is acquired and only as opposite modification of the formes. This means that aggression is simply a superficial (contractual) revulsion of the aggression. It is apparent that the congenital aggression exists not only in animals but also in human. Knowing that the aggression in the life itself, there is not any gene of aggression, but it happens because of the sexhormonal confrontation of the environment. As our sexhormonal levels are not steady but can be modified more-less in a rate that depends on our chromosomal background, the aggression reduces or revules but it never disappears. (Dimoulas, 1999a). * (meaning now) (Dimoulas, 2005).

ΣΥΜΠΕΡΑΣΜΑ

Η επεκτατικότητα αυτή του ανθρώπου αντιβαίνει στο σεβασμό του άλλου και του περιβάλλοντός του, και, στο βαθμό που το ίδιο συμβαίνει και εκείθεν, με την αλληλοδιαπλοκή των επεκτατικών συμφερόντων των ανθρώπων, η καταστροφή του περιβάλλοντος χώρου είναι διαρκής, και μόνον η αυτοκατανόηση ότι, ακόμα και όταν δεν ενεργούμε κατάφωρα καταστροφικά, είμαστε, δυνάμει, εν υπνώσει, καταστροφείς του «άλλου» μπορεί να μας κάνει να συναισθανθούμε ότι δεν είμαστε μόνοι στον κόσμο και ότι η ελευθερία δράσης μας πρέπει να είναι οριοθετημένη στο εκεί όπου αρχίζει η ελευθερία δράσης του άλλου. Μόνον ο ενστερνισμός της θέσης ότι το περιβάλλον είναι κοινόχρηστο θα μας κάνει να το σεβόμαστε, όχι, μόνον, ως παρόν, αλλά και για το μέλλον, για να έχουμε και μεις μέλλον, αφού από αυτό εξαρτάται η επιβίωσή μας. Η αυτοσυναίσθηση του είναι εν τω κόσμω είναι που θα φέρει την αειφορία και θα σώσει τον κόσμο.

ΕΥΧΑΡΙΣΤΙΕΣ

Παναγιώτα Λίτσα, Χαρούλα Ντάμπλια, Δημήτρη Λιόβα, για τεχνικής φύσης βοήθειά τους.

Όλη την Ομάδα μου Βιοψυχοαναλυτικής Έρευνας, γενικώς.

ΒΙΒΛΙΟΓΡΑΦΙΑ

Altman, I. (1975). *The environment and social behavior*. Monterey, Calif.: Brooks/Cole.

- Αντλερ, Ά. (χ.χ.). *Ανθρώπινοι Χαρακτήρες*. Μτφρ., Ν. Βώκου, εκδ. Βιβλιοθήκη για όλους, 7-12.
- Baxter, J.C., & Rozelle, R.M. (1975). Nonverbal Expression as a Function of Crowding During a Simulated Police – Citizen Encounter. *Journal of Personality and Social Psychology*, 32(1), 40-54.
- Bell, P.A., Fisher, J.D., & Loomis, R.J. (1978). *Environmental psychology*. Philadelphia: Saunders Company.
- Γιακόμπι, Γ. (χ.χ.). Τα σύμβολα στο εσωτερικό μιας Ατομικής Ανάλυσης. Στο Γιουνγκ, Κ. (σύλληψη και εκτέλεση) και φον Φραντς, Μ.Λ., Χέντερσον, Γ., Γιακόμπι, Γ., και Ζαφφέ, Α. (χ.χ.): *Ο Άνθρωπος και τα Σύμβολά του*. Μτφρ., Α. Χατζηθεοδώρου, Εκδ. Αρσενίδη, Αθήνα, 289, 299, 302.
- Γιουνγκ, Κ.(χ.χ.). Δοκίμιο για τη Διερεύνηση του Ασυνείδητου. Στο Γιουνγκ, Κ. (σύλληψη και εκτέλεση) και φον Φραντς, Μ.Λ., Χέντερσον, Γ., Γιακόμπι, Γ., και Ζαφφέ, Α. (χ.χ.): ό.π., 21.
- Cannon, W. (1920). Στα Σ. Αναγνωστοπούλου (Αριστοτέλειο Πανεπιστήμιο Θεσσαλονίκης, Τμήμα Ψυχολογίας, «Ξηρογραφία»): (1993): *Ψυχολογία της Υγείας I*, 17, (1994): *Ψυχολογία της Υγείας II – Παρουσίαση Νοσημάτων*, 7.
- Δημουλάς, Κ.Β. (1988). Έκσταση. *Πρακτικά Γ' Διεθνούς Συνεδρίου Λαϊκού χορού «Χορός και Εκπαίδευση»* (Λάρισα 1988) της ΔΟΛΤ – UNESCO, ελληνικά-αγγλικά, 18-48.
- Δημουλάς, Κ.Β. (1990). *Ψυχοπαθολογία I: Οι Αιτίες*. Έκδοση των ΤΕΙ (ΣΕΥΠ) Λάρισας, Λάρισα, 5-51.
- Δημουλάς, Κ.Β. (1992-3). Μαγιάτικα του Γριζάνου. *Μετέωρα*, τόμος 46-7, (170-4), 172β-3α. Τρίκαλα.
- Δημουλάς, Κ.Β. (1993). *Ψυχολογία*. Έκδοση των ΤΕΙ (ΣΕΥΠ) Λάρισας, Λάρισα, 11-57.
- Δημουλάς, Κ.Β. (1994). Τουριστική Ψυχολογία – Γιατί ταξιδεύουμε. *Το Βήμα του Γεωπονικού Συλλόγου Λάρισας*, 9, 24-8.
- Δημουλάς, Κ.Β. (1994-5). Μαγιάτικα του Γριζάνου (Ψυχολογία). *Μετέωρα*, τόμος 48-9, (273-9), 275. Τρίκαλα.
- Δημουλάς, Κ.Β. (1997α). Η ψυχανάλυση στα Νέα Ελληνικά. Περιφερειακό Κέντρο Εκπαιδευτικών Θεσσαλίας, *Βιβλιοθήκη / Ιστορικά Αρχεία του Κράτους*, Λάρισα.
- Δημουλάς, Κ.Β. (1997β). Η ψυχανάλυση από άποψη βιολογική. *Ελευθερία*, 21.9, 14: Υγεία, «1-2». Λάρισα.
- Δημουλάς, Κ.Β. (1997γ). Η «Γοητεία» από νευροψυχολογική σκοπιά / Νευροψυχολογική υπόθεση της «Γοητείας» στη βάση της συγκινησιακής διαστρέβλωσης των πληροφοριών / Πώς η θεωρία θα μπορούσε να φανεί μη ευσταθής. *Ο Δάσχος*, τόμος (Περίοδος Β') 10ος, τεύχος (43-4) 11-2, 48-51. Λάρισα.
- Δημουλάς, Κ.Β. (1998). Αυτά που όντως διατείνεται ο ερευνητής με τη θεωρία / Νευροψυχολογική υπόθεση της «Γοητείας» στη βάση της συγκινησιακής διαστρέβλωσης των πληροφοριών / (Προσπάθεια εξήγησης της σύγχυσης στην αναγνώριση των φύλων από ψυχωσικούς σε πειραματική έρευνα). *Ο Δάσχος*, τόμος (Περίοδος Β') 11ος, τεύχος (45-6) 13-4, 56-7. Λάρισα.
- Dimoulas, K.V. (1999a). Ways of reducing the aggressiveness in a biopsychological aspect. Abstract: Individual Presentation (Presentation Type: Poster) (information hormones aggressiveness), TEI, Greece, *VI European Congress of Psychology* (Scientific Committee Dipartimento di Psicologia), Κάλλιαρι.
- Δημουλάς, Κ.Β. (1999β). *Ανθρώπινες Σχέσεις – Επικοινωνία*. Έκδ. ΟΕΕΚ / Β' ΙΕΚ, Λάρισα, 3-4.

- Δημουλάς, Κ.Β. (1999γ). Σχέση εξουσίας - υποταγής στις συνθήκες της εγκυμοσύνης / βιοψυχολογική άποψη. *Διεθνές Συνέδριο Κλινικής Κοινωνιολογίας και Κλινικής Κοινωνικής Ψυχολογίας «Εξουσία – Βία – Πόνος»* (International Sociological Association (Research Committee 46 – Clinical Sociology), Association Internationale des Sociologues de Langue Francaise, Ελληνική Ψυχολογική Εταιρεία, Εθνικό και Καποδιστριακό Πανεπιστήμιο Αθηνών / Τμήμα Επικοινωνίας και Μέσων Μαζικής Ενημέρωσης), Σπέτσες, 13-6. 5, Αρχείο.
- Δημουλάς, Κ.Β. (2000). *Κοινωνική Ψυχολογία*. Έκδ. ΟΕΕΚ / Β' ΙΕΚ, Λάρισα, 4-5.
- Dimoulas, K.V. (2005). Ways of the reducing the agressiveness in a biopsychological aspect. *1^ο Εθνικό (Πανελλήνιο) Συνέδριο Ιατρικής Βιοχημείας*, Αθήνα, 14-7.4, Αρχείο.
- Δημουλάς, Κ.Β. (2007β). «Υπερσυμπεριφορά». *6^ο Συνέδριο «Ελληνική Γλώσσα και Ορολογία»* (Θεματική ενότητα: Ορολογία συγκεκριμένων θεματικών πεδίων-Λεξικογραφικές και ορογραφικές μελέτες), Αθήνα, 1-3 Νοεμβρίου 2007.
- Δημουλάς, Κ.Β. (2007α). Η προσβολή του ζωτικού προσωπικού χώρου ως αιτία επιθετικότητας στην τάξη. *Αρχείο Παιδαγωγικού Ινστιτούτου (Μέντωρ)*.
- Duke, M.P., & Nowicki, S. (1972). A new measure and social learning model for interpersonal distance. *Journal of Experimental Research in Personality*, 6, 119-132.
- Edney, J.J. (1974). Human Territoriality. *Psychological Bulletin*, 81, 959-975.
- Evans, G.W. (1974). An examination of the information overload mechanism of personal space. *Man – Enviroment Systems*, 4, 61.
- Evans, G.W., & Howard, R.B. (1973). Personal space. *Psychological Bulletin*, 80, 334-44.
- Ζαφρανάς, Α., και Κάτσιου-Ζαφρανά, Μ. (1989α). *Φυσιολογία της Μάθησης I : Ύλη και Εγκέφαλος*. Εκδ. οίκος αφών Κυριακίδη, Θεσσαλονίκη, 16-33.
- Ζαφρανάς, Α., και Κάτσιου-Ζαφρανά, Μ. (1989β). *Φυσιολογία της Μάθησης II : Από τον Εγκέφαλο στη Νόηση*. Εκδ. οίκος αφών Κυριακίδη, Θεσσαλονίκη, 11-20.
- Ζαφφέ, Α. (χ.χ.). Ο Συμβολισμός στις Πλαστικές Τέχνες. Στο Γιουνγκ, Κ. (σύλληψη και εκτέλεση) και φον Φραντς, Μ.Λ., Χέντερσον, Γ., Γιακόμπι, Γ., και Ζαφφέ, Α. (χ.χ.): ό.π., 240 κ.ε., 242-5.
- Felipe, N., & Somer, R. (1966). Invasions of Personal Space. *Social Problems*, 14, 206-214.
- Hall, E. (1964). Silent Assumptions in Social Communication. *Disorders of Communication*, 42, 41-55.
- Hall, E.T. (1968). Proxemics. *Current Anthropology*, 9, 83-107.
- Hediger, H. (1950). *Wild animals in captivity*. London : Butterworth.
- Hinde, R.A. (1975). *The Bases of Social Behavior*. New York : McGraw- Hill.
- Holahan, C.J. (1982). *Environmental Psychology*. Random House, New York.
- Jonas, D. F. (1984). Ακμή και Παρακμή της Γυναικείας Κυριαρχίας. Στο R. Fester, M.E.P. König, D.F. Jonas & A.D. Jonas: *Πέντε εκατομμύρια χρόνια γυναικοκρατίας*. Μτφρ. Δημοσθένη Κούρτοβικ, εκδ. Πορεία, σειρά: Επιστημονική υποδομή, Αθήνα, 214-5.
- Καραπέτσας Α.Β. (1988). *Νευροψυχολογία του αναπτυσσομένου ανθρώπου – Πώς θα κατανοήσουμε τη συμπεριφορά Παιδιού – Έφηβου – Ενήλικα*. Εκδ. επιχειρήσεις Σμυρνιωτάκη Α.Ε., Αθήνα, 131-4.
- Katz, P. (1937). *Animals and Men*. Longmans, Green.
- Κορναράκης, Ι.Κ. (1980). *Μαθήματα Ποιμαντικής Ψυχολογίας*. Θεσσαλονίκη.
- Κωσταράς, Γ.Ε. (1973). *Εισαγωγή εις την Ψυχολογίαν*. Αθήναι, 84.
- Lazarus, R.(χ.χ.). Στο Σ. Αναγνωστοπούλου (1994): ό.π., 10-1.

- Lazarus, R., & Folkman, (χ.ό.). (1984). Στο Σ. Αναγνωστοπούλου (1994): ό.π., 11.
- Loo, C. M. (1973). Important issues in researching the effects of crowding on humans. *Representative Research in Social Psychology*, 4, 219-27.
- Lorenz, K. (1966). *On Aggression*. New York: Harcourt, Brace and World.
- Μαρκουλής, Δ. (1986). Η επιθετική συμπεριφορά. Στο Δ. Παπαδοπούλου και Δ. Μαρκουλής (1986): *Θετικές και αρνητικές μορφές κοινωνικής συμπεριφοράς*. Εκδ. οίκος αφών Κυριακίδη, Θεσσαλονίκη, 59-72.
- Mason, J. (1975). Στο Αναγνωστοπούλου, Σ. (1994): ό.π., 9.
- Mehrabian, A. (1968). Inference of Attitude from the Posture, Orientation and Distance of a Communicator. *Journal of Consulting and Clinical Psychology*, 32, 296-308.
- Montagu, M.F. (ed.) (1968). *Man and Aggression*. New York : Oxford University Press.
- Παπαπέτρου, Κ.Ε.(1973). *Ο μηδενισμός - η γένεσις και η υπέρβασίς του*. Αθήναι, 3.
- Παρασκευόπουλος, Ι. Ν. (1985). *Εξελικτική Ψυχολογία – Η ψυχική ζωή από τη σύλληψη ως την ενηλικίωση*, τόμ. 1: προγεννητική περίοδος, βρεφική ηλικία. Αθήνα, 130-3.
- Παρασκευόπουλος, Ι. Ν. (1988). *Μαθήματα Κλινικής Ψυχολογίας. Κλινική Ψυχολογία: Διάγνωση, πρόληψη και θεραπεία των ψυχικών διαταραχών*. Αθήνα, 32-5.
- Parke, R.D., & Slaby, R.G. (1983). The development of aggression. In E.M. Hetherington (ed.): *Carmichaels' Manual of Child Psychology*, Vol. IV, New York: Wiley.
- Piaget, J. (1968). *On the Development of Memory and Identity*. Barre, Mass.: Clark University Press.
- Sartre, J.-P. (1943). *L' Être et le Néant. Essai d' ontology phénoménologique*. Paris.
- Seligman, (χ.ό.). (1967). Στο Αναγνωστοπούλου, Σ. (1994): ό.π., 13-4.
- Seligman, (χ.ό.). (1968). Στο Αναγνωστοπούλου, Σ. (1994): ό.π., 13-4.
- Seligman, (χ.ό.). (1975). Στο Αναγνωστοπούλου, Σ. (1994): ό.π., 13-4.
- Selye, H. (1976²). *The stress of life*. N. York : McGraw-Hill.
- Severy, L.J., Schlenker, B.R., & Brigham, J.C. (1976). *A Contemporary Introduction to Social Psychology*. New York: McGraw-Hill.
- Sommer, R. (1969). *Personal space*. Englewood Cliffs, N.J. : Prentice-Hall.
- Συγκολλίτου, Έ. (1993-4). *Εισαγωγή στην Περιβαλλοντική Ψυχολογία*. Αριστοτέλειο Πανεπιστήμιο Θεσσαλονίκης, Φιλοσοφική Σχολή, Τμήμα Ψυχολογίας, Έκδοση: Υπηρεσία Δημοσιευμάτων, Πανεπιστημιακό έτος, 32-69.
- Theorell, (χ.ό.), et al (1985). Στο Αναγνωστοπούλου, Σ. (1994): ό.π., 14-5.
- Thompson, C.M. (1964). *Interpersonal Psycho-Analysis*. New York : Basic Books, 179.
- Wasna, M. (1973). Probleme und Ergebnisse pädagogisch relevanter Motivationsforschung. In H. Nickel & E. Langhorst: *Brennpunkte der pädagogischen Psychologie*. Bern: Huber, 94.
- Winnicott, D.W. (1988). Aggression in Reaction to Emotional Development. In *Collected Paper* (p.204). London: Tavistock.
- φον Φραντς, Μ.- Λ. (χ.χ.). Η διαδικασία της εξατομίκευσης. Στο Γιουνγκ, Κ. (σύλληψη και εκτέλεση) και φον Φραντς, Μ.Λ., Χέντερσον, Γ., Γιακόμπι, Γ., και Ζαφφέ, Α. (χ.χ.): ό.π., 158, 165-6, 199, 213-7, 225-7.