

ΕΘΝΙΚΟ ΚΑΠΟΔΙΣΤΡΙΑΚΟ ΠΑΝΕΠΙΣΤΗΜΙΟ ΑΘΗΝΩΝ

ΣΧΟΛΗ ΘΕΤΙΚΩΝ ΕΠΙΣΤΗΜΩΝ

ΤΜΗΜΑ ΙΣΤΟΡΙΑΣ ΚΑΙ ΦΙΛΟΣΟΦΙΑΣ ΤΗΣ ΕΠΙΣΤΗΜΗΣ

ΔΙΑΤΜΗΜΑΤΙΚΟ ΠΡΟΓΡΑΜΜΑ ΜΕΤΑΠΤΥΧΙΑΚΩΝ ΣΠΟΥΔΩΝ ΣΤΗΝ ΙΣΤΟΡΙΑ ΚΑΙ  
ΤΗΝ ΦΙΛΟΣΟΦΙΑ ΤΩΝ ΕΠΙΣΤΗΜΩΝ ΚΑΙ ΤΗΣ ΤΕΧΝΟΛΟΓΙΑΣ

ΚΑΤΕΥΘΥΝΣΗ: ΦΙΛΟΣΟΦΙΑ ΤΩΝ ΕΠΙΣΤΗΜΩΝ ΚΑΙ ΤΗΣ ΤΕΧΝΟΛΟΓΙΑΣ

Ιωάννης Β. Ντόσκας

A.M.: 12 / 017

## Μια Φιλοσοφική Προσέγγιση των Συναισθημάτων

*Τι είναι τα συναισθήματα και η συμβολή του φαινομένου της  
κατάθλιψης στην κατανόησή τους*

**Επιβλέπων καθηγητής:**

Αντώνιος Χατζημωυσής, Αναπληρωτής Καθηγητής

**Επιτροπή:**

Στέλιος Βιρβιδάκης, Καθηγητής

Ελένη Μανωλακάκη, Επίκουρη Καθηγήτρια

Αθήνα 2020

Copyright © Ιωάννης Β. Ντόσκας

All rights reserved. Με επιφύλαξη παντός δικαιώματος.

Απαγορεύεται η αντιγραφή, αποθήκευση και διανομή της παρούσας διπλωματικής εργασίας εξ ολοκλήρου ή τμήματος αυτής, για εμπορικό σκοπό. Επιτρέπεται η ανατύπωση, αποθήκευση και διανομή για σκοπό μη κερδοσκοπικό, εκπαιδευτικής ή ερευνητικής φύσης, υπό την προϋπόθεση να αναφέρεται η πηγή προέλευσης και να διατηρείται το παρόν μήνυμα. Ερωτήματα που αφορούν τη χρήση της διπλωματικής εργασίας για κερδοσκοπικό σκοπό πρέπει να απευθύνονται προς τον συγγραφέα.

## Υπεύθυνη Δήλωση

Ο δηλών Ιωάννης Β. Ντόσκας, γνωρίζοντας τις συνέπειες της λογοκλοπής, δηλώνω υπεύθυνα ότι η παρούσα εργασία με τίτλο *«Μια Φιλοσοφική Προσέγγιση των Συναισθημάτων - Τι είναι τα συναισθήματα και η συμβολή του φαινομένου της κατάθλιψης στην κατανόησή τους»* αποτελεί προϊόν αυστηρά προσωπικής εργασίας και όλες οι πηγές που έχω χρησιμοποιήσει, έχουν δηλωθεί κατάλληλα στις βιβλιογραφικές παραπομπές και αναφορές. Τα σημεία όπου έχω χρησιμοποιήσει ιδέες, κείμενο ή/και πηγές άλλων συγγραφέων, αναφέρονται ευδιάκριτα στο κείμενο με την κατάλληλη παραπομπή και η σχετική αναφορά περιλαμβάνεται στο τμήμα των βιβλιογραφικών αναφορών με πλήρη περιγραφή.

Ο δηλών

Ιωάννης Β. Ντόσκας

# Περιεχόμενα

Υπεύθυνη Δήλωση .....	3
Ευχαριστίες.....	7
Περίληψη / Abstract.....	8
Εισαγωγή.....	10
ΚΕΦΑΛΑΙΟ 1: ΤΑ ΣΥΝΑΙΣΘΗΜΑΤΑ ΩΣ ΚΡΙΣΕΙΣ.....	16
1.1 Εισαγωγή .....	16
1.2 Κρισιοκεντρικές Θεωρίες των Συναισθημάτων .....	17
1.2.1 Solomon: Συναισθήματα και Επιλογές.....	18
1.2.2 Nussbaum: Συναισθήματα και Αναταράξεις της Νόησης.....	19
1.2.3. Gordon: Συναισθήματα και Προσομοιώσεις.....	22
1.2.4 Lazarus: Συναισθήματα και Γνωστικές Αποτιμήσεις.....	24
1.3 Κριτική Προσέγγιση των Κρισιοκεντρικών Θεωριών .....	28
1.3.1.Τα Μοτίβα και η Βιωμένη Αίσθηση των Συναισθημάτων .....	29
1.3.2 Τα Απείθαρχα Συναισθήματα.....	31
1.3.3 Περαιτέρω Προβλήματα των Κρισιοκεντρικών Θεωριών: το Επιχείρημα των Βρεφών και των Ζώων.....	34
1.4 Εναλλακτικές Προσεγγίσεις των Κρισιοκεντρικών Θεωριών.....	36
1.4.1 Roberts: Συναισθήματα και Ερμηνευτικά Σχήματα.....	38
1.4.2 Οι Αντιληπτικές Θεωρίες των Πρωταρχικών Βιωματικών Εγγραφών .....	43
1.4.3. Θέσεις ενάντια στις Αντιληπτικές Θεωρίες.....	49
1.5 Προβλήματα και Πλεονεκτήματα των Κρισιοκεντρικών Θεωριών .....	53
ΚΕΦΑΛΑΙΟ 2: ΤΑ ΣΥΝΑΙΣΘΗΜΑΤΑ ΩΣ ΣΩΜΑΤΙΚΕΣ ΑΛΛΑΓΕΣ .....	55
2.1 Εισαγωγή .....	55
2.2 Σωματοκεντρικές Θεωρίες των Συναισθημάτων.....	57
2.2.1 James: Συναισθήματα και Αισθήσεις Σωματικών Αλλαγών .....	57
2.2.2 Damasio: η Διεύρυνση της Θεωρίας του James.....	61
2.2.3 Prinz: μια Σωματική και Αντιληπτική Θεωρία των Συναισθημάτων .....	66
2.2.4 Zajonc και Lazarus: ένας Ερευνητικός Διάλογος Σχετικά με τις Θυμικές και Γνωστικές Αποτιμήσεις .....	72
2.3. Κριτική Προσέγγιση των Σωματοκεντρικών Θεωριών.....	75
2.3.1. Το Πρόβλημα με τα Διαφορετικά Μοτίβα και τη Βιωμένη Αίσθηση των Συναισθημάτων.....	75
2.3.2. Το Πρόβλημα με τα Απείθαρχα Συναισθήματα .....	80
2.3.3. Τα Αντεπιχειρήματα της Αποβλεπτικότητας και της Πολλαπλής Πραγμάτωσης .	84
2.4. Προβλήματα και Πλεονεκτήματα των Σωματοκεντρικών Θεωριών .....	87
ΚΕΦΑΛΑΙΟ 3: ΚΑΤΑΘΛΙΨΗ ΚΑΙ ΣΥΝΑΙΣΘΗΜΑΤΑ.....	91

3.1 Εισαγωγή .....	91
3.2 Κατάθλιψη και Μείζονα Καταθλιπτική Διαταραχή .....	92
3.2.1 Ψυχιατρική Προσέγγιση.....	93
3.2.2 Βιωματική Προσέγγιση .....	99
3.3 Οι Συναισθηματικές Διαστάσεις του Φαινομένου της Κατάθλιψης: μια Φιλοσοφική Μελέτη.....	103
3.3.1 Αρχικές Διευκρινίσεις .....	103
3.3.2 Ανθρώπινη Δράση: Σωματική Φύση και Ψυχολογικές Διεργασίες .....	106
3.3.3 Οι Κρισιοκεντρικές και Σωματοκεντρικές Θεωρίες υπό το Πρίσμα της Κατάθλιψης .....	111
3.3.4 Εναλλακτικές Σωματοκεντρικές Προσεγγίσεις .....	119
3.4 Συμπεράσματα .....	124
Γενικά Συμπεράσματα αντί Επιλόγου.....	126
Βιβλιογραφικές Αναφορές .....	128

## Κατάλογος Σχημάτων

Σχήμα 1: Απεικόνιση της θεωρίας των συναισθημάτων του Prinz (σελ. 68)

## Συνομειύσεις

ΚΘ = κρισιοκεντρικές θεωρίες

ΣΘ = σωματοκεντρικές θεωρίες

ΜΚΔ = μείζονα καταθλιπτική διαταραχή

«Το σώμα είναι ένα μεγάλο λογικό, μια πολλότητα που έχει νόημα, ένας πόλεμος και μια ειρήνη, ένα κοπάδι και ένας βοσκός. Το μικρό σου λογικό, αδελφέ μου, το οποίο ονομάζεις 'πνεύμα', είναι και αυτό ένα μικρό εργαλείο και παιχνίδι του μεγάλου λογικού σου.»

Νίτσε, Φ. (1998). *Έτσι μίλησε ο Ζαρατούστρα*, Ένα βιβλίο για όλους και για κανέναν. Ζ. Σαρίκας (μτφ.). Νησίδες, σελ.33

«Είμαστε πλέον σε θέση να συλλάβουμε τι είναι το συναίσθημα. Είναι η μεταμόρφωση του κόσμου. Όταν όλα τα μονοπάτια που ανοίγουν εμπρός μας είναι δύσκολα, ή όταν είμαστε σε αδυναμία να βρούμε τον δρόμο μας, νιώθουμε ότι δεν έχουμε πια το κουράγιο να αντεπεξέλθουμε σε έναν τόσο απαιτητικό και δύσκολο κόσμο. Τα πάντα μοιάζουν φραγμένα. Κι όμως, υπάρχει ένα ζωντανό "πρέπει" για δράση. Είναι ακριβώς αυτή τη στιγμή που αναπόφευκτα δινόμαστε στον αγώνα αλλαγής του κόσμου.»

Sartre, J-P. (1939/2002). *Sketch for a theory of the emotion*. Routledge, σελ.39

## Ευχαριστίες

Θα ήθελα να ευχαριστήσω τον κ. Αντώνη Χατζημωυσή για τις συμβουλές του και τη στήριξή του ως επιβλέποντα της παρούσας εργασίας. Αποκόμισα πολλά πολύτιμα ερεθίσματα από το σεμινάριο του «*Φιλοσοφία των Συναισθημάτων*».

Με τη φιλοσοφική προσέγγιση του φαινομένου της συναισθηματικής εμπειρίας ασχολήθηκα για πρώτη φορά στο πλαίσιο του μαθήματος «*Φιλοσοφία της Αντίληψης*» που δίδαξε ο κ. Δρακούλης Νικολινάκος, ο οποίος με βοήθησε να δω τη στενή διασύνδεση μεταξύ του μηχανισμού της αντίληψης και των συναισθημάτων.

Οφείλω όμως πολλά στην Βασιλική Γρηγοροπούλου και στο σεμινάριο της «*Η φιλοσοφία της φύσης στον Σπινόζα: η σχέση με τους Στωϊκούς και τον Λουκρήτιο*». Ταξιδεύοντας μαζί της στο σπινοζικό σύμπαν, μπόρεσα να κατανοήσω σε βάθος την αξία των συναισθηματικών επηρειών στη διαμόρφωση της σκέψης και των ιδεών των ανθρώπων. Εκτίμησα πολύ την παρουσία της. Στα σεμινάρια της έδινε πολύτιμο χώρο στους φοιτητές της και αγκάλιαζε με αποδοχή όλες μας τις απορίες. Η στάση της άφησε μια γλυκιά επίδραση στο πνεύμα μου. Την ανακάλεσα με συγκίνηση πολλές φορές κατά τη συγγραφή αυτής της εργασίας.

## Περίληψη / Abstract

Η παρούσα μεταπτυχιακή διπλωματική εργασία αποτελεί μια κριτική προσέγγιση των σύγχρονων φιλοσοφικών ρευμάτων που έχουν αποπειραθεί να δώσουν μια θεωρητική απάντηση στο ερώτημα «*τι είναι το συναίσθημα*». Ένα σημαντικό μέρος των φιλοσοφικών θεωριών, οι κρισιοκεντρικές θεωρίες (judgmentalist theories), δέχεται ότι τα συναισθήματα είναι κρίσεις, ή γνωστικές αποτιμήσεις, οι οποίες είναι υπεύθυνες για την ένταση της συναισθηματικής αντίδρασης. Οι διαφορετικές εκτιμήσεις ενός ατόμου οδηγούν σε ανάλογες σωματικές προσαρμογές, οι οποίες με τη σειρά τους αλλάζουν τη σχέση ατόμου-περιβάλλοντος και οδηγούν, εν τέλει, στην έκφραση διαφορετικών συναισθημάτων. Στον αντίποδα βρίσκονται οι σωματοκεντρικές θεωρίες (somatic theories). Σύμφωνα με αυτές, η αντίληψη ενός διεγερτικού γεγονότος ακολουθείται άμεσα από σωματικές αλλαγές, η αντίληψη των οποίων αποτελεί τη βάση εκδήλωσης των συναισθημάτων. Σε ένα πρώτο επίπεδο, η παρούσα εργασία παρουσιάζει τις πιο γνωστές θεωρητικές προσεγγίσεις των προαναφερόμενων φιλοσοφικών ρευμάτων και στη συνέχεια εξετάζει κριτικά τα πλεονεκτήματα και τα μειονεκτήματά τους. Σε ένα δεύτερο επίπεδο, αναλύεται σύντομα το ψυχοπαθολογικό φαινόμενο της Μείζονος Καταθλιπτικής Διαταραχής και δοκιμάζονται οι θέσεις των κρισιοκεντρικών και των σωματοκεντρικών θεωριών σε σχέση με ένα φαινόμενο ψυχοπαθολογίας, για το οποίο υπάρχουν αρκετά εμπειρικά δεδομένα, ψυχιατρικές προσεγγίσεις και προσωπικές μαρτυρίες.

Λέξεις κλειδιά: συναίσθημα, κρίσεις, σώμα, ψυχοπαθολογία, κατάθλιψη



This master thesis evaluates critically the modern philosophical theories that have attempted to approach theoretically the question “*what is an emotion*”. The majority of philosophical theories of emotion hold a judgmentalist theory as they accept that emotions are judgments, or cognitive appraisals, which are responsible for the intensity of the emotional reaction. Different appraisals lead to different somatic adaptations, which in turn change the person-environment relationship and cause different emotional reactions. On the other hand, somatic theories of emotion accept that the perception of various stimulus leads directly to somatic physiological changes, the perception of which gives rise to emotional experience. The initial objective of this thesis is to present the most prominent approaches of the aforementioned philosophical theories and to critically evaluate their advantages and disadvantages. As a next step, the psychopathological phenomenon of Major Depression is analysed, based on psychiatric approaches and personal testimonies, and then the key positions of the examined philosophical theories of emotion are tested against it.

Key words: emotion, judgment, body, psychopathology, depression

## Εισαγωγή

Παρατηρώντας κανείς τις καθημερινές σχέσεις των ανθρώπων, δεν μπορεί παρά να παραδεχτεί τον κεντρικό ρόλο των συναισθημάτων. Οι άνθρωποι ερωτεύονται, παθιάζουν, βιώνουν συναισθήματα πένθους και θλίψης, εγκλωβίζονται σε συναισθήματα άγχους ή/και αγωνίας, και άλλοτε ξεσπούν με ενθουσιασμό όταν κατορθώνουν να πετύχουν σημαντικούς στόχους. Υπάρχει επίσης ένα σημαντικό μερίδιο του πληθυσμού που βιώνει τόσο έντονα και οδυνηρά κάποιες συναισθηματικές καταστάσεις, που θεωρείται ότι εμφανίζει ψυχοπαθολογικά συμπτώματα.

Σε ένα πιο πρακτικό επίπεδο, υπάρχει η αίσθηση ότι τα συναισθήματα έχουν σημαντική συμβολή τόσο στη συγκρότηση των μελλοντικών μας πλάνων όσο και στην επίτευξη των στόχων μας. Μοιάζουν να αποτελούν απαραίτητους συντελεστές διαμόρφωσης των καθημερινών μας αποφάσεων. Όπως τονίζει ο Herbert Simon (1983:29) *«για να είναι εφικτή μια ολοκληρωμένη θεωρία της ανθρώπινης ορθολογικότητας, είναι σημαντικό να γνωρίζουμε ποιος είναι ο ρόλος που παίζουν τα συναισθήματα σε αυτή»*. Με άλλα λόγια, η μελέτη της ορθολογικότητας περνά μέσα από την κατανόηση του μηχανισμού των συναισθημάτων. Επομένως, τίθεται αναπόφευκτα το ερώτημα: τι είναι το συναίσθημα;

Η ερευνητική προσέγγιση του παραπάνω ερωτήματος βασίζεται στην εξής μεθοδολογική επιλογή: η έρευνά μου εστιάζει αποκλειστικά στις θέσεις σύγχρονων φιλοσοφικών ρευμάτων (20<sup>ος</sup> και 21<sup>ος</sup> αιώνας), παρόλο που έχουν ληφθεί υπόψη οι θεωρητικές προσεγγίσεις παλαιότερων φιλοσόφων, καθώς επίσης και διαφορετικών κλάδων (π.χ. κλάδος ψυχοθεραπείας με θεωρίες

όπως αυτές της ψυχανάλυσης, της θεραπείας focusing κ.ο.κ.). Όπως θα καταδειχθεί παρακάτω, η ερευνητική εστίαση αποκαλύπτει ότι υπάρχουν διαφορετικοί τρόποι του φιλοσοφείν για τα συναισθήματα. Κάποιες φιλοσοφικές θεωρίες δίνουν έμφαση στις αιτιοκρατικές εξηγήσεις του συναισθηματικού φαινομένου (με τάσεις αναγωγιστικές ή/και φυσιοκρατικές), ενώ άλλες δίνουν προτεραιότητα στην περιγραφή του βιώματος της συναισθηματικής εμπειρίας (νοησιαρχικές και φαινομενολογικές θεωρίες).

Η εξέταση της σύγχρονης φιλοσοφικής βιβλιογραφίας δείχνει αμέσως ότι είναι εξαιρετικά δύσκολο να δοθεί ένας κοινά αποδεκτός ορισμός του συναισθήματος. Γίνεται ακόμη φανερό ότι η μελέτη των συναισθημάτων φέρνει πλέον κοντά πολλά και διαφορετικά επιστημονικά πεδία, αφού φαίνεται ότι απαιτεί τη διερεύνηση σε πολλαπλά εξηγητικά επίπεδα τα οποία αλληλεπιδρούν μεταξύ τους, όπως το μοριακό, το νευρωνικό, το ψυχολογικό, το γνωστικό και το κοινωνικό (Φωκά-Καβαλιεράκη, 2017:66).

Μια γενική παραδοχή είναι ότι κάθε συναίσθημα συνδέεται, με διαφορετικούς τρόπους, με τα εξής δομικά στοιχεία: α) αξιολογήσεις (evaluative component), β) σωματικές αλλαγές (physiological component), γ) φαινομενολογικές ερμηνείες (phenomenological component), δ) εκφραστικά χαρακτηριστικά (expressive component), ε) μοντέλα συμπεριφοράς (behavioral component) και στ) νοητικές καταστάσεις (mental component) (De Sousa, 2018)<sup>1</sup>.

Σε γενικές γραμμές, ένα σημαντικό μέρος των σύγχρονων φιλοσοφικών θεωριών δέχεται ότι τα συναισθήματα είναι κρίσεις, ή γνωστικές αποτιμήσεις, οι οποίες είναι υπεύθυνες για την ένταση της συναισθηματικής αντίδρασης. Οι

---

<sup>1</sup><https://plato.stanford.edu/entries/emotion/>

διαφορετικές αποτιμήσεις ενός ατόμου οδηγούν σε ανάλογες σωματικές προσαρμογές, οι οποίες με τη σειρά τους αλλάζουν τη σχέση ατόμου-περιβάλλοντος και οδηγούν, εν τέλει, στην έκφραση διαφορετικών συναισθημάτων. Στον αντίποδα βρίσκονται οι σωματοκεντρικές θεωρίες. Σύμφωνα με αυτές, η αντίληψη ενός διεγερτικού γεγονότος ακολουθείται άμεσα από σωματικές αλλαγές, η αντίληψη των οποίων αποτελεί τη βάση εκδήλωσης των συναισθημάτων. Οι σωματικές αλλαγές, δηλαδή το υποκειμενικό συναισθηματικό βίωμα, προηγούνται της όποιας γνωστικής επεξεργασίας.

Αρχικά, η εργασία προσεγγίζει κριτικά τα παραπάνω φιλοσοφικά ρεύματα, λαμβάνοντας υπόψη δύο βασικές παραμέτρους της ανάλυσης της Talia Morag (2016:1-3):

- **Παράμετρος 1 (Π1):** διαφορετικοί άνθρωποι αντιδρούν με διαφορετικά συναισθήματα στο ίδιο γεγονός για παράδειγμα, δύο άνθρωποι περιμένουν μαζί έναν κοινό γνωστό, τον Κώστα, ο οποίος έχει καθυστερήσει, χωρίς να έχει ενημερώσει. Ο ένας εκ των δύο διακατέχεται από θυμό, ενώ ο άλλος νιώθει ανησυχία. Επίσης, θα μπορούσε κάποιος άλλος να κρίνει ότι είναι ορθό να θυμώσει με την καθυστέρηση του Κώστα, αλλά αντί να νιώσει θυμό, κυριεύεται τελικά από ανυπομονησία να τον συναντήσει.
- **Παράμετρος 2 (Π2):** υπάρχουν περιπτώσεις που τα συναισθήματα ανθίστανται στη λογική επεξεργασία (*recalcitrant emotions*) για παράδειγμα, σύμφωνα με τους Justin D'Arms και Daniel Jacobson, όταν κάποιος φοβάται κάτι, παρόλο που πιστεύει ότι ο κίνδυνος έκθεσής του σε αυτό είναι μηδαμινός ή ανύπαρκτος (φόβοι πτήσεων, φοβίες κ.ο.κ.) (Hatzimoysis, 2003:129).

Σε ένα δεύτερο επίπεδο, η εργασία προβαίνει σε κάτι ιδιαίτερα τολμηρό: προσπαθεί να διερευνήσει τη δυνατότητα των προαναφερθεισών φιλοσοφικών θεωριών να δώσουν ικανοποιητικές απαντήσεις για την κατανόηση ενός από τα πιο σημαντικά φαινόμενα ψυχοπαθολογίας του 21<sup>ου</sup> αιώνα, της κατάθλιψης. Ο Παγκόσμιος Οργανισμός Υγείας ανακοίνωσε ότι η κατάθλιψη αποτελεί πλέον την πρώτη αιτία πρόκλησης αναπηρίας παγκοσμίως και μάλιστα, εκτιμά ότι πάνω από 300 εκατομμύρια άτομα στον κόσμο πάσχουν από κατάθλιψη σήμερα, περισσότερα από κάθε άλλη φορά<sup>2</sup>.

Όπως αναλύεται στο τρίτο κεφάλαιο της εργασίας, συμπτώματα όπως το επίμονο συναίσθημα της θλίψης, τα αισθήματα αποτυχίας, απώλειας και ενοχής, η αδυναμία να βιωθούν θετικά συναισθήματα, με τη συνοδεία έντονων σωματικών πόνων, ολοένα και συχνότερα μπαίνουν κάτω από τη διάγνωση της Μείζονος Καταθλιπτικής Διαταραχής (εφεξής ΜΚΔ). Ποια από τις υπό μελέτη φιλοσοφικές θεωρίες είναι σε θέση να δώσει θεωρητικά σχήματα που να βοηθούν να κατανοηθούν πιο ικανοποιητικά τόσο η συμπτωματολογία όσο και η φαινομενολογία της ΜΚΔ;

Η κριτική προσέγγιση των φιλοσοφικών θεωριών των συναισθημάτων, καθώς και η εξέτασή τους υπό το πρίσμα του φαινομένου της ΜΚΔ, αναδεικνύουν τον κεντρικό ρόλο της σωματικότητας κατά τη διάρκεια της συναισθηματικής εμπειρίας. Από την άλλη, οι κρίσεις, ή/και γνωστικές αποτιμήσεις, διαδραματίζουν ενίοτε σημαντικό ρόλο, χωρίς όμως να θεωρούνται απαραίτητα αναγκαίες και επαρκείς συνθήκες των συναισθημάτων. Με άλλα λόγια, οι σωματοκεντρικές θεωρίες κατορθώνουν να εστιάζουν -και να δίνουν προτεραιότητα- σε παράγοντες που ανταποκρίνονται περισσότερο στη

---

<sup>2</sup><https://www.who.int/news-room/fact-sheets/detail/depression>

βιωματική εμπειρία των συναισθημάτων, αποφεύγοντας παράλληλα κάποιες βασικές αντιφάσεις που αντιμετωπίζουν οι κρισιοκεντρικές θεωρίες.

Η παρούσα εργασία φιλοδοξεί να αναδείξει την αξία της σωματικότητας κατά τη συναισθηματική εμπειρία. Με ποιο τρόπο όμως προσεγγίζεται η έννοια της σωματικότητας; Σύμφωνα με τον Edmund Husserl (αναφέρεται στο Πουρκός, 2017:53), το σώμα μπορούμε να το βιώσουμε με δύο τρόπους. Πρώτον, ως υλικό αντικείμενο, ως στέρεο σωματικό όγκο, που μπορούμε να το περιγράψουμε με βάση τη μορφή, το σχήμα κ.ο.κ.. Δεύτερον, μπορούμε να το κατανοήσουμε ως ένα δυναμικό πεδίο αισθήσεων/αντιλήψεων, που ο ίδιος ονομάζει ζωντανό σώμα.

Η ανάλυση εστιάζει στο ζωντανό σώμα, δηλαδή σε ένα δυναμικό και αυτό-εκφραζόμενο σώμα (Πουρκός, 2017:54) που αποτελεί πηγή νοήματος. Σε αυτό το πλαίσιο, η σωματικότητα δεν αντιμετωπίζεται μόνο ως μια αίσθηση που προκύπτει από ένα σώμα-μηχανή, αλλά ως ένα ιδιόμορφο πεδίο μέσω του οποίου τα υποκείμενα κατανοούν, συλλέγουν γνώσεις και βιώνουν ερεθίσματα που τους βοηθούν να διακρίνουν τα συναισθήματά τους. Λαμβάνονται υπόψη διαφορετικές εκφάνσεις της σωματικότητας:

- Εκφραστικά και συμπεριφορικά χαρακτηριστικά όπως για παράδειγμα, οι δεξιότητες, οι εκφράσεις του προσώπου, οι φωνητικές αλλαγές, η αντανάκλαστική κινητική ετοιμότητα, η διέγερση του δέρματος κ.ο.κ..
- Εσωτερικές σωματικές αισθήσεις όπως για παράδειγμα, οργανικές λειτουργίες, μυοσκελετικές αλλαγές, αλλαγές αυτόνομου νευρικού συστήματος, αλλαγές στον ρυθμό αναπνοής, στην κυκλοφορία του αίματος κ.ο.κ..

Όμως, τονίζεται το εξής: τα συναισθήματα, όπως και τα φαινόμενα συμπεριφοράς, δεν είναι απλές μηχανιστικές αντιδράσεις στα διάφορα

βιοχημικά ερεθίσματα, αλλά μια σύνθετη δομή κατανόησης και ανταπόκρισης του εκάστοτε οργανισμού στα περιβαλλοντικά συμβάντα (Πουρκός, 2017:55). Τόσο το πλαίσιο μέσα στο οποίο δρα ένα υποκείμενο, όσο και η οργανική και βιωματική διαμόρφωση του υποκειμένου, μοιάζει να δημιουργούν ένα δυναμικό πεδίο σχέσεων μέσα στο οποίο προκύπτουν ποικίλες και διαφορετικές θυμικές εκφράσεις, οι οποίες επηρεάζουν με τη σειρά τους τον τρόπο που σκέφτεται και δρα το υποκείμενο.

Η ανάλυση που ακολουθεί αποτελείται από τρία κεφάλαια. Στο πρώτο και στο δεύτερο κεφάλαιο αναλύονται, και εξετάζονται κριτικά, οι κρισιοκεντρικές θεωρίες (εφεξής ΚΘ) και οι σωματοκεντρικές θεωρίες (εφεξής ΣΘ) των συναισθημάτων αντίστοιχα. Στο τρίτο κεφάλαιο, η ανάλυση αποτελείται από δύο στάδια: α) αναλύεται το ψυχοπαθολογικό φαινόμενο της ΜΚΔ, λαμβάνοντας υπόψη τόσο ψυχιατρικές πηγές, όσο και προσωπικές μαρτυρίες. Συγκεκριμένα, θα γίνουν αναφορές στα έργα των William Styron (1990) και Andrew Solomon (2001) προκειμένου να αποκτηθεί μια πιο φαινομενολογική κατανόηση της ΜΚΔ και β) εξετάζεται κριτικά η δυνατότητα των φιλοσοφικών θεωριών των συναισθημάτων να προσεγγίσουν καλύτερα την πραγματικότητα της ΜΚΔ. Τέλος, παρατίθενται τα γενικά συμπεράσματα αντί επιλόγου, καθώς και τα ζητήματα που θεωρήθηκε ότι χρήζουν περαιτέρω μελέτης. Όπου υπάρχουν παραθέματα ξενόγλωσσων θεωρητικών και φιλοσόφων, οι μεταφράσεις είναι δικές μου, εκτός κι αν δηλώνεται διαφορετικά.

# ΚΕΦΑΛΑΙΟ 1: ΤΑ ΣΥΝΑΙΣΘΗΜΑΤΑ ΩΣ ΚΡΙΣΕΙΣ

## 1.1 Εισαγωγή

Στην καθημερινότητά μας βιώνουμε πολλά και διαφορετικά συναισθήματα. Όταν καλούμαστε να μιλήσουμε για αυτά, τότε συχνά μιλάμε για μια αντίδραση σε κάποιο ερέθισμα, πραγματικό ή μη, προσπαθώντας παράλληλα να περιγράψουμε τι ακριβώς νιώσαμε μέσα από τη χρήση κατάλληλων εννοιών. Επομένως, από τη μία τείνουμε να δεχτούμε ότι υπάρχει ένα ερέθισμα, το οποίο έχει κάποια σαφή και διακριτά χαρακτηριστικά που μας ενεργοποιούν συναισθήματα (emotionally salient features) (Morag, 2016:21), ενώ από τη άλλη, υπάρχουν τα υποκείμενα που βιώνουν τα συναισθήματα στις ψυχικές και σωματικές διαστάσεις τους.

Γενικά, θα μπορούσε να λεχθεί ότι οι ΚΘ των συναισθημάτων δέχονται ότι κάθε συναίσθημα ταυτίζεται με, ή εμπεριέχει αναγκαία, μία ή περισσότερες αξιολογικές κρίσεις (Griffiths, 1998:2). Παραλάσσοντας ένα παράδειγμα του Robert Solomon (2003:3), ας δούμε την περίπτωση που ο Πέτρος είναι θυμωμένος επειδή ο Γιάννης του έκλεψε το αυτοκίνητο. Η συγκεκριμένη συνθήκη μπορεί να αναλυθεί στις παρακάτω προτάσεις:

**K1:** Ο Πέτρος έχει σχηματίσει μια κρίση για τη στάση του Γιάννη.

**K2:** Ως αποτέλεσμα, ο Πέτρος έχει το συναίσθημα του θυμού, που *ενδέχεται* να συνοδεύεται από σωματικές και φυσιολογικές αντιδράσεις, όπως, για παράδειγμα, εκφράσεις προσώπου, μυοσκελετικές αλλαγές, φωνητικές αλλαγές, αλλαγές του αυτόνομου νευρικού συστήματος (Griffiths, 1998:28).



**K3:** Ο θυμός του Πέτρου έχει ως αποβλεπτικό αντικείμενο τον Γιάννη, του οποίου η ενέργεια να κλέψει το αυτοκίνητο αποτελεί το αποβλεπτικό περιεχόμενο του θυμού του.

**K4:** Ο θυμός του Πέτρου εκφράζει την κανονιστική διάσταση της κρίσης του, με βάση την οποία ελέγχεται και η καταλληλότητα του συναισθήματος στο συγκεκριμένο πλαίσιο, για παράδειγμα ορθώς θυμώνει ο Πέτρος, αφού η κλοπή είναι παράνομη και ανήθικη.

**K5:** Ο θυμός του Πέτρου εκφράζει τις πεποιθήσεις, τις αξίες και τις επιθυμίες του, οι οποίες σχετίζονται με το συγκεκριμένο γεγονός.

Με βάση την προτεραιότητα που δίνεται στην πρόταση K1, τα συναισθήματα θεωρούνται έλλογες (ή/και εννοιολογικές) και αξιολογικές καταστάσεις της νόησης που ελέγχονται κάθε φορά ως προς την καταλληλότητά τους (Morag, 2016:25).

Η ενότητα 1.2 του παρόντος κεφαλαίου εστιάζει σε διαφορετικές παραλλαγές των ΚΘ των συναισθημάτων. Στην ενότητα 1.3 αξιολογούνται κριτικά οι παραπάνω προσεγγίσεις, με βάση κυρίως τις παραμέτρους Π1 και Π2, ενώ στην ενότητα 1.4 εξετάζονται κάποιες εναλλακτικές θεωρίες. Τέλος, η ενότητα 1.5 παρουσιάζει τα πλεονεκτήματα και τα μειονεκτήματα των ΚΘ.

## **1.2 Κρισιοκεντρικές Θεωρίες των Συναισθημάτων**

Στη συγκεκριμένη ενότητα παρουσιάζονται οι θέσεις τεσσάρων σημαντικών εκπροσώπων των ΚΘ. Η ανάλυση ξεκινά με τον Robert Solomon (ενότητα 1.2.1) και στη συνέχεια εστιάζει στις θέσεις των Martha Nussbaum (ενότητα 1.2.2), Robert Gordon (ενότητα 1.2.3) και Richard Lazarus (ενότητα 1.2.4).

### 1.2.1 Solomon: Συναισθήματα και Επιλογές

Στο κεφάλαιο «*Emotions and Choice*» του βιβλίου του *Not Passion's Slave* (2003), ο Robert Solomon αναλύει τις βασικές του θέσεις για τα συναισθήματα, οι οποίες παρουσιάζονται αμέσως παρακάτω.

Κατά τον Solomon τα συναισθήματα δεν είναι καταστάσεις που απλά μας συμβαίνουν, αλλά είναι αποτέλεσμα έλλογης επεξεργασίας, το οποίο εξυπηρετεί συγκεκριμένες σκοπιμότητες. Επιλέγουμε τα συναισθήματα με τον τρόπο που επιλέγουμε να προβούμε σε μια δράση, επομένως έχουμε την ευθύνη για τα συναισθήματά μας, όπως ακριβώς και για τις δράσεις μας (σ.3).

Τα συναισθήματα, σε αντίθεση με τα σωματικά αισθήματα, κατευθύνονται πάντα προς κάτι. Όπως χαρακτηριστικά αναφέρει: «ο θυμός μου για κάτι είναι υπόθεση εννοιολογική και όχι ζήτημα αιτιότητας» (σ.4). Ο θυμός του Πέτρου είναι αποτέλεσμα της αξιολόγησης της πράξης του Γιάννη. Η πράξη της κλοπής έχει κάποια χαρακτηριστικά, φερ' ειπείν θεωρείται κοινωνικά απαράδεκτη και στερεί τον Πέτρο από κάτι δικό του. Τα χαρακτηριστικά αυτά επιτρέπουν σε κάποιον να κρίνει αν ο θυμός του Πέτρου είναι ορθός ή λανθασμένος.

Με δεδομένη την παραπάνω ανάλυση, ο Solomon οδηγείται στο να δεχτεί ότι μπορεί κανείς να είναι θυμωμένος, χωρίς να υπάρχουν σωματικές αντιδράσεις (σ.5) (όπως υπονοείται και στην πρόταση K2). Όπως επίσης τονίζει, δε δύναται κάποιος να είναι θυμωμένος, αν δεν είναι θυμωμένος για κάτι, για ένα γεγονός ή για κάποια πράξη. Με όρους φυσικής αιτιότητας, το γεγονός ότι κάποιος δεν κοιμήθηκε καλά το βράδυ, μπορεί να αποτελέσει την αιτιακή βάση του θυμού του, όμως χωρίς την κανονιστική αποβλεπτικότητα δεν μπορεί να υπάρξει θυμός (σ.6).

Στο ερώτημα λοιπόν με ποιο τρόπο μπορεί κάποιος να αλλάξει τα συναισθήματά του, ο Solomon απαντά ότι είναι δυνατόν κάποιος να αλλάξει τη συναισθηματική του κατάσταση διαφοροποιώντας απλά την αξιολογική του κρίση (σ.9), για παράδειγμα θα μπορούσε να γίνει η υπόθεση ότι ο Πέτρος βρήκε νέα δεδομένα που δείχνουν ότι ο Γιάννης απλά δανείστηκε το αυτοκίνητο και συμπεραίνει τελικά ότι η ο θύμος του ήταν ανορθολογικός και ακολούθως αλλάζει την κρίση του. Ως αποτέλεσμα, σταματά να είναι πλέον θυμωμένος. Σύμφωνα με τα λόγια του Solomon «*ένα συναίσθημα εκτονώνεται μέσω της εξέτασης πρόσθετων κρίσεων*» (σ.9).

Την ίδια στιγμή που ο Solomon δέχεται ότι: α) διαλέγουμε τα συναισθήματά μας και β) τροποποιούμε τα συναισθήματα μέσω της τροποποίησης των κρίσεων, αναφέρει επίσης το εξής: «*Βέβαια είναι αλήθεια ότι δεν μπορεί κάποιος άνθρωπος απλά να επιλέξει να είναι ή να μην είναι θυμωμένος, αλλά μπορεί να κάνει τον εαυτό του να είναι, ή να πάψει να είναι, θυμωμένος μέσω της επιλογής να κάνει κάποιες δραστηριότητες που θα τον βοηθήσουν να αλλάξει τη συναισθηματική του κατάσταση*» (σ.11). Το ερώτημα που εγείρεται εδώ και καθιστά προβληματική τη θέση του Solomon είναι γιατί χρειάζεται ένα υποκείμενο να προβεί σε μια δραστηριότητα για να αλλάξει τα συναισθήματά του και δεν αρκεί ένας απλός επαναπροσδιορισμός των κρίσεων, γεγονός που θα αναδείκνυε την ισχύ της πρότασης K1 (βλέπε ανάλυση ενότητας 1.3).

### **1.2.2 Nussbaum: Συναισθήματα και Αναταράξεις της Νόησης**

Η Martha Nussbaum παρουσιάζει τις θέσεις της για τα συναισθήματα στο έργο *Upheavals of Thought* (2001).

Τα συναισθήματα για εκείνη περιλαμβάνουν κρίσεις για πράγματα που είναι σημαντικά και έχουν αξία, κρίσεις με τις οποίες εκφράζεται ο ευάλωτος χαρακτήρας της ύπαρξής μας, αναγνωρίζουμε τις ανάγκες μας, καθώς και τη μη πληρότητά μας, αναφορικά με τα στοιχεία της πραγματικότητας που δεν βρίσκονται υπό τον απόλυτο και πλήρη έλεγχό μας (σ.19). Μοιάζουν με μετατοπίσεις των τεκτονικών πλακών της σκέψης μας, ή όπως λέει η ίδια «μοιάζουν με γεωλογικές αναταραχές σε ένα τοπίο» (σ.ι).

Ο ορισμός που δίνει η Nussbaum (σσ.27-30) για τα συναισθήματα είναι ο εξής:

- Τα συναισθήματα κατευθύνονται προς κάποιο αποβλεπτικό αντικείμενο (πραγματικό ή μη).
- Η αποβλεπτικότητά τους φέρει εγγενώς και την ερμηνευτική στάση του υποκειμένου που βιώνει τα συναισθήματα.
- Υπάρχει κρίση, αλλά με τρόπο κυρίως αντιληπτικό: το υποκείμενο δίνει την συγκατάθεσή του στον τρόπο με τον οποίο του εμφανίζεται ένα γεγονός.
- Ο τρόπος που κάτι γίνεται αντιληπτό, κάνει ποιοτικά διακριτό το κάθε διαφορετικό συναίσθημα.
- Κάθε συναίσθημα ενσωματώνει πεπαιθήσεις σχετικά με το αποβλεπτικό αντικείμενο, για παράδειγμα ο Πέτρος βιώνει θυμό γιατί έχει ένα σύνθετο δίκτυο πεπαιθήσεων: πιστεύει ότι έχει υποστεί ζημία, ότι η ζημία είναι σημαντική, ότι ο Γιάννης είχε πρόθεση κ.ο.κ..
- Τα συναισθήματα φανερώνουν ότι το εκάστοτε αποβλεπτικό αντικείμενο είναι επενδυμένο με αξίες, για παράδειγμα η αξία που έχει για τον Πέτρο το αυτοκίνητό του.

Για τη Nussbaum, οι κρίσεις είναι αναγκαίες και επαρκείς συνθήκες των συναισθημάτων. Αν το συναίσθημα δεν λαμβάνει χώρα, τότε μπορεί να υποστηριχθεί ότι είτε δεν υπάρχουν διαμορφωμένες κρίσεις είτε δεν έχουν ακόμα ολοκληρωθεί (σ.44). Από την άλλη, οι σωματικές αισθήσεις συνδέονται με τα συναισθήματα, δεν αποτελούν όμως ουσιαστικό μέρος τους (πρόταση K2). Όπως τονίζει, δεν είναι απαραίτητο να αποσύρουμε την απόδοση ενός συναισθήματος όταν το υποκείμενο που έχει το συναίσθημα παύει να είναι σε μια συγκεκριμένη εγκεφαλική κατάσταση, ή έχει απλά αλλάξει η καρδιακή του πίεση (σ.58).

Η Nussbaum χρησιμοποιεί το παρακάτω επιχειρήμα για να δείξει ότι μπορούμε να φανταστούμε μια συναισθηματική κατάσταση ως μέρος μιας αμιγώς ανεξάρτητης από την ύλη νοητικής κατάστασης: *«Ανεξάρτητα από το αν δεχόμαστε ή όχι την ύπαρξη ασώματων ουσιών, ο λόγος για τον οποίο έχει νόημα να φανταστούμε μια ασώματη ουσία ως φορέα συναισθημάτων είναι γιατί μπορούμε να φανταστούμε ένα σκεπτόμενο, ανεξάρτητα από το αν έχει ή όχι υλική μορφή, το οποίο έχει ένα βαθύ ενδιαφέρον για κάτι στον κόσμο, ένα ενδιαφέρον αποτελούμενο από διάφορες σκέψεις και προθέσεις»* (σ.60).

Αξίζει να σημειωθεί ότι η Nussbaum αναφέρει συχνά τη φράση *«Cognitive Components»* (γνωσιακοί παράγοντες ή γνωσιακές παράμετροι ή γνωσιακά συστατικά) αντί του πιο συνηθισμένου όρου *«Judgment»* (κρίση) (σ.25). Ποιες γνωσιακές παραμέτρους θεωρεί ότι αποτελούν αναγκαίες και επαρκείς συνθήκες των συναισθημάτων;

Ο Aaron Ben-Ze'ev (2004:453) συνοψίζει τις γνωσιακές παραμέτρους της Nussbaum με τον εξής τρόπο:

- Η προσωπική θέση και στάση ενός υποκειμένου είναι βασικό συστατικό της συναισθηματικής εμπειρίας, καθώς κάθε συναίσθημα εκφράζει τον

τρόπο με τον οποίο ένα υποκείμενο βλέπει τον κόσμο, προβάλλοντας τις προσωπικές του αξίες και προτιμήσεις.

- Η γνωσιακή πυκνότητα (cognitive density, cognitively rich and dense perceptions) αφορά στη συνδυαστική παρουσία μνημονικών δεδομένων, αισθητηριακών αντιλήψεων και επεξεργασιών που προκύπτουν από τις διεργασίες του μηχανισμού της φαντασίας.
- Η γνωσιακή χρονική εγγύτητα εκφράζει σε τι βαθμό μια συναισθηματική εμπειρία σχετίζεται με πρόσφατο ή παλαιό γεγονός.

Όπως τονίζει ο ίδιος (σ.454), η Nussbaum με την ανάλυση των παραπάνω παραμέτρων επιχειρεί να εξηγήσει για ποιο λόγο κάποιες αξιολογικές κρίσεις δεν συνοδεύονται από θυμικές καταστάσεις. Πρόκειται δηλαδή για κρίσεις που: α) δεν συνδέονται με τις προσωπικές στάσεις ενός υποκειμένου, β) δεν είναι προϊόν πολύπλοκων γνωσιακών διεργασιών και γ) δεν συνδέονται με κάποιο πρόσφατο γεγονός.

### **1.2.3. Gordon: Συναισθήματα και Προσομοιώσεις**

Κάποιοι φιλόσοφοι προσεγγίζουν το φαινόμενο των συναισθημάτων υπό το πρίσμα των γνωσιακών επιστημών (Robinson, 2005:9). Μία χαρακτηριστική περίπτωση είναι αυτή του Robert Gordon (1987). Η βασική θέση του Gordon είναι ότι τα συναισθήματα είναι καταστάσεις της νόησης, οι οποίες αναγνωρίζονται μέσα από δομές πεπαιθώσεων και επιθυμιών που τις προκαλούν (όπως αναφέρεται στο Robinson, 2005:9).

Ο Gordon (1987) κάνει τη διάκριση ανάμεσα σε *Γεγονοτικά* (factive) και *Επιστημικά* (epistemic) συναισθήματα. Όπως χαρακτηριστικά τονίζει, αυτή η διάκριση βασίζεται στη διαφορά ανάμεσα στα συναισθήματα που γεννιούνται

από μια ματιά προς το παρελθόν και σε αυτά που τα προκαλεί μια ματιά προς το μέλλον (σ.25). Τα πρώτα, όπως για παράδειγμα ο θυμός του Πέτρου, αφορούν σε μια βέβαιη πεποίθηση για ένα γεγονός που το υποκείμενο προϋποθέτει ότι έχει λάβει χώρα, το οποίο αποτελεί ικανό εκλυτικό παράγοντα ενός συναισθήματος. Τα δεύτερα, όπως για παράδειγμα η ελπίδα, γεννιούνται μέσα από την προσδοκία για κάτι πιθανά επερχόμενο.

Και στις δύο περιπτώσεις, η βάση είναι η αξιολόγηση του εκάστοτε υποκειμένου, η οποία αποτελεί απλά ένα προτασιακό μόρφωμα. Η διάκριση όμως μεταξύ αρνητικών και θετικών συναισθημάτων δεν βασίζεται στις κρίσεις, αλλά στις στάσεις του εκάστοτε υποκειμένου προς ένα γεγονός, πίσω από τις οποίες κρύβονται πεποιθήσεις και επιθυμίες (Gordon, 1987:30).

Ο Gordon (1987:110) δέχεται ότι στα συναισθήματα υπάρχει μια κατάσταση παθητικότητας, σε αντίθεση για παράδειγμα με την κατάσταση που ένα υποκείμενο αποφασίζει να δράσει, την οποία χαρακτηρίζει *Μεταβατική* (transitive). Ουσιαστικά, το συναίσθημα αποτελεί μια κατάσταση προσωρινής επήρειας για το υποκείμενο, η οποία οφείλεται στην αποβλεπτική συσχέτιση του υποκειμένου με ένα αντικείμενο ή ένα γεγονός. Παρόλα αυτά, τα συναισθήματα δεν είναι ούτε καταστάσεις που επιβάλλονται σε ένα υποκείμενο ούτε καταστάσεις απουσίας βούλησης. Υπάρχει κρίση, η οποία διαμορφώνεται με διαφορετική λογική ακολουθία σε σχέση με τις υπόλοιπες νοητικές λειτουργίες (Gordon, 1986:385). Με άλλα λόγια, δέχεται μεν την πρόταση K1, αλλά απομακρύνεται από τον αυστηρά ορθολογικό συλλογισμό του Solomon (2003).

Τα συναισθήματα και οι συμπεριφορές, κατά τον Gordon (1987:137), μπορούν να προσδιορισθούν μέσω προσομοίωσης, με τον ίδιο δηλαδή τρόπο που το κάθε υποκείμενο εκτιμά τις μελλοντικές του ενέργειες. Οι

προσομοιώσεις είναι λογικές υπολογιστικές φόρμουλες, οι οποίες, με την κατάλληλη επιλογή μεταβλητών (πεπιοθήσεων και επιθυμιών), μπορούν να μας δώσουν προβλέψεις για τα συναισθήματα ή τις δράσεις ενός υποκειμένου, ανά περίπτωση.

Αναπόφευκτα, όπως τονίζει η Robinson (2005:9), ένα υποκείμενο μπορεί, μέσω προσομοιώσεων, να είναι σε κατάσταση γεγονοτικών ή επιστημικών συναισθημάτων, χωρίς να νιώθει κάποιου είδους σωματική ή φυσιολογική δραστηριότητα. Με αυτόν τον τρόπο ο Gordon δέχεται την πρόταση K2.

#### **1.2.4 Lazarus: Συναισθήματα και Γνωστικές Αποτιμήσεις**

Ο Richard Lazarus μελέτησε τα συναισθήματα μέσα από το πεδίο της ψυχολογίας και παρουσιάζει τις βασικές του θέσεις στο έργο *Emotions and Adaptation* (1991). Δέχεται ότι τα συναισθήματα θεωρούνται αντιδράσεις σε κάποιο αποβλεπτικό ερέθισμα. Αυτό όμως που δίνει σε ένα ερέθισμα συναισθηματικό τόνο είναι η προσωπική σημασία που του αποδίδεται από το υποκείμενο μέσω των διαδικασιών των γνωστικών αποτιμήσεων. Με άλλα λόγια, οι γνωστικές αποτιμήσεις είναι αναγκαίες και επαρκείς συνθήκες των συναισθημάτων (σ.177).

Λαμβάνοντας υπόψη το αρχικό παράδειγμα του κεφαλαίου, το γεγονός ότι ο Πέτρος νιώθει θυμό υποδηλώνει, κατά τον Lazarus, ότι έχει προηγηθεί μια γνωστική αποτίμηση. Το σχεσιακό νόημα αυτή της αποτίμησης δεν εξαντλείται αποκλειστικά ούτε στα χαρακτηριστικά του περιβάλλοντος ούτε στον τρόπο που ο Πέτρος σκέφτεται για τον κόσμο. Το νόημα κάθε αποτίμησης προκύπτει ως διάζευξη των χαρακτηριστικών τόσο του περιβάλλοντος όσο και του υποκειμένου (σ.90).



Ο Lazarus κάνει τη διάκριση μεταξύ πρωτογενών και δευτερογενών αποτιμήσεων. Η πρωτογενής αποτίμηση αποτελεί τη διαδικασία μέσω της οποίας κάθε ερέθισμα αξιολογείται ως προς την σημασία του για την προσωπική ευημερία του υποκειμένου (σ.148).

Η πρωτογενής αποτίμηση αποτελείται από τις παρακάτω παραμέτρους (σσ.148,164-165):

- Συνάφεια με στόχο (goal relevance): η συνάφεια με κάποιον στόχο είναι αναγκαία συνθήκη για κάθε συναίσθημα. Τα συναισθήματα προκύπτουν εφόσον αξιολογηθεί ότι η εμπλοκή του υποκειμένου σε μια κατάσταση αγγίζει κάποιους από τους στόχους και τις επιδιώξεις του.
- Συμφωνία/ασυμφωνία με στόχο (goal congruence/incongruence): σχετίζεται με τον βαθμό κατά τον οποίο μια συναλλαγή είναι συνεπής με τις επιδιώξεις ενός υποκειμένου. Σε περίπτωση που υπάρχει σύγκρουση, τότε υπάρχει ασυμφωνία. Θετικά συναισθήματα προκαλούνται όταν μια κατάσταση αποτιμάται ως σύμφωνη με τους στόχους ενός υποκειμένου. Στην περίπτωση που θεωρηθεί ασύμφωνη, προκαλούνται αρνητικά συναισθήματα.
- Τρόπος εμπλοκής του εγώ (type of ego involvement): σχετίζεται με τους διαφορετικούς τρόπους που το υποκείμενο ως εγώ-ταυτότητα εμπλέκεται στις συναντήσεις και τις συναλλαγές. Ο Lazarus απαριθμεί τους εξής έξι τρόπους: αυτοεκτίμηση, κοινωνική εκτίμηση, ηθικές αξίες, ιδανικά του εγώ, ιδέες του εγώ, τα άλλα υποκείμενα των συναντήσεων και η ευημερία τους.

Εφόσον ένα ερέθισμα κριθεί πρωτογενώς ως σημαντικό, ακολουθεί η δευτερογενής αποτίμηση, κατά την οποία αξιολογούνται οι επιλογές του

υποκειμένου, καθώς και οι διαθέσιμοι πόροι, για να αλληλοεπιδράσει με το συγκεκριμένο εξωτερικό ερέθισμα (σ.148).

Η δευτερογενής αποτίμηση αποτελείται από τις παρακάτω παραμέτρους (σσ.148,164-165):

- Απόδοση Μομφής/Ευσήμων (blame/credit): αφορά στην κατανόηση του ποιος είναι υπεύθυνος για μια αναστάτωση ή μια ευχάριστη κατάσταση. Σχετίζεται με την απόδοση κατηγοριών ή ευσήμων, τόσο προς τον εαυτό όσο και προς τους άλλους των συναντήσεων. Για παράδειγμα, όταν νιώθουμε ενοχή, τότε κατηγορούμε τον εαυτό μας. Όταν θυμώνουμε, συνήθως κατηγορούμε τους άλλους.
- Δυνατότητα Αντιμετώπισης (coping potential): αναφέρεται στη δυνατότητα ενός υποκειμένου, αλλά και στον τρόπο να διαχειριστεί κατάλληλα μια συνθήκη έτσι ώστε να το οδηγήσει στην πραγμάτωση των στόχων του. Σχετίζεται κυρίως με την προεργασία ενός υποκειμένου κατά την οποία εκτιμά τα μειονεκτήματα και τα πλεονεκτήματα μιας πιθανής δράσης.
- Μελλοντικές προσδοκίες (future expectations): σχετίζεται με την εκτίμηση του υποκειμένου για τον βαθμό που αναμένεται να επέλθει η οποιαδήποτε ψυχολογική αλλαγή, προς το καλύτερο ή το χειρότερο, οδηγώντας σε καταστάσεις σύμφωνες, ή μη, με τους στόχους του.

Διαφορετικά συναισθήματα σχετίζονται με διαφορετικούς τρόπους αποτίμησης της κατάστασης του περιβάλλοντος. Με βάση αυτές τις αποτιμήσεις, ο Lazarus (σ.65) προσδιορίζει συγκεκριμένες πυρηνικές σχεσιακές θεματικές (core relational themes) για κάθε βασικό συναίσθημα. Η αρχική διαφοροποίηση σε αρνητικά και θετικά συναισθήματα γίνεται κατά την

πρωτογενή αποτίμηση. Περαιτέρω διαφοροποίηση λαμβάνει χώρα κατά τη δευτερογενή αποτίμηση. Οι γνωστικές αποτιμήσεις παρουσιάζουν απεριόριστη ποικιλία με αποτέλεσμα να δίνουν τη δυνατότητα να προσδιοριστούν, με συγκεκριμένο τρόπο, όλες οι διαφορετικές συναισθηματικές εκφάνσεις.

Έχοντας κατά νου την παραπάνω ανάλυση, καθώς και το παράδειγμα με τον θυμό του Πέτρου, ας δούμε με ποιο τρόπο αναλύει ο Lazarus (σ.226) τις περιπτώσεις που ενεργοποιείται το συναίσθημα του θυμού.

Παράμετροι πρωτογενούς αποτίμησης:

- Εάν η κατάσταση συνδέεται με στόχους του υποκειμένου, τότε οποιοδήποτε συναίσθημα είναι πιθανό, περιλαμβανομένου του θυμού.
- Εάν υπάρχει ασυμφωνία με τους στόχους του υποκειμένου, τότε μόνο αρνητικά συναισθήματα είναι πιθανό να προκύψουν, περιλαμβανομένου του θυμού.
- Εάν η συμμετοχή του εγώ σχετίζεται με ζητήματα αυτοεκτίμησης και κοινωνικής αποδοχής, τότε πιθανά συναισθήματα που μπορεί να προκύψουν είναι αυτά του θυμού, της αγωνίας και της υπερηφάνειας.

Παράμετροι δευτερογενούς αποτίμησης:

- Εάν η συνθήκη σχετίζεται με την απόδοση κατηγορίας προς κάποιον εξωτερικό παράγοντα, ο οποίος αναγνωρίζεται ως υπεύθυνος πρόκλησης μιας αρνητικής κατάστασης, τότε προκύπτει το συναίσθημα του θυμού προς αυτόν τον παράγοντα.
- Εάν η κατηγορία απευθύνεται προς το ίδιο το υποκείμενο που κάνει την αποτίμηση, τότε ο θυμός εσωστρέφεται.

- Εάν η στρατηγική αντιμετώπισης αποτιμά ως βιώσιμη λύση μια πιθανή επίθεση, τότε μπορεί να προκύψει ευκολότερα το συναίσθημα του θυμού.
- Εάν, τέλος, η εκτίμηση των μελλοντικών επιπτώσεων είναι θετική σχετικά με την προοπτική μιας επίθεσης, τότε μπορεί να προκύψει ευκολότερα το συναίσθημα του θυμού.

Οι γνωστικές αποτιμήσεις δεν πρέπει να συγκρίνονται με το τι πιστεύει, ή γνωρίζει, το υποκείμενο γενικά για τα συναισθήματα και την κατάσταση της πραγματικότητας, αλλά αφορούν άμεσα το τι σημασία δίνει το υποκείμενο σε συναφείς γνώσεις και πεποιθήσεις (σ.145). Πρόκειται δηλαδή για απόδοση προσωπικού νοήματος, μέσω συσσωρευμένων και εγκαθιδρυμένων σχεσιακών μοτίβων σε ένα ερέθισμα (σ.39), χωρίς αυτό να σημαίνει ότι εκλαμβάνεται υποχρεωτικά ως μια διαδικασία συνειδητή, γλωσσικά αρθρωμένη, εκούσια ή λογική (subception cases) (σ.156). Η προσέγγιση, επομένως, του Lazarus ανοίγει τον ορίζοντα της έννοιας της κρίσης με τρόπο που να μπορεί να ενσωματώσει και μη συνειδητές ή/και μη συμβολοποιημένες διαδικασίες γνωστικής αποτίμησης.

### **1.3 Κριτική Προσέγγιση των Κρισιοκεντρικών Θεωριών**

Στην παρούσα ενότητα αξιολογούνται κριτικά οι προαναφερθείσες θεωρητικές προσεγγίσεις των ΚΘ, με βάση, κυρίως, τις παραμέτρους Π1 και Π2 (αναλύθηκαν στην *Εισαγωγή*).

### **1.3.1. Τα Μοτίβα και η Βιωμένη Αίσθηση των Συναισθημάτων**

Αναλύοντας την παράμετρο Π1, έγινε δεκτό ότι είναι πιθανό διαφορετικοί άνθρωποι να αντιδρούν με διαφορετικά συναισθήματα στο ίδιο γεγονός, χωρίς να υπάρχει διαφωνία για το ποιο συναίσθημα θεωρείται πιο κατάλληλο. Όπως είδαμε στο παράδειγμα της *Εισαγωγής* με την καθυστερημένη αύξηση του Κώστα, μπορεί κάποιος να θεωρήσει λογικό το συναίσθημα θυμού για τη στάση του Κώστα, αλλά ο ίδιος, την ίδια στιγμή, να νιώθει απλά ανησυχία για την υγεία του Κώστα. Με άλλα λόγια, ενώ κρίνουμε ότι ένα συγκεκριμένο συναίσθημα είναι κατάλληλο για μια περίπτωση, έχουμε τελικά διαφορετική βιωμένη εμπειρία. Επομένως, η πρόταση Κ4 φαίνεται προβληματική.

Με ποιο τρόπο απαντούν οι υποστηρικτές των ΚΘ; Όπως είδαμε, δέχονται την πρόταση Κ5. Τα συναισθήματα δεν είναι μόνο αξιολογικές κρίσεις που ελέγχονται ως προς την καταλληλότητά τους μέσα σε ένα πλαίσιο, αλλά εκφράζουν και τον διαφορετικό τρόπο εμπλοκής των υποκειμένων στα διάφορα γεγονότα του πλαισίου (Morag, 2016:34). Για παράδειγμα, η Nussbaum μιλά για ερμηνευτική πρόσληψη των αποβλεπτικών αντικειμένων, που εμπεριέχει προσωπικές πεποιθήσεις και αξίες, ενώ ο Gordon αναφέρεται σε επιθυμίες και πεποιθήσεις που ενεργοποιούνται κατά τη φάση της συναισθηματικής εμπλοκής.

Δίνει η πρόταση Κ5 απάντηση στο ζήτημα των διαφορετικών συναισθηματικών μοτίβων; Παρόλο που οι αξίες, οι επιθυμίες και οι πεποιθήσεις διαδραματίζουν κεντρικό ρόλο στην καθημερινότητα των ανθρώπων, επηρεάζοντας τις δράσεις και τις αποφάσεις τους, οι αντίστοιχες πράξεις της αξιολόγησης, της επιθυμίας και της κρίσης διαφέρουν από το βίωμα της συναισθηματικής έκφρασης (Morag, 2016:37). Για παράδειγμα, μπορεί να

έχω την πεποίθηση ότι έχω αδικήσει κάποιον άνθρωπο και να έχω, παράλληλα, την επιθυμία να παραμείνω ηθικά ακέραιος, χωρίς πάραυτα να νιώθω το θυμικό βίωμα της ενοχής (Roberts, 1988:197).

Επομένως, τίθεται το εξής ζήτημα: σε τι διαφέρουν οι πεπαιθίσεις, ή οι επιθυμίες, που συνοδεύονται από την αίσθηση του θυμικού βιώματος, από εκείνες που δεν ακολουθούνται από κάποιο αντίστοιχο βίωμα; Τι ακριβώς τροφοδοτεί τις πρώτες; Υπάρχουν κάποιες πεπαιθίσεις, μη συνειδητές, που λειτουργούν ως θυμικοί τροφοδοτές κάποιων συνειδητών πεπαιθήσεων; Αν ναι, τι σημαίνει αυτό για την προτεραιότητα της πρότασης K1; Η Nussbaum αναφέρει συγκεκριμένα γνωσιακά χαρακτηριστικά ως αναγκαίες και επαρκείς συνθήκες για να υπάρχει συναίσθημα, για παράδειγμα η πυκνότητα του γνωσιακού φαινομένου. Ποιος όμως μας αποτρέπει από το να δεχτούμε ότι τα χαρακτηριστικά αυτά είναι παρόντα και στις περιπτώσεις που λείπει το θυμικό βίωμα; Αν αυτό ισχύει, τότε παραμένει ανοιχτό προς διερεύνηση το ζήτημα της ύπαρξης διαφορετικών συναισθηματικών μοτίβων και κλονίζεται η προτεραιότητα της πρότασης K1.

Η παραπάνω ανάλυση γεννά προβληματισμό και για την πρόταση K2. Οι περισσότεροι φιλόσοφοι των ΚΘ δέχονται ότι μπορεί να υπάρχει συναίσθημα χωρίς θυμικό βίωμα, με τις όποιες σωματικές ή φυσιολογικές αντιδράσεις το συνοδεύουν. Ισχυρίζονται δηλαδή ότι μπορεί να είναι κανείς σε κατάσταση ενοχής, χωρίς να νιώθει τη σωματική διάσταση της ενοχικότητας. Εναλλακτικά, οι θεωρητικοί των ΚΘ θα μπορούσαν να αποδεχτούν το εξής: για να καταλάβει κανείς τι είναι ο φόβος, πρέπει να γνωρίζει μόνο την έννοια του κινδύνου, που σημαίνει ότι για να καταλάβει πότε κάτι προκαλεί φόβο, θα πρέπει να έχει κατά νου μόνο την έννοια της επικινδυνότητας, χωρίς να χρειάζεται να έχει το αίσθημα του φόβου (D'Arms, & Jacobson, 2003:128).

Οι συναισθηματικές εμπειρίες όμως μοιάζουν σα να περιέχουν απαραίτητα τη σωματική διάσταση που φανερώνεται μέσα από τη βιωμένη αίσθησή τους. Η Rebekka Hufendiek (2016:34) χρησιμοποιεί το επιχείρημα “*Mr. Spock objection*” του Peter Goldie για να φωτίσει το πρόβλημα της υποτίμησης της διάστασης της σωματικότητας από τους υποστηρικτές των ΚΘ. Σε αυτό το επιχείρημα, ο Goldie (2000:50) αναφέρεται στον χαρακτήρα του Mr. Spock της γνωστής σειράς *Star Trek*. Ο Mr. Spock προέρχεται από μια φυλή που τα μέλη της θεωρούνται τα πιο ορθολογικά σκεπτόμενα όντα του σύμπαντος. Έτσι, ο Mr. Spock κατορθώνει πάντα να διαθέτει τις πλέον ορθολογικά εύστοχες και καλά ζυγισμένες πεπαιθήσεις και εκτιμήσεις. Από την άλλη, ο Mr. Spock δεν έχει καθόλου συναισθηματικές εμπειρίες. Με άλλα λόγια, μπορεί να διαμορφώνει με τρόπο εξαιρετικά συστηματικό τις πεπαιθήσεις του, χωρίς ποτέ να εμπλέκεται συναισθηματικά στις καταστάσεις. Πόσο κοντά είναι αυτή η συνθήκη στην καθημερινή ανθρώπινη βιωματική εμπειρία; Αν όμως γίνουν δεκτές, στην ολότητά τους, οι θέσεις των Solomon, Gordon, Nussbaum και Lazarus, τότε θα οδηγηθούμε στο συμπέρασμα ότι οι σωματικές αισθήσεις δεν διαδραματίζουν κεντρικό ρόλο στον ορισμό και την κατανόηση της συναισθηματικής εμπειρίας.

### **1.3.2 Τα Απείθαρχα Συναισθήματα**

Η παράμετρος Π2 αναφέρεται στις περιπτώσεις των συναισθημάτων που ανθίστανται στη λογική επεξεργασία. Ας δούμε το κλασικό παράδειγμα που χρησιμοποιεί η Patricia Greenspan (1981:162): υπάρχει ένα μικρό σκυλάκι χωρίς δόντια, ο Φίντο, το οποίο με την παρουσία του προκαλεί φόβο στην Πατ.

Παρόλο που η Πατ κατανοεί –και μάλιστα το επιβεβαιώνει– ότι ο Φίντο είναι ακίνδυνος, νιώθει στην παρουσία του να τη διαπερνά αίσθημα φόβου.

Το πρόβλημα με τις ΚΘ είναι ότι είναι υποχρεωμένες να αποδώσουν στην Πατ δύο μη συνεκτικές κρίσεις: την κρίση “ο Φίντο δεν είναι επικίνδυνος” και την κρίση “ο Φίντο είναι επικίνδυνος”. Όπως προσθέτουν οι D’Arms και Jacobson (2003:129), οι ΚΘ μοιάζει να μην επιτρέπουν τα συναισθήματα ενός υποκειμένου να συγκρούονται με τις κρίσεις του, παρόλο που αυτή η σύγκρουση είναι ένα ευρέως αποδεκτό ψυχολογικό φαινόμενο.

Πώς απαντούν οι υποστηρικτές των ΚΘ; Αν δεχτούν τις παραπάνω περιπτώσεις συναισθημάτων, τότε καθίσταται προβληματική η προτεραιότητα της πρότασης Κ1. Στην ουσία, οι ΚΘ είναι υποχρεωμένες να εξηγήσουν με ποιο τρόπο ένα υποκείμενο μπορεί παράλληλα να πιστεύει ότι *p* και *¬p*, αποφεύγοντας την κατηγορία της ανορθολογικότητας (contradictory-so-not-rational principle) (Grzankowski, 2017:644).

Ένα αντεπιχείρημα των ΚΘ είναι αυτό της αυταπάτης (self-deception) (Morag, 2016:39). Αν η Πατ απορρίπτει την κρίση “ο Φίντο είναι επικίνδυνος” και συνεχίζει να νιώθει φόβο κάθε φορά που συναντά τον Φίντο, τότε η Πατ αυταπατάται. Δηλαδή, η Πατ ουσιαστικά έχει την πεποίθηση ότι ο Φίντο είναι επικίνδυνος, παρόλο που θέλει να παρουσιάζει αλλιώς τον εαυτό της. Θεωρώ ότι το επιχείρημα της αυταπάτης θα ήταν ισχυρό αν η Πατ είχε προσπαθήσει από την αρχή να κρύψει τον φόβο της επειδή, για παράδειγμα, έκρινε ότι δεν ταιριάζει με την αυτοεικόνα της. Όμως, είναι ανοιχτή και εκφράζει έκπληξη με το γεγονός ότι φοβάται, δηλαδή δεν είχε τον λογικό έλεγχο των συναισθημάτων της. Αν διατυπωνόταν διαφορετικά, έχει επίγνωση ότι άλλα πιστεύει και άλλα αισθάνεται.



Σε αυτή την περίπτωση, κάποιος θα μπορούσε να υποστηρίξει ότι ο απρόσμενος φόβος που νιώθει η Πατ αντανακλά μια παλιά και ξεχασμένη πεποίθησή της, η οποία οφείλεται στον τρόπο που μεγάλωσε, ή σε κάποια παλιά τραυματική της εμπειρία με ένα άλλο σκυλί που της είχε επιτεθεί. Για παράδειγμα, ο Solomon (2003:6) θα έλεγε ότι είναι απλά μια πεποίθηση για μια άλλη πεποίθηση και ότι τα συναισθήματα τείνουν να εξασθενούν με τον τρόπο που φθίνουν και χάνονται οι αντίστοιχες πεποιθήσεις τους. Επομένως, ο αναδυόμενος φόβος ενσωματώνει μια παλιά πεποίθηση που συνήθιζε να έχει και καταδεικνύει ότι η Πατ απλά δεν κατόρθωσε να συμβαδίσει συναισθηματικά με τις τρέχουσες πεποιθήσεις της (Morag, 2016:40). Αν ισχύει αυτό, τότε γιατί δεν αντέδρασε άμεσα, προσαρμόζοντας ανάλογα τις πεποιθήσεις της; Ισχύει και εδώ ό,τι και προηγουμένως: η Πατ κατελήφθη εξαπίνης από ένα θυμικό βίωμα ανακόλουθο με τον τρόπο που σκέπτεται.

Από την άλλη, ο Lazarus (1991:159), όπως έδειξε και η ανάλυση στην παράγραφο 1.2.4, υποστηρίζει ότι κάποια συναισθήματα προκαλούνται διαμέσου αυτόματων αποτιμήσεων, ή αλλιώς, διαδικασιών ασυνείδητης επεξεργασίας που δεν βρίσκονται υπό τον άμεσο βουλευτικό έλεγχο του υποκειμένου. Υποστηρίζει μάλιστα ότι αν δεν γίνει αποδεκτή αυτή η θέση, τότε θα υποχρεωθούμε να αποδεχτούμε ότι υπάρχουν δύο συγκρουόμενες πεποιθήσεις στη συνείδηση του υποκειμένου (ο Lazarus αναφέρει τα παραπάνω αναλύοντας την περίπτωση της φοβίας των πτήσεων) (Lazarus, 1991:153). Επομένως, για την περίπτωση της Πατ, ο Lazarus μάλλον θα δέχονταν ότι η φοβία της για τον Φίντο προήλθε από μια ασυνείδητη διαδικασία γνωστικής αποτίμησης που την έφερε στη δύσκολη θέση να έχει στη συνείδησή της, την ίδια στιγμή, δύο αντιφατικές κρίσεις. Αν όμως γίνει δεκτή αυτή η θέση, τότε και σε αυτή την περίπτωση κλονίζεται η προτεραιότητα της θέσης K1.

### **1.3.3 Περαιτέρω Προβλήματα των Κρισιοκεντρικών Θεωριών: το Επιχείρημα των Βρεφών και των Ζώων**

Ένα βασικό επιχείρημα ενάντια στις ΚΘ βασίζεται στο εξής σκεπτικό: γίνεται αποδεκτή η θέση ότι υπάρχει συναισθηματική έκφραση σε ζώα και ανθρώπινα βρέφη και με την παραδοχή ότι δεν μπορούμε να τους αποδώσουμε ικανότητα διαμόρφωσης προτασιακών κρίσεων, προκύπτει το συμπέρασμα ότι υπάρχει συναισθηματική εμπειρία χωρίς να ισχύει η προτεραιότητα της πρότασης K1.

Πολλά ζώα επιδεικνύουν βασικά χαρακτηριστικά συναισθημάτων (για παράδειγμα σωματικές εκφράσεις και συμπεριφορές) που μοιάζουν με αυτά της ανθρώπινης συναισθηματικής έκφρασης (Hufendiek, 2016:38). Σύμφωνα επίσης με την Hufendiek *«οι νευροεπιστήμονες που μελετούν τη συναισθηματική συμπεριφορά αρουραίων και πιθήκων, αναλύοντας την εγκεφαλική τους λειτουργία, δέχονται πλέον ότι παρουσιάζει πολλές ομοιότητες με τον τρόπο που λειτουργεί η ανθρώπινη συναισθηματική συμπεριφορά»* (σ.38). Επομένως, είναι δύσκολο να δεχτεί κανείς τη θέση ότι τα ζώα δεν εκφράζουν την οποιαδήποτε συναισθηματική συμπεριφορά.

Το επιχείρημα συμπεριλαμβάνει και την περίπτωση των ανθρώπινων βρεφών. Μέσα σε διάστημα λίγων εβδομάδων, τα βρέφη είναι σε θέση να εκφράσουν στοιχειώδεις συναισθηματικές συμπεριφορές, όπως ευχαρίστηση όταν βλέπουν την μητέρα τους, ή θυμό όταν βρίσκονται σε σύγχυση (Hufendiek, 2016:38). Και σε αυτή την περίπτωση, είναι δύσκολο να γίνει δεκτή η θέση ότι τα ανθρώπινα βρέφη δεν εκφράζουν συναισθήματα έως ότου καταστούν ικανά, σε μεταγενέστερη ηλικία, να σχηματίσουν πολύπλοκες γνωσιακές λειτουργίες πάνω στις οποίες στηρίζονται οι πεπιοθήσεις και οι γλωσσικοί μηχανισμοί.

Λαμβάνοντας υπόψη τα παραπάνω, ο Prinz (2004:23) σημειώνει ότι «εάν τα συναισθήματα σχηματίζονται, έστω και κατά ελάχιστο μέρος, από προτασιακές στάσεις, τότε η συναισθηματική έκφραση απαιτεί την κατοχή των απαραίτητων εννοιών που θα χρησιμοποιηθούν για να σχηματιστούν οι προτασιακές εκφράσεις». Επομένως, αν δεχτούμε τις γλωσσικές έννοιες ως αναγκαίες συνθήκες για να υπάρξει συναισθηματική έκφραση, τότε τόσο τα ζώα όσο και τα ανθρώπινα βρέφη, δεν θα ήταν σε θέση να βιώσουν την οποιαδήποτε συναισθηματική εμπειρία. Για παράδειγμα, σχετικές έρευνες δείχνουν ότι τα βρέφη δεν διαθέτουν την αναπτυξιακή δυνατότητα απόδοσης πολύπλοκων γνωσιακών δομών (όπως κρίσεις και πεποιθήσεις) στον εαυτό τους και στους άλλους ανθρώπους (Frith, & Frith, 2003).

Με ποιον τρόπο αντιδρούν σε αυτό το επιχείρημα οι θεωρητικοί των ΚΘ; Ο Lazarus (1991:159-160) αναγνωρίζει ότι υπάρχουν μεν συναισθήματα και στα βρέφη, αλλά προκαλούνται με διαφορετικό τρόπο σε σχέση με τα συναισθήματα των ενηλίκων. Αν γίνει δεκτή η συγκεκριμένη θέση, τότε κλονίζεται ξανά η προτεραιότητα της Κ1, καθώς και η βασική θέση των υποστηρικτών των ΚΘ ότι οι κρίσεις είναι αναγκαίες και επαρκείς συνθήκες των συναισθημάτων.

Η Nussbaum (2001:174-238) δέχεται ότι τόσο τα βρέφη όσο και τα ζώα έχουν κανονικά συναισθήματα. Αναφέρει χαρακτηριστικά για τα βρέφη:

Στα αρχικά βήματα το βρέφος δεν έχει σαφή επίγνωση των ορίων που το ξεχωρίζει από τους άλλους γύρω του. Είναι τότε που βιώνει μυστήριες μεταμορφώσεις, τις οποίες δεν είναι ακόμα σε θέση να τις συνδέσει με εξωτερικές πηγές. Σε αυτή τη φάση βρίσκονται οι καταγωγικές πηγές των συναισθημάτων, μέσα σε εκείνη την αδιαμόρφωτη αίσθηση ότι κάποιες από τις θεμελιώδεις διεργασίες για την επιβίωση λαμβάνουν χώρα χωρίς κανέναν έλεγχο. Τα συναισθήματα είναι αναγνώριση τόσο της αξίας των παραπάνω διεργασιών όσο και του γεγονότος ότι δεν έχουμε τον πλήρη έλεγχό τους (σ.190).

Επομένως, όχι μόνο δέχεται ότι η καταγωγική δυναμική των συναισθημάτων δεν περνάει μέσα από τον λογικό έλεγχο, αλλά σε άλλο σημείο προσθέτει ότι η έννοια της κρίσης δεν περιλαμβάνει απαραίτητα την παρουσία αναστοχαστικών διαδικασιών (σ.23). Το μόνο που προϋποτίθεται είναι ένα είδος συνειδητής επίγνωσης (σ.126). Για παράδειγμα, σε κάποιο σημείο υποστηρίζει ότι πολλές φορές η παρουσία ενός συναισθήματος δεν προϋποθέτει την οποιαδήποτε γλωσσική/προτασιακή μορφή στη συνείδησή μας: *«Υπάρχουν γνωσιακές δραστηριότητες στις οποίες στη θέση των διακριτών χαρακτηριστικών που ενεργοποιούν συναισθήματα, δεσπόζουν τα ίχνη των διεργασιών του μηχανισμού της φαντασίας που εκφράζονται με εικόνες, μουσικές αισθήσεις και κιναισθητικές καταστάσεις, όπως αυτές που νιώθουμε όταν χορεύουμε κ.τ.λ.. Τα παραπάνω ίχνη δεν ανάγονται σε γλωσσικά και προτασιακά σύμβολα (...)*» (σ.127).

Λαμβάνοντας υπόψη την παραπάνω ανάλυση, φαίνεται ότι η Nussbaum (2001) προσπαθεί να ξεπεράσει ανεπιτυχώς τη δυσκολία δίνοντας στην έννοια της κρίσης διαστάσεις που ξεπερνούν το νοηματικό περιεχόμενο της πρότασης K1. Ενώ η Nussbaum εκκινεί από την ανάγκη να αποδοθούν κρίσεις και αξιολογήσεις σε ζώα και βρέφη, καταλήγει να αναφέρεται σε κρίσεις που αναδύονται μέσα από μυστηριώδεις διεργασίες, οι οποίες τελικά βρίσκονται πέρα από τον αναστοχαστικό έλεγχο και δεν έχουν ως αναγκαία συνθήκη την ύπαρξη προτασιακών κρίσεων.

#### **1.4 Εναλλακτικές Προσεγγίσεις των Κρισιοκεντρικών Θεωριών**

Η ανάλυση έως τώρα έχει δείξει τα εξής:

- Τα χαρακτηριστικά και οι ιδιότητες των αντικειμένων και των γεγονότων, πραγματικών ή μη, δεν αποτελούν καθολικούς και απαραίτητους παράγοντες ενεργοποίησης συγκεκριμένων συναισθηματικών μοτίβων σε όλους τους ανθρώπους (ενότητα 1.3.1).
- Υπάρχουν πεπιοθήσεις, επιθυμίες και αξίες, που δεν συνοδεύονται απαραίτητα από θυμικά βιώματα και σωματικές αντιδράσεις, επομένως δεν αποτελούν αναγκαίες συνθήκες των συναισθημάτων (ενότητα 1.3.1).
- Πολλές φορές, τέλος, μας διαπερνούν εξαίφνης θυμικά βιώματα που δεν αντανακλούν τις τρέχουσες πεπιοθήσεις, επιθυμίες και αξίες μας (ενότητες 1.3.2 και 1.3.3).

Υπάρχουν εναλλακτικές προσεγγίσεις για τους υποστηρικτές των ΚΘ;

Μια προοπτική ανοίγει μέσα από το παράδοξο του Κρίρκε (βρέθηκε στο Grzankowski, 2017:645). Σύμφωνα με τον Κρίρκε, ένα υποκείμενο μπορεί να έχει αλληλοσυγκρουόμενες πεπιοθήσεις, δηλαδή  $p$  και  $-p$ , χωρίς αυτό να σημαίνει ότι έχει κλονιστεί η ορθολογικότητά του. Αυτό που κάνει τη διαφορά είναι ότι το υποκείμενο δέχεται την κάθε πεπιοθήση μέσα από τη συμμετοχή του σε μία διαφορετική εκδοχή της πραγματικότητας (modes of presentation), για παράδειγμα όταν η Πατ μαγειρεύει μόνη στο σπίτι της, δέχεται ότι δεν φοβάται τα σκυλιά, ενώ όταν συναντά τον Φίντο στο πάρκο, συνειδητοποιεί ότι τα φοβάται. Επομένως, για να στοιχειοθετηθεί η κατηγορία της ανορθολογικότητας, πρέπει να δείξουμε ότι το υποκείμενο υποστήριζει  $p$  και  $-p$  μέσα στην ίδια εκδοχή της πραγματικότητας. Μπορούμε, επομένως, να υποστηρίξουμε ότι η Πατ διάκειται συναισθηματικά απέναντι στον Φίντο με δύο διαφορετικούς τρόπους κατά τη διάρκεια της συνάντησής τους;

Ένας τρόπος απάντησης, καθώς και αποφυγής των αντεπιχειρημάτων που εξετάστηκαν στις παραγράφους 1.3.1, 1.3.2 και 1.3.3, είναι να ορίζονται τα συναισθήματα ως αξιολογικές αντιλήψεις (evaluative perceptions), αξιολογικά αισθήματα (evaluative feelings) ή αξιολογικά ερμηνευτικά σχήματα (evaluative construals), αντί για αξιολογικές προτασιακές κρίσεις (Brady, 2008:415). Με άλλα λόγια, αντί να θεωρείται ότι τα συναισθήματα προκύπτουν μέσα από συνειδητές αξιολογικές κρίσεις, πλέον γίνεται αποδεκτό ότι η συνιασθηματική εμπειρία είναι ένας τρόπος του να βλέπω-κάτι-ως (mode of seeing-as). Σύμφωνα με αυτή την προσέγγιση, τα συναισθήματα είναι τρόποι με τους οποίους ένα υποκείμενο διαμορφώνεται βιωματικά σε μια συνθήκη. Επομένως, παύει η προτεραιότητα της πρότασης K1.

Έτσι, μπορούμε να μιλάμε για μια κατάσταση που μπορεί να προκαλέσει σε ένα υποκείμενο πολλαπλά συναισθήματα την ίδια στιγμή, όπως θυμό και ενοχή. Το υποκείμενο που βιώνει ένα συναίσθημα είναι σα να έλκεται από κάποιες πτυχές μιας κατάστασης, τις οποίες βιώνει ως εκλυτικούς παράγοντες του συναισθήματός του (Morag, 2016:42). Στις επόμενες παραγράφους παρουσιάζονται οι θέσεις κάποιων φιλοσόφων, που αποτελούν διαφορετικές παραλλαγές των αντιληπτικών θεωριών των συναισθημάτων.

#### **1.4.1 Roberts: Συναισθήματα και Ερμηνευτικά Σχήματα**

Ένα χαρακτηριστικό παράδειγμα είναι η προσέγγιση του Robert Roberts (1988). Θεωρεί ότι τα συναισθήματα αποτελούν τον τρόπο που ένα υποκείμενο βλέπει ένα γεγονός, ένα οράν που ομοιάζει με ένα ερμηνευτικό σχήμα εμποτισμένο με όσα βαθιά απασχολούν το υποκείμενο (concern-based construals) (Roberts, 1988:191).

Η Morag (2016:44) εντοπίζει δύο διαφορετικές προσεγγίσεις στον τρόπο που αναπτύσσονται τα ερμηνευτικά σχήματα στο έργο του Roberts (1988). Από τη μία, ο Roberts (1988) χρησιμοποιεί το γνωστό παράδειγμα της πάπιας και του λαγού (rabbit-duck example) του Ludwig Wittgenstein. Από την άλλη, περιγράφεται η κατάσταση στην οποία βρίσκεται κάποιος που εντοπίζει μία ομοιότητα μεταξύ δύο διαφορετικών προσώπων. Η πρώτη περίπτωση βασίζεται στην επίγνωση δύο διαφορετικών εννοιών (πάπια – λαγός), ενώ η δεύτερη σχετίζεται περισσότερο με δύο διαφορετικές εικόνες.

Σχετικά με την πρώτη περίπτωση, ο Roberts (1988) αναφέρει χαρακτηριστικά τα παρακάτω:

Στην περίπτωση που κάποιος κοιτά την εικόνα πάπια-λαγός και βλέπει μια πάπια, δεν είναι μόνο ότι γνωρίζει ότι μπορεί να δει την εικόνα ως μία που αναπαριστά μια πάπια, ή ότι μπορεί να κρίνει ότι όντως βλέπει εκεί μια πάπια, αλλά είναι ότι ερμηνεύει την εικόνα ως μία που αναπαριστά μια πάπια. Ο άνθρωπος λοιπόν που αισθάνεται θριαμβευτής δεν κρίνει απλά ότι είναι θριαμβευτής, αλλά ερμηνεύει την κατάσταση του ως τέτοια. Το να ερμηνεύεις μοιάζει σα να κατοικείς, ή να μετέχεις, σε μία συγκεκριμένη οπτική της πραγματικότητας. Για παράδειγμα, είναι σα να μετέχει κανείς σε μια πραγματικότητα που η εικόνα πάπια-λαγός αναπαριστά μια πάπια, ή εμφανίζει εαυτόν σε θέση θριαμβευτή (σ.187).

Με παρόμοιο τρόπο προκύπτουν και τα συναισθήματα σε ένα υποκείμενο καθώς εμπλέκεται σε διάφορες καταστάσεις. Ανατρέχοντας στο παράδειγμα με την Πατ, θα μπορούσε να λεχθεί ότι αυτό που βιώνει η Πατ, όταν συναντά τον Φίντο, είναι μια σύγκρουση ανάμεσα σε μια κρίση και ένα αναδύομενο ερμηνευτικό σχήμα φόβου (D'Arms, & Jacobson, 2003:131).

Σε μεταγενέστερο έργο του, ο Roberts (2003:75-76) συνοψίζει τα ερμηνευτικά σχήματα, μέσα από τα οποία προσπαθεί να ορίσει τα συναισθήματα, ως εξής:

**C1.** Τα ερμηνευτικά σχήματα προκύπτουν με μία αμεσότητα όμοια με αυτή των αντιληπτικών αισθήσεων. Αποτελούν εντυπώσεις, καθώς και τρόπους με τους οποίους ο κόσμος παρουσιάζεται σε ένα υποκείμενο. Είναι εμπειρικά βιώματα και όχι απλά κρίσεις, σκέψεις ή πεποιθήσεις.

**C2.** Παρόλο που είναι εντυπώσεις, δεν είναι απλά αισθητικές εντυπώσεις, όπως για παράδειγμα αυτές που δημιουργούνται όταν το φως ερεθίζει τον αμφιβληστροειδή χιτώνα, ή όταν οι δονήσεις του αέρα διεγείρουν το τύμπανο του αφτιού κ.ο.κ..

**C3.** Περιλαμβάνουν ένα “σε σχέση με”: κάτι γίνεται αντιληπτό σε σχέση με κάτι άλλο. Τα ερμηνευτικά σχήματα είναι εποικοδομητικά, συνθετικά, οργανικά, και ενοποιοούν πολλά και διαφορετικά στοιχεία.

**C4.** Είναι υποκειμενικά, δηλαδή εξαρτώνται από τα ιδιαίτερα χαρακτηριστικά του εκάστοτε υποκειμένου. Όμως κάποια από αυτά παίρνουν αληθοτιμές.

**C5.** Υπάρχει εστίαση της προσοχής σε ένα ή δύο από τα στοιχεία που απαρτίζουν ένα ερμηνευτικό σχήμα. Η εστίαση μπορεί να εναλλάσσεται γρήγορα, παράγοντας καλειδοσκοπικές διαφοροποιήσεις στον τρόπο επίγνωσης ενός ερμηνευτικού σχήματος.

**C6.** Μπορούν να αναδυθούν διαφορετικά και συγκρουόμενα ερμηνευτικά σχήματα σε σχέση με το ίδιο ερέθισμα, τα οποία είναι αλληλοαποκλειόμενα. Όμως κάποιο επιδέξιο υποκείμενο είναι πολλές φορές πιθανό να κατορθώσει να έχει επίγνωση δύο διαφορετικών και συγκρουόμενων ερμηνευτικών σχημάτων.

**C7.** Είναι απαραίτητως καταστάσεις της συνείδησης.

**C8.** Συχνά, αλλά όχι πάντα, έχουν συναισθηματικό χαρακτήρα (υπό την έννοια της παρουσίας σωματικών αντιδράσεων). Οι παράγοντες που



κάνουν τη διαφορά είναι τα ενδιαφέροντα του υποκειμένου, καθώς και η τάση του να προσκολλάται σε συγκεκριμένα χαρακτηριστικά της υπό ερμηνεία συνθήκης.

**C9.** Έχουν διαφορετικές διαβαθμίσεις τόσο ως προς το βάθος της εντύπωσης που προκαλούν όσο και ως προς τον καθηλωτικό τους χαρακτήρα.

**C10.** Έχουν διαφορετικούς τρόπους ως προς τον βαθμό αλληλεπίδρασης διαφορετικών νοητικών καταστάσεων.

**C11.** Δεν βρίσκονται πάντα υπό τον βουλητικό έλεγχο του υποκειμένου.

**C12.** Η γλώσσα των ερμηνευτικών σχημάτων δεν έχει χαρακτήρα τοπικό και συγκεκριμένο ως προς την άμεση εμπειρία του υποκειμένου.

Σε σχέση ειδικά με τις προτάσεις C2-C5 και C8, γίνεται κατανοητό ότι μερικές φορές τα ερμηνευτικά σχήματα προκύπτουν βασισμένα σε σημαντικά και εξέχοντα χαρακτηριστικά για ένα υποκείμενο. Όπως λέει ο Roberts (2003) *«τα συναισθήματα είναι σχήματα βασισμένα σε αξιολογικά σημαντικά χαρακτηριστικά. Εάν είμαι θυμωμένος μαζί σου, είναι σα να κατοικώ σε μια συνθήκη που αποτελείται από συγκεκριμένα χαρακτηριστικά των πράξεών σου. Εάν ό,τι έπραξες με έκανε να νιώσω φόβο, τότε είναι σα να κατοικώ σε έναν κόσμο άλλων χαρακτηριστικών, που διεγείρουν το συναίσθημα του φόβου»* (σ.78).

Όπως είδαμε κατά την ανάλυση της παραμέτρου Π1 (παράγραφος 1.3.1), οι ΚΘ αντιμετωπίζουν το εξής πρόβλημα: υπάρχουν πεποιθήσεις, επιθυμίες και αξίες, δηλαδή σημαντικά αξιολογικά δεδομένα, που δεν συνοδεύονται απαραίτητα από θυμικά βιώματα και σωματικές αντιδράσεις, και επομένως, δεν αποτελούν επαρκείς συνθήκες των συναισθημάτων. Ο Roberts, με την πρόταση C1, εκφράζει κάτι διαφορετικό: τα ερμηνευτικά σχήματα, μέσα από τα

οποία προκύπτουν οι συναισθηματικές καταστάσεις, δεν είναι κρίσεις, αλλά εμπειρικά βιώματα. Παρόλα αυτά, εξετάζοντας το παρακάτω απόσπασμα του έργου του και έχοντας κατά νου την πρόταση C8, φαίνεται ότι ο Roberts (1988) αντιμετωπίζει ένα παρόμοιο πρόβλημα:

Το να εντάσσω τον εαυτό μου σε ένα ερμηνευτικό σχήμα και να με βλέπω εκεί ως θριαμβευτή ή αδέξιο, δεν είναι επαρκής συνθήκη για να νιώθω θριαμβευτής ή αδέξιος. Ένα ερμηνευτικό σχήμα μοιάζει αναγκαίο για το αίσθημα, όμως δεν είναι ακριβώς έτσι. Εάν για παράδειγμα σκεφτώ σοβαρά την αδεξιότητά μου όταν συνομιλώ με κάποιον στη γαλλική γλώσσα, έχοντας παράλληλα μια αίσθηση ότι δεν διακυβεύονται πολλά εκείνη τη στιγμή με τον τρόπο που μιλώ τη γαλλική γλώσσα, τότε είναι πιθανό να έχω επίγνωση της αδεξιότητάς μου, χωρίς όμως να νιώθω αδέξιος. Το ίδιο μπορεί να ισχύει και με την περίπτωση του θριάμβου: αν φανταστούμε κάποιον εξουθενωμένο και σε μεγάλη ηλικία γερουσιαστή, ο οποίος κατεβαίνει εκ νέου στις εκλογές, κυρίως λόγω συνήθειας, αλλά και αποστροφής προς την προοπτική της παραίτησης. Αν φανταστούμε τώρα την αντίδρασή του όταν ακούσει ότι κατάφερε να επανεκλεγεί: είναι πιθανό να εντάξει τον εαυτό του σε ένα ερμηνευτικό σχήμα θριάμβου, χωρίς όμως να νιώθει θριαμβευτής. Αυτό που λείπει και στις δύο παραπάνω περιπτώσεις είναι το προσωπικό ενδιαφέρον να είναι κανείς πραγματικά μέσα στο ερμηνευτικό σχήμα που εντάσσει τον εαυτό του (σ.188).

Σύμφωνα και με τον προβληματισμό της Morag (2016:52), παρόλο που τα συναισθήματα εκφράζουν πολλά για τα ενδιαφέροντα ενός υποκειμένου, για ποιο λόγο πρέπει να δεχθούμε ότι το προσωπικό ενδιαφέρον του υποκειμένου, ή όπως αναφέρει η πρόταση C8, η τάση του να προσκολλάται αξιολογικά σε κάποια χαρακτηριστικά του περιβάλλοντος, αποτελεί αναγκαία συνθήκη της εκδήλωσης συναισθηματικότητας; Το γεγονός ότι δεχόμαστε ερμηνευτικά σύμπαντα μέσα στα οποία εντάσσεται ένα υποκείμενο, δεν είναι πάντα απαραίτητο ότι θα συνοδευθεί από κάποιο θυμικό βίωμα ή/και σωματικές αισθήσεις, ακόμα και στην περίπτωση που το ερμηνευτικό σχήμα εκφράζει αξιολογικά σημαντικά χαρακτηριστικά για το ίδιο το υποκείμενο. Με άλλα λόγια, δεν δίνεται πειστική περιγραφή του τρόπου με τον οποίο ένα ερμηνευτικό

σχήμα αποκτά συναισθηματικό χαρακτήρα. Επομένως, έχοντας κατά νου την παράμετρο Π1, και σε αυτή την περίπτωση, οι προτάσεις Κ4 και Κ5 συνεχίζουν να παραμένουν προβληματικές.

Τι γίνεται όμως με τον τρόπο που προσπαθεί ο Roberts να ξεπεράσει τα προβλήματα των ΚΘ με την πρόταση Κ1; Το ερώτημα πλέον είναι: σε τι διαφέρει η λογική επεξεργασία των κρίσεων των υπόλοιπων υποστηρικτών των ΚΘ από την επεξεργασία των ερμηνευτικών σχημάτων του Roberts; Τι συμβαίνει για παράδειγμα στην Πατ όταν έχει ένα θυμικό βίωμα φόβου μέσω ενός ερμηνευτικού σχήματος; Αν δίνει συγκατάθεση (όπως υπονοεί η πρόταση C7), δηλαδή είναι συνειδητή επεξεργασία, τότε επιστρέφουμε πάλι στους προβληματισμούς που γέννησε η ανάλυση των παραμέτρων Π1 και Π2. Η πρόταση C11 όμως αφήνει περιθώρια ενεργοποίησης ερμηνευτικών σχημάτων χωρίς τον βουλευτικό έλεγχο του υποκειμένου. Με άλλα λόγια, η προτεραιότητα της πρότασης Κ1 καθίσταται εκ νέου προβληματική.

#### ***1.4.2 Οι Αντιληπτικές Θεωρίες των Πρωταρχικών Βιωματικών Εγγραφών***

Δεν είναι όμως όλες οι αντιληπτικές θεωρίες που στηρίζονται σε αξιολογικά σημαντικά χαρακτηριστικά για να ορίσουν τα συναισθήματα. Υπάρχουν προσεγγίσεις που δίνουν προτεραιότητα στον τρόπο που επηράζουν ένα υποκείμενο οι πρωταρχικές επιδράσεις του άμεσου περιβάλλοντός του. Δύο παραδείγματα θεωρητικών αποτελούν οι Amélie Rorty και Ronald De Sousa (βρέθηκε στο Morag, 2016:93-108). Το πλεονέκτημά τους είναι ότι δεν περιγράφουν απλά την ανάδυση των απείθαρχων συναισθημάτων (παράμετρος Π2), αλλά προσπαθούν να δώσουν εξηγήσεις βασιζόμενοι στις αναπτυξιακές παραμέτρους της ζωής των υποκειμένων και αποφεύγοντας να

θεωρήσουν τις κρίσεις ως επαρκείς συνθήκες των συναισθημάτων (Morag, 2016:94).

#### 1.4.2.1. Rorty: Συναισθήματα και Μαγνητικές Προδιαθέσεις

Η Rorty (1980:105) θεωρεί ότι η αλυσίδα αιτιότητας των συναισθημάτων αποτελείται από τρία νήματα που συνυφαίνονται: α) τα διαμορφωτικά γεγονότα για τον ψυχολογικό βίο ενός υποκειμένου, η ανάπτυξη σχημάτων αποβλεπτικής συμπεριφοράς, οι αυτόματες σκέψεις και αντιδράσεις, β) οι κοινωνικοί και πολιτιστικοί καθορισμοί και γ) οι γενετικές και οργανισμικές προδιαθέσεις των υποκειμένων.

Χρησιμοποιεί το παρακάτω επινοημένο παράδειγμα, δίνοντας μεγαλύτερη έμφαση στον παράγοντα (α):

Ο Γιόνας, που εργάζεται ως συντάκτης ειδήσεων, απεχθάνεται την Έσθερ, την αρχισυντάκτρια του, την οποία θεωρεί αυταρχική και τυραννική. Όμως η Έσθερ, ως επικεφαλής, είναι εξαιρετικά προσεκτική. Συμβουλευεται το προσωπικό και συχνά λαμβάνει συναινετικές αποφάσεις, ακόμα και όταν αυτές συγκρούονται με τις αρχικές της θέσεις. Οι συνάδελφοι του Γιόνας προσπαθούν να τον πείσουν ότι οι εργασίες που του αναθέτει η Έσθερ δεν κρύβουν πρόθεση ταπείνωσης και οι απαιτήσεις της δεν είναι αυθαίρετες. Ο Γιόνας αρχίζει σταδιακά να πείθεται ότι μάλλον έσφαλε που πίστευε ότι η Έσθερ συμπεριφέρεται τυραννικά. Υποχωρεί από τις αρχική του θέση σύμφωνα με την οποία η Έσθερ αντλεί κρυφή ευχαρίστηση από τις απαιτήσεις που εκφράζει στους γύρω της. Εκεί που οι συνάδελφοί του βλέπουν το χαμόγελο της Έσθερ, εκείνος βλέπει ένα χαιρέκακο μειδίαμα. Μετά από ένα χρονικό διάστημα συνεργασίας μαζί της, ο Γιόνας συνειδητοποιεί ότι τελικά δεν είναι τυραννική. Συνεχίζει όμως να δέχεται τις αναθέσεις της με μια δυσαρέσκεια γεμάτη πλήξη και απέχθεια. Όταν αργότερα ανέλαβε ως νέα αρχισυντάκτρια, η Ανίτα, ο Γιόνας ένιωσε εξ αρχής μια ανήσυχη εχθρότητα απέναντί της, πριν καν ακόμα εκείνη προλάβει να εγκατασταθεί και να τοποθετήσει τις οικογενειακές της φωτογραφίες στο γραφείο της. Παρόλο που πολλές από τις γυναίκες συναδέλφους του είναι εμφανώς πιο αυστηρές και άτεγκτες ως προς την προσωπικότητα και τη νοοτροπία τους, τις αποδέχεται ως γυναίκες γοητευτικά προικισμένες με διορατικότητα. Προς αυτές δείχνει υποστήριξη, παρά απέχθεια (Rorty, 1980:106).

Σύμφωνα με την Rorty (1980), ο Γιόνας έχει μια μαγνητική προδιάθεση (magnetized disposition) να απεχθάνεται τις γυναίκες που βρίσκονται σε θέσεις εξουσίας (σ.114). Μάλιστα προσθέτει ότι είναι τυπικό χαρακτηριστικό πολλών υποκειμένων να μην έχουν επίγνωση ότι βρίσκονται υπό την επήρεια διάφορων προδιαθέσεων (σ.106).

Έχοντας ως προτεραιότητα τα εννοιολογικά ζητήματα που θέτει η περίπτωση του, συνεχίζει ιχνηλατώντας τη ζωή του Γιόνας για να εντοπίσει τα σημαντικά εκείνα γεγονότα που οδήγησαν στη δημιουργία της συγκεκριμένης προδιάθεσης (σσ.109-111):

- Ο Γιόνας είχε εφιάλτες και εμμονικές σκέψεις ότι η μητέρα του ήθελε να τον σκοτώσει.
- Βασικό σύμβολο των παιδικών φαντασιώσεών του ήταν το κασκόλ. Μισούσε τα κασκόλ. Η μητέρα του τον τύλιγε με αυτά τόσο σφιχτά (θυμάται χαρακτηριστικά την απότομη κίνηση του χεριού της) που του δημιουργούσε αίσθημα πνιγμού. Όμως ποτέ δεν της είχε εκφράσει τη δυσφορία του.
- Όπως σχεδόν κάθε μητέρα, η μητέρα του Γιόνας ήταν τρυφερή, αλλά την ίδια στιγμή εξαιρετικά άγαρμπη, με ανάμεικτα και συγκεχυμένα συναισθήματα.
- Ο Γιόνας εξέλαβε εξ αρχής το άγαρμπο τύλιγμα του κασκόλ ως κίνηση εχθρική. Θα μπορούσε όμως να το έχει ερμηνεύσει ως κίνηση φροντίδας. Η Rorty υιοθετεί την εξής ερμηνεία: ο Γιόνας οδηγήθηκε να δεχθεί ως εχθρική την κίνηση της μητέρας του επειδή είχε ήδη αναπτυχθεί μέσα του μια μαγνητική προδιάθεση σχετικά με τον αρνητικό τόνο της στάσης της μητέρας του.

- Ο μικρότερος αδερφός του Γιόνας είχε επίσης περάσει από την άγαρμπη φροντίδα με το σφιχτό τύλιγμα του κασκόλ. Όμως δεν ανέπτυξε μια παρόμοια προδιάθεση να νιώθει απέχθεια προς την μητρική τυραννική ασφυξία. Επομένως, σύμφωνα με την Rorty, υπάρχει κάτι ακόμη που διαφεύγει της παρούσας ανάλυσης.
- Λίγο πριν τη γέννηση του αδερφού του, οι γονείς του Γιόνας τον έστειλαν προσωρινά στον παππού του. Ο παππούς απεχθάνονταν τη μητέρα του Γιόνας. Τη θεωρούσε κτηκική, αυταρχική και επιθετική. Με άλλα λόγια, τη θεωρούσε καταστροφική για τον γιο του. Προφανώς, ο Γιόνας επηρεάστηκε από τον τρόπο που ο παππούς του έβλεπε τη μητέρα του.
- Όπως όμως τονίζει η Rorty, δεν αρκεί η επιρροή του παππού. Χρειάζεται και η ανοικτότητα του Γιόνας για να δεχθεί και να μεταβολίσει τις θέσεις του παππού. Η Rorty εντοπίζει τρεις παράγοντες που εξηγούν την ανοικτότητα του Γιόνας: α) είναι θυμωμένος με την μητέρα του που δέχθηκε να τον αφήσουν στον παππού του, β) νιώθει ζήλεια για τον ερχομό του αδερφού του και γ) λατρεύει τον παππού του καθώς έχει διαδραματίσει σημαντικό ρόλο απέναντί του ως αντρικό πρότυπο.

Τι είναι λοιπόν οι μαγνητικές προδιαθέσεις; Οι μαγνητικές προδιαθέσεις είναι αποβλεπτικές και μπορούν να αποδοθούν με μια απλή αφήγηση η οποία περιλαμβάνει: το υποκείμενο που βρίσκεται σε μια συναισθηματική κατάσταση και το αντικείμενο που έχει κάποια χαρακτηριστικά και προς το οποίο απευθύνονται τα συναισθήματα του υποκειμένου. Οι επιρροές που δέχθηκε από τον παππού, αλλά και τα συναισθήματα ζήλειας και εγκατάλειψης που ένιωθε, δεν αποτελούν μαγνητικές προδιαθέσεις, αλλά τα υλικά που τη χτίζουν. Παρόλο που ο Γιόνας είχε τα παραπάνω συναισθήματα, δεν ήταν σε θέση να

τα συμβολοποιήσει και να τα αφηγηθεί (Rorty, 1980:113). Χρειάζονταν ένα πολύ πιο πρακτικό και απλό σχήμα, όπως το πνιγηρό σφίξιμο του κασκόλ, για να ενωθούν όλα τα υπόρρητα βιωματικά του σχήματα κάτω από μια πιο απλή και εύπεπτη αφήγηση.

Στην περίπτωση του Γιόνας διακρίνονται δύο επίπεδα προδιαθέσεων: το πρώτο επίπεδο, στο οποίο ο Γιόνας βλέπει τη μητέρα του ως τυραννική και αυταρχική, απευθύνεται απευθείας στην μητέρα του και το δεύτερο επίπεδο, στο οποίο βλέπει κάθε γυναίκα σε θέση εξουσίας ως αυταρχική και εχθρική, απευθύνεται σε κάθε γυναίκα που στο εδώ και τώρα συγκεντρώνει αυτά τα χαρακτηριστικά (Morag, 2016:100).

Επομένως, όταν υπάρχει ανάγκη να κατανοηθεί η ανάδυση μη ελεγχόμενων λογικά συναισθημάτων, τότε αυτό που χρειάζεται είναι η εμβάθυνση στα σημαντικά ορόσημα του βίου του εκάστοτε υποκειμένου έτσι ώστε να εντοπιστούν σχήματα μαγνητικών προδιαθέσεων. Όπως φάνηκε με την περίπτωση του Γιόνας, η ανάλυση θα πάει σε όσο βάθος χρειάζεται ώστε να φωτιστούν όλα τα υλικά που πλέκουν την υπό μελέτη μαγνητική προδιάθεση (Morag, 2016:99).

#### 1.4.2.2 De Sousa: Συναισθήματα και Πρότυπα Σενάρια

Στην *Εισαγωγή* του έργου του *The Rationality of Emotion* (1987), ο De Sousa αναφέρει ότι βασική ιδέα της προσέγγισής του είναι ότι τα συναισθήματα είναι προϊόν της διαδικασίας μάθησης, όπως ακριβώς και η γλώσσα, και έχουν ουσιαστικά δραματική δομή. Τα ονόματα των συναισθημάτων δεν αναφέρονται σε μια απλή εμπειρία, αλλά αποκτούν νόημα δια μέσου της συχέτισής τους με μια πρότυπη βιωματική κατάσταση, που μοιάζει με ένα αρχικό δραματικό γεγονός στη ζωή ενός υποκειμένου που καθορίζει, τελικά, ό,τι χαρακτηρίζει ένα

συναίσθημα: ρόλους, αισθήσεις, αντιδράσεις. Όλα αυτά τα αρχικά και θεμελιώδη δραματικά γεγονότα, ο De Sousa τα αποκαλεί πρότυπα σενάρια (paradigm scenarios). Με αυτόν τον ορισμό κατά νου, όταν γίνεται λόγος για συναισθηματική αντικειμενικότητα νοείται η εκτίμηση της συσχέτισης μιας κατάστασης με το αντίστοιχα εκφραζόμενο πρότυπο σενάριο.

Με ποιόν τρόπο εκτιμάται το ορθόν, ή μη, της παραπάνω συσχέτισης; Τα παραδειγματικά σενάρια αποτελούνται από δύο πτυχές: πρώτον, από τα χαρακτηριστικά της αρχικής κατάστασης, μέσα από την οποία προσδιορίζονται και τα αντικείμενα που αποτελούν τους εκλυτικούς παράγοντες των συναισθημάτων και, δεύτερον, από τις αντιδράσεις που θεωρούνται κανονικές ως προς αυτές τις καταστάσεις και διαμορφώνονται πρωτίστως από βιολογικούς και δευτερευόντως από πολιτιστικούς παράγοντες (αρχικά δομούνται στην παιδική ηλικία και διαμορφώνονται περαιτέρω από τις πολιτιστικές διαδικασίες). Η δεύτερη πτυχή προσδιορίζει επίσης και τη δυναμική με την οποία αναδύεται ο προδιαθεσικός χαρακτήρας των συναισθημάτων (De Sousa, 1980:182).

Ο De Sousa προσπαθεί να εξηγήσει την ανάδυση των απείθαρχων συναισθημάτων αναπτύσσοντας μια θεωρία που τα χαρακτηρίζει ως περιπτώσεις μπερδεμένων σεναρίων (muddled scenarios) (De Sousa, 1980:146). Τι συμβαίνει σε αυτές τις περιπτώσεις; Σύμφωνα με τον De Sousa, το υποκείμενο αποτυγχάνει να εφαρμόσει σε μια κατάσταση ένα κανονιστικά ορθό πρότυπο σενάριο. Στη θέση του ορθού προτύπου σεναρίου, το υποκείμενο ασυνείδητα ανασύρει ένα άλλο πρότυπο σενάριο, το οποίο δεν θεωρείται αντικειμενικά αρμόζον στην τρέχουσα συνθήκη (De Sousa, 1980:146).



Για την περίπτωση του Γιόνας, ο De Sousa μάλλον θα δεχόταν ότι τη στιγμή που ο Γιόνας νιώθει την πίεση του σφιχτοδεμένου κασκόλ γύρω από τον λαιμό του, δημιουργείται η βάση του πρότυπου σεναρίου που αργότερα θα εκδηλώσει προς τις Έσθερ και Ανίτα (Morag, 2016:107). Βέβαια, ο Γιόνας δεν έχει επίγνωση ότι ασυνείδητα μπερδεύει τα σενάρια και έτσι στο εδώ και τώρα της σχέσης του με τις Έσθερ και Ανίτα εκδηλώνει συναισθήματα που θεωρούνται από τους συναδέλφους του παράλογα και υπερβολικά. Όπως τονίζει ο De Sousa, για να κατανοηθεί η τάση του Γιόνας να εκφράζει απέχθεια προς τις Έσθερ και Ανίτα, πρέπει κανείς να ιχνηλατήσει την αναπτυξιακή πορεία του Γιόνας έως ότου κατορθώσει να εντοπίσει το αρχικό σενάριο (De Sousa, 1980:146).

#### ***1.4.3. Θέσεις ενάντια στις Αντιληπτικές Θεωρίες***

Η ανάλυση της παραμέτρου Π1 έδειξε ότι είναι πιθανό διαφορετικοί άνθρωποι να αντιδρούν με διαφορετικά συναισθήματα στο ίδιο γεγονός, χωρίς να υπάρχει διαφωνία για το ποιο συναίσθημα θεωρείται πιο κατάλληλο. Και οι τρεις προαναφερόμενες αντιληπτικές προσεγγίσεις μοιάζει να δίνουν ικανοποιητικές εξηγήσεις για αυτό το φαινόμενο.

Αναλύοντας την περίπτωση της Πατ, ο Roberts, όπως προαναφέρθηκε, μάλλον θα δεχόταν ότι η Πατ έχει ένα θυμικό βίωμα φόβου μέσω ενός ερμηνευτικού σχήματος, το οποίο αναδυόμενο συγκρούεται με την κρίση της ότι ο Φίντο δεν είναι επικίνδυνος. Η Rorty και ο De Sousa πάνε ένα βήμα πιο πέρα. Μιλώντας για μαγνητικές προδιαθέσεις και πρότυπα σεναρία αντίστοιχα, προσπαθούν να ανατρέξουν στις αναπτυξιακές επιρροές των υποκειμένων για να

εξηγήσουν με ποιο τρόπο αναδύονται συναισθήματα που συγκρούονται με τις τρέχουσες πεποιθήσεις.

Το βασικό δίλημμα που τέθηκε με αφορμή τη θέση του Roberts, δηλαδή σε τι βαθμό τα ερμηνευτικά σχήματα βασίζονται σε συγκατάθεση, ή μη, των υποκειμένων, φαίνεται ότι δεν ισχύει για τις θέσεις της Rorty και του De Sousa, όπου και οι δύο υποστηρίζουν ότι οι μαγνητικές προδιαθέσεις και τα πρότυπα σενάρια αναδύονται ασυνείδητα. Όμως, και στην περίπτωση της Rorty και του De Sousa χρειάζεται να διευκρινιστεί με ποιο τρόπο το εκάστοτε υποκείμενο στρέφεται προς χαρακτηριστικά του κόσμου που το μαγνητίζουν. Αν δεχτούμε ότι υπάρχει ερμηνεία, επομένως η γνωσιακή επεξεργασία ως αναγκαία συνθήκη, τότε και σε αυτή την περίπτωση επιστρέφουμε πάλι στους προβληματισμούς που γέννησε η ανάλυση των παραμέτρων Π1 και Π2.

Η Morag (2016:106-107) θέτει και μια ακόμη προοπτική στην παράμετρο Π2: διακρίνει μεταξύ περιστασιακής (occasional) και σταθερής (stable) ανάδυσης απείθαρχων ή συγκρουσιακών συναισθημάτων. Θεωρεί για παράδειγμα ότι οι μαγνητικές προδιαθέσεις της Rorty εξηγούν μόνο τις περιπτώσεις σταθερής ανάδυσης απείθαρχων συναισθημάτων, δηλαδή τις περιπτώσεις που συγκεκριμένοι τύποι συναισθημάτων αναδύονται καθώς προκαλούνται από καταστάσεις με πολύ συγκεκριμένα χαρακτηριστικά. Από την άλλη, θεωρεί ότι τα πρότυπα σενάρια του De Sousa καλύπτουν μεν περιπτώσεις περιστασιακής ανάδυσης απείθαρχων συναισθημάτων, δεν δίνουν όμως απάντηση στο γιατί ένα σενάριο ενεργοποιείται τη στιγμή t1 και όχι μια μεταγενέστερη στιγμή t2.

Θεωρώ ότι η δυσκολία των υποστηρικτών των αντιληπτικών θεωριών να δώσουν ικανοποιητικές απαντήσεις στις παραπάνω παρατηρήσεις της Morag, έγκειται στο εξής γεγονός που εντοπίζει η Hufendiek (2016:83): δηλαδή, ότι ενώ

χρησιμοποιούν αναλογικά την έννοια της αντίληψης που τους απαλλάσσει από τις βασικά αντεπιχειρήματα που αντιμετωπίζουν οι ΚΘ, δεν ορίζουν με ακρίβεια τι είναι η αντίληψη και ποιες είναι οι κοινές πτυχές των αντιλήψεων και των συναισθημάτων. Παρουσιάζουν τα συναισθήματα ως διαδικασίες ερμηνευτικές και μη συναγωγικές, με άμεση πρόσβαση στα διεγερτικά και κανονιστικά χαρακτηριστικά του κόσμου, θέση που τους επιτρέπει να υποστηρίζουν ότι:

- Αντιμετωπίζουν επαρκώς το αντεπιχείρημα των βρεφών και των ζώων (βλέπε παράγραφο 1.3.3).
- Διασώζουν τον φαινομενολογικό χαρακτήρα της συναισθηματικής εμπειρίας.
- Αναδεικνύουν τον αυτόματο τρόπο ανάδυσης των συναισθηματικών εμπειριών.

Σύμφωνα με την Hufendiek (2016:83), οι υποστηρικτές των αντιληπτικών θεωριών είναι υποχρεωμένοι να δώσουν συγκεκριμένους ορισμούς του μηχανισμού της αντίληψης ώστε να κατανοηθεί σε βάθος ποια σημεία μοιράζεται με τα συναισθήματα:

**H1.** Τα συναισθήματα, όπως όλα τα θυμικά φαινόμενα, είναι αρνητικά ή θετικά, ευχάριστα ή δυσάρεστα. Οι αντιλήψεις αποκτούν τα παραπάνω χαρακτηριστικά όταν φορτίζονται, ή/και χρωματίζονται, από τα συναισθήματα.

**H2.** Τα συναισθήματα από μόνα τους προκαλούν συμπεριφορά, για παράδειγμα ο φόβος ωθεί έναν οργανισμό προς διάφορες καταστάσεις (φυγή, θυμό, επίθεση). Οι αντιλήψεις, από την άλλη, δεν φαίνεται να έχουν τέτοιο αντίκτυπο.

**H3.** Τα συναισθήματα περιλαμβάνουν σωματικές αντιδράσεις όπως, για παράδειγμα μυοσκελετικές αλλαγές, απελευθέρωση αδρεναλίνης,

αλλαγές στη φωνή κ.ο.κ.. Οι αντιλήψεις δεν συνοδεύονται από αντίστοιχες συνθήκες εσωτερικής διέγερσης.

**H4.** Οι αντιλήψεις μοιάζουν με άμεσες αντιδράσεις σε εξωτερικά ερεθίσματα και βασίζονται σε πληροφορίες που προσλαμβάνονται από αισθητήρια όργανα. Τα συναισθήματα από την άλλη δεν συνδέονται με συγκεκριμένα όργανα.

**H5.** Τα συναισθήματα είναι νοητικές καταστάσεις που ακολουθούν όταν άλλες νοητικές καταστάσεις έχουν λάβει χώρα. Για παράδειγμα, πρέπει πρώτα να ακούσει κάποιος έναν θόρυβο και έπειτα να αισθανθεί φόβο. Οι αντιλήψεις, αντιθέτως, είναι άμεσες νοητικές καταστάσεις.

Οι περιπτώσεις των αντιληπτικών θεωριών που εξετάστηκαν δεν δίνουν επαρκείς περιγραφές για τις προαναφερόμενες διαφορές ανάμεσα στις θεωρίες και τα συναισθήματα.

Η Hufendiek (2016:83) θέτει ένα ακόμη επιχείρημα για να δείξει μια βασική αδυναμία των αντιληπτικών θεωριών:

1. Οι αντιληπτικές θεωρίες υποθέτουν ότι τα συναισθήματα αποτελούν άμεσες αξιολογικές αντιλήψεις.
2. Όμως, όπως φάνηκε από την προηγούμενη ανάλυση, τα συναισθήματα δεν συνδέονται με κάποιο συγκεκριμένο αισθητήριο όργανο, όπως συμβαίνει με τις αντιλήψεις.
3. Επομένως, η αποδοχή της θέσης ότι το περιεχόμενο της συναισθηματικής εμπειρίας προκύπτει χωρίς να έχει προηγηθεί κάποια αιτιακή διεργασία ή γνωσιακή επεξεργασία, είναι σα να οδηγεί σε μια εξαιρετικά αδιαφανή και θολή θεωρητική εικόνα της συναισθηματικής εμπειρίας.

## 1.5 Προβλήματα και Πλεονεκτήματα των Κρισιοκεντρικών Θεωριών

Όπως έχει τονισθεί στην *Εισαγωγή*, αλλά και αναδείχθηκε στην προηγούμενη ανάλυση, τα συναισθήματα είναι ένα φαινόμενο που μοιάζει να συνδυάζει πολλά και διαφορετικά στοιχεία: νοητικές καταστάσεις και αξιολογήσεις, σωματικές αλλαγές και αισθήσεις, φαινομενολογικές ερμηνείες, εκφραστικά χαρακτηριστικά και διαφορετικές τάσεις συμπεριφοράς και αντίδρασης.

Με αυτήν την πολυπαραγοντική εικόνα κατά νου, η ταύτιση των συναισθημάτων με κρίσεις, ή με πολύπλοκα γλωσσικά μορφώματα προς τα οποία δίνουμε τη συγκατάθεσή μας (η πρόταση “Αυτό είναι τρομακτικό”), υποτιμώντας συχνά τη σωματική διάσταση της συναισθηματικότητας, μοιάζει εξαιρετικά απίθανη. Φάνηκε ότι οι κρίσεις και οι πεπιοθήσεις δεν μπορούν να γίνουν δεκτές ως αναγκαίες και επαρκείς συνθήκες της συναισθηματικής εμπειρίας. Αυτό καθώς:

- Υπάρχει περίπτωση ένα υποκείμενο να επεξεργάζεται πεπιοθήσεις οι οποίες δεν συνοδεύονται από θυμικά βιώματα και σωματικές αντιδράσεις (παράμετρος Π1).
- Πολλές φορές, όπως είδαμε, μας διαπερνούν εξάφνης θυμικά βιώματα που δεν αντανakλούν τις τρέχουσες πεπιοθήσεις, επιθυμίες και αξίες μας (παράμετρος Π2).

Η προσέγγιση του Lazarus, η οποία βασίζεται στις γνωστικές αποτιμήσεις, προσπαθεί να δώσει αναλυτικά όλο το εύρος των τρόπων με τους οποίους ένα υποκείμενο συνδέεται με το περιβάλλον και πώς οι αξιολογήσεις αυτών των συνδέσεων γεννούν τη συναισθηματική εμπειρία. Είμαστε όμως έτοιμοι να δεχτούμε, όπως σωστά τονίζει η Hufendiek (2016:43), ότι προλαβαίνουμε συνειδητά να προβούμε σε όλο το εύρος των πρωτογενών και δευτερογενών

αποτιμήσεων που προτείνει η θεωρία του για να νιώσουμε κάποιο συναίσθημα; Μοιάζει εξαιρετικά δύσκολο. Όμως, ο ίδιος ο Lazarus δέχεται ότι υπάρχει αξιολόγηση πληροφοριών του περιβάλλοντος ακόμα και σε μη συνειδητό επίπεδο. Τι αξιολόγηση είναι τελικά αυτή όταν δεν περνά μέσα από τα συνειδητά φίλτρα των γλωσσικών εννοιών και των προαναφερόμενων παραμέτρων των γνωστικών αποτιμήσεων;

Δεν πρέπει όμως να παραβλεφθεί κάτι εξαιρετικά σημαντικό: οι ΚΘ αναδεικνύουν τον αποβλεπτικό χαρακτήρα της συναισθηματικής εμπειρίας. Υπάρχει συναισθηματική διέγερση προς κάτι, προς μια κατάσταση ή ένα αντικείμενο, προς μια εικόνα, φανταστική ή μη. Όμως, φαίνεται ότι αδυνατούν να συμπεριλάβουν μια επεξεργασία πληροφοριών που ξεπερνάει κατά πολύ τις συνθήκες που δέχονται ως αναγκαίες και επαρκείς. Για παράδειγμα, πολλές φορές τα συναισθήματα είναι αποτέλεσμα ταχύτατων σωματικών αντανακλαστικών σε ερεθίσματα του περιβάλλοντος.

Οι αντιληπτικές θεωρίες, από την άλλη, κατορθώνουν να ξεπεράσουν τις δυσκολίες των ΚΘ δεχόμενες ότι τα συναισθήματα προκύπτουν από τον τρόπο που ένα υποκείμενο υπάρχει σε μια κατάσταση, ως ένας τρόπος του να βλέπω-κάτι-ως, και όχι διαμέσου πολύπλοκων κρισιακών και γνωστικών αποτιμήσεων. Μάλιστα, κάποιες εξ αυτών προτείνουν μια ιχνηλάτηση των αναπτυξιακών επιρροών των υποκειμένων για να εξηγήσουν με ποιο τρόπο αναδύονται διαφορετικά συναισθηματικά μοτίβα σε κάθε υποκείμενο. Όμως και σε αυτές τις περιπτώσεις, είναι αναγκαίο να διευκρινιστεί με ποιο τρόπο το εκάστοτε υποκείμενο στρέφεται προς κάποια χαρακτηριστικά που το μαγνητίζουν, διεγείροντάς του συγκεκριμένα συναισθήματα.

## ΚΕΦΑΛΑΙΟ 2: ΤΑ ΣΥΝΑΙΣΘΗΜΑΤΑ ΩΣ ΣΩΜΑΤΙΚΕΣ ΑΛΛΑΓΕΣ

### 2.1 Εισαγωγή

Στο προηγούμενο κεφάλαιο εξετάστηκαν οι ΚΘ των συναισθημάτων. Η ανάλυση έδειξε ότι οι κρίσεις, ως διανοητικές αξιολογήσεις, δεν μπορούν να θεωρηθούν ούτε αναγκαίες ούτε επαρκείς συνθήκες των συναισθημάτων. Φάνηκε ότι υπάρχουν πολλές περιπτώσεις που λαμβάνει χώρα κάποια διανοητική αξιολογική διεργασία, χωρίς όμως να συνοδεύεται από οποιαδήποτε συναισθηματική κατάσταση.

Ακόμα και η εναλλακτική περίπτωση των αξιολογικών αντιλήψεων χρειάζεται αποσαφηνίσεις: με ποιο ακριβώς τρόπο εμπλέκεται ένα υποκείμενο σε ένα γεγονός και πώς προκύπτουν διαφορετικά συναισθήματα μέσα από τα οπτικά -και όχι μόνο- ερεθίσματα;

Για παράδειγμα, η καθημερινή εμπειρία δείχνει ότι ερχόμαστε σε επαφή με νοερές αναπαραστάσεις, ακόμα και κατά τη διάρκεια που είμαστε απορροφημένοι σε μια δραστηριότητα (π.χ. γράφοντας μια επιστολή στο γραφείο), με τις οποίες μπορεί να νιώσουμε συναισθηματική φόρτιση. Τι συμβαίνει σε αυτές τις περιπτώσεις; Δίνουμε συνειδητά συγκατάθεση, με αφορμή τα χαρακτηριστικά της αναπαράστασης, και ακολουθεί κάποια συναισθηματική κατάσταση (όπως υποστήριξαν οι ΚΘ), ή απλά μας συμβαίνει να έχουμε κάποιο συναίσθημα μέσα στο πλαίσιο της συγκεκριμένης αναπαράστασης (όπως υποστήριξαν οι αντιληπτικές θεωρίες και -όπως θα δούμε αμέσως παρακάτω- υποστηρίζουν οι ΣΘ);

Στον παρόν κεφάλαιο, η ανάλυση θα στραφεί στις θέσεις των ΣΘ. Έχοντας κατά νου το παράδειγμα με τον θυμό του Πέτρου, οι ΣΘ αρνούνται την

προτεραιότητα της πρότασης Κ1. Ο Πέτρος, έχοντας τα δεδομένα της κλοπής του αυτοκινήτου, νιώθει στο σώμα του αντιδράσεις, δηλαδή θυμικά αισθήματα θυμού, και αμέσως μετά μιλά με όρους γλωσσικά εκφρασμένου θυμού. Σε δεύτερη φάση επίσης ακολουθεί και η αξιολογική κρίση και η ανάλυση για το τι πεποιθήσεις ή αξίες εκφράζει αυτός ο θυμός.

Η Morag (2016:58-65) συνοψίζει τις βασικές θέσεις των ΣΘ στις παρακάτω προτάσεις:

**Σ1:** Τα συναισθήματα δεν είναι αποτέλεσμα συνειδητής επεξεργασίας και συλλογισμού.

**Σ2:** Οι συναισθηματικές καταστάσεις απλά συμβαίνουν, και μόνο σε δεύτερο χρόνο κατορθώνει ένα υποκείμενο να περιγράψει τι έχει νιώσει και με βάση ποιο ερέθισμα.

**Σ3:** Οι θυμικές καταστάσεις μοιάζει να είναι ανεξάρτητες από τις διανοητικές επεξεργασίες του υποκειμένου.

**Σ4:** Οι θυμικές καταστάσεις των βασικών συναισθημάτων είναι μη γλωσσικές και μη εννοιολογικές. Η θέση αυτή βασίζεται στην ευρέως αποδεκτή διάκριση μεταξύ βασικών και σύνθετων συναισθημάτων. Τα βασικά συναισθήματα συνδέονται άμεσα με φυσιολογικές και συμπεριφορικές εκδηλώσεις, για παράδειγμα αλλαγές έκφρασης, μυοσκελετικές ανταποκρίσεις, ενδοκρινικές αλλαγές κ.ο.κ..

**Σ5:** Οι θυμικές καταστάσεις εκφράζουν την πρωτογενή ένταση των συναισθηματικών αντιδράσεων, με τρόπο που δείχνει ότι είναι ακούσιες εκφράσεις συμπεριφοριστικών αντανακλαστικών.

**Σ6:** Οι θυμικές διαδικασίες είναι αιτιοκρατικοί μηχανισμοί και στηρίζονται σε προκαθορισμένους νόμους και αρχές.



**Σ7:** Οι θυμικές διαδικασίες είναι μηχανισμοί αποτίμησης που θεωρούνται αξιόπιστοι, ευαίσθητοι και ακριβείς.

Η ενότητα 2.2 εστιάζει σε κάποιους βασικούς υποστηρικτές των ΣΘ των συναισθημάτων. Η ανάλυση θα αναδείξει τον βαθμό στον οποίο υποστηρίζονται οι θέσεις Σ1-Σ7. Στην ενότητα 2.3 αξιολογούνται κριτικά οι παραπάνω προσεγγίσεις με βάση, κυρίως, τις παραμέτρους Π1 και Π2. Τέλος, στην ενότητα 2.4 παρουσιάζονται τα πλεονεκτήματα και τα μειονεκτήματα των ΣΘ.

## **2.2 Σωματοκεντρικές Θεωρίες των Συναισθημάτων**

Στη συγκεκριμένη ενότητα παρουσιάζονται οι θέσεις τριών σημαντικών εκπροσώπων των ΣΘ. Η ανάλυση ξεκινά με τον William James (ενότητα 2.2.1) και στη συνέχεια καταπιάνεται με δύο πιο σύγχρονους θεωρητικούς: τον Antonio Damasio (ενότητα 2.2.2) και τον Jesse Prinz (ενότητα 2.2.3). Στην ενότητα 2.2.4 παρουσιάζονται συνοπτικά τα βασικά ευρήματα των ερευνών του Robert Zajonc, που λειτουργούν ως αντεπιχειρήματα στις θέσεις του Lazarus (αναλύθηκαν οι θέσεις του στην ενότητα 1.2.4).

### **2.2.1 James: Συναισθήματα και Αισθήσεις Σωματικών Αλλαγών**

Κυρίως μέσω του άρθρου του *What is an Emotion?* (1884), ο William James υποστήριξε μια θεωρία για τα συναισθήματα που βασίζεται στις σωματικές αισθήσεις που προκαλούνται από σωματικές αλλαγές, θέση που εκφράζει και στο μεταγενέστερο έργο του *The Principles of Psychology* (1890 / 1890, vol. 1, 452). Με τον τρόπο που το αποδίδει ο Prinz (2004:4), η αντίληψη

ενός διεγερτικού γεγονότος, ή ερεθίσματος, ακολουθείται άμεσα από σωματικές αλλαγές (στα ζωτικά όργανα, τα αιμοφόρα αγγεία, τους αδένες), η αίσθηση των οποίων, καθώς συμβαίνουν, αποτελεί το συναίσθημα. Η ένταση και η διαφοροποίηση των συναισθημάτων βασίζεται στην επανατροφοδότηση από το σωματικό και το αυτόνομο νευρικό σύστημα (σ.4). Σχεδόν ταυτόχρονα, ο Carl Lange (αναφέρεται στο Prinz, 2004:4) πρότεινε μια παρόμοια θεωρία: το βίωμα ενός συναισθήματος σχετίζεται άμεσα με σωματικές αλλαγές.

Σε μια αποστροφή του, ο James (1884:190) αναφέρει «[...] αρχικά παρεμβάλλονται οι σωματικές εκδηλώσεις και οι πιο λογικές θέσεις που θα μπορούσαμε να υιοθετήσουμε είναι ότι αισθανόμαστε λυπημένοι επειδή κλαίμε, θυμωμένοι επειδή επιτιθόμαστε, φοβισμένοι επειδή τρέμουμε και όχι οι αντίστροφες θέσεις, ότι δηλαδή κλαίμε, επιτιθόμαστε και τρέμουμε επειδή αισθανόμαστε λυπημένοι, θυμωμένοι ή φοβισμένοι [...]».

Όπως τονίζει η Hufendiek (2016:47), η γενική στάση του James είναι ότι η βάση των συναισθημάτων είναι οι ομοιαστατικές αντιδράσεις που συνδέονται με την επίβιωση του οργανισμού, οι οποίες αναπτύσσονται μέσα από απλές σωματικές αντιδράσεις προσαρμοσμένες με τέτοιο τρόπο σε συγκεκριμένα χαρακτηριστικά του περιβάλλοντος, ώστε οποτεδήποτε ο οργανισμός συναντάται με αυτά, τότε προκαλούνται σωματικές αντιδράσεις που φορτίζουν και χρωματίζουν τις όποιες λογικές επεξεργασίες.

Είναι χαρακτηριστική η περιγραφή που δίνει ο ίδιος (1884):

Το νευρικό σύστημα κάθε ζωντανού οργανισμού δεν είναι τίποτα άλλο παρά ένα σύνολο προδιαθέσεων που εκδηλώνεται με συγκεκριμένες κάθε φορά αντιδράσεις ανάλογα με το εξωτερικό ερέθισμα του περιβάλλοντος με το οποίο έρχεται σε επαφή. Όπως η παρουσία ενός κάβουρα τύπου πάγουρα προϋποθέτει κάπου την ύπαρξη ενός άδειου κελυφους κοχυλιού για να χρησιμοποιηθεί από αυτόν ως καμουφλάζ και προστασία, έτσι και οι οσφρητικές αντιδράσεις ενός κυνηγόσκυλου υπονοούν την ύπαρξη, από τη μία, ιχνών από

πόδι ελαφιού ή αλεπούς, και από την άλλη, την προδιάθεση του κυνηγόσκυλου να ακολουθηθεί αυτά τα ίχνη [...] Η αγάπη του άντρα για τη γυναίκα, ή η αγάπη της μητέρας για το παιδί της, η απέχθειά μας για τα φίδια και ο φόβος μας για τις απόκρημνες πλαγιές, μπορούν να ειδωθούν με παρόμοιο τρόπο, δηλαδή ως παραδείγματα εσωτερικευμένων χαρακτηριστικών του περιβάλλοντος που ενεργοποιούν με δυναμικό τρόπο συγκεκριμένες σωματικές και νοητικές αντιδράσεις, πολύ πριν, και συχνά εναντίον, οποιασδήποτε σκόπιμης αναστοχαστικής διαδικασίας σχετικά με αυτά τα ερεθίσματα [...] Μέρος αυτών των προδιαθεσικών αντανάκλαστικών είναι και τα συναισθήματα, όπως αυτά προκύπτουν διαμέσου της αντίληψης κάποιων γεγονότων (σσ. 190-191).

Ο James (1884) είναι λες και προσκαλεί τον αναγνώστη να διερευνήσει τον τρόπο με τον οποίο υπάρχουν στο σώμα του διάφορα σημάδια που δεν γίνονται συνήθως αντιληπτά από την προσοχή του: *« Το επόμενο ζήτημα που πρέπει να σημειωθεί είναι ότι κάθε σωματική αλλαγή, οποιαδήποτε και αν είναι αυτή, γίνεται αισθητή, με έντονο ή με ασαφή τρόπο, τη στιγμή ακριβώς που συμβαίνει. Αν ο αναγνώστης δεν έχει ποτέ προσέξει αυτό το γεγονός, θα διαπιστώσει ότι είναι ενδιαφέρον και εκπληκτικό να μάθει πόσες διαφορετικές σωματικές αισθήσεις μπορεί να εντοπίσει ως μέρος των διαφορετικών συναισθηματικών διαθέσεών του »* (σ. 192).

Για να αναδείξει το κεντρικό σημείο της θεωρίας του, προχωράει στο παρακάτω νοητικό πείραμα:

Εάν επιλέξουμε να μελετήσουμε ένα δυνατό συναίσθημα και προσπαθήσουμε στη συνέχεια να αφαιρέσουμε, από τη συνείδηση που έχουμε για αυτό, όλες τις σωματικές αισθήσεις που το συνοδεύουν, τότε διαπιστώνουμε ότι δεν μας μένει τίποτα, κανένα νοητικό υλικό από το οποίο να αποτελείται το υπό μελέτη συναίσθημα. Το μόνο που απομένει τελικά είναι μια ψυχρή και ουδέτερη διανοητική αντίληψη [...] Μπορεί κανείς να μιλήσει για κατάσταση θυμού και να μην μιλήσει για αίσθημα έξαρσης στο στήθος, για κοκκίνισμα του προσώπου, για διαστολή των ρουθουνιών, για σφίξιμο των δοντιών, για αίσθημα παρόρμησης προς δράση, και αντί αυτού να μιλά για σταθερούς μύες των χειλιών, ήρεμη αναπνοή και ατάραχο πρόσωπο; Σίγουρα όχι ο παρών συγγραφέας. Το συναίσθημα του θυμού χάνεται με τον τρόπο που χάνονται οι σωματικές του

εκδηλώσεις. Το μόνο πράγμα που πιθανά απομένει, αντί αυτού, είναι κάποια ψυχρή και νηφάλια αξιολογική πρόταση (1884:193-194).

Όπως λοιπόν τονίζει παραπάνω, τι θα μείνει από το συναίσθημα του φόβου αν αφαιρέσουμε από τον ορισμό του τις σωματικές αισθήσεις των σωματικών αλλαγών; Για τον James, η συναισθηματική εμπειρία προϋποθέτει τόσο σωματικές αλλαγές όσο και την αίσθηση αυτών. Όπως τονίζει η Robinson (2005), παρόλο που υπάρχει μια οπτική αντίληψη ενός αντικειμένου ως ερέθισμα, είναι οι φυσιολογικές αλλαγές που προκαλούνται και γίνονται αισθητές που αποτελούν τις αναγκαίες και επαρκείς συνθήκες των συναισθηματικών καταστάσεων (σ.29).

Στη συνέχεια, θέτει ο ίδιος το εξής αντεπιχείρημα (James, 1884:194-195): εάν τα συναισθήματα είναι αντίληψη σωματικών αισθήσεων που προκαλούνται από τις αντανεκλαστικές αντιδράσεις του σώματος ως προς κάποια αντικείμενα, αντιδράσεις που βασίζονται στην έμφυτη προσαρμογή του νευρικού συστήματος σε αυτά, τότε πώς μπορούμε να δεχόμαστε έναν τόσο απλό ορισμό για τα συναισθήματα στο πλαίσιο του ανθρώπινου πολιτισμού, μέσα στον οποίο τα αντικείμενα των συναισθημάτων είναι πιο συμβατικά και ποικίλλουν ανά κουλτούρα; Πώς μπορούμε να σκεφτόμαστε συναισθήματα, όπως η ντροπή, με όρους έμφυτων αντανεκλαστικών και όχι ως κάτι που έχει αναπτυχθεί μέσω της εκπαίδευσης και της σύνδεσής του με συγκεκριμένα αντικείμενα του πολιτισμού; Και αν δεχτούμε για αυτές τις περιπτώσεις ότι οι σωματικές αλλαγές ακολουθούν τις ιδέες για ένα αντικείμενο, αντί να τις προκαλούν, γιατί να μην δεχτούμε μια παρόμοια γενική θέση για όλα τα συναισθήματα;

Ο James (1884) απαντά ανακαλώντας μια βασική αρχή, όπως λέει, της εξέλιξης:

[...] όταν μια συγκεκριμένη δύναμη έχει καθοριστεί λειτουργικά σε έναν ζωντανό οργανισμό εξαιτίας της χρησιμότητάς της για να αντιδρά ο οργανισμός σε συγκεκριμένα χαρακτηριστικά του περιβάλλοντος, θα μπορούσε να αποδειχθεί χρήσιμη και για άλλα χαρακτηριστικά τα οποία δεν έχουν άμεση σχέση με τις ανάγκες επιβίωσης [...] τα χαρακτηριστικά αυτά θα μπορούσαν να συμπεριλαμβάνουν και πλείστες πολιτισμικές συμβατικές συμπεριφορές [...] Το πιο σημαντικό μέρος του περιβάλλοντός μου είναι ο συνάνθρωπος. Η δικιά μου συνείδηση για τη στάση του απέναντί μου, είναι η αντίληψη που ξεκλειδώνει σε εμένα αισθήματα ντροπής, φόβου και θυμού (σ.195).

### **2.2.2 Damasio: η Διεύρυνση της Θεωρίας του James**

Ο Antonio Damasio (1994:130-131) επέκτεινε την περιφερική θεωρία του James προσθέτοντας περαιτέρω φυσιολογικές και νευρολογικές διεργασίες. Ενώ υιοθετεί τις βασικές παραδοχές του James, θεωρεί την προσέγγισή του ατελή και μη ικανή να εξηγήσει τα σύνθετα συναισθήματα των ενήλικων (σ.131). Αναφέρει χαρακτηριστικά: «Ο James έχει λίγα να μας πει για τον πιθανό ρόλο των συναισθημάτων στις γνωστικές και συμπεριφορικές εκδηλώσεις» (σ.130).

Για τον Damasio (2003) «η αίσθηση ενός συναισθήματος είναι η ιδέα που σχηματίζουμε όταν το σώμα μας βιώνει όλη την αναταραχή που προκαλείται από τις διαδικασίες της συναισθηματικής διέγερσης. Όμως, η συμμετοχή των μερών του σώματος που διαμορφώνουν τη συναισθηματική εμπειρία δεν είναι τόσο άμεση όσο είχε φανταστεί ο William James» (σ.88).

Στο έργο του *The Feeling of What Happens: Body and Emotion in the Making of Consciousness* (1999), όταν μιλά για συναισθήματα, δεν αναφέρεται απλά σε συναισθήματα όπως αυτά της χαράς και της λύπης, αλλά κάνει λόγο για σύνθετες σωματικές αντιδράσεις που βοηθούν έναν οργανισμό να επιβιώσει με τον καλύτερο δυνατό τρόπο (σ.51). Τα συναισθήματα είναι σχήματα τροποποίησης του σώματος, ενώ οι αισθήσεις αποτελούν τον τρόπο που

γίνονται συνειδητές αυτές οι αλλαγές. Οι αισθήσεις μοιάζουν να είναι το όριο ανάμεσα στο μη συνειδητό και την επίγνωση (σ.41).

Το υπόστρωμα της αναπαραστασιακής εκδήλωσης των συναισθημάτων σχηματίζεται από ένα συνοθύλευμα νευρωνικών προδιαθέσεων που προέρχονται από διαφορετικά μέρη του εγκεφάλου [...] Υπάρχουν μάλλον ως δυναμικά σχήματα δράσης που αναδύονται μέσα από το σύνολο των νευρωνικών δραστηριοτήτων. Από τη στιγμή που ενεργοποιούνται αυτές οι προδιαθέσεις, ακολουθεί ένα σύνολο επιπτώσεων. Από τη μία, το σχήμα δράσης που ενεργοποιείται στον εγκέφαλο αναπαριστά ένα συγκεκριμένο συναίσθημα ως νευρωνικό αντικείμενο. Από την άλλη, το ενεργοποιημένο σχήμα παράγει συγκεκριμένες αντιδράσεις οι οποίες τροποποιούν τόσο την κατάσταση του σώματος όσο και την κατάσταση διαφορετικών μερών του εγκεφάλου. Μέσα από όλη αυτή τη δραστηριότητα δημιουργούνται οι συναισθηματικές καταστάσεις, οι οποίες μπορούν τελικά να γίνουν αντιληπτές από έναν εξωτερικό παρατηρητή (σ.79).

και:

Δείξαμε πρόσφατα, μέσω PET imaging, ότι η πρόκληση, αλλά και η εμπειρία, συναισθημάτων όπως η λύπη, ο θυμός, ο φόβος και η χαρά, οδήγησε στην ενεργοποίηση διάφορων μερών του εγκεφάλου με ξεχωριστό τρόπο για κάθε ένα από τα προαναφερόμενα συναισθήματα. Για παράδειγμα, η λύπη ενεργοποιεί σταθερά την μεσαία κοιλιακή περιοχή του προμετωπιαίου φλοιού, τον υποθάλαμο και το στέλεχος του εγκεφάλου, ενώ συναισθήματα όπως ο θυμός και ο φόβος δεν ενεργοποιούν ούτε την μεσαία κοιλιακή περιοχή του προμετωπιαίου φλοιού ούτε τον υποθάλαμο. Η ενεργοποίηση του στελέχους του εγκεφάλου είναι κοινό χαρακτηριστικό της εμπειρίας όλων των συναισθημάτων (σσ.60-61).

Για να φωτιστούν οι παραπάνω αναφορές, ας δούμε το εξής παράδειγμα: ο Χ βλέπει ένα ζώο να πλησιάζει με πρόθεση για επίθεση. Αυτή η εικόνα αποτυπώνεται στον ινιακό λοβό του Χ και διεγείρει το συμπαθητικό του σύστημα, το οποίο επιδρά στο εσωτερικό περιβάλλον του Χ. Η αλλαγή που επέρχεται στην κατάσταση του σώματός του, που αντιστοιχεί στο συναίσθημα του φόβου, οδηγεί σε σχήματα διέγερσης κάποιων κυττάρων του εγκεφάλου, που ίσως προκαλέσουν και κάποιες συμπεριφορές. Η αισθητική αντίληψη

αυτών των διεγέρσεων, χρησιμοποιείται από το γνωστικό σύστημα του υποκειμένου για αναγνώριση των αλλαγών που επέρχονται στη σωματική του κατάσταση, είναι δε ταυτόχρονα και μέρος του μηχανισμού ομοίωσης που ρυθμίζει και ελέγχει το εσωτερικό περιβάλλον του σώματος του. Ο τρόπος διαμόρφωσης αυτού του εσωτερικού περιβάλλοντος, δημιουργεί πλέον συνθήκες επηρεασμού της σκέψης και της συμπεριφοράς του υποκειμένου (το παράδειγμα αναφέρεται στο Ζαφρανάς, & Ζαφρανάς, 2015:150).

Όπως όμως τονίσθηκε πριν, ο Damasio (1999) θεωρεί ότι τα συναισθήματα των ενηλίκων είναι πιο πολύπλοκα και χρειάζεται να εξηγηθούν μέσα από πιο σύνθετους γνωστικούς μηχανισμούς. Οδηγείται έτσι στη διάκριση μεταξύ πρωτογενών και δευτερογενών συναισθημάτων (Damasio, 1999:50-51):

- Πρωτογενή συναισθήματα: είναι τα βασικά συναισθήματα που βιώνει κάθε ανθρώπινο βρέφος (χαρά, λύπη, φόβος, έκπληξη, αηδία). Είναι έμφυτα και μπορούν να εξηγηθούν εξολοκλήρου από τη θεωρία των σωματικών αισθήσεων του James. Και άλλοι ερευνητές, όπως οι Davidson και συνεργάτες (2000:904), κατέδειξαν ότι καθένα από τα βασικά συναισθήματα ενεργοποιεί ένα συγκεκριμένο νευρωνικό κύκλωμα, στο οποίο μόνο μερικές περιοχές είναι κοινές.
- Δευτερογενή συναισθήματα: είναι τα κοινωνικά συναισθήματα που βιώνει ένας άνθρωπος σε πιο προχωρημένα στάδια της ζωής του (π.χ. αμηχανία, ζήλεια, ενοχή). Δεν είναι έμφυτα και αποκτούνται σε όλα τα μεταβρεφικά στάδια ανάπτυξης. Εξαρτώνται από τα πρωτογενή συναισθήματα, αλλά δεν μπορούν να εξηγηθούν μόνο μέσα από τη θεωρία του James. Περιλαμβάνουν και κάποιου είδους γνωστικής αποτίμησης των εκλυτικών παραγόντων των συναισθημάτων υπό τη

μορφή συστηματικών συνδέσεων μεταξύ αντικειμένων, καταστάσεων και πρωτογενών συναισθημάτων. Όπως δηλώνει «σε πολλές περιπτώσεις του βίου μας ως κοινωνικά όντα [...] γνωρίζουμε ότι βιώνουμε κάποιες συναισθηματικές εμπειρίες μόνο έπειτα από εκούσια, αξιολογική και μη αυτόματη νοητική διαδικασία» (Damasio, 1994:130).

Με μια πιο γενική ματιά, κατά τον Damasio (1984), η ανθρώπινη λογική και η διαδικασία δημιουργίας αποφάσεων εξαρτώνται από πολλά επίπεδα νευρικών λειτουργιών, όπως φάνηκε στην προηγούμενη ανάλυση, μερικά μόνο από τα οποία είναι συνειδητά και καθαρά νοητικά. Η λήψη λοιπόν μιας απόφασης επηρεάζεται από σήματα που στέλνει το σώμα στον εγκέφαλο, μέσω των παραπάνω νευρικών λειτουργιών, σήματα που ο Damasio ονομάζει σωματικούς δείκτες (somatic marker hypothesis):

Οι σωματικοί δείκτες είναι κάποια στιγμιαία αισθήματα που προκαλούνται από δευτερογενή συναισθήματα. Αυτά τα αισθήματα και τα συναισθήματα έχουν συνδεθεί μέσω της μάθησης με αναμενόμενα αποτελέσματα ή συγκεκριμένα σενάρια έκβασης της κατάστασης. Όταν ένας αρνητικός σωματικός δείκτης συνδεθεί με ένα συγκεκριμένο αποτέλεσμα, τότε λειτουργεί σαν συναγερμός. Αντίθετα, αν με το συγκεκριμένο γεγονός συνδεθεί ένας θετικός σωματικός δείκτης, τότε λειτουργεί σαν κινητήρια δύναμη. Αυτή είναι η ουσία των σωματικών δεικτών [...] Μερικές φορές οι σωματικοί δείκτες λειτουργούν συγκαλυμμένα (χωρίς να γίνονται συνειδητοί) και άλλες φορές χρησιμοποιούν ένα κύκλωμα συνα (as-if loop) (1984:174).

Μέσω της υπόθεσης των σωματικών δεικτών, ο Damasio (1999:283-284) προσθέτει τη δυνατότητα συναισθηματικής αντίδρασης ακόμα και όταν δεν υπάρχει σωματική αλλαγή. Όπως είδαμε, η εμπλοκή ενός οργανισμού και η έκθεσή του σε διάφορα αντιληπτικά ερεθίσματα ενεργοποιεί συνειδητά, ή μη, νευρωνικά και νευρικά σχήματα, τα οποία με τη σειρά τους προκαλούν ομοιοστατικές τροποποιήσεις του σώματος. Όταν προκαλούνται οι σωματικές τροποποιήσεις, οι οποίες εντοπίζονται από ειδικά κέντρα του εγκεφάλου, ο



Damasio (σ.284) κάνει λόγο για ενεργοποίηση σωματικών κυκλωμάτων (body loops). Υπάρχουν όμως περιπτώσεις που τα παραπάνω κέντρα του εγκεφάλου ενεργοποιούνται χωρίς να έχουν υπάρξει σωματικές τροποποιήσεις. Αυτό συμβαίνει όταν κάποιο αντιληπτικό ερέθισμα συνδέεται τόσο σταθερά με συγκεκριμένες σωματικές τροποποιήσεις (λόγω σταθερής επανάληψης, ή λόγω εκπαίδευσης), που πλέον ενεργοποιείται αυτόματα το κύκλωμα 'σα-να' (as-if loop). Ο εγκέφαλος δηλαδή ενεργοποιείται σα να έχουν υπάρξει κανονικά οι σωματικές τροποποιήσεις (Damasio, 1994:156). Είναι όμοιες με τις περιπτώσεις που σχηματίζουμε τη νοερή εικόνα ενός μήλου, παρόλο που δεν έχει διεγερθεί ο αμφιβληστροειδής χιτώνας (Prinz, 2004:5).

Να σημειωθεί ότι όλα τα προαναφερόμενα επεισόδια σωματικής διέγερσης, δηλαδή τα πρωτογενή και δευτερογενή συναισθήματα, λαμβάνουν χώρα σε ένα βιορυθμιστικό υπόβαθρο (bioregulatory background) που βιώνεται ως ένα σύνολο θεμελιωδών αισθήσεων (background feelings). Αυτές οι σωματικές αισθήσεις δομούν τη γενικότερη αίσθηση που έχουμε για το σώμα μας, όταν βέβαια δεν παρεμβάλλονται οι αναταράξεις των συναισθηματικών διεγέρσεων (αναφέρεται στο Ratcliffe, 2008:109).

Επομένως, με τα παραπάνω κατά νου, μπορεί να ειπωθεί ότι ο Damasio δέχεται τις παρακάτω θέσεις:

1. Όπως φάνηκε από την υπόθεση των σωματικών δεικτών, ο εγκέφαλος μπορεί να προκαλεί σωματικές αλλαγές ακόμα και χωρίς να υπάρχει συνείδηση αυτών των λειτουργιών. Επομένως, τα συναισθήματα μπορούν να είναι ασυνείδητα.
2. Με αφορμή τη θέση 1, αλλά και την προηγούμενη ανάλυση (βλέπε κυρίως: Damasio, 1999:79), μπορεί να γίνει δεκτό ότι η μόνη

σωματική αλλαγή που θεωρείται απαραίτητη για τα συναισθήματα είναι η ενεργοποίηση κάποιων τμημάτων του εγκεφάλου.

3. Υπάρχουν, τέλος, περιπτώσεις συναισθημάτων που περιλαμβάνουν απαραίτητα γνωστικές επεξεργασίες (βλέπε δευτερογενή συναισθήματα).

### **2.2.3 Prinz: μια Σωματική και Αντιληπτική Θεωρία των Συναισθημάτων**

Η θεωρητική προσέγγιση του Jesse Prinz στο έργο του *Gut Reactions: A Perceptual Theory of Emotions* (2004) αποτελεί συνέχεια των θέσεων των James και Damasio. Θεωρεί ότι τα συναισθήματα είναι αντιλήψεις σωματικών καταστάσεων και απορρίπτει τις προσεγγίσεις που δίνουν προτεραιότητα στις γνωστικές αποτιμήσεις. Δέχεται ότι τα συναισθήματα είναι ενσώματες αποτιμήσεις (embodied appraisals), οι οποίες περιλαμβάνουν νοητικές αναπαραστάσεις που βρίσκονται υπό τον άμεσο οργανισμικό έλεγχο (σ.46). Διαχωρίζει μάλιστα τις έννοιες σκέψη (cognition or thought) και σκέπτεσθαι (act of cognition or thinking). Η σκέψη συμβαίνει κατά την αλληλεπίδραση ενός υποκειμένου με τα εξωτερικά γεγονότα και εκφράζεται με έννοιες που βρίσκονται υπό τον οργανισμικό έλεγχο. Το σκέπτεσθαι απαιτεί πρόσθετες ενέργειες υπό τον βουλητικό έλεγχο του υποκειμένου (σ.46).

Σχετικά με τα βασικά συναισθήματα, ο Prinz (2004) υποστηρίζει ότι οι αξιολογήσεις που λαμβάνουν χώρα είναι αντιστοιχήσεις μεταξύ αντιλήψεων και σχηματικών αναπαραστάσεων με αισθητικό περιεχόμενο. Αυτές οι αναπαραστάσεις αποτελούν ένα είδος ρυθμιστικών αρχείων (calibration files),

τα οποία όταν ενεργοποιούνται από τις πληροφορίες των αντιληπτικών ερεθισμάτων, αποτελούν εκλυτικούς παράγοντες των συναισθημάτων (σ.151).

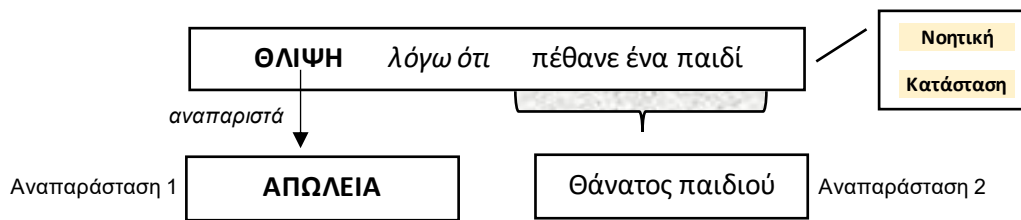
Το ρυθμιστικό αρχείο είναι ένας μηχανισμός που χρησιμοποιεί προκείμενες ώστε να εκλυθεί μια συναισθηματική αντίδραση. Προσδιορίζει ποιες πληροφορίες μπορούν να χρησιμεύσουν ως εκλυτικοί παράγοντες ενός συναισθήματος. Υπό αυτήν την έννοια, μοιάζει με ένα σύνολο από συμπερασματικούς κανόνες (π.χ. εάν δεις φίδι, τότε νιώσε φόβο). Το πέρασμα από μια αναπαράσταση ενός εκλυτικού παράγοντα προς ένα συναίσθημα μπορεί να θεωρηθεί συναγωγικό. Είναι το πέρασμα από ένα σύνολο νοητικών καταστάσεων (αναπαραστάσεις εκλυτικών παραγόντων) προς ένα άλλο (συναισθήματα) και κάποιος μπορεί να περιγράψει το πρώτο ως την αιτία του δεύτερου (σ.238).

Σε αντίθεση με τον Prinz, ο Lazarus, όπως είδαμε στο στην ενότητα 1.2.4, αναφέρεται σε πυρηνικές σχεσιακές θεματικές γνωστικής αποτίμησης, ενώ άλλοι υποστηρικτές των ΣΘ δίνουν μια παρόμοια εικόνα με αυτή του Prinz, όπως ο Griffiths (Morag, 2016:70) ο οποίος αναφέρεται σε μη γλωσσικές σχεσιακές θεματικές αξιολόγησης, καθώς και η Robinson (2005) η οποία έρχεται πιο κοντά στον Damasio θεωρώντας τα συναισθήματα ως διαδικασίες οι οποίες περιλαμβάνουν ταυτόχρονα θυμικές και γνωστικές αξιολογήσεις (σ.59).

Όπως χαρακτηριστικά τονίζει ο Prinz (2004:240) *«τα συναισθήματα μοιάζουν με σωματικούς ραδιοεντοπιστές οι οποίοι μας ειδοποιούν για ό,τι μας αφορά»*. Τα συναισθήματα είναι αποβλεπτικά και εκφράζουν τους διαφορετικούς τρόπους συσχέτισης ενός οργανισμού με το περιβάλλον (σ.60). Πιο συγκεκριμένα, κατά τον Prinz (2004:59) τα συναισθήματα, από τη μία, αναπαριστούν κάτι που εκφράζει τη σχέση του οργανισμού με το περιβάλλον και από την άλλη, προκαλούν αλλαγές στο σώμα του οργανισμού που σχετίζονται με αυτές τις αναπαραστάσεις. Με αυτόν τον τρόπο μπορεί πλέον να μιλά και για ασυνείδητα συναισθήματα. Εφόσον η αντίληψη είναι βασικό

συστατικό μέρος των συναισθημάτων, υπάρχει η πιθανότητα να γίνει κάτι αντιληπτό, χωρίς όμως να έχει εντοπιστεί από τον μηχανισμό της προσοχής του οργανισμού. Επομένως, ένας οργανισμός μπορεί να μπει σε κατάσταση θυμού χωρίς να το συνειδητοποιεί (σ.198).

Τα επιχειρήματα ότι τα συναισθήματα έχουν αποβλεπτικό χαρακτήρα συχνά στηρίζονται στη θέση ότι τα συναισθήματα απευθύνονται σε συγκεκριμένα γεγονότα του κόσμου [...] Αυτή είναι μια λανθασμένη μορφή επιχειρήματος. Παρόλο που υπάρχει η αίσθηση ότι τα συναισθήματα απευθύνονται σε συγκεκριμένα γεγονότα, δεν σημαίνει κιόλας ότι αναπαριστούν αυτά τα γεγονότα [...] Τα γεγονότα αναπαριστώνται από νοητικές καταστάσεις οι οποίες συνδυάζονται με συναισθήματα. Όταν είμαι θλιμμένος για τον θάνατο ενός παιδιού, τότε υπάρχει σε εμένα μια αναπαράσταση του θανάτου του παιδιού στην οποία επενδύεται θλίψη. Η θλίψη δεν αναπαριστά τον θάνατο του παιδιού [...] Η θλίψη αναπαριστά την απώλεια κάποιου πολύτιμου αντικειμένου (σ.62).



**Σχήμα1:** Απεικόνιση της θεωρίας των συναισθημάτων του Prinz (Prinz, 2004:63)

Παρόλο που παραδέχεται ότι τα συναισθήματα συνδέονται αποβλεπτικά με συγκεκριμένα εξωτερικά ερεθίσματα (π.χ. τον θάνατο ενός παιδιού), παράλληλα αρνείται ότι τα συναισθήματα αναπαριστούν αυτά τα ερεθίσματα. Δέχεται αντί αυτού ότι αναπαριστούν κάποιο χαρακτηριστικό του ερεθίσματος (συγκεκριμένα την απώλεια), το οποίο αποτελεί τον τρόπο με τον οποίο συνδέεται το υποκείμενο με αυτό το ερέθισμα. Η θλίψη λοιπόν προκαλείται αξιόπιστα από συγκεκριμένα σχήματα σωματικών αλλαγών, τα οποία επίσης προκαλούνται αξιόπιστα από κάποιο χαρακτηριστικό που συνδέει το υποκείμενο με τον κόσμο, ή όπως λέει «τα συναισθήματα προκαλούνται αξιόπιστα από σωματικές αλλαγές και πυρηνικές σχεσιακές θεματικές, αλλά έχουν μάλλον τη λειτουργία να εντοπίζουν μόνο τις δεύτερες» (Prinz, 2004:67).

Για να στηρίξει αυτή τη θέση, καταφεύγει στην ιδέα του Anthony Kenny κάνοντας τη διάκριση μεταξύ ουσιώδους/κύριου και επουσιώδους/επιμέρους αντικειμένου ενός συναισθήματος (formal and particular object) (2004:62). Τα γεγονότα του κόσμου (particular objects) αναπαρίστανται μέσω νοητικών καταστάσεων στις οποίες επενδύονται διαφορετικά συναισθήματα (formal objects). Δηλαδή, στην περίπτωση που το υποκείμενο ένιωσε θλίψη λόγω του θανάτου ενός παιδιού, το επιμέρους αντικείμενο είναι ο θάνατος του παιδιού, ενώ το κύριο αντικείμενο είναι η απώλεια.

Ας δούμε ξανά το παράδειγμα του πρώτου κεφαλαίου: ο Πέτρος είναι θυμωμένος και έχει στη συνείδησή του μια αναπράσταση της κλοπής του αυτοκινήτου του από τον Γιάννη. Η κλοπή του αυτοκινήτου προκάλεσε τον θυμό του Πέτρου. Ο Πέτρος μπορεί να συνεχίζει να σκέφτεται την κλοπή ακόμα και όταν ο θυμός του καταλαγιάσει και το αντίστροφο. Αυτό είναι εφικτό γιατί στον Πέτρο υπάρχουν δύο νοητικές αναπαραστάσεις: μία που αφορά στο κλεμμένο αυτοκίνητο (particular object) και μια δεύτερη που αφορά στον θυμό του λόγω της απώλειας (formal object) ενός μέσου με το οποίο, για παράδειγμα, θα πήγαινε κάποιο ταξίδι. Ερμηνεύοντας τον Prinz, θα έλεγα ότι ο θυμός του Πέτρου εκφράζει μια πυρηνική σχεσιακή θεματική του οργανισμού, δηλαδή τον τρόπο που τοποθετείται εμπρός στη συνθήκη της αναστάτωσης από την απώλεια κάποιου πολύτιμου αντικειμένου (βλέπε θέση του Prinz, 2004:54). Επομένως, οι σωματικές και οργανισμικές αλλαγές, που προκαλούνται από την ενεργοποίηση των ρυθμιστικών αρχείων, δεν αποτελούν το περιεχόμενο του θυμού, αλλά το περιεχόμενο του θυμού προκαλείται από τις σωματικές αλλαγές και αποτελείται πλέον από αναπαραστάσεις σχεσιακών θεματικών που συνδέονται με κάποια από τα χαρακτηριστικά των επιμέρους αντικειμένων

(relations or relational properties), για παράδειγμα η απώλεια που επιφέρει το κλεμμένο αυτοκίνητο κ.ο.κ..

Για ποιο λόγο όμως δεν δέχεται ότι το περιεχόμενο των συναισθημάτων αποτελείται από σωματικές αλλαγές; Όπως τονίζει (Prinz, 2016:59) *«Αν η εξέλιξη μας είχε εξοπλίσει με την ικανότητα να εντοπίζουμε σωματικές αλλαγές, τότε ο εντοπισμός σωματικών αλλαγών θα αποτελούσε πλεονέκτημα επιβίωσης. Αυτή όμως είναι μια παράξενη υπόθεση. Δεν είναι ξεκάθαρο σε τι θα εξυπηρετούσε την επιβίωσή μας να γνωρίζουμε πότε τα αιμοφόρα αγγεία συστέλλονται»*. Αντιθέτως, οι πληροφορίες των σχεσιακών θεματικών προφανώς μπορούν να αποτελέσουν πλεονέκτημα επιβίωσης.

Ο Prinz (2004) στηρίζεται στην αντιληπτική θεωρία του Dretske, η οποία θεωρεί ότι δείχνει σε ικανοποιητικό βαθμό με ποιο τρόπο κάτι σύνθετο, όπως η εξωτερική πραγματικότητα, αναπαρίσταται με κάτι πολύ απλό (σ.65). Χρησιμοποιεί το παράδειγμα του Dretske με τους ηλεκτρονικούς μηχανισμούς εντοπισμού (fuzz busters) των ραδιοεντοπιστών ταχύτητας της αστυνομίας, που τοποθετούν στα αυτοκίνητά τους οι οδηγοί ώστε να γνωρίζουν πότε οδηγούν σε ζώνη ελεγχόμενης ταχύτητας.

Όταν ενεργοποιείται ο μηχανισμός, ο ήχος του δεν περιγράφει ό,τι αναπαριστά εκείνη τη στιγμή. Αναπαριστά όμως ραδιοεντοπιστές ταχύτητας της αστυνομίας επειδή έχει ενεργοποιηθεί αξιόπιστα από αυτούς και ως μηχανισμός υπάρχει για ακριβώς αυτόν τον σκοπό. Με παρόμοιο τρόπο λειτουργούν και τα συναισθήματα. Αναπαριστούν πυρηνικές σχεσιακές θεματικές του κόσμου χωρίς να τις περιγράφουν. Η θλίψη αναπαριστά μια αμετάκλητη απώλεια χωρίς να χρειάζεται να αποτελείται από ένα μέρος που αναπαριστά τον αμετάκλητο χαρακτήρα της εμπειρίας και από ένα δεύτερο που να αναπαριστά την απώλεια. Ούτε είναι απαραίτητο να προηγηθεί του συναισθήματος της θλίψης μια αναπαράσταση που να αποτελείται από τα παραπάνω δύο μέρη. Α fortiori, η θλίψη δεν χρειάζεται να στηριχθεί σε εσωτερικές καταστάσεις που να αποτελούνται από τις έξι παραμέτρους των γνωστικών αποτιμήσεων του Lazarus (2004:65).

Παρόλο που ο Prinz ακολουθεί τα βήματα του Damasio και υποστηρίζει μια σωματική θεωρία, διαφοροποιείται επιμένοντας ότι όλα τα συναισθήματα, πρωτογενή και δευτερογενή, μπορούν να εξηγηθούν χωρίς να αποδίδεται κύριος ρόλος σε οποιαδήποτε γνωστική αποτίμηση (Prinz, 2016:102). Θεωρεί λάνθασμένη τη θέση ότι κάποιες συναισθηματικές καταστάσεις μπορούν να προκληθούν από μη αντιληπτικές καταστάσεις (π.χ. κρίσεις, πεπιοθήσεις κ.ο.κ.) (σ.77). Οι περιπτώσεις των δευτερογενών συναισθημάτων (π.χ. η ζήλια όταν κάποιος/α πιστεύει ότι τον απατά η/ο σύντροφος του/της) δεν αποτελούν συνθέσεις γνωστικών και θυμικών αποτιμήσεων, αλλά συνεχίζουν να είναι ενσώματες αποτιμήσεις που έχουν επαναρρυθμιστεί από γνωστικές κρίσεις ώστε να αναπαριστούν πλέον διαφορετικές σχεσιακές θεματικές του οργανισμού με το περιβάλλον (σ.99).

Τα συναισθήματα, τέλος, για τον Prinz αποτελούν: α) ενσώματες καταστάσεις οι οποίες είναι φορείς αρνητικών ή θετικών αξιολογικών φορτίων και β) βασικά συστατικά των καταστάσεων δράσης ενός οργανισμού (2004:178). Κάθε δράση προκαλείται, με άλλα λόγια, από τις ενσώματες αξιολογήσεις. Κάθε συναίσθημα ενσωματώνει ένα ξεχωριστό φορτίο (valence or hedonic tone marker) βάσει του οποίου τα συναισθήματα ξεχωρίζουν ως θετικά ή αρνητικά, ενεργοποιώντας αντίστοιχες εσωτερικές δυνάμεις κίνησης ή αποφυγής (Prinz, 2004:160-163). Επομένως, διαφορετικά συναισθήματα ενεργοποιούνται μέσω διαφορετικών νευρωνικών και νευρικών μονοπατιών, με διαφορετική ένταση και έχοντας ενσωματώσει διαφορετικά φορτία. Πάνω σε αυτή τη θέση στηρίζει την επιχειρηματολογία του για τα μικτά συναισθήματα, δηλαδή τις περιπτώσεις που κάποιος βιώνει δύο, ή και περισσότερα, συναισθήματα για το ίδιο γεγονός.

#### **2.2.4 Zajonc και Lazarus: ένας Ερευνητικός Διάλογος Σχετικά με τις Θυμικές και Γνωστικές Αποτιμήσεις**

Στο πρώτο κεφάλαιο παρουσιάστηκε συνοπτικά η θέση του Lazarus για τα συναισθήματα. Θεωρεί ότι τα συναισθήματα ακολουθούν γνωστικές δραστηριότητες, οι οποίες προηγούνται για να προετοιμάσουν κατάλληλα τον οργανισμό.

Μέσα από μια σειρά πειραμάτων, ο Rober Zajonc (1984) υιοθέτησε την ακριβώς αντίθετη άποψη. Υποστηρίζει ότι οι συναισθηματικές αντιδράσεις μπορούν να εκδηλωθούν χωρίς προηγούμενη γνωστική αποτίμηση (primacy of affect) (βρέθηκε στο Prinz, 2004:33).

Ο Prinz (2004) παρουσιάζει τις βασικές θέσεις του Zajonc που αποτελούν και αντεπιχειρήματα κατά των ΚΘ (σσ.33-41):

1. Υποστηρίζει ότι τα συναισθήματα είναι φυλογενετικά και οντογενετικά πρωιμότερα από τις γνωστικές διαδικασίες. Στηρίζει τη θέση του στο γεγονός ότι οι εκφράσεις του προσώπου και οι συμπεριφορές που θεωρούνται ενδεικτικές των συναισθηματικών εκδηλώσεων που παρατηρούνται τόσο στα ανθρώπινα βρέφη όσο και στα μη ανθρώπινα ζώα, χωρίς να υπάρχει λόγος να δεχτούμε ότι είναι προϊόν γνωστικών διεργασιών (για αντίστοιχες μελέτες βλέπε επίσης: Ekmanand, & Rosenberg, 1997)
2. Δέχεται ότι οι συναισθηματικές λειτουργίες είναι θεμελιωδώς διαφορετικές από τις γνωστικές, και μάλιστα έχουν διαφορετική νευροανατομική λειτουργία. Ο Prinz (2004:34) παρουσιάζει ένα πλήθος ερευνητών που υποστηρίζουν την παραπάνω θέση του Zajonc (Amaral, Price, Pitkanen, & Carmichael, 1992; Amorapanth, Le Doux, & Nader,



2000; Davis, 1998; Emery, & Amaral, 2000; Lang, Bradley, & Cuthbert, 1998).

3. Τονίζει ότι κάποιες φορές οι αξιολογήσεις είναι εντελώς ξεκομμένες από τις θυμικές καταστάσεις. Για παράδειγμα, οι κρίσεις μας για κάποιους ανθρώπους συνήθως δεν συνδέονται με το τι νιώθουμε για αυτούς. Επίσης, το γεγονός ότι κάποιες φορές αλλάζουμε τις κρίσεις μας για κάποιον δεν διαφοροποιεί τον τρόπο που αισθανόμαστε για αυτόν.
4. Υποστηρίζει ότι οι συναισθηματικές αντιδράσεις δημιουργούνται χωρίς να χρειάζεται να προϋπάρξουν αξιολογικές διεργασίες. Ο Zajonc επικαλείται περιπτώσεις ασυνείδητης μάθησης μέσα από την οποία οι άνθρωποι αναπτύσσουν απέχθεια ή φόβο προς συγκεκριμένα αντικείμενα. Στο ίδιο μήκος κύματος, η Robinson (2005:44-51) παρουσιάζει ευρήματα που: α) τονίζουν τη διαφορά μεταξύ αυτόματων και σημειολογικών αξιολογήσεων και β) στηρίζουν τη θέση της παρουσίας πολλαπλών και διαφορετικών κέντρων εκδήλωσης συναισθηματικών καταστάσεων που ενεργοποιούνται με μεγάλη ταχύτητα πριν από οποιαδήποτε σημειολογική ή προτασιακή αξιολόγηση.
5. Σε άλλες περιπτώσεις είναι εφικτό να προκαλούνται συναισθηματικές συμπεριφορές σε ανθρώπους χωρίς την οποιαδήποτε προηγούμενη νοητική προεργασία. Η Morag (2016:60) δίνει την παρακάτω περιγραφή για ένα από τα πειράματα του Zajonc: κάποια υποκείμενα διαμορφώθηκαν έτσι ώστε να φοβούνται, ή να μπαίνουν σε κατάσταση ετοιμότητας με, πέντε από τις συνολικά δέκα λέξεις -πέντε γραμμάτων- μέσω ελεγχόμενων ηλεκτροσόκ στο σώμα τους (και οι δέκα λέξεις δεν έβγαζαν κάποιο νόημα). Στη συνέχεια τους παρουσιάζονταν οι

παραπάνω λέξεις με ταχύτητα τέτοια που δεν ήταν εφικτό να τις δουν και να τις αντιληφθούν. Όταν εμφανίζονταν οι πέντε λέξεις με τις οποίες είχαν διαμορφωθεί μέσα από την έκθεσή τους στο ηλεκτρικό ρεύμα, στο δέρμα τους παρατηρούνταν γαλβανικές αντιδράσεις, όμοιες με αυτές που δημιουργούνται στο δέρμα σε καταστάσεις φόβου και έκτακτης ανάγκης.

Τι δείχνουν κατ' ελάχιστον τα ευρήματα του Zajonc; Σύμφωνα με την Morag (2016:61), τα ευρήματα μας επιτρέπουν να δεχτούμε ότι είναι πιθανό να προκληθεί σε έναν άνθρωπο μια θυμική αντίδραση από ένα αντικείμενο που δεν έχει γίνει αντιληπτό. Επομένως, οι θυμικές αντιδράσεις δεν προϋποθέτουν την αντίληψη του αντικειμένου υπό προτασιακή μορφή. Αν αυτά ισχύουν, τότε η εκλυτική δυναμική των συναισθηματικών καταστάσεων δεν προϋποθέτει την οποιαδήποτε συνειδητή και εννοιολογική επεξεργασία.

Όπως αναλύθηκε στο πρώτο κεφάλαιο, ο Lazarus (1991:159-160) αναγνωρίζει ότι υπάρχουν μεν συναισθήματα και στα βρέφη, μέσω γνωστικών αποτιμήσεων, αλλά θεωρεί ότι προκαλούνται με διαφορετικό, μη συνειδητό, τρόπο σε σχέση με τα συναισθήματα των ενηλίκων. Μάλιστα, όπως τονίζει ο Prinz (2004:37), ο Lazarus θα συμπλήρωνε ότι άλλο λειτουργικό ρόλο έχουν οι γνωστικές αποτιμήσεις και άλλο ρόλο η συνείδηση. Παρόλα αυτά, ακόμα και αν ορίσουμε με έναν τόσο ευρύ τρόπο τις γνωστικές αποτιμήσεις, το ρήγμα στις βασικές παραδοχές των ΚΘ συνεχίζει να υφίσταται, αφού αναγνωρίζεται ότι οι γνωστικές αποτιμήσεις πραγματοποιούνται με μη συνειδητό τρόπο.

Σαφέστατα και εγείρονται πολλά ερωτήματα αναφορικά με την ερμηνεία των πειραματικών δεδομένων του Zajonc. Υπάρχουν ασυνείδητα, ή ακαθόριστα, συναισθήματα; Αρκούν οι ασυνείδητες σωματικές διεγέρσεις, με αφορμή την ασυνείδητη έκθεση ενός υποκειμένου σε ένα ερέθισμα, για να

μπορούμε να μιλάμε για ύπαρξη συναισθηματικής κατάστασης; (παρόμοιοι προβληματισμοί αναπτύσσονται στο Χατζημωυσής, 2014:29-32)

Παρόλο που τίθενται με πειστικό τρόπο τα παραπάνω ερωτήματα, τα ευρήματα του Zajonc δίνουν αναμφισβήτητα μια πειστική εικόνα για:

- το εύρος των ασυνείδητων λειτουργιών που λαμβάνουν χώρα κατά την αλληλεπίδραση ενός οργανισμού με το περιβάλλον.
- τον δυναμικό ρόλο της σωματικότητας κατά την εδραίωση μιας συναισθηματικής εμπειρίας, καθιστώντας παράλληλα προβληματικές τις βασικές παραδοχές των ΚΘ, δηλαδή την αποδοχή των κρίσεων ως αναγκαίων συνθηκών και την υποτίμηση της σωματικότητας κατά τη διάρκεια της συναισθηματικής εμπειρίας.

### **2.3. Κριτική Προσέγγιση των Σωματοκεντρικών Θεωριών**

Στην παρούσα ενότητα αξιολογούνται κριτικά οι προαναφερθείσες θεωρητικές προσεγγίσεις των ΣΘ, με βάση, κυρίως, τις παραμέτρους Π1 και Π2.

#### ***2.3.1. Το Πρόβλημα με τα Διαφορετικά Μοτίβα και τη Βιωμένη Αίσθηση των Συναισθημάτων***

Αναλύοντας στα προηγούμενα κεφάλαια την παράμετρο Π1, έγινε δεκτό ότι είναι πιθανό διαφορετικοί άνθρωποι να αντιδρούν με διαφορετικά συναισθήματα στο ίδιο γεγονός, χωρίς να υπάρχει διαφωνία για το ποιο συναίσθημα θεωρείται πιο κατάλληλο. Επίσης, είναι δυνατό ο ίδιος άνθρωπος να έχει διαφορετικές συναισθηματικές αντιδράσεις για το ίδιο γεγονός.

Στο πρώτο κεφάλαιο φάνηκε ότι οι υποστηρικτές των ΚΘ αντιμετωπίζουν το πρόβλημα των κρίσεων ή πεποιθήσεων που δεν συνοδεύονται από

συναισθήματα, γεγονός το οποίο οδηγεί στο συμπέρασμα ότι οι κρίσεις, καθώς και οι αξιολογήσεις και οι πεποιθήσεις, δεν αποτελούν αναγκαίες και επαρκείς συνθήκες για τον ορισμό των συναισθημάτων. Οι προσεγγίσεις όμως που ορίζουν τα συναισθήματα ως αξιολογικές αντιλήψεις, αξιολογικά αισθήματα, ή αξιολογικά ερμηνευτικά σχήματα, άφησαν ανοιχτό ορίζοντα περαιτέρω διερεύνησης.

Με βάση την Π1, όπως τονίζει η Morag (2016:87-88), οι ΣΘ αντιμετωπίζουν το εξής πρόβλημα: κάποιος μπορεί να έχει ένα συναίσθημα E με αφορμή το ερέθισμα X τη στιγμή t1 και όχι τη στιγμή t2. Με άλλα λόγια, είναι σε θέση οι ΣΘ να υποστηρίξουν ότι η παραπάνω σχέση [ερέθισμα X – συναισθηματική ανταπόκριση E] χαρακτηρίζεται από κανονικότητες που μπορούν να εξηγηθούν μέσα από τους μηχανισμούς αιτιότητας που περιγράφουν; Αν όχι, τότε οι μηχανισμοί των συναισθημάτων που παρουσιάζουν οι ΣΘ δεν είναι αξιόπιστοι, γεγονός το οποίο καθιστά προβληματικές τις προτάσεις Σ6 και Σ7.

Η Robinson (2005:63,70), ενώ αναφέρει ότι είμαστε προγραμματισμένοι να έχουμε συγκεκριμένα συναισθήματα σε συγκεκριμένες σχεσιακές συνθήκες, αναγνωρίζει το πρόβλημα και το εκφράζει ως εξής: *«Γιατί γίνομαι συναισθηματικός για κάποιο γεγονός τη μια στιγμή και όχι για κάποια άλλη;»* (σ.95). Για παράδειγμα, γιατί ο Πέτρος νιώθει θυμό σε μια αρχική στιγμή t1 και όχι κάθε μεταγενέστερη στιγμή που έχει τα γεγονότα στη σκέψη του;

Για τον Prinz (2004:66) οι αναπαραστάσεις σχεσιακών μοτίβων είναι άμεσα συνδεδεμένες με τις ανάγκες και τα ενδιαφέροντά μας. Με άλλα λόγια, τα συναισθήματα εκφράζουν τον διαφορετικό τρόπο εμπλοκής των υποκειμένων στα διάφορα γεγονότα (Morag, 2016:72). Για ποιο λόγο όμως οι πυρηνικές σχεσιακές θεματικές ενός υποκειμένου ενεργοποιούνται με το

ερέθισμα X τη στιγμή t1 και όχι τη στιγμή t2. Εφόσον, κατά τον Prinz, τα συναισθήματα λειτουργούν σαν αξιόπιστοι σωματικοί εντοπιστές σχεσιακών θεματικών που αφορούν την επιβίωση του οργανισμού (βλέπε την ανάλυση για τους μηχανισμούς εντοπισμού του Dretske στην ενότητα 2.2.3), πώς γίνεται να μην ενεργοποιούνται σταθερά όταν υπάρχει το ερέθισμα X;

Η Robinson (2005:95-96) προσπαθεί να απαντήσει παραθέτοντας μια σειρά μεταβλητών που κλονίζουν την αξιόπιστη εμφάνιση των συναισθηματικών μοτίβων:

- i. οι επιθυμίες, οι στόχοι και τα ενδιαφέροντα των υποκειμένων
- ii. η διαφορετική εστίαση της προσοχής
- iii. η σωματική ετοιμότητα
- iv. η διαφορετικότητα των χαρακτήρων
- v. οι διαθέσεις των υποκειμένων

Η Morag (2016:74-77) θεωρεί ότι αν δεχτούμε για παράδειγμα τη μεταβλητή i, τότε οι προτάσεις Σ6-Σ7 χάνουν την ισχύ τους και οι υποστηρικτές των ΣΘ αναγκάζονται να καταφύγουν σε αξιολογικής φύσεως μεταβλητές, όπως δηλαδή έκαναν και οι υποστηρικτές των ΚΘ. Επίσης, αναφέρει ότι σύμφωνα με τον Zajonc, οι συναισθηματικές αντιδράσεις εκδηλώνονται ασυνείδητα, χωρίς προηγούμενη γνωστική αποτίμηση, στρέφοντας την προσοχή σε εκείνα τα σημεία του περιβάλλοντος που αφορούν άμεσα έναν οργανισμό. Αν αυτό ισχύει, συνεχίζει η ίδια, τότε και η μεταβλητή ii είναι προβληματική (2016:74).

Η θέση μου είναι ότι, υπό συνθήκες, και οι πέντε παραπάνω μεταβλητές μπορούν να στηρίξουν τη βασική θέση της Robinson (η οποία επίσης ορίζει τα συναισθήματα δίνοντας έμφαση στις σωματικές αισθήσεις και στις αυτόματες και μη συνειδητές αξιολογήσεις που δεν επηρεάζονται άμεσα από τις

συνειδητές γνωστικές διεργασίες). Μάλιστα, ο τρόπος που το κατορθώνουν αυτό, θεωρώ ότι αναδεικνύει και τον ρόλο που μπορεί να διαδραματίζουν οι γνωστικές διεργασίες κατά τη συναισθηματική εμπειρία. Παρόλο που οι γνωστικές διεργασίες δεν μπορούν να αποτελέσουν αναγκαίες και επαρκείς συνθήκες των συναισθημάτων (θέση που υποστηρίχθηκε στο πρώτο κεφάλαιο), μοιάζει να διαμορφώνουν πολλές φορές αποφασιστικά το περιβάλλον μέσα από το οποίο αντιδρά και διεγείρεται ο εκάστοτε οργανισμός. Για παράδειγμα, εάν είναι κάποιος σε φάση ενθουσιασμού επειδή πήρε προαγωγή, μπορεί να μην δώσει έμφαση σε ένα προσβλητικό σχόλιο ενός συναδέλφου, ή σε έναν υποτιμητικό μορφασμό. Σύμφωνα με όσα έχει δείξει η έως τώρα ανάλυση, υπάρχει η πιθανότητα να υπάρξει σωματική αξιολόγηση, άρα και σωματική τροποποίηση, λόγω του προσβλητικού σχολίου, χωρίς όμως να κυριαρχήσει η σωματική αίσθηση αυτής της αλλαγής στην προσοχή του υποκειμένου, και άρα, χωρίς να συμβολοποιηθεί επαρκώς και να πάρει διαστάσεις στη συνείδησή του. Η θέση αυτή υποστηρίζεται και από τους τρεις προαναφερθέντες υποστηρικτές των ΣΘ. Υπάρχει όμως πάντα ανοιχτό το ερώτημα που τέθηκε στην ενότητα 2.2.4: αρκούν οι ασυνείδητες, ή οι μη επαρκώς συμβολοποιημένες, σωματικές διεγέρσεις, με αφορμή την έκθεση ενός υποκειμένου σε ένα ερέθισμα, για να μπορούμε να μιλάμε για ύπαρξη ολοκληρωμένης συναισθηματικής κατάστασης;

Οι μεταβλητές iii-v είναι κατά τη γνώμη μου επίσης ικανές να στηρίξουν τη θέση της Robinson, αλλά και των ΣΘ εν γένει. Ειδικά η μεταβλητή v. Οι διαθέσεις μοιάζει να έχουν αντίκτυπο στον τρόπο εκδήλωσης των θυμικών επεισοδίων. Πολλές φορές μάλιστα αποδίδουμε στις διαθέσεις τις απρόσμενες συναισθηματικές αντιδράσεις των ανθρώπων (θέση που δέχεται και η Morag,

2017:359). Το κεφάλαιο 3 που ακολουθεί δείχνει τα παραπάνω με πιο αναλυτικό τρόπο.

Ο Prinz (2004) θα μπορούσε επίσης να απαντήσει στα αντεπιχειρήματα της παραμέτρου Π1 επικαλούμενος τη θεωρία του Dretske, σύμφωνα με την οποία όλες οι νοητικές καταστάσεις είναι αναπαραστάσεις και όλες οι αναπαραστάσεις είναι φορείς πληροφοριών. Επομένως, είναι πιθανό να υπάρξει στρεβλή αναπαραστασιακή αποτύπωση των πληροφοριών στις νοητικές καταστάσεις (σσ.88-89). Εφόσον, αυτό είναι αληθές, τότε είναι δυνατό για ένα άτομο να νιώσει ένα συναίσθημα E -μέσω στρεβλούς αποτύπωσης των πληροφοριών του εξωτερικού περιβάλλοντος- με το ερέθισμα X τη στιγμή t1 και όχι τη στιγμή t2. Ο Prinz αναφέρεται επίσης και στο φαινόμενο των παραισθήσεων. Το γεγονός ότι μια αντιληπτική παραίσθηση συνεχίζει να εμφανίζεται, ακόμα και όταν μαθαίνουμε ότι πρόκειται για μια παραίσθηση, σημαίνει ότι υπάρχει μια επεξεργασία σε κάποιο σύστημα που δεν επηρεάζεται άμεσα από αυτό της γνώσης (σ.235). Για παράδειγμα, η περίπτωση των γραμμών Muller-Lyer. Με παρόμοιο τρόπο θεωρεί ότι μπορούν να επηρεάζονται ενίοτε οι λειτουργίες των συναισθημάτων.

Υπάρχουν διαφορετικοί τρόποι απάντησης των υποστηρικτών των ΣΘ; Ο Griffiths (2017:389) αναφέρεται σε ένα πλήθος σύγχρονων ερευνητών για να δείξει ότι οι μηχανισμοί, στους οποίους αναφέρονται οι ΣΘ, αποτελούν απλά τρόπους εξήγησης των φαινομένων, χωρίς να αποτελούν μια δεσμευτική εξήγηση του φαινομένου των συναισθημάτων. Για παράδειγμα, ο Griffiths (2004) τονίζει την περίπτωση της Giovanna Colombetti η οποία δέχεται ότι τα συναισθηματικά επεισόδια δεν είναι αυστηρά προκαθορισμένα νευρωνικά προγράμματα που εντοπίζουν συγκεκριμένα μοτίβα, αλλά δομούνται σταδιακά μέσα από τη δυναμική συσχέτιση του εκάστοτε οργανισμού με το περιβάλλον

του. Η δυναμική αλληλεπίδραση τροποποιεί με διαφορετικό τρόπο κάθε φορά τη σωματική και εγκεφαλική προσαρμογή του κάθε ανθρώπου. Η θεωρία της, την οποία παρουσιάζω στο κεφάλαιο 3 που ακολουθεί, μπορεί να συνδεθεί με τις υπό μελέτη αντιληπτικές και σωματικές θεωρίες, δίνοντας πρόσθετες απαντήσεις στα προβλήματα που θέτει η εξεταζόμενη παράμετρος Π1.

### **2.3.2. Το Πρόβλημα με τα Απείθαρχα Συναισθήματα**

Στο κεφάλαιο 1 αναλύθηκε η παράμετρος Π2, η οποία αναφέρεται στις περιπτώσεις των συναισθημάτων που ανθίστανται στη λογική επεξεργασία. Αναλύοντας το παράδειγμα της Greenspan, με το μικρό σκυλάκι που προκαλεί φόβο στην Πατ, φάνηκε ότι οι ΚΘ αντιμετωπίζουν αρκετά προβλήματα στην προσπάθεια τους να εξηγήσουν με ποιο τρόπο ένα υποκείμενο μπορεί παράλληλα να πιστεύει ότι  $p$  και  $\neg p$ , αποφεύγοντας την κατηγορία της ανορθολογικότητας.

Από την άλλη, οι θέσεις Σ1-Σ5 δίνουν μεγαλύτερες δυνατότητες στους υποστηρικτές των ΣΘ να δώσουν εξηγήσεις για την κατάσταση της Πατ, αποφεύγοντας τα αντεπιχειρήματα της ανορθολογικότητας. Ειδικά στις περιπτώσεις των φοβιών, εφόσον δεχτούμε ότι η φοβία είναι ένα βασικό συναίσθημα, μια αυτόματη έκφραση του οργανισμού, η οποία σχετίζεται άμεσα με την εξελικτική πορεία του ανθρώπινου είδους (Morag, 2016:78).

Το ερώτημα είναι τι γίνεται με τις περιπτώσεις των μη βασικών και πολύπλοκων συναισθημάτων. Αρκούν οι μηχανισμοί των ΣΘ να δώσουν επαρκείς εξηγήσεις για συναισθηματικά φαινόμενα όπως για παράδειγμα η ζήλεια; Η Hufendiek (2016:94) τονίζει τη δυσκολία των καθαρών ΣΘ να εξηγήσουν τα πιο κοινωνικά συναισθήματα. Συγκεκριμένα, θεωρεί ότι αν οι ΣΘ,



όπως κυρίως αυτή του Prinz, επιτρέψουν την είσοδο συνειδητών κρίσεων και αξιολογήσεων, τότε αναγκαστικά χάνουν τον κεντρικό πυρήνα της προσέγγισης τους, δηλαδή τη θέση ότι όλα αρχίζουν και τελειώνουν στο σώμα.

Για τον Prinz, όπως είδαμε, οι περιπτώσεις των δευτερογενών συναισθημάτων (όπως η ζήλεια) δεν αποτελούν συνθέσεις γνωστικών και θυμικών αποτιμήσεων, αλλά συνεχίζουν να είναι ενσώματες αποτιμήσεις που έχουν πλέον επαναρυθμιστεί από γνωστικές κρίσεις ώστε να αναπαριστούν διαφορετικές σχεσιακές θεματικές του οργανισμού με το περιβάλλον (σε αντίθεση με τον Damasio που θεωρεί ότι τα δευτερογενή συναισθήματα περιλαμβάνουν ταυτόχρονα θυμικές και γνωστικές αξιολογήσεις).

Με ποιον τρόπο μπορεί να γίνει η επαναρύθμιση; Τα βασικά συναισθήματα, τα οποία προκαλούνται από ρυθμιστικά αρχεία, που με τη σειρά τους ενεργοποιούνται από τις πληροφορίες των αντιληπτικών ερεθισμάτων, μπορούν να επαναρυθμιστούν κατά τη διάρκεια ζωής ενός ανθρώπου και να εμπλουτιστούν με νέα δεδομένα. Αυτό σημαίνει ότι τα ρυθμιστικά αρχεία δεν θα περιλαμβάνουν πλέον μόνο σχηματικές αναπαραστάσεις, αλλά και πιο εκλεπτυσμένα γνωσιακά χαρακτηριστικά, όπως κρίσεις και διαφορετικού τύπου διανοητικά σενάρια (Morag, 2016:80). Ο Prinz (2004:99) αναφέρει μάλιστα ότι αυτά τα γνωσιακά χαρακτηριστικά δεν είναι μέρος του συναισθήματος, αλλά διαδραματίζουν σημαντικό ρόλο στον προσδιορισμό του εκάστοτε συναισθήματος. Επομένως, όταν προκύπτει μια σωματική αποτίμηση ως ανταπόκριση σε μια κρίση απιστίας, τότε μπορεί κανείς να μιλά για συναίσθημα της ζήλειας. Αν υπήρχε κάποια άλλη κρίση, τότε θα αφορούσε κάποιο άλλο συναίσθημα.

Σε τι διαφέρει εδώ η θέση του Prinz από αυτή των υποστηρικτών των ΚΘ; Κατά τη γνώμη μου, ο Prinz θέλει να τονίσει ότι το βασικό υπόβαθρο των

αυτόματων μηχανισμών των απλών συναισθημάτων ενεργοποιείται, με το πέρασμα του χρόνου, μέσω πιο εμπλουτισμένων ρυθμιστικών αρχείων, ανάλογα με τις διαφορετικές εμπειρίες και αλληλοεπιδράσεις κάθε ανθρώπου (στην ενότητα 2.2.1, η ανάλυση έδειξε ότι και ο James έχει παρεμφερή θέση). Για αυτό και προσθέτει ότι οι διαφορετικές περιπτώσεις ζήλειας χαρακτηρίζονται, άρα και ομαδοποιούνται, από τις σωματικές τους εκδηλώσεις, οι οποίες αφορούν το σωματικό αίσθημα της ζήλειας, και όχι από συγκεκριμένες γνωστικές αποτιμήσεις (Prinz, 2004:101). Οι τελευταίες λειτουργούν σε δεύτερο χρόνο ως σημειολογικός προσδιορισμός του εκάστοτε διαφορετικού επεισοδίου ζήλιας.

Ας δούμε για παράδειγμα το συναίσθημα του φόβου. Ενώ σε βασικά οργανισμικά επίπεδα (ας φανταστούμε σε ένα βρέφος) ο φόβος μπορεί να ενεργοποιείται με απλά ερεθίσματα (π.χ. δυνατοί θόρυβοι), κατά την μετέπειτα ανάπτυξη ενός ανθρώπου, ο φόβος θα μπορούσε πλέον να συσχετιστεί με τον δυνατό θόρυβο που ακούστηκε όταν λιποθύμησε η μητέρα και δημιουργήθηκε η απειλητική εντύπωση στο παιδί της οριστικής απώλειάς της, άρα και της απώλειας του βασικού φροντιστή. Επομένως, ένα βασικό συναίσθημα μπορεί να ενεργοποιείται πλέον από ένα ρυθμιστικό αρχείο που περιέχει πιο πολύπλοκα δεδομένα, όπως για παράδειγμα δυνατός θόρυβος, απώλεια μαμάς, απώλεια γυναίκας, απώλεια φροντιστή, φόβος ρήξης της σχέσης κ.ο.κ.. Θεωρώ ότι η παραπάνω ανάλυση μπορεί να δώσει απαντήσεις και στον προβληματισμό της Morag (2016:85) σχετικά με τη δυνατότητα της θεωρία του Prinz να εξηγήσει την ύπαρξη έκτακτων συναισθηματικών επεισοδίων, δηλαδή απρόσμενων συναισθημάτων που δεν εμφανίζονται επαναλαμβανόμενα μέσα στον χρόνο (occasional recalcitrance). Από την άλλη, παραμένει ανοιχτό το εξής ζήτημα: πώς γίνεται να εμπλουτίζονται τα ρυθμιστικά αρχεία με πιο

πολυπλοκά γνωστικά δεδομένα και την ίδια στιγμή να θεωρείται από τον Prinz ότι δεν αποτελούν μέρος του ορισμού των δευτερογενών συναισθημάτων;

Μπορεί κανείς να διαλέξει τα συναισθήματά του (όπως έλεγε ο Solomon); Ο Prinz είναι κατηγορηματικός: δεν είναι εφικτό (Prinz, 2004:236). Μπορεί όμως να τα αλλάξει; Η απάντησή του σε αυτό το ερώτημα είναι θετική. Δέχεται ότι οι κρίσεις και οι πεπιοθήσεις διαδραματίζουν ρόλο, αλλά όχι άμεσα (Prinz, 2004:236). Η γνώμη μου είναι ότι ο Prinz θεωρεί ότι οι κρίσεις διαφοροποιούν και πλαταίνουν το αντιληπτικό πεδίο μέσα από το οποίο εκδηλώνονται τα συναισθήματα ενός ανθρώπινου οργανισμού (προκαλώντας αντίστοιχες σωματικές τροποποιήσεις). Έτσι, ενώ ένας άνθρωπος εκδήλωνε φόβο, τη στιγμή t1, ακούγοντας μια δυνατή φωνή που δήλωνε την απουσία του φροντιστή του, είναι πιθανό τη στιγμή t2 να μην εκδηλώσει φόβο με τα ίδια ερεθίσματα, έχοντας πλέον διαπιστώσει ότι ο φροντιστής επανέρχεται μετά από κάποιο διάστημα και συνεχίζει να τον φροντίζει.

Για την Hufendiek (2016:134-138) η παραπάνω απάντηση δεν είναι πειστική και αλλοιώνει τον χαρακτήρα της έννοιας «ενσώματη αξιολόγηση». Συμφωνεί με τον Prinz τόσο ως προς την υιοθέτηση της έννοιας των πυρηνικών σχεσιακών θεματικών από τον Lazarus όσο και ως προς την εξτερναλιστική του διάθεση να αποδεχτεί τις σχεσιακές ιδιότητες των παραπάνω θεματικών ως αντικειμενικούς παράγοντες. Όμως θεωρεί ότι ο Prinz δεν κατορθώνει να δείξει ότι οι σχεσιακές θεματικές δημιουργούν πεδία δυνατοτήτων που προκύπτουν από τον τρόπο που αλληλοσυμπληρώνονται ο οργανισμός και το περιβάλλον (affordances) (2016:157). Για παράδειγμα, για έναν οργανισμό κάποια φρούτα φαίνονται φαγώσιμα, ή κάποια αντικείμενα φαίνονται ιδανικά για να κάτσεις επάνω τους. Αυτοί οι υπολογισμοί προκύπτουν ως ενσώματη αίσθηση και δεν χρειάζονται πολύπλοκες γνωστικές αποτιμήσεις. Δεν χρειάζονται επίσης την

πρόσθετη οργανισμική τοποθέτηση (formal object) που προσθέτει ο Prinz στην θεωρία του. Ο φόβος, υπό αυτή την έννοια, δεν είναι απλά μια αξιολόγηση ότι κάτι εκεί έξω, με το οποίο σχετίζομαι, είναι επικίνδυνο, αλλά είναι η κίνηση του οργανισμού εμπρός σε έναν κίνδυνο που πρέπει να αποφευχθεί. Η Hufendiek (2016:134) μιλά για έναν προστοχαστικό εαυτό του οργανισμού, που λειτουργεί ως ένας ενσώματος παράγοντας που διαμορφώνεται διαρκώς από τον τρόπο που ο οργανισμός σχετίζεται με το περιβάλλον. Για αυτό και τα βρέφη έχουν τη δυνατότητα να εμπλέκονται σε αλληλεπιδράσεις, εκφράζοντας συναισθήματα και διαφορετικές τάσεις σωματικής έκφρασης.

### ***2.3.3. Τα Αντεπιχειρήματα της Αποβλεπτικότητας και της Πολλαπλής Πραγμάτωσης***

Η Nussbaum (2001), όπως έδειξε η ανάλυση του πρώτου κεφαλαίου και όπως υπονοεί η πρόταση K2, θεωρεί ότι οι σωματικές αισθήσεις δεν μπορούν να αποτελέσουν μέρος του ορισμού των συναισθημάτων (σ.60). Τα συναισθήματα είναι για εκείνη κρίσεις για πράγματα που είναι σημαντικά και έχουν αξία, κρίσεις με τις οποίες αναγνωρίζουμε τις ανάγκες μας, καθώς και τη μη πληρότητά μας, σε σχέση με τα στοιχεία της πραγματικότητας (σ.19). Σε άλλο σημείο, μιλά για τα συναισθήματα ως σύνθετες γνωστικές καταστάσεις και προσθέτει ότι το να νιώσει κανείς ένα συναίσθημα δεν σημαίνει ότι έχει νιώσει κάποιον σωματικό σπασμό, αλλά ότι απλά έχει σχηματίσει κάποια κρίση (σ.60).

Προσθέτει όμως και το εξής:

Η ανθρώπινη εμπειρία είναι ενσώματη και επομένως, γίνεται αντιληπτή ως μια υλική διεργασία. Με αυτόν τον τρόπο, τα ανθρώπινα συναισθήματα είναι σωματικές διεργασίες. Όμως, το ερώτημα είναι, μπορούν να προσδιορισθούν συγκεκριμένες σωματικές καταστάσεις, ή διεργασίες, που να συνδέονται σταθερά με τέτοιο τρόπο με τις συναισθηματικές μας εμπειρίες, που να θελήσουμε να τις εντάξουμε στον

ορισμό των συγκεκριμένων συναισθημάτων; Ακριβώς σε αυτό το σημείο βρισκόμαστε εμπρός σε ένα ζήτημα γνωστό σε όλους τους βιολόγους ερευνητές: η πλαστικότητα του ανθρώπινου οργανισμού, ή με άλλα λόγια, το φαινόμενο της πολλαπλής πραγμάτωσης των νοητικών καταστάσεων (2001:58).

Συνοψίζοντας τις παραπάνω θέσεις, η Nussbaum δέχεται ουσιαστικά τα εξής:

**N1:** τα συναισθήματα έχουν τέτοιο αποβλεπτικό χαρακτήρα που είναι αδύνατον να ορισθούν μέσα από σωματικές αλλαγές και αντιδράσεις.

**N2:** τα νοητικά φαινόμενα πραγματώνονται με τόσους διαφορετικούς σωματικά τρόπους, που είναι αδύνατον να εντάξουμε τις σωματικές αλλαγές στους ορισμούς των συναισθημάτων.

Ως προς την θέση N1, η ανάλυση που προηγήθηκε στις ενότητες 2.2.1-2.2.4 έχει ήδη δώσει αρκετές απαντήσεις. Για τον James (βλέπε ενότητα 2.2.1), η βάση των συναισθημάτων είναι οι ομοιοστατικές αντιδράσεις που συνδέονται με την επιβίωση του οργανισμού, οι οποίες αναπτύσσονται μέσα από σωματικές αντιδράσεις που είναι προσαρμοσμένες στα χαρακτηριστικά του περιβάλλοντος. Ο Matthew Ratcliffe (2005:195) μελέτησε το έργο του James στο σύνολό του και συνοψίζει τη θεωρητική του στάση στα παρακάτω σημεία:

- Τα συναισθήματα είναι αισθήσεις σωματικών αλλαγών που πυροδοτούνται με τρόπο αντανακλαστικό κατά τη διάρκεια της αντίληψης.
- Οι αισθήσεις είναι μέρος του πρακτικού προσανατολισμού προς τα αντικείμενα του κόσμου.
- Ο πρακτικός προσανατολισμός προς τα αντικείμενα του κόσμου δομεί την ευρύτερη εμπειρία, αλλά και τις έννοιες των ανώτατων γνωσιακών διεργασιών.

- Επομένως, τα συναισθήματα είναι μέρος της αποβλεπτικής στάσης των οργανισμών που εκφράζεται ως πρακτικός προσανατολισμός προς τα αντικείμενα του κόσμου, παρά ως μια αδιάφορη αναπαράσταση του κόσμου στη συνείδησή μας.

Παρεμφερείς θέσεις εκφράζουν οι Damasio (ενότητα 2.2.2) και Prinz (ενότητα 2.2.3). Ο πρώτος μέσω της υπόθεσης των σωματικών δεικτών υποστηρίζει ότι ο εκάστοτε οργανισμός είναι εξοπλισμένος με έναν εσωτερικό μηχανισμό που, καθώς ανταποκρίνεται στα ερεθίσματα του περιβάλλοντος, δημιουργεί τη βάση των πρωτογενών συναισθημάτων και των δευτερογενών συναισθημάτων. Ο δεύτερος υποστηρίζει ότι τα συναισθήματα είναι αποβλεπτικά και εκφράζουν τους διαφορετικούς τρόπους συσχέτισης ενός οργανισμού με το περιβάλλον. Για τον Prinz, μάλιστα, ο αποβλεπτικός χαρακτήρας των συναισθημάτων αποτελεί το κριτήριο για να ξεχωρίζει τις σωματικές αλλαγές που αποτελούν τη βάση των συναισθημάτων, από όλες τις υπόλοιπες (Prinz, 2004:142). Για παράδειγμα, η υπερκόπωση προκαλεί σωματικές αλλαγές και παράλληλα αναπαριστά μόνο αυτές τις αλλαγές, ενώ ο φόβος προκαλεί μεν σωματικές αλλαγές, αναπαριστά όμως τον τρόπο που ο οργανισμός σχετίζεται με τον κόσμο.

Σχετικά με τη θέση N2, όπως τονίζει η Hufendiek (2016:58), προκαλεί σύγχυση το γεγονός ότι η Nussbaum χρησιμοποιεί, από τη μία, το επιχείρημα της πολλαπλής πραγμάτωσης, πολλοί υποστηρικτές του οποίου αποδέχονται τον αιτιακό ρόλο της ύλης στη διαμόρφωση των νοητικών καταστάσεων, ενώ από την άλλη, όπως είδαμε στην ενότητα 1.2.2, προσπαθεί να εδραιώσει την ανθρώπινη συναισθηματική εμπειρία πάνω σε μια μη υλική και ασώματη βάση.

Μια πιθανή απάντηση στη θέση N2, δηλαδή στην εντύπωση ότι τα συναισθήματα δεν είναι ταυτισμένα με συγκεκριμένα σημεία του σώματος,

έρχεται από τον Prinz (2004:233). Δέχεται ότι από τη μία, υπάρχουν διαδρομές εισροών μέσα από τις οποίες εκκινούν οι συναισθηματικές εμπειρίες. Αυτές οδηγούν από τις διάφορες νοητικές καταστάσεις προς τις σχηματικές σωματικές αλλαγές. Η αμυγδαλή διαδραματίζει έναν τέτοιο ρόλο. Από την άλλη, υπάρχουν διαδρομές ανταπόκρισης στις συναισθηματικές εμπειρίες. Είναι τα σημεία στα οποία λαμβάνει χώρα η σωματικοποιημένη εμπειρία ενός συναισθήματος. Οι διαδρομές αυτές κινούνται από το σώμα προς τον εγκέφαλο, και ειδικά στα τμήματα του εγκεφάλου που ενεργοποιούνται όταν εντοπίζουν σωματικές αλλαγές. Οι εισροές στις πρώτες διαδρομές ποικίλλουν και παρουσιάζονται με πολλά σχήματα. Όμως, οι δεύτερες διαδρομές είναι εξαιρετικά συγκεκριμένες. Όταν λοιπόν δημιουργείται η εντύπωση της πολλαπλής πραγμάτωσης, αυτό συμβαίνει καθώς μας παραπλανούν οι ποικίλοι τρόποι των εισροών των διαδρομών εκκίνησης της συναισθηματικής εμπειρίας.

#### **2.4. Προβλήματα και Πλεονεκτήματα των Σωματοκεντρικών Θεωριών**

Θεωρώ ότι οι ΣΘ είναι σε καλύτερη θέση να εξηγήσουν για ποιο λόγο ένας άνθρωπος εκδηλώνεται συναισθηματικά με διαφορετικούς τρόπους, σε διαφορετικές συνθήκες. Αυτό μάλιστα διασώζοντας την αίσθηση της αυτόματης και μαζί δυναμικής ενεργοποίησης της συναισθηματικής εμπειρίας.

Όπως φάνηκε στην ενότητα 2.3.3, ο James, καθώς και οι υπόλοιποι υποστηρικτές των ΣΘ, τονίζουν κάτι που είναι εξαιρετικά σημαντικό: η σωματικότητα και οι σωματικές αισθήσεις είναι η βάση της εμπειρίας ενός συναισθήματος. Με άλλα λόγια, η τροποποίηση του σώματος είναι αναγκαία συνθήκη της συναισθηματικής εμπειρίας. Είναι όμως επαρκής συνθήκη;

Σίγουρα όχι. Δεν μπορεί να υπάρχει συναίσθημα χωρίς την αλληλεπίδραση του οργανισμού, χωρίς δηλαδή να κατανοηθεί ότι κάθε πρόταση της μορφής “Ο Α νιώθει το χ συναίσθημα σε σχέση με, ή για, το ερέθισμα Β”, θα πρέπει να φωτίζει τις εξής δύο υποπροτάσεις: “Ο Α αντιλαμβάνεται τις γ σωματικές αλλαγές” και “Ο Α έχει το χ συναίσθημα σε σχέση με, ή για, το ερέθισμα Β” (Hatzimoysis, 2003:110).

Οι προτάσεις Σ1-Σ5 μπορούν να υποστηριχθούν ικανοποιητικά από τις ΣΘ. Δίνουν επίσης πολλά επεξηγηματικά εργαλεία για το φαινόμενο των μη συνειδητών διεργασιών, καθώς και για την ανάλυση του τρόπου ύπαρξης συναισθηματικών εκφράσεων που θεωρούνται άστοχες σε σχέση με το τι θεωρείται κοινωνικά αποδεκτό. Οι ΣΘ φαίνεται ότι δίνουν περισσότερες δυνατότητες εμβάθυνσης στις συνθήκες εκδήλωσης των συναισθημάτων, αποφεύγοντας παράλληλα τις παγίδες της ανορθολογικότητας των ΚΘ.

Οι προτάσεις όμως Σ6-Σ7 μοιάζει να αντιμετωπίζουν προβλήματα και να επιδέχονται περαιτέρω βελτίωσης (βλέπε ενότητα 2.3.1.). Όπως σωστά τονίζει ο Ratcliffe (2008:29), αν δούμε τα συναισθήματα ως αυστηρά προσδιορισμένους φυσικούς μηχανισμούς, τότε θα μπορούσαμε να δεχτούμε ότι όταν οι άνθρωποι εκφράζονται συναισθηματικά, λειτουργούν όπως οι θερμοστάτες, ή οι μηχανισμοί εντοπισμού καπνού. Επομένως, είναι σημαντικό να προσδιορισθεί με μεγαλύτερη ακρίβεια ο τρόπος που λειτουργεί η συναισθηματική συμπεριφορά μέσα στο κοινωνικό και πολιτισμικό πλαίσιο.

Συγκεκριμένα:

Α) Στην ενότητα 2.3.1 παρουσιάσθηκαν οι θέσεις των ΣΘ με τις οποίες αντιμετωπίζουν το πρόβλημα με τα διαφορετικά μοτίβα των συναισθημάτων σε διαφορετικές χρονικές στιγμές.



- Αντιμετωπίζοντας το επιχείρημα της Morag σχετικά με της θεωρία του Zajonc και την εστίαση της προσοχής, έγινε αναφορά σε ασυνείδητη ενσώματη επεξεργασία που ενώ τείνει να στρέφει την προσοχή του οργανισμού σε εκείνα τα σημεία του περιβάλλοντος που τον αφορούν, η επεξεργασία δεν συμβολοποιείται (π.χ. με τη μορφή προτασιακής κρίσης) λόγω των διαφορετικών προτεραιοτήτων του οργανισμού, με αποτέλεσμα να διατηρείται η εστίαση της προσοχής του σε άλλα τμήματα του περιβάλλοντος. Μπορεί αυτή η περίπτωση να αποτελέσει βάση στοιχειοθέτησης για την ύπαρξη ασυνείδητων συναισθημάτων;
- Σε άλλο σημείο, παρουσιάσθηκε η πιθανή θέση του Prinz που στηρίζεται στη θεωρία του Dretske. Ο Prinz αναπτύσσει μια θεωρία τηλεσημασιολογίας (telesemantics) η οποία δέχεται ότι υπάρχει στον οργανισμό ένα αναπαραστασιακό περιεχόμενο (formal object) που ενεργοποιείται αξιόπιστα με το κατάλληλο εξωτερικό ερέθισμα. Με ποιον τρόπο διατηρείται αυτό το περιεχόμενο στον οργανισμό και σε τι βαθμό είμαστε έτοιμοι να δεχθούμε ότι υπάρχει κάτι, μέσα σε έναν οργανισμό, από πριν δοσμένο που περιμένει να ενεργοποιηθεί; Αν το αποδεχτούμε, τότε ποιο είναι το οντολογικό τους καθεστώς;

B) Στην ενότητα 2.3.2 παρουσιάσθηκαν οι τρόποι με τους οποίους οι ΣΘ αντιμετωπίζουν το πρόβλημα των απείθαρχων συναισθημάτων.

- Η θέση του Prinz στηρίζεται στη θέση του επανακαθορισμού των ρυθμιστικών αρχείων με υλικό γνωσιακών αποτιμήσεων. Είδαμε όμως ότι παραμένει ανοιχτό το εξής ζήτημα: πώς γίνεται να εμπλουτίζονται τα ρυθμιστικά αρχεία με πιο πολύπλοκα γνωστικά δεδομένα και την ίδια στιγμή να θεωρείται ότι δεν αποτελούν μέρος του ορισμού των συναισθημάτων;

Τέλος, θεωρώ ότι οι ΣΘ μπορούν να λειτουργήσουν με τρόπο γόνιμο και συμπληρωματικό ως προς τις αντιληπτικές θεωρίες, παρέχοντας έτσι πιο πειστικές εξηγήσεις για τον τρόπο που το εκάστοτε υποκείμενο στρέφεται προς κάποια χαρακτηριστικά που το μαγνητίζουν, διεγείροντάς του συγκεκριμένα συναισθήματα. Ας δούμε για παράδειγμα τη θέση του De Sousa, η οποία αποτελεί ένα κλασικό παράδειγμα αντιληπτικής θεωρίας και αναλύθηκε στην ενότητα 1.4.2.2.

Σύμφωνα με τον De Sousa, τα συναισθήματα είναι παραδειγματικά σενάρια, τα οποία εγγράφονται σε ένα υποκείμενο σε μια αρχική κατάσταση (π.χ. σε ένα τραυματικό, ή σε ένα σημαντικό βιωματικά, γεγονός) και αναδύονται οποτεδήποτε το υποκείμενο βρεθεί ξανά σε μια συνθήκη με παρόμοια χαρακτηριστικά με αυτά της αρχικής κατάστασης. Όπως τονίζει ο Prinz (2004:222-223), παρόλο που ο De Sousa παρουσιάζει τα συναισθήματα ως ένα είδος αντίληψης, θεωρώντας ότι μοιράζονται με τις αντιλήψεις πολλά χαρακτηριστικά (π.χ. μας δίνονται μέσω μιας προοπτικής και μπορούν να είναι παραισθησιακά), τελικά τα δέχεται απλά ως ένας είδος πρότυπων σχημάτων διακριτών χαρακτηριστικών, ή ως έναν τρόπο του να αντιλαμβάνεται κανείς τον κόσμο. Η θέση του μοιάζει περισσότερο με μια μεταφορά, συνεχίζει ο Prinz (2004:223), ή με μια ερμηνευτική προσέγγιση, παρόλο που σε άλλο σημείο ο De Sousa αρνείται ότι τα συναισθήματα είναι πεπιοθήσεις ή κρίσεις. Κατά τον Prinz, η θεωρία του De Sousa «[...] στην τελική ανάλυση αποτυγχάνει να θεωρηθεί αντιληπτική καθώς δεν περιλαμβάνει περιγραφή δραστηριότητας σε ένα αντιληπτικό σύστημα εισροών.» (2004:223).

## ΚΕΦΑΛΑΙΟ 3: ΚΑΤΑΘΛΙΨΗ ΚΑΙ ΣΥΝΑΙΣΘΗΜΑΤΑ

### 3.1 Εισαγωγή

Στα προηγούμενα κεφάλαια εξετάστηκαν κριτικά οι ΚΘ και ΣΘ των συναισθημάτων. Η ανάλυση βασίστηκε σε πιο απλές περιπτώσεις καθημερινών συναισθηματικών εκδηλώσεων (π.χ. ο θυμός του Πέτρου για την κλοπή του αυτοκινήτου του, η φοβία της Πατ μπροστά στον σκύλο Φίντο κ.ο.κ.) και έδειξε ότι οι κρίσεις, ως διανοητικές αξιολογήσεις, δεν μπορούν να θεωρηθούν αναγκαίες και επαρκείς συνθήκες των συναισθημάτων. Μπορούν όμως να διαδραματίσουν σημαντικό ρόλο στη διαμόρφωση της ατμόσφαιρας μέσα στην οποία εκδηλώνονται τα συναισθήματα. Από την άλλη, φάνηκε ότι οι αντιλήψεις και οι σωματικές αισθήσεις αποτελούν σημαντικά συστατικά στοιχεία της συναισθηματικής εμπειρίας. Παρουσιάστηκαν επίσης επιχειρήματα που δείχνουν ότι οι θυμικές καταστάσεις έχουν μια δυναμική που είναι ανεξάρτητη από τις διανοητικές επεξεργασίες του υποκειμένου.

Στο παρόν κεφάλαιο διερευνάται το αρχικό ερώτημα «*Τι είναι το συναίσθημα*» υπό το πρίσμα της ψυχοπαθολογίας. Μια γρήγορη μελέτη του Διαγνωστικού και Στατιστικού Εγχειριδίου Ψυχικών Διαταραχών (DSM), αποκαλύπτει άμεσα ότι σχεδόν όλες οι διαγνωστικές του κατηγορίες περιλαμβάνουν συναισθηματικές διαταραχές, ή έντονες συναισθηματικές εκδηλώσεις (Kring, 2008:691). Για παράδειγμα, γίνεται λόγος για ανάδυση ευχάριστων ή δυσάρεστων συναισθημάτων, για εκδήλωση φοβιών, άγχους και ενοχικότητας, ή απουσία συναισθηματικής αλληλεπίδρασης και ενσυναίσθησης.

Στις επόμενες ενότητες, η ανάλυση επικεντρώνεται στη θεωρητική ικανότητα των προαναφερθεισών φιλοσοφικών θεωριών να μιλήσουν για τα συναισθήματα που συνοδεύουν το φαινόμενο της κατάθλιψης, και συγκεκριμένα τη νόσο της ΜΚΔ. Το βασικό επίδικο του τρέχοντος κεφαλαίου είναι να δοκιμαστούν οι θέσεις των ΚΘ και των ΣΘ σε σχέση με ένα φαινόμενο ψυχοπαθολογίας για το οποίο υπάρχουν αρκετά εμπειρικά δεδομένα, ψυχιατρικές προσεγγίσεις και προσωπικές μαρτυρίες. Η ανάλυση φιλοφοξεί να αναδείξει ποια από τις παραπάνω θεωρίες εκφράζει θέσεις που βρίσκονται πιο κοντά στην εμπειρική πραγματικότητα του φαινομένου της κατάθλιψης.

Στην ενότητα 3.2 αναλύεται το ψυχοπαθολογικό φαινόμενο της ΜΚΔ. Για την καλύτερη κατανόησή του λαμβάνονται υπόψη τόσο ψυχιατρικά εγχειρίδια όσο και μαρτυρίες ανθρώπων που βίωσαν τη συγκεκριμένη νόσο. Στην ενότητα 3.3 εξετάζεται κριτικά η δυνατότητα των υπό μελέτη φιλοσοφικών θεωριών των συναισθημάτων να κατανοηθούν μέσω της συναισθηματικής πραγματικότητα της ΜΚΔ και επομένως, να αποτελέσουν και βάση προσέγγισης του φαινομένου της κατάθλιψης εν γένει.

### **3.2 Κατάθλιψη και Μείζονα Καταθλιπτική Διαταραχή**

Η ενότητα παρουσιάζει και αναλύει τη ΜΚΔ. Αρχικά, η ανάλυση προσδιορίζει τη ΜΚΔ μέσω ψυχιατρικών εγχειριδίων. Στη συνέχεια, το υπό μελέτη φαινόμενο προσεγγίζεται μέσω προσωπικών μαρτυριών των ανθρώπων που βίωσαν τη συγκεκριμένη νόσο.

### 3.2.1 Ψυχιατρική Προσέγγιση

Σύμφωνα με τους Παπαδημητρίου, Λιάππα και Λύκουρα (2013) στις συναισθηματικές διαταραχές -ή διαταραχές της διάθεσης (mood disorders)- κυριαρχεί η παθολογική μεταβολή στο συναίσθημα. Καθώς σε φυσιολογικές συνθήκες, το συναίσθημα μεταβάλλεται ομαλά από τη θλίψη έως τη χαρά, οι παθολογικές του μεταβολές χαρακτηρίζονται από τη νοσηρή έκφραση αυτών των δύο συναισθηματικών καταστάσεων, είτε όσον αφορά στην υπερβολική έντασή τους είτε/και στη διαταραχή της χρονικής τους διάρκειας (π.χ. πολύ μακρύς χρόνος παραμονής σε μια συναισθηματική κατάσταση ή ταχύτατες εναλλαγές μεταξύ χαράς και θλίψης) (σ.347).

Η συνηθέστερη και πλέον αντιπροσωπευτική διαταραχή συναισθήματος είναι η κατάθλιψη, της οποίας οι δύο κυριότερες νοσολογικές καταστάσεις λαμβάνουν τη μορφή είτε της ΜΚΔ (major depression), με κύριο χαρακτηριστικό την παθολογικά αυξημένη ένταση του καταθλιπτικού συναισθήματος είτε της δυσθυμίας (dysthymia), με κύριο χαρακτηριστικό την παθολογικά μακρά διάρκεια του καταθλιπτικού συναισθήματος, του οποίου η ένταση δεν θα μπορούσε από μόνη της να θεωρηθεί παθολογική. Στον αντίποδα της κατάθλιψης βρίσκεται η «μανία» της οποίας η κυριότερη νοσολογική μορφή είναι το μανιακό επεισόδιο (manic episode), με κύριο χαρακτηριστικό την παθολογικά αυξημένη ένταση του ευφορικού συναισθήματος (σ.347).

Τυπικά χαρακτηριστικά των συναισθηματικών διαταραχών είναι τα εξής: α) η «φασική» τους πορεία, η οποία χαρακτηρίζεται από επαναλαμβανόμενες φάσεις, δηλαδή είτε μείζονα καταθλιπτικά επεισόδια ή/και μανιακά επεισόδια, που διαρκούν από μερικές συνήθως εβδομάδες έως μερικούς μήνες, β) τα επεισόδια νόησης που τις συνοδεύουν ανήκουν γενικά σε δύο βασικούς

τύπους: καταθλιπτικό και μανιακό και γ) η πορεία της νόσου λαμβάνει τρεις κύριες κλινικές μορφές: διπολική διαταραχή, μείζων καταθλιπτική διαταραχή, δυσθυμία (σ.347).

#### 3.2.1.1 Μείζονα Καταθλιπτική Διαταραχή

Η παρούσα εργασία επικεντρώνεται στην περίπτωση της ΜΚΔ. Για τη διάγνωσή της απαιτείται η παρουσία καταθλιπτικών συμπτωμάτων για τουλάχιστον δύο εβδομάδες. Στα συμπτώματα συμπεριλαμβάνεται είτε καταθλιπτική διάθεση είτε απώλεια του ενδιαφέροντος και της ευχαρίστησης (Kring, Davidson, Neale, & Johnson, 2007:353). Σύμφωνα με τον DSM-V (2013:160-161), πρέπει να είναι παρόντα άλλα τέσσερα συμπτώματα, όπως είναι οι αλλαγές στον ύπνο, στην όρεξη, στην προσοχή, στα αισθήματα αναξιότητας, ο αυτοκτονικός ιδεασμός και η ψυχοκινητική διέγερση ή επιβράδυνση.

Ακολουθεί μια συνοπτική παρουσίαση των κύριων συμπτωμάτων της ΜΚΔ, όπως αυτά περιγράφονται στους Παπαδημητρίου και συν. (2013:349):

- **Συναίσθημα:** Το κύριο σύμπτωμα της ΜΚΔ είναι η διαταραχή του συναισθήματος, η οποία χαρακτηρίζεται από το ότι η διάθεση είναι βαθιά καταθλιπτική, με τον ασθενή να αισθάνεται στεναχωρημένος, δυστυχής, απελπισμένος, αβοήθητος, απαισιόδοξος, ανασφαλής, ανίκανος και με προδιαγεγραμμένο αρνητικό μέλλον, ενώ συχνά συνυπάρχει άγχος και ανησυχία. Επίσης, υπάρχει ανηδονία, δηλαδή έλλειψη διάθεσης για ευχαρίστηση και αδυναμία άντλησης ικανοποίησης από καταστάσεις και δραστηριότητες οι οποίες στο παρελθόν προσέφεραν χαρά.

- **Συγκέντρωση:** υπάρχει δυσκολία συγκέντρωσης. Η επιβράδυνση της σκέψης μπορεί να οδηγήσει σε «λιμνασμό ιδεών», οπότε συνήθως στο μυαλό των ασθενών υπάρχει μόνο μία σκέψη, η οποία σχεδόν πάντοτε είναι κακή και του προκαλεί απελπισία.
- **Νοητικό περιεχόμενο:** οι ασθενείς έχουν συνήθως χαμηλή αυτοεκτίμηση, ιδέες υποτίμησης του εαυτού, ανικανότητας, αναξιότητας και ενοχής. Οι ασθενείς σε ποσοστό περίπου 70% ασχολούνται με τον θάνατο και πολλές φορές οδηγούνται σε ευχές θανάτου, ακόμη και σε αυτοκτονικό ιδεασμό.
- **Κινητικότητα και βούληση:** οι διαταραχές της βούλησης και της κινητικότητας οδηγούν τους ασθενείς να έχουν μειωμένη επικοινωνία με το περιβάλλον, η φωνή τους είναι ασταθής και το βλέμμα άδειο. Συχνά υπάρχει κλάμα και κάποιες φορές έντονη ψυχοκινητική ανησυχία. Σε επίπεδο αντίληψης, μπορεί να υπάρχουν ψευδαισθήσεις.
- **Βιολογικές λειτουργίες:** αϋπνία, διακεκομμένος ύπνος. Συχνά υπάρχουν και υπερυπνίες (άτυπη κατάθλιψη). Απώλεια όρεξης, και αύξηση βάρους (στην περίπτωση της άτυπης κατάθλιψης εντοπίζεται αύξηση βάρους). Δυσκοιλιότητες, γαστρική δυσφορία, βάρος ή πόνος στο στήθος, κεφαλαλγία κ.ο.κ..

Σύμφωνα με τον DSM-V (2013:161-163), ισχύουν τα εξής σχετικά με τη συναισθηματική πραγματικότητα της ΜΚΔ:

- Υπάρχει έντονη ενοχικότητα που συχνά συνδυάζεται με συμπτώματα ψευδαισθήσεων.

- Υπάρχουν έντονα συναισθήματα θλίψης, απελπισίας και αποθάρρυνσης.
- Σε κάποιες περιπτώσεις, οι νοσούντες αρνούνται την ύπαρξη συναισθημάτων θλίψης. Η αποδοχή τους προκύπτει κατά τη διάρκεια συνέντευξης με ειδικούς οι οποίοι τους καθρεφτίζουν τις σωματικές αντιδράσεις ή/και εκφράσεις που σχετίζονται με το συναίσθημα της θλίψης, όπως για παράδειγμα βουρκωμένα μάτια.
- Τέλος, αρκετοί νοσούντες εκφράζουν έντονη ευερεθιστότητα, η οποία παίρνει μορφές όπως: επίμονη παρουσία συναισθημάτων θυμού, τάση ανταπόκρισης στις προκλήσεις της πραγματικότητας με οργισμένα ξεσπάσματα, συνεχείς κατηγορίες προς τους άλλους κ.ο.κ..

### 3.2.1.2 Εκλυτικοί Παράγοντες

Όπως αναφέρουν οι King και συν. (2007:384), παρόλο που οι έρευνες στηρίζουν σαφώς την υπόθεση ότι τα εξωτερικά γεγονότα λειτουργούν ως εκλυτικοί παράγοντες για τη ΜΚΔ, πολλά άτομα δεν εμφανίζουν κατάθλιψη μετά από ένα στρεσογόνο γεγονός (βλέπε τις επόμενες ενότητες 3.2.2.1 και 3.2.2.2). Για αυτό οι ερευνητές μελετούν τους παράγοντες προδιάθεσης που ενδέχεται να ερμηνεύουν το πόσο ευάλωτος είναι κάποιος στις διάφορες καταστάσεις.

Η έρευνα, από την άλλη, για τις διαπροσωπικές σχέσεις τονίζει τον ρόλο που παίζουν η χαμηλή κοινωνική υποστήριξη, το έντονα εκφρασμένο συναίσθημα (π.χ. κάποιος γίνεται αποδέκτης ακραίων και τοξικών επικρίσεων), η αυξημένη ανάγκη για επιβεβαίωση και οι φτωχές κοινωνικές δεξιότητες ως παράγοντες κινδύνου της κατάθλιψης.

Πέρα όμως από τους κοινωνικούς παράγοντες, οι ερευνητές εστιάζουν την προσοχή τους και σε ψυχολογικούς παράγοντες (σ.385). Συχνά γίνεται



λόγος για νευρωτισμό που συνδέεται με αυξημένα δυσάρεστα συναισθήματα, ενώ εμπειρικά έχουν μελετηθεί αρκετά οι θεωρίες που αναφέρονται σε γνωστικούς παράγοντες που λειτουργούν ως εκλυτικές αιτίες των συναισθημάτων της κατάθλιψης.

Σύμφωνα με τους Kring και συν. (2007:377-378), η πιο σημαντική γνωστική θεωρία για την κατάθλιψη είναι εκείνη του Aaron Beck. Η υπόθεσή του είναι ότι οι άνθρωποι εμφανίζουν κατάθλιψη επειδή ο τρόπος με τον οποίο σκέφτονται είναι αρνητικός. Συγκεκριμένα, ο Beck δέχεται ότι η κατάθλιψη συνδέεται με την αρνητική τριάδα: αρνητικές αντιλήψεις για τον εαυτό, τον κόσμο και το μέλλον. Το στοιχείο «κόσμος» της τριάδας αναφέρεται στην οπτική γωνία που έχει το υποκείμενο για τον δικό του κόσμο, δηλαδή για τις καταστάσεις που αντιμετωπίζει το ίδιο.

Σύμφωνα με το μοντέλο του, τα υποκείμενα που έχουν κατάθλιψη απέκτησαν στην παιδική τους ηλικία αρνητικά σχήματα, δηλαδή την τάση να βλέπουν τον κόσμο με αρνητικό τρόπο, μέσα από στρεσογόνα γεγονότα ζωής, όπως είναι η απώλεια ενός γονέα, η κοινωνική απόρριψη, η καταθλιπτική στάση ενός από τους γονείς κ.ο.κ.. Τα σχήματα διαφέρουν από τις συνειδητές σκέψεις. Αποτελούν ένα υποκείμενο σύνολο πεπιοθήσεων, οι οποίες λειτουργούν χωρίς επίγνωση του υποκειμένου και διαμορφώνουν τον τρόπο με τον οποίο νοηματοδοτούνται οι εμπειρίες του. Το αρνητικό σχήμα νοηματοδοτείται κάθε φορά που το υποκείμενο έρχεται αντιμέτωπο με καταστάσεις που μοιάζουν με εκείνες που προκάλεσαν αρχικά τη δημιουργία του συγκεκριμένου σχήματος. Σύμφωνα με τους Ruggiero, Spada, Caselli, Sassarolli (2018:381,388), η στροφή του Beck προς την υιοθέτηση των αρνητικών σχημάτων, οφείλεται τόσο στην επίδραση που του άσκησε η αρχική ψυχοδυναμική του εκπαίδευση όσο και σε επιρροές που είχε δεχθεί από θεωρητικούς της Ανθρωπιστικής

Ψυχολογίας (στους Ruggiero και συν. αναφέρονται οι: Erikson, 1950; Kohut, 1977; Rogers, 1977; Bandura, 1977). Στα θεωρητικά μοντέλα των τελευταίων, η έννοια του εαυτού έχει κεντρικό ρόλο στον τρόπο που οργανώνει ένα υποκείμενο τις καθημερινές ψυχολογικές του λειτουργίες. Τα ρήγματα που προκύπτουν στην οργάνωση του εαυτού, μέσω των αρνητικών σχημάτων, δημιουργούν τις προϋποθέσεις εμφάνισης ψυχοπαθολογικών φαινομένων.

Πιο συγκεκριμένα, από τη στιγμή που ενεργοποιούνται τα αρνητικά σχήματα, θεωρείται ότι προκαλούν γνωστικές στρεβλώσεις, δηλαδή την τάση του ατόμου να επεξεργάζεται τις πληροφορίες με συγκεκριμένους αρνητικούς τρόπους. Ο Beck υποστηρίζει ότι τα άτομα που έχουν κατάθλιψη μπορεί να εστιάζονται υπερβολικά στην αρνητική ανατροφοδότηση που τους αφορά και έχουν περισσότερες πιθανότητες να θυμούνται τέτοιες αρνητικές πληροφορίες από ό,τι οι άλλοι. Τα γνωστικά σφάλματα που συνήθως κάνει ένα υποκείμενο με κατάθλιψη είναι τα εξής: αυθαίρετα συμπεράσματα, επιλεκτική αφαίρεση και υπεργενικεύσεις.

Αξίζει να τονισθεί ότι οι επίγονοι του Beck ακολουθούν πιο μεταγνωσιακές και λειτουργιστικές προσεγγίσεις (functionalist metacognitive processes) (Ruggiero και συν., 2018:396). Κατά την ανάλυση των ψυχοπαθολογικών φαινομένων δεν στηρίζονται τόσο στη δομή του εαυτού και των αρνητικών σχημάτων, αλλά κυρίως στην κατανόηση των δυσλειτουργιών που προκύπτουν όταν οι βουλητικές διεργασίες του υποκειμένου (π.χ. ο μηχανισμός προσοχής) επηρεάζονται από αυτόματες και συναισθηματικά φορτισμένες διεργασίες (emotional-laden processes) (Ruggiero και συν., 2018:390). Οι Ruggiero και συν. (2018:392-395) αναφέρουν αναλυτικά τους παρακάτω ερευνητές: Kahneman, & Frederick, 2002; Martin, & Sloman, 2013; Sloman, 1996; Stanovich, 1999; Stanovich, & West, 2002; Wells, & Mathews, 1994.

### 3.2.2 Βιωματική Προσέγγιση

Τι έχουν όμως να πουν οι άνθρωποι που νόσησαν και βίωσαν τη ΜΚΔ; Αρχικά, θα γίνουν αναφορές στα έργα των William Styron και Andrew Solomon, στα οποία καταγράφονται οι προσωπικές εμπειρίες των συγγραφέων σχετικά με τη ΜΚΔ. Στη συνέχεια παρατίθενται οι αποκρίσεις ασθενών σε ερωτήσεις σχετικά με το πώς αντιλαμβάνονταν τον εξωτερικό κόσμο, καθώς και με το πώς ένιωθαν το σώμα τους, κατά τη διάρκεια των καταθλιπτικών επεισοδίων.

#### 3.2.2.1 Styron: τα Υπαρξιακά Σκοτάδια και οι Αναμνήσεις μιας Τρέλας

Στο βιβλίο *Darkness Visible* (1990), ο William Styron ανακαλεί τις εμπειρίες του από τα χρόνια που ξεκίνησε να νοσεί από βαριά κατάθλιψη. Κάνει λόγο για μια κατάσταση ύπαρξης χωρίς προηγούμενο, στην οποία βυθίζονταν τόσο οι σωματικές του αισθήσεις όσο και η σκέψη του. Επηρεάστηκε σε τέτοιο βαθμό, που διαπίστωσε ότι διαφοροποιήθηκε ριζικά η εμπειρία του τρόπου με τον οποίο αντιλαμβάνονταν τον κόσμο. Κατακλύζονταν από αισθήματα πανικού και αποπροσανατολισμού και ένιωθε ότι η σκέψη του βυθίζονταν μέσα σε μια τοξική και άγνωστη παλίρροια που εκμηδένιζε κάθε απόπειρα χαρούμενης ανταπόκρισης στα γεγονότα του κόσμου (σελ.14). Η λογική σκέψη ήταν σχεδόν απύουσα και η γνωσιακή επεξεργασία αντικαταστάθηκε από μια ενεργητική κατάσταση αγωνίας (σελ.15). Ο Styron ουσιαστικά αναφέρεται σε μια ακραία εμπειρία που έχει ως βάση το σώμα, στην οποία επικρατούσαν το συναίσθημα του τρόμου και ο εξουθενωτικός σωματικός πόνος. Δεν ήταν σε θέση να βιώσει το σώμα του ως ένα μέσο το οποίο δέχεται αισθητηριακά δεδομένα, τα επεξεργάζεται και οδηγείται σε διάφορα ενεργήματα. Ένιωθε το σώμα του λες και ήταν πλέον άδειο από ζωή (σελ.58).

Ποιος ήταν ο εκλυτικός παράγοντας της νόσου, επομένως και των συναισθημάτων τρόμου; Ο Styron θεωρεί ότι ο ακρογωνιαίος λίθος του φαινομένου της κατάθλιψης είναι η έννοια της απώλειας (σελ.56). Μάλιστα νιώθει ότι κατά τη διάρκεια της νόσου έμοιαζε λες και ξεδιπλωνόταν δυναμικά μια συσσωρευμένη αίσθηση απώλειας που έρχονταν από το παρελθόν του. Αυτό το δυναμικό και αφηρημένο συναίσθημα απώλειας σάρωνε τα πάντα: την αίσθηση αυτοπεποίθησης, την αίσθηση του εαυτού του, την αίσθηση της ικανότητάς του να αυτοεξυπηρετείται. Και τι ήταν ακριβώς αυτό που λειτούργησε ως μηχανισμός ενεργοποίησης αυτής της βαθιάς αίσθησης απώλειας; Ο Styron δηλώνει ότι δεν είναι σε θέση να δώσει μια συγκεκριμένη και πειστική απάντηση (σελ.78). Υπήρχαν συνθήκες που πίεζαν, αλλά καμία από αυτές δεν εκφράστηκε στη σκέψη του ως μια προτασιακή κρίση από την οποία ξεκίνησε ένα ντόμινο κατάρρευσης π.χ. «Έφτασα τα 60 χρόνια ζωής και είμαι πλέον πιο κοντά στον θάνατο».

#### 3.2.2.2 Solomon: η Κατάθλιψη ως μια Δαιμονική Κατάσταση

Ο Andrew Solomon περιγράφει στο βιβλίο *The Noonday Demon – Anatomy of Depression* (2002) την προσωπική του εμπειρία όταν νόσησε από ΜΚΔ. Όπως τονίζει χαρακτηριστικά, η νόσος προέκυψε όταν πίστευε ότι είχε πλέον λύσει όλα τα προβλήματά του (σελ.39). Δεν υπήρχε κάτι που εμφανώς δικαιολογούσε ένα ξέσπασμα της νόσου. Αναφέρει καταστάσεις μέσα από τις οποίες πέρασε κατά τη διάρκεια της ζωής του, όπως για παράδειγμα υπαρξιακή αγωνία, ξεχασμένες θλίψεις παιδικών χρόνων, απώλειες αγαπημένων ανθρώπων, όμως και στη δική του περίπτωση, όταν μπήκε σε κατάσταση της ΜΚΔ, δεν υπήρχαν στη σκέψη του ξεκάθαρες προτασιακές κρίσεις, ή αξιολογήσεις, οι οποίες λειτούργησαν ως εκλυτικοί παράγοντες.

Αναφέρει για παράδειγμα συναισθήματα φόβου και θλίψης τα οποία ξεπετάγονταν από μέσα του κατά κύματα, χωρίς όμως να έχει μια σαφή εικόνα του γιατί (σελ.42).

Στο κεφάλαιο «*Treatments*», ο Solomon τονίζει την ανάγκη αντιμετώπισης της κατάθλιψης τόσο με φαρμακευτική αγωγή, όσο και με ψυχοθεραπεία. Αναλύοντας τη μεθοδολογία τριών διαφορετικών ψυχοθεραπευτικών μεθόδων (ψυχανάλυση, γνωσιακή-συμπεριφορική θεραπεία, διαπροσωπική θεραπεία) τονίζει ότι είναι ουσιαστικά απαραίτητο να κατανοηθούν οι αυτόματες αντιδράσεις (σελ.107) και οι βαθύτερες, μη συνειδητές, πηγές της νόσου (σελ.103). Μάλιστα, προσθέτει ότι ακόμα και στην περίπτωση που η φαρμακευτική αγωγή εξαλείψει τα συμπτώματα της νόσου, είναι σημαντικό οι ασθενείς να συνεχίσουν τη ψυχοθεραπεία ώστε να καταλάβουν τον τρόπο που διεγείρονται οι καταθλιπτικές αντιδράσεις.

### 3.2.2.3 Κατάθλιψη: Σωματικοποίηση και Διαφοροποιημένη Αντίληψη

Στο άρθρο *Depression and Motivation* (2012), ο Benedict Smith παρουσιάζει ευρήματα από μια διαδικτυακή έρευνα για την κατάθλιψη. Η έρευνα πραγματοποιήθηκε το 2011 και ήταν μέρος του ερευνητικού έργου *Emotional Experience in Depression: A Philosophical Study* (2009–2012).

Στη διαδικτυακή έρευνα συμμετείχαν άνθρωποι που είχαν νοσήσει στο παρελθόν με κατάθλιψη. Δύο από τις ερωτήσεις αφορούσαν τόσο τον τρόπο που αντιλαμβάνονταν τον κόσμο (Α), κατά τη διάρκεια ενός καταθλιπτικού επεισοδίου, όσο και το πώς ένιωθαν το σώμα τους (Β):

**Α)** Απαντήσεις στην ερώτηση για το πώς αντιλαμβάνονταν τον εξωτερικό κόσμο κατά τη διάρκεια ενός καταθλιπτικού επεισοδίου (σ.625):

- **Μαρτυρία A1:** *«Τα πάντα μοιάζουν γκρι. Είναι λες και δεν υπάρχουν πλέον χρώματα!»*
- **Μαρτυρία A2:** *«Η χρήση των λέξεων είναι για εμένα μια πολύ δύσκολη διαδικασία όταν βρίσκομαι σε κατάθλιψη, επειδή όλα μου φαίνονται μαύρα και αφιλόξενα. Ο κόσμος γύρω είναι πλέον πολύ διαφορετικός. Είναι λες και έχουν εξαφανιστεί εντελώς τα χρώματα και η χαρά και έχει απλωθεί παντού στον κόσμο μια ανυπόφορη πλήξη.»*
- **Μαρτυρία A3:** *«Ο κόσμος είναι λες και έχει χάσει τα χρώματά του. Κυριαρχεί παντού το γκρι. Χάνω σταδιακά κάθε ενδιαφέρον. Παρατηρώ ότι πράγματα και καταστάσεις που άλλοτε με ενθουσίαζαν, όπως τα φυτά, η φύση, οι εναλλαγές των εποχών, πλέον με αφήνουν αδιάφορα και αυτό με πληγώνει.»*

**B)** Απαντήσεις στην ερώτηση για το πώς ένιωθαν το σώμα τους κατά τη διάρκεια ενός καταθλιπτικού επεισοδίου (σ.630):

- **Μαρτυρία B1:** *«Συχνά ένιωθα λες και η καρδιά μου ήταν σπασμένη, έχοντας παράλληλα σφίξιμο στο στήθος.»*
- **Μαρτυρία B2:** *«Η φυσική μου κατάσταση χειροτέρευε, ένιωθα πολύ βαρύς. Ήταν λες και με βούλιαζε κάποιο φυσικό βάρος.»*
- **Μαρτυρία B3:** *«Νιώθω το σώμα μου σαν κάτι ξένο που το ελέγχει απόλυτα η κατάθλιψη.»*
- **Μαρτυρία B4:** *«Το σώμα μου είναι κουρασμένο, βαρύ και ανυπάκουο. Νιώθω ένταση στους ώμους μου και έναν μόνιμο πόνο στους κροτάφους, καθώς και στο πίσω μέρος των ματιών μου. Λες και υποβόσκει ένα συναισθηματικό πλεόνασμα που είναι έτοιμο να*

*ξεσπάσει. Το στήθος μου είναι σφιγμένο. Η καρδιά μου χτυπά διαρκώς πιο γρήγορα και νιώθω πόνους στο στήθος. Ένα μούδιασμα απλώνεται τόσο πολύ στα άκρα μου, που πείθομαι ότι σωματικά είμαι έτοιμος να σπάσω σε χίλια κομμάτια.»*

- **Μαρτυρία Β5:** *«Για εμένα η κατάθλιψη είναι όμοια με ένα τρομερό βάρος το οποίο εκφράζεται σωματικά στους ώμους και στο στήθος μου. Είναι μια κατάσταση χειροπιαστή και όχι απλώς μια μεταφορική ασθένεια. Η αναπνοή γίνεται δύσκολη. Νιώθω πόνο στο στήθος και δεν μπορώ να αναπνεύσω. Νιώθω ότι πρέπει να δώσω αγώνα για να καταφέρω να αναπνεύσω.»*

### **3.3 Οι Συναισθηματικές Διαστάσεις του Φαινομένου της Κατάθλιψης: μια Φιλοσοφική Μελέτη**

#### **3.3.1 Αρχικές Διευκρινίσεις**

Σύμφωνα με τον Lazarus (1991:82), η κατάθλιψη είναι μια σύνθετη συναισθηματική κατάσταση και δεν μπορεί σε καμία περίπτωση να ιδωθεί ως ένα ξεχωριστό συναίσθημα (κάτι που φάνηκε και στην ενότητα 3.2). Τα ξεχωριστά συναισθήματα προκύπτουν μέσα από άμεσες συσχετίσεις με αποβλεπτικά αντικείμενα, ενώ τα σύνθετα συναισθήματα σχετίζονται περισσότερο με πιο υπαρξιακές παραμέτρους της ζωής ενός υποκειμένου. Ο Lazarus θεωρεί ότι η κατάθλιψη, όπως και το πένθος, αποτελεί αντίδραση σε μια απώλεια και έχει σαφώς μεγαλύτερο αντίκτυπο σε ένα υποκείμενο σε σχέση με τη θλίψη (σ.248). Παρόλα αυτά, τόσο στην κατάθλιψη όσο και στο πένθος συναντάται συχνά η συνύπαρξη πολλών και διαφορετικών συναισθημάτων,

όπως για παράδειγμα συναισθήματα θλίψης, άγχους, φόβου, ενοχής, ντροπής κ.ο.κ. (σ.248).

Για τον Prinz (2004:182), η κατάθλιψη είναι διάθεση και έχει πολλές ομοιότητες με τα συναισθήματα. Θεωρεί ότι χαρακτηρίζεται από παρεμφερείς σωματικές αισθήσεις και έχει παρόμοιο αντίκτυπο στη σκέψη και στη συμπεριφορά. Από την άλλη, τονίζει ότι στη βιβλιογραφία μπορούν να εντοπιστούν τρία κριτήρια που χρησιμοποιούνται ευρέως για να προσδιορίσουν διαφορές μεταξύ των διαθέσεων και των συναισθημάτων (σ.183):

- Κριτήριο χρόνου: οι διαθέσεις είναι όμοιες με τα συναισθήματα που έχουν διάρκεια στον χρόνο.
- Κριτήριο προδιάθεσης: οι διαθέσεις αποτελούν πεδίο δημιουργίας συναισθημάτων και όχι συναισθήματα.
- Κριτήριο αποβλεπτικότητας: οι διαθέσεις είναι όμοιες καταστάσεις με τα συναισθήματα, χωρίς όμως συγκεκριμένο αποβλεπτικό αντικείμενο.

Ο Prinz (2004:183-185) θεωρεί ότι κανένα από τα παραπάνω κριτήρια δεν είναι σε θέση να δικαιολογήσει έναν αυστηρό διαχωρισμό των διαθέσεων από τα συναισθήματα. Θα δούμε όμως παρακάτω -και σε συνέχεια από το δεύτερο κεφάλαιο- ότι εκλαμβάνει το κριτήριο της αποβλεπτικότητας ως σημαντική βάση μελέτης των διαθέσεων και των συναισθημάτων.

Η Nussbaum (2001:133) δέχεται ότι είναι δύσκολος ο διαχωρισμός μεταξύ των συναισθημάτων και των διαθέσεων. Θεωρεί ότι τα συναισθήματα έχουν πάντα συγκεκριμένο αποβλεπτικό αντικείμενο το οποίο είναι επενδυμένο με αξίες και πεποιθήσεις (βλέπε ενότητα 1.2.2.). Πολλές φορές όμως το αντικείμενο των συναισθημάτων είναι ασαφές και δυσδιάκριτο. Είναι ακριβώς αυτές οι περιπτώσεις που δημιουργούν δυσκολία διάκρισης των



συναισθημάτων από τις διαθέσεις. Για παράδειγμα, υπάρχουν περιπτώσεις που κάποιος κυριαρχείται από διάθεση άγχους και φόβου, όπως συχνά συμβαίνει στις περιπτώσεις των ανθρώπων που εμφανίζουν κατάθλιψη, και οι σωματικές του εμπειρίες δεν διαφέρουν από αυτές των συναισθημάτων. Τέλος, η Nussbaum τονίζει ότι υπάρχουν και περιπτώσεις που οι διαθέσεις αποτελούν προκάλυμμα των συναισθημάτων και χρειάζεται κάποιος χρόνος για να προσδιορίσει το υποκείμενο το ακριβές αποβλεπτικό αντικείμενο (σ.133).

Με τις παραπάνω διευκρινίσεις κατά νου, καθώς και με τα δεδομένα της ενότητας 3.2, προκύπτουν οι εξής δύο παραδοχές πάνω στις οποίες θα στηριχθεί η ανάλυση που ακολουθεί:

- **Παραδοχή 1:** η μελέτη του φαινομένου της κατάθλιψης (και κυρίως της ΜΚΔ) αποτελεί μελέτη των συναισθημάτων. Οι αρχικές διευκρινίσεις της τρέχουσας ενότητας, βοηθούν ώστε δεχτούμε το φαινόμενο της ΜΚΔ ως μια θυμική εμπειρία η οποία και θα μελετηθεί εννοιολογικά και φαινομενολογικά. Γίνεται επίσης δεκτό ότι η ΜΚΔ είναι μια σύνθετη συναισθηματική κατάσταση, η οποία συνήθως έχει αφηρημένο ή/και δυσδιάκριτο αποβλεπτικό αντικείμενο. Ανήκει στις περιπτώσεις που σύμφωνα με τον Hatzimoysis (2005:107) *«[...] θεωρείται συχνά δεδομένο, ανεξαρτήτως του βαθμού σημαντικότητας, ότι ο φαινομενικός χαρακτήρας της εμπειρίας δεν απευθύνεται κάπου και δεν αφορά κάτι συγκεκριμένο. Θα μπορούσε λοιπόν να γίνει δεκτό ότι η συναισθηματική αίσθηση είναι μια κατάσταση που δεν υποδηλώνει τίποτα περισσότερο από το πώς είναι για ένα υποκείμενο να τη βιώνει, και επομένως αποκλείει την πιθανότητα να συνδέονται οι συναισθηματικές αισθήσεις με συγκεκριμένα αποβλεπτικά αντικείμενα.»*.

- **Παραδοχή 2:** το φαινόμενο της ΜΚΔ χαρακτηρίζεται είτε από τη σταδιακή απόσυρση του υποκειμένου που νοσεί από τη δράση είτε από τη ραγδαία διαφοροποίηση του τρόπου που αποφασίζει και δρα (βλέπε τη συμπρωματολογία της ενότητας 3.2.1.1 «*Κινητικότητα και βούληση*», καθώς και τις βιωματικές μαρτυρίες των ενότητων 3.2.2.1 και 3.2.2.2). Κατά τους Giovanni Stanghellini και René Rosfort (2014:162), σε αυτές τις συνθήκες παρατηρείται ένα έντονο έλλειμμα ζωτικότητας (Lack of Vital Drive) που μεταφράζεται ως ένα αίσθημα απουσίας ενέργειας, που περιέχει -με τη σειρά του- αισθήματα αποκαρδίωσης και που οδηγεί, τελικά, σε κατακερματισμό της φυσικής και ψυχικής ακεραιότητας. Τονίζουν μάλιστα ότι οι νοσούντες νιώθουν συχνά ότι δεν είναι τίποτα περισσότερο από το σώμα τους (βλέπε μαρτυρίες Β), ένα σώμα που βιώνεται ως φορέας μιας ασυνήθιστης υλικότητας.

### **3.3.2 Ανθρώπινη Δράση: Σωματική Φύση και Ψυχολογικές Διεργασίες**

Η παραδοχή 2 αναφέρεται τόσο στην απουσία κινήτρων για πρωτοβουλίες όσο και στη διαφοροποίηση του τρόπου δράσης που βιώνεται από έναν άνθρωπο που νοσεί από κατάθλιψη. Τι μπορούμε να πούμε για αυτή τη συνθήκη; Οφείλεται στις ψυχολογικές και νοητικές επεξεργασίες του νοσούντα; Μπορεί να κατανοηθεί μέσα από τους τρόπους με τους οποίους το ανθρώπινο σώμα του νοσούντα αλληλοεπιδρά με το περιβάλλον;

Η ανάλυση αυτής της ενότητας εστιάζει στο άρθρο *Depression and Motivation* (2012) του Benedict Smith ο οποίος προσπαθεί να δείξει ότι η βάση

της ανθρώπινης δράσης είναι η σωματική φύση και όχι, ή τουλάχιστον όχι μόνο, η ψυχολογική δραστηριότητα.

Όπως υποστηρίζει ο Smith, υπάρχει η τάση να χρησιμοποιούνται έννοιες όπως «αποξένωση» για να περιγράψουν τη συνθήκη κατά την οποία έχει κλονιστεί η σχέση ανάμεσα στις σκέψεις ενός υποκειμένου και στον τρόπο που δρα (σ.617). Υπάρχουν περιπτώσεις που το υποκείμενο γνωρίζει ότι πρέπει να δράσει με τον τρόπο Χ, αλλά δεν μπορεί, ενώ σε άλλες περιπτώσεις πράττει με τρόπο εντελώς διαφορετικό από αυτόν που του υποδεικνύει η θέλησή του. Κάτι ανάλογο ισχύει και για τις περιπτώσεις των ανθρώπων που νοσούν από κατάθλιψη. Μοιάζει σα να μην έχουν επαρκή κινητοποίηση ώστε να δράσουν με τρόπο αυθεντικό και σύμφωνο με τη θέλησή τους. Υπάρχει ένα γενικό αίσθημα αναξιοσύνης που εμποδίζει την πραγματοποίηση δράσεων που είναι συγχρονισμένες με τις κρίσεις τους. Ο Smith επικεντρώνεται στις παρακάτω δύο προσεγγίσεις:

### **Προσέγγιση 1:**

Αρχικά, ο Smith διερευνά την παραδοχή 2 από τη σκοπιά της απουσίας επιθυμίας (σ.617). Όπως χαρακτηριστικά αναφέρει, το κλασικό χουμιανό μοντέλο κινητοποίησης βασίζεται στη θέση ότι η απουσία ανθρώπινης δράσης οφείλεται στην απουσία επιθυμίας. Η απουσία δράσης εξηγείται από την απουσία κινητοποίησης, και η απουσία κινήτρων, με τη σειρά της, εξηγείται από την απουσία επιθυμίας. Επομένως, για να έχει κανείς κίνητρο να δράσει, πρέπει να διαθέτει κοσμοκεντρικές νοητικές αναπαραστάσεις πεποιθήσεων και επιθυμιών. Για παράδειγμα, κάποιος έχει το κίνητρο να φάει πατατάκια εφόσον έχει: α) επιθυμία να φάει πατατάκια και β) πεποίθηση ότι υπάρχουν πατατάκια πάνω στο τραπέζι (σ.618). Κατά το χουμιανό μοντέλο, το άτομο που νοσεί από κατάθλιψη βιώνει μια αλλαγή στο ψυχολογικό του προφίλ, ως έλλειψη

επιθυμιών, χωρίς όμως να αλλοιώνονται οι πεπιοθήσεις του. Αυτό καθώς σύμφωνα με τον Hume οι πεπιοθήσεις είναι ξεχωριστές οντότητες από τις επιθυμίες (σ.619).

### **Προσέγγιση 2:**

Σε δεύτερη φάση, ο Smith (2012) εστιάζει σε μια εναλλακτική προσέγγιση που προτείνεται από τον Iain Law, σύμφωνα με την οποία δεν είναι η απουσία κινητοποίησης, ως απουσία επιθυμιών, που αποτρέπει έναν άνθρωπο που νοσεί από κατάθλιψη να προβεί σε κάποια δράση, αλλά το περιεχόμενο συγκεκριμένων πεπιοθήσεων, ή/και σκέψεων, που παρεμβάλλονται και υπονομεύουν την οποιαδήποτε δράση. Επομένως, σύμφωνα με τον Law, παρόλο που το δίκτυο πεπιοθήσεων και επιθυμιών παραμένει ως έχει, καταστέλλεται ή υπονομεύεται από άλλες αναδυόμενες πεπιοθήσεις και σκέψεις (σ.619).

Τι κοινό έχουν οι παραπάνω προσεγγίσεις; Ο Smith καταλήγει ότι και στις δύο περιπτώσεις δίνεται μονόπλευρη βαρύτητα στις νοητικές εξηγήσεις (σ.623-624). Αν δεχτούμε τις θέσεις τους, τότε θα δεχτούμε ότι ο μοναδικός παράγοντας κινητοποίησης είναι η διαμόρφωση των κατάλληλων νοητικών καταστάσεων. Μπορούμε όμως να δούμε το φαινόμενο της κατάθλιψης (κυρίως μέσα από την παραδοχή 2), άρα και των συναισθηματικών εκδηλώσεων που το συνοδεύουν (παραδοχή 1), αποκομμένο τόσο από το σώμα όσο και από τις πτυχές του περιβάλλοντος του υποκειμένου;

Όπως δείχνουν τα επιχειρήματα που ακολουθούν, τα δεδομένα που έχουμε στην κατοχή μας, στο τρέχον κεφάλαιο, καθιστούν προβληματική την κατανόηση του φαινομένου της κατάθλιψης μέσω των δύο προαναφερθεισών προσεγγίσεων:

1. Στην ενότητα 3.2.1.2, περιγράφοντας περιπτώσεις εκλυτικών παραγόντων, έγινε αναφορά στις γνωστικές θεωρίες και συγκεκριμένα σε αυτή του Beck. Όπως είδαμε, ο Beck πρεσβεύει ότι η κατάθλιψη συνδέεται με την αρνητική τριάδα: αρνητικές αντιλήψεις για τον εαυτό, τον κόσμο και το μέλλον, η οποία όμως τροφοδοτείται από την ενεργοποίηση αρνητικών σχημάτων. Τα σχήματα αποτελούν ένα μη συνειδητό σύνολο πεποιθήσεων, οι οποίες, σε αντίθεση με τις δύο παραπάνω προσεγγίσεις του Smith, λειτουργούν χωρίς επίγνωση του υποκειμένου και διαμορφώνουν καθοριστικά τον τρόπο με τον οποίο νοηματοδοτούνται οι εμπειρίες του. Έτσι, τα υποκείμενα μοιάζει να οδηγούνται με τρόπο αναπόφευκτο στη δημιουργία αρνητικού και τοξικού περιεχομένου στις σκέψεις τους (βλέπε ενότητα 3.2.1.1 «*Νοητικό περιεχόμενο*»). Αξίζει να τονισθεί ότι ακόμα και οι θέσεις των επιγόνων του Beck δεν συμβαδίζουν με τις δύο υπό μελέτη προσεγγίσεις του Smith.
2. Στην ενότητα 3.2.2.1 αναφέρθηκαν οι εμπειρίες του William Styron. Είχε επηρεαστεί σε τέτοιο βαθμό, που διαπίστωσε ότι διαφοροποιήθηκε ριζικά η αντίληψή του για τον κόσμο. Κατακλυζόταν από αισθήματα πανικού και αποπροσανατολισμού, χωρίς να μπορεί να κατανοήσει γιατί. Η λογική σκέψη ήταν σχεδόν απύσχα και η γνωσιακή επεξεργασία αντικαταστάθηκε από μια ενεργητική κατάσταση αγωνίας. Ο Styron αναφέρει μάλιστα ένα αφηρημένο συναίσθημα απώλειας που σάρωνε τα πάντα, χωρίς να είναι σε θέση να δώσει μια συγκεκριμένη και πειστική αφήγηση, όμοια με αυτές των δύο υπό μελέτη προσεγγίσεων, για το πώς ξεκίνησαν να τον κατακλύζουν αυτά τα συναισθήματα.
3. Στην ενότητα 3.2.2.2, ο Andrew Solomon αναφέρει συναισθήματα φόβου και θλίψης που ξεπετάγονταν από μέσα του κατά κύματα, χωρίς όμως να

έχει μια σαφή εικόνα του γιατί. Τονίζει μάλιστα ότι ακόμα και στην περίπτωση που μια φαρμακευτική αγωγή εξαλείψει τα συμπτώματα της νόσου, είναι σημαντικό οι νοσούντες να συνεχίσουν την ψυχοθεραπεία ώστε να καταλάβουν τον τρόπο που διεγείρονται οι καταθλιπτικές αντιδράσεις. Επομένως και οι θέσεις του Solomon μοιάζει να μην συμπλέουν με τις δύο προαναφερθείσες προσεγγίσεις του Smith.

4. Στην ενότητα 3.2.2.3 παρατέθηκαν μαρτυρίες ανθρώπων που είχαν βιωματική εμπειρία κατάθλιψης. Η ανάλυση έδειξε ότι συχνά τα αντικείμενα του άμεσου περιβάλλοντος, όσων νοσούν με κατάθλιψη, γίνονται αντιληπτά με τρόπο διαφορετικό από τον συνηθισμένο. Κυριαρχεί το γκρι και υποχωρεί η αίσθηση των υπόλοιπων χρωμάτων (μαρτυρίες A). Η κάθε εμπειρία έχει επίσης έντονο σωματικό υπόβαθρο. Μάλιστα, στη μαρτυρία B4 η εμπειρία κατάθλιψης είναι τόσο έντονα σωματικοποιημένη στους ώμους, στους κροτάφους και στο πίσω μέρος των ματιών, που δημιουργεί την αίσθηση ότι *«υποβόσκει ένα συναισθηματικό πλεόνασμα που είναι έτοιμο να ξεσπάσει»*. Όπως τονίζει ο Smith (2012), αυτές οι μαρτυρίες μας οδηγούν στο να ξεφύγουμε από τις μονόπλευρες ψυχολογικές και νοητικές εξηγήσεις και να δώσουμε έμφαση στον τρόπο που συνδέονται οι εσωτερικές σωματικές αισθήσεις των υποκειμένων με τις εξωτερικές πτυχές του κόσμου (σ.625).

Τα παραπάνω επιχειρήματα δείχνουν κατ'ελάχιστον τα εξής:

- Η σωματική διάσταση διαδραματίζει κεντρικό ρόλο και αποτελεί δυναμικό παράγοντα διαμόρφωσης πεπιοθήσεων και αντιλήψεων.
- Υπάρχουν δυναμικές που λειτουργούν σε ένα επίπεδο που δεν ελέγχεται άμεσα από τις συνειδητές και λογικές λειτουργίες των υποκειμένων.

### **3.3.3 Οι Κρισιοκεντρικές και Σωματοκεντρικές Θεωρίες υπό το Πρίσμα της Κατάθλιψης**

Σε αυτή την ενότητα η ανάλυση επικεντρώνεται εκ νέου στα βασικά ευρήματα των δύο πρώτων κεφαλαίων ώστε να εξεταστούν σε συνδυασμό με την ανάλυση της ενότητας 3.3.2.

Το πιο βασικό εύρημα του πρώτου κεφαλαίου είναι ότι οι κρίσεις, ως συνειδητές διανοητικές αξιολογήσεις, μαζί με τις πεπιοθήσεις και τις επιθυμίες, δεν μπορούν να θεωρηθούν αναγκαίες και επαρκείς συνθήκες των συναισθημάτων (ενότητες 1.3.1, 1.3.2, 1.3.3). Η ανάλυση έδειξε ότι συμβαίνει πολλές φορές σε ένα υποκείμενο να επεξεργάζεται διανοητικά διάφορες πεπιοθήσεις οι οποίες όμως δεν συνοδεύονται από θυμικά βιώματα και σωματικές αντιδράσεις (παράμετρος Π1), ενώ σε άλλες περιπτώσεις, θυμικά βιώματα διαπερνούν εξαίφνης ένα υποκείμενο χωρίς να αντανακλούν τις τρέχουσες πεπιοθήσεις, επιθυμίες και αξίες του (παράμετρος Π2). Σε αυτό το σημείο, φαίνεται ότι τα πορίσματα του πρώτου κεφαλαίου συγκλίνουν με αυτά της προηγούμενης ενότητας (3.3.2), που σημαίνει ότι οι συνειδητές επιθυμίες και πεπιοθήσεις, καθώς και οι αξιολογικές κρίσεις, δεν μπορούν να αποτελέσουν επαρκή βάση κατανόησης των συναισθηματικών εκδηλώσεων εν γένει.

Αναλύοντας όμως τις ΣΘ στο δεύτερο κεφάλαιο, φάνηκε ότι οι παραπάνω νοητικές καταστάσεις μπορούν να διαδραματίσουν σημαντικό ρόλο τόσο κατά τη συναισθηματική έκφραση όσο και στη διαμόρφωση της ατμόσφαιρας μέσα στην οποία εκδηλώνονται τα συναισθήματα. Για παράδειγμα, ο Damasio θεωρεί ότι οι γνωστικές κρίσεις είναι βασικό συστατικό στοιχείο των δευτερογενών συναισθημάτων (ενότητα 2.2.2), ενώ ο Prinz δέχεται ότι τα δευτερογενή συναισθήματα δεν αποτελούν συνθέσεις γνωστικών και θυμικών

αποτιμήσεων, αλλά συνεχίζουν να είναι ενσώματες αποτιμήσεις που έχουν πλέον επαναρρυθμιστεί από γνωστικές κρίσεις ώστε να αναπαριστούν διαφορετικές σχεσιακές θεματικές του οργανισμού με το περιβάλλον.

Χαρακτηριστική είναι επίσης η προσέγγιση του Lazarus. Όπως είδαμε στην ενότητα 1.2.4, βασίζεται στις συνειδητές γνωστικές αποτιμήσεις και προσπαθεί να δώσει αναλυτικά όλο το εύρος των τρόπων με τους οποίους ένα υποκείμενο συνδέεται με το περιβάλλον και πώς οι αξιολογήσεις αυτών των συνδέσεων γεννούν τη συναισθηματική εμπειρία. Η καθημερινή όμως εμπειρία, όπως και οι μαρτυρίες των ανθρώπων που είχαν εμπειρία κατάθλιψης, δείχνει ότι δεν προλαβαίνουμε να προβούμε συνειδητά σε όλο το εύρος των πρωτογενών και δευτερογενών αποτιμήσεων που προτείνει η θεωρία του. Όμως, ο Lazarus δέχεται παράλληλα ότι υπάρχει και αξιολόγηση πληροφοριών του περιβάλλοντος ακόμα και σε μη συνειδητό επίπεδο, γεγονός που τον φέρνει κοντά στις θέσεις του Beck.

Στην ενότητα 1.3.1 φάνηκε ότι ένα ακόμη πρόβλημα με τις ΚΘ είναι ο ισχυρισμός τους ότι μπορεί ένα υποκείμενο να είναι σε μια συναισθηματική κατάσταση, χωρίς να νιώθει τη σωματική της διάσταση (χωρίς σωματικές ή φυσιολογικές αντιδράσεις). Τα επιχειρήματα όμως των εννοιών 1.3.1 και 2.3.3 δείχνουν ότι μια τέτοια προοπτική είναι προβληματική. Με αυτή τη θέση συντονίζονται και τα ευρήματα της προηγούμενης ενότητας.

Προσεγγίζοντας τα προβλήματα που αντιμετωπίζουν οι ΚΘ, ο Ratcliffe (2008) θεωρεί ότι είναι σημαντικό να ερμηνευθεί με διαφορετικό τρόπο η διαφοροποίηση μεταξύ κρίσης και σωματικής αίσθησης. Αντί λοιπόν να επιτίθεται κανείς στις σωματικές αισθήσεις, δίνοντας προτεραιότητα στις κρίσεις, θα μπορούσε να επανεξετάσει τον διαχωρισμό ανάμεσα στις εσωτερικές σωματικές εμπειρίες και στις εμπειρίες του εξωτερικού κόσμου,



τονίζοντας πλέον το γεγονός ότι διαμέσου του σώματός μας μπορούμε και βιώνουμε διαφορετικές εμπειρίες κατά τη διάρκεια των αλληλοεπιδράσεων μας με τον κόσμο (σ.29).

Από την άλλη, οι αντιληπτικές θεωρίες (βλέπε ενότητα 1.4) κατορθώνουν να ξεπεράσουν τις δυσκολίες των ΚΘ δεχόμενες ότι τα συναισθήματα προκύπτουν από τον τρόπο που ένα υποκείμενο υπάρχει σε μια κατάσταση και όχι διαμέσου πολύπλοκων κρυσιακών και γνωστικών αποτιμήσεων. Μάλιστα, κάποιες εξ αυτών βασίζονται στις αναπτυξιακές επιρροές των υποκειμένων για να εξηγήσουν με ποιο τρόπο αναδύονται διαφορετικά συναισθηματικά μοτίβα σε κάθε υποκείμενο. Όμως και σε αυτές τις περιπτώσεις, είδαμε ότι είναι αναγκαίο να διευκρινιστεί με ποιο τρόπο το εκάστοτε υποκείμενο στρέφεται προς κάποια χαρακτηριστικά που το μαγνητίζουν, διεγείροντάς του συγκεκριμένα συναισθήματα.

Η ανάλυση του δεύτερου κεφαλαίου έδειξε ότι οι ΣΘ μπορούν λειτουργήσουν με τρόπο συμπληρωματικό ως προς τις αντιληπτικές θεωρίες:

- παρέχοντας αφηγήσεις για τον τρόπο που το εκάστοτε υποκείμενο στρέφεται προς κάποια χαρακτηριστικά που το μαγνητίζουν (somatic markers hypothesis, calibration files position),
- αποφεύγοντας τα επιχειρήματα της ανορθολογικότητας που αντιμετωπίζουν οι ΚΘ και
- δίνοντας κεντρικό ρόλο στη σωματικότητα κατά τη διάρκεια της συναισθηματικής εμπειρίας.

Σύμφωνα με τον Jan Slaby (2008), οι σωματικές θεωρίες κατορθώνουν να εστιάσουν σε μια θεμελιώδη πραγματικότητα της συναισθηματικής εμπειρίας, στο γεγονός δηλαδή ότι η βιωμένη σωματική αίσθηση είναι ο τρόπος

με τον οποίο κάποιος άνθρωπος αποκτά μια θυμική κατανόηση για το τι είναι για αυτόν σημαντικό και τι όχι (σ.443). Μάλιστα, τονίζει ότι συγκεκριμένα ο Prinz κατόρθωσε να εξελίξει τις σωματικές θεωρίες με την παραδοχή του ότι οι συναισθηματικές σωματικές αισθήσεις έχουν αποβλεπτικό αντικείμενο διαφορετικό από τις σωματικές αλλαγές (σ.442). Από την άλλη, ο Slaby θεωρεί ότι η προσέγγιση του Prinz καθιστά τα συναισθήματα αδιαφανή και ταυτόσημα με σκοτεινές σωματικές λειτουργίες. Μοιάζουν έτσι περισσότερο με αιτιοκρατικούς μηχανισμούς που θολώνουν την ιδιαίτερη υποκειμενική προοπτική της συναισθηματικής εμπειρίας (σ.443). Η θέση του Slaby συναντά τους προβληματισμούς της ενότητας 2.4 (Προβλήματα και πλεονεκτήματα των Σωματοκεντρικών Θεωριών).

Με αφορμή την τελευταία παρατήρηση, και σε συνέχεια της ενότητας 2.2.3, ας δούμε με ποιο τρόπο ο Prinz χρησιμοποιεί τη θεωρία του για τα συναισθήματα για να προσεγγίσει το φαινόμενο της κατάθλιψης.

Η ανάλυση έδειξε ότι για τον Prinz (2004) το περιεχόμενο των συναισθημάτων προκαλείται μεν από τις σωματικές αλλαγές, αποτελείται όμως από αναπαραστάσεις σχεσιακών θεματικών που συνδέουν το υποκείμενο με κάποιο από τα χαρακτηριστικά των επιμέρους αντικειμένων. Θεωρεί ότι με παρόμοιο τρόπο λειτουργούν και οι διαθέσεις (σ.184). Όπως χαρακτηριστικά αναφέρει, οι διαθέσεις δεν δημιουργούνται τυχαία. Μπορούν να προκληθούν είτε από γεγονότα όπως οι καιρικές συνθήκες, το διαίολογιο, ή ορμονικές αλλαγές είτε από στρεσογόνα γεγονότα ζωής, όπως ο θάνατος αγαπημένου προσώπου, ένα διαζύγιο, η απώλεια εργασίας κτλ. Για παράδειγμα, οι κακές καιρικές συνθήκες μπορεί να αποτελούν σημάδι ότι οι εξωτερικές συνθήκες θα δυσκολέψουν την πρόσβαση του υποκειμένου σε κάποιους πολύτιμους πόρους. Επομένως, οι διαθέσεις μπορούν να αναπαριστούν ό,τι αναπαριστούν

τα συναισθήματα και να προκαλούνται από παρόμοια γεγονότα. Ακόμα και όταν δεν υπάρχουν αντιληπτικά δεδομένα από κάποιο συγκεκριμένο επιμέρους αντικείμενο, οι διαθέσεις, όπως και τα συναισθήματα, μπορούν να δομούνται μόνο από σχηματικές αναπαραστάσεις με αισθητικό περιεχόμενο (formal object) που αποτελούν ένα είδος ρυθμιστικών αρχείων (calibration files) (σ.184).

Το επόμενο βήμα του Prinz είναι να προχωρήσει σε μια διάκριση μεταξύ των διαθέσεων και των συναισθημάτων η οποία βασίζεται στη θέση ότι οι διαθέσεις δομούνται από διαφορετικού τύπου ρυθμιστικά αρχεία σε σχέση με τα συναισθήματα (σ.185). Παρόλο που μπορούν δηλαδή να προκληθούν από το ίδιο επιμέρους αντικείμενο (π.χ. απώλεια εργασίας), διαφοροποιούνται εντέλει ως προς το τι αναπαριστούν. Τα συναισθήματα αναφέρονται σε πιο συγκεκριμένα αντικείμενα ή καταστάσεις, ενώ οι διαθέσεις αναφέρονται με πιο γενικό τρόπο. Για παράδειγμα, ενώ τα συναισθήματα μπορεί να αναπαριστούν μια συγκεκριμένη απώλεια, ή έναν συγκεκριμένο κίνδυνο, οι αντίστοιχες διαθέσεις μπορεί να αναπαριστούν μια γενική αίσθηση απώλεια μάχης με τα πράγματα, ή ένα γενικό διακύβευμα ζωής (σ.185).

Οδηγείται όμως έτσι σε παράδοξες συνέπειες τις οποίες και αναγνωρίζει (σ.185-186). Μερικά γεγονότα (π.χ. θυμός ενός οδηγού) μπορεί να οδηγούν στην έκλυση δυνατών συναισθημάτων, χωρίς να οδηγούν απαραίτητα σε αλλαγή διάθεσης, ενώ κάποια άλλα γεγονότα (π.χ. απώλεια εργασίας) οδηγούν και σε δυνατά συναισθήματα, καθώς και στη δημιουργία αρνητικών διαθέσεων διαρκείας. Ακριβώς σε αυτό το σημείο ο Prinz συναντάται, με έναν τρόπο, με τον Roberts (ενότητα 1.4.1). Οι παραπάνω διαφορές εξηγούνται με όρους ερμηνευτικού σχήματος το οποίο, σε αντίθεση με ότι δέχεται ο Roberts, έχει αξιολογικά σωματική βάση και δεν απαιτεί την οποιαδήποτε συνειδητή

γνωστική αποτίμηση. Ο θυμός ενός οδηγού μπορεί να αναφέρεται απλά σε πρόσκαιρες δυσκολίες, ενώ η απώλεια εργασίας μπορεί να σχετιστεί με ραγδαία μείωση της ικανότητας του υποκειμένου να έχει πρόσβαση σε σημαντικούς πόρους.

Γεννιέται όμως το εξής ζήτημα: παρόλο που ο Prinz δανείζεται από τον Lazarus τις πυρηνικές σχεσιακές θεματικές (βλέπε ενότητα 1.2.4), δέχεται ότι λειτουργούν μόνο μέσω σωματικών και όχι γνωστικών αποτιμήσεων. Πώς είναι αυτό εφικτό; Ο Prinz (σ.186) θεωρεί ότι τα συναισθήματα και οι διαθέσεις έχουν διαφορετικό λειτουργικό ρόλο. Τα συναισθήματα εντοπίζουν τοπικές αλλαγές στη σχέση του οργανισμού με το περιβάλλον του, ενώ οι διαθέσεις εντοπίζουν καθολικές αλλαγές. Στηρίζει τη θέση του στα ακόλουθα δύο επιχειρήματα (σ.187): α) ένας οργανισμός με συναισθήματα, αλλά χωρίς διαθέσεις, θα αποτύγχανε να αντιληφθεί τις γενικές τάσεις στις σχέσεις του με το περιβάλλον, β) κάποιες προκλήσεις μπορούν να αντιμετωπιστούν τοπικά και άμεσα, ενώ κάποιες άλλες προϋποθέτουν μακροπρόθεσμη στρατηγική η οποία μπορεί να στηριχθεί καλύτερα μέσα από τις διαθέσεις. Ας φανταστούμε ένα υποκείμενο που αντιμετωπίζει κάποιο μεμονωμένο στρεσογόνο γεγονός. Θα νιώσει πιθανά συναισθήματα άγχους στην προσπάθειά του να διαχειριστεί την κατάσταση. Αν όμως βιώνει επαναλαμβανόμενα στρεσογόνα γεγονότα, τότε είναι πιθανό να αναπτύξει μια γενικότερη αγχώδη διάθεση σχετικά με τον τρόπο που αντιλαμβάνεται το περιβάλλον του.

Αναφορικά με τη θεωρία του Prinz, ο Ratcliffe (2008:29-31) σχολιάζει ότι στην καλύτερη περίπτωση αυτό που κατορθώνει να δείξει είναι ότι κάποιες σωματικές καταστάσεις συνδέονται φαινομενολογικά με κάτι εξωτερικό. Παρόλα αυτά, παραμένει, κατά τον Ratcliffe, η προβληματική παραδοχή ότι η γενικότερη φαινομενολογία της συναισθηματικής εμπειρίας είναι εξ ολοκλήρου

εσωτερική. Τονίζει μάλιστα ότι μια σωματική αίσθηση δεν ιχνηλατεί απλά και μόνο κάτι πέρα από μια σωματική κατάσταση, αλλά επιδρά στον τρόπο που βιώνεται ως εμπειρία αυτό το κάτι που ιχνηλατείται (σ.31). Επομένως, θεωρεί ότι η προσέγγιση του Prinz δεν κατορθώνει να εκφράσει όλο το εύρος της συναισθηματικής εμπειρίας (σ.35).

Θεωρώ ότι ο Ratcliffe έχει δίκιο. Όπως έχει δείξει η έως τώρα ανάλυση, η θεωρία των συναισθημάτων του Prinz βασίζεται κυρίως στην εξής αρχή: τα συναισθήματα ανάγονται σε λειτουργίες υποπροσωπικού επιπέδου χωρίς την οποιαδήποτε εμπλοκή μιας συνείδησης εννοημένης με προτασιακούς όρους. Συνεχίζοντας επίσης την παράδοση του Damasio, ο Prinz δέχεται ότι το κέντρο της συναισθηματικής εμπειρίας βρίσκεται σε νευρωνικά και νευρικά σχήματα του εγκεφάλου, τα οποία με τη σειρά τους υποδέχονται πληροφορίες από τις ομοιοστατικές τροποποιήσεις του σώματος (Prinz & Shargel, 2017:123).

Τι φαίνεται να λείπει από αυτή την ανάλυση;

Πρώτον, η συμμετοχή του υπόλοιπου σώματος κατά τη διάρκεια της συναισθηματικής εμπειρίας. Είμαστε έτοιμοι να δεχτούμε ότι η συναισθηματική εμπειρία βασίζεται αυστηρά πάνω στην αλυσίδα αιτιότητας που προτείνει η θεωρία του Prinz, ή τη θέση του Damasio ότι η μόνη σωματική αλλαγή που θεωρείται απαραίτητη για τα συναισθήματα είναι η ενεργοποίηση κάποιων τμημάτων του εγκεφάλου (βλέπε συμπεράσματα ενότητας 2.2.2);

Δεύτερον, μια πιο λεπτομερής περιγραφή του τρόπου που συνδέεται το υποκείμενο με τον κόσμο όταν βιώνει διάφορα συναισθήματα. Η παρουσίαση των εμπειριών των νοσούντων με κατάθλιψη, δείχνει ότι δεν αρκούν οι πυρηνικές σχεσιακές θεματικές για να καταδείξουν τον πλούτο της εμπειρίας των σχέσεων των υποκειμένων με τον κόσμο. Ο Prinz, συνεχίζοντας την παράδοση του εμπειρισμού, δίνει υπερβολική έμφαση στις φυσικοποιημένες

νοητικές αναπαραστάσεις, οι οποίες λειτουργούν σε υποπροσωπικό επίπεδο (Παγωνδιώτης, 2016:124), και υποτιμά την αίσθηση της καταστασιακής επιτακτικότητας των δυνατοτήτων του περιβάλλοντος για το ίδιο το υποκείμενο (state-dependent imperatival affordances) (Prinz & Shargel, 2017:123). Είναι ακριβώς αυτό το σημείο που θεωρώ ότι ωθεί τον Slaby στη θέση ότι ο Prinz καθιστά τα συναισθήματα αδιαφανή φαινόμενα που μοιάζουν περισσότερο με σκοτεινούς αιτιοκρατικούς μηχανισμούς.

Τρίτον, η φαινομενολογία της συναισθηματικής εμπειρίας δείχνει ότι η προσοχή μας κεντρίζεται περισσότερο άμεσα από ερεθίσματα του περιβάλλοντος, παρά από μια αναπαραστασιακή αλληλουχία η οποία, εν τέλει, ενεργοποιεί κάτι στον οργανισμό μας. Μέσα σε αυτό το πλαίσιο, ο Daniel Hutto (2012:79) θεωρεί ότι είναι προτιμότερο να μιλάμε για τηλεσημειολογία (teleosemiotics), παρά για τηλεσημασιολογία (teleosemantics) (αναπτύχθηκε στην ενότητα 2.4). Σύμφωνα με τη θέση του, η βασική οργανισμική ανταπόκριση μέσα στον κόσμο δεν έχει σημασιολογικό ή αναπαραστασιακό περιεχόμενο (π.χ. η φαινομενολογική εμπειρία δείχνει ότι δεν εμπλέκονται έννοιες όπως αυτές των συνθηκών αληθοτιμής).

Τέλος, μια πιο αναλυτική περιγραφή του ρόλου των συνειδητών διεργασιών (διανοητικές επεξεργασίες, ή ακόμα και οι μηχανισμοί όπως η φαντασία) τόσο στη δημιουργία των συνθηκών μέσα στις οποίες προκύπτουν τα συναισθήματα όσο και στο περιεχόμενο των συναισθημάτων. Ας θυμηθούμε τις εξής θέσεις:

- του Solomon, στην ενότητα 1.2.1, για τη δυνατότητά μας να αλλάξουμε τα συναισθήματα μας,

- του Damasio, στην ενότητα 2.2.2, που αναφέρει ότι πολλές φορές γνωρίζουμε ότι βιώνουμε κάποιες συναισθηματικές εμπειρίες μόνο έπειτα από εκούσια, αξιολογική και μη αυτόματη νοητική διαδικασία και
- του Prinz, στην ενότητα 2.2.3, για επανακαθορισμό των ρυθμιστικών αρχείων μέσα από τα οποία προκύπτουν τα συναισθήματα.

### **3.3.4 Εναλλακτικές Σωματοκεντρικές Προσεγγίσεις**

Στη συγκεκριμένη ενότητα παρουσιάζονται εναλλακτικές σωματοκεντρικές θεωρίες οι οποίες από τη μία, αναδεικνύουν τη συμβιωτική σχέση του σώματος και του περιβάλλοντος, κατά τη διάρκεια των συναισθηματικών εκδηλώσεων, και από την άλλη, είναι σε θέση να επεκτείνουν και να βελτιώσουν τις υπό μελέτη ΣΘ.

#### **3.3.4.1 Η Ενσώματη Συνείδηση ως μια Διαμεσολαβημένη Αμεσότητα**

Μελετώντας το φαινόμενο της κατάθλιψης, αλλά και των συναισθημάτων, ο Thomas Fuchs (2005) μιλά για μια ενσώματη συνείδηση που χρωματίζει το πεδίο των νοητικών και ψυχολογικών καταστάσεων (σ.96). Το σώμα είναι το μέσο με το οποίο αλληλεπιδρούμε με τον κόσμο. Οι διεργασίες με τις οποίες το σώμα το κατορθώνει αυτό είναι συνήθως ασυνείδητες, δηλαδή παρούσες μόνο υπόρρητα σε σχέση με τον τρόπο που σχετιζόμαστε με τον κόσμο (σ.96).

Ακριβώς αυτή η ενσώματη συνείδηση είναι ευάλωτη σε διάφορες αναταραχές που προκύπτουν από τις ενδιάμεσες διεργασίες. Με αυτόν τον τρόπο προκύπτουν οι διανοητικές διαταραχές και τα φαινόμενα ψυχοπαθολογίας. Σε αυτές τις περιπτώσεις, το σώμα παύει να μας είναι κάτι

διάφανο και αποκτά μια αποστασιοποιημένη υλική υπόσταση, κατάσταση που βιώνουν όσοι νοσούν από κατάθλιψη (σ.96).

Για να υποστηρίξει τη θέση του, ο Fuchs εστιάζει στη διαδικασία της αντίληψης μέσω της αφής. Εξετάζει συγκεκριμένα την περίπτωση που κάποιος προσπαθεί με τα δάκτυλά του να νιώσει τον φλοιό του κορμού ενός δέντρου. Στην αρχή βιώνει μια αίσθηση να διαπερνά το σώμα του καθώς αγγίζει τον φλοιό. Την ίδια στιγμή, αυτή η αίσθηση είναι και μια αίσθηση του ίδιου του σώματός του που είναι εκεί και το διαπερνά η εμπειρία της αφής. Αυτή η αίσθηση του εαυτού είναι παρούσα και μέσω των υπόλοιπων αντιληπτικών διεργασιών (π.χ. όραση, ακοή κ.τ.λ.). Επομένως, η αντίληψη του κόσμου μέσω των αντιληπτικών οργάνων είναι την ίδια στιγμή και μία σιωπηλή αντίληψη του ενσώματου εαυτού. Επιπροσθέτως, το να αγγίζει κανείς ένα αντικείμενο δεν προϋποθέτει μόνο τη αισθητική διέγερση του σώματος, αλλά και τον διαχωρισμό μεταξύ αυτού που αντιλαμβάνεται και του αντικειμένου που γίνεται αντιληπτό. Αρχικά υπάρχει η αίσθηση της αντίστασης του δέντρου στο άγγιγμα. Όμως, η αντίσταση προϋποθέτει την αίσθηση ενεργητικότητας του υποκειμένου (sense of agency), η οποία με τη σειρά της βασίζεται σε μια σωματική αίσθηση δυνατοτήτων για διάφορα ενεργήματα, καθώς επίσης και στην ιδιοδεκτικότητα και στην κιναισθητική αντίληψη. Έτσι δημιουργείται η αυτοαντίληψη της ενσώματης συνείδησης (σ.96).

Ο Michael Polanyi (1967, 1969) (αναφέρεται στο Fuchs, 2005:97) έχει αναλύσει τη διαφανή δομή της ενσώματης αντίληψης ως την αλληλεπίδραση μεταξύ του θεματικού και συγκεκριμένου, ή εστιασμένου, αντικειμένου της αντίληψης και του σωματικού πόλου της αντίληψης που σταδιακά απομακρύνεται από την αντίληψη και γίνεται κατανοητό με έναν υπόρρητο και προαναστοχαστικό τρόπο.



Με παρόμοιο τρόπο λειτουργεί το εκάστοτε υποκείμενο με τα συναισθήματά του (σ.98). Όταν νιώθει φόβο δεν σκέφτεται το σώμα του. Όμως, το συναίσθημα του φόβου δεν μπορεί να υπάρξει χωρίς το σωματικό υπόβαθρο. Στα συναισθήματα βιώνουμε με ολιστικό τρόπο ατμόσφαιρες, καταστάσεις και κοινωνικές σχέσεις μέσω της σωματικής αισθητικότητας και συνήχησης. Οφείλεται δηλαδή σε μια υπόρρητη σωματικότητα που φέρει όλο το αποβλεπτικό τόξο των συναιθημάτων, ή όπως τονίζει ο Merleau-Ponty (αναφέρεται στο Fuchs, 2005), σε μια μεταβίβαση του ενσώματου σχήματος (transfer of the corporeal schema).

Όταν κάποιος νοσεί από κατάθλιψη, συνεχίζει ο Fuchs (2005), το σώμα του χάνει την κιναισθητική του ροή, την ελαφρότητά του και μεταμορφώνεται σε ένα βαρύ και δυσκίνητο μέσο που αντιστέκεται στις προθέσεις και παρορμήσεις του υποκειμένου. Ο Fuchs χρησιμοποιεί τον όρο «*Corporealization*» για να μιλήσει για το σώμα που δεν επιτρέπει την έξοδο του υποκειμένου στον κόσμο και στέκεται ως εμπόδιο που έχει αποκοπεί από την πραγματικότητα. Για αυτό και το υποκείμενο δεν μπορεί να στραφεί προς τον κόσμο μέσω διάφορων ενεργημάτων και βυθίζεται μέσα σε μια συνθήκη σκοτεινή και γεμάτη ερείπια (σ.99).

#### 3.3.4.2 Η Ενσώματη Συνείδηση ως ένα Οικολογικό Πεδίο Δυνατοτήτων

Η Giovanna Colombetti (2018), για την οποία έγινε αναφορά στην ενότητα 2.3.1, προσεγγίζει το ζήτημα της συναισθηματικής εμπειρίας μέσω μιας ενδρασιακής θεωρίας (enactive theory).

Ένα βασικό χαρακτηριστικό της συμπεριφοράς των οργανισμών, αναφέρει η Colombetti, είναι η εκμετάλλευση του περιβάλλοντός τους, το οποίο γίνεται αντιληπτό ως ένα πεδίο δυνατοτήτων (affordances) (σ.224). Ο

οργανισμός χρησιμοποιεί τις θυμικές του δυναμικές για να χειριστεί τις διαφορετικές δυναμικές του περιβάλλοντός του. Αυτές οι διαχειριστικές πρακτικές δημιουργούν για κάθε οργανισμό ένα πεδίο λειτουργικών ρόλων που ικανοποιούν τις ανάγκες του.

Το ίδιο ισχύει και για τους ανθρώπους. Κάθε άνθρωπος κατασκευάζει ένα συγκεκριμένο οικολογικό πεδίο δυνατοτήτων το οποίο αντικατοπτρίζει -και συνάμα οργανώνει- τον θυμικό χάρτη του (σ.224). Για παράδειγμα, η απόφαση ενός ανθρώπου να προβεί στο χαμήλωμα των φώτων και στην επιλογή απαλής μουσικής για να δημιουργήσει ατμόσφαιρα για ένα ρομαντικό δείπνο. Οι άνθρωποι τροποποιούν την υλική και συμβολική δομή του περιβάλλοντός τους έτσι ώστε να διαμορφώσουν κατάλληλα και τη θυμική τους κατάσταση.

Επομένως, οι άνθρωποι χρησιμοποιούν τον χώρο και τα αντικείμενα του περιβάλλοντος με τρόπο που χρησιμεύουν ως ένα είδος πλαισίου θυμικής υποστήριξης (*affective scaffolding*), μέσω του οποίου οι περιβαλλοντικοί πόροι χρησιμοποιούνται με τρόπο που να ρυθμίζουν ανάλογα τις θυμικές τους εμπειρίες. (σ.227). Οι άνθρωποι γράφουν ποίηση, παίζουν μουσική, πίνουν κρασί, ζωγραφίζουν και ντύνονται με συγκεκριμένο τρόπο ανά περίπτωση ώστε να προκαλέσουν συγκεκριμένες σωματικές αισθήσεις. Καταλήγουν λοιπόν σε συγκεκριμένα αποδεκτά πλαίσια θυμικής υποστήριξης μέσα από τις θυμικές πληροφορίες που αποκτούν από τις διάφορες αλληλοεπιδράσεις με το περιβάλλον τους. Η παραπάνω επανατροφοδότηση είναι καίριας σημασίας καθώς στηρίζει τις αποφάσεις τους και τους λειτουργικούς ρόλους στους οποίους επιλέγουν να αφιερωθούν κ.ο.κ. (σ.227).

Η προαναφερόμενη χρήση των πεδίων δυνατοτήτων είναι μια μεταμορφωτική εμπειρία τόσο για τον εκάστοτε άνθρωπο και τις σωματικές θυμικές του καταστάσεις όσο και για το περιβάλλον του (σ.228). Η Colombetti

χρησιμοποιεί τον όρο «*Incorporation*» (ενσωμάτωση), που όπως τονίζει τον δανείζεται από τη φαινομενολογική παράδοση, για να μπορέσει να αποδώσει όλο το εύρος της μεταμορφωτικής εμπειρίας που παράγεται από την ενσωμάτωση των δυνατοτήτων του περιβάλλοντος. Πιο συγκεκριμένα, χρησιμοποιεί τη φράση «*Affective Incorporation*» (θυμική ενσωμάτωση) για να καταδείξει ότι η προαναφερθείσα μεταμορφωτική εμπειρία λειτουργεί θεμελιωδώς σε θυμικό επίπεδο. Σε ένα πρώτο επίπεδο, η Colombetti φωτίζει τη θέση της μέσω ανάδειξης παραδειγμάτων που σχετίζονται με απόκτηση διάφορων δεξιοτήτων, για παράδειγμα εκμάθηση μουσικού οργάνου ή χορού. Χρησιμοποιεί τη φράση «*Habit Incorporation*» (ενσωμάτωση δεξιοτήτων). Σε ένα δεύτερο επίπεδο, αναφέρεται σε περιπτώσεις που ένας άνθρωπος χρησιμοποιεί με τις σωματικές του ικανότητες διάφορα αντικείμενα ώστε να κατορθώσει να εναρμονιστεί κατάλληλα με το περιβάλλον του. Η Colombetti χρησιμοποιεί το εξής παράδειγμα από το έργο του Merleau-Ponty: μια γυναίκα που φορά ένα ψηλό καπέλο και αυθόρμητα σκύβει καθώς περνάει κάτω από μια κοντή πόρτα. Χρησιμοποιεί τη φράση «*Object Incorporation*» (ενσωμάτωση αντικειμένων) (σ.228). Όπως αναφέρει, ο Merleau-Ponty πίστευε ότι σε αυτή την περίπτωση, το καπέλο παύει να βιώνεται ως ένα αντικείμενο ξεχωριστό από το σώμα της γυναίκας. Είναι ένα αντικείμενο που έχει πλέον ενσωματωθεί στις θυμικές δυναμικές του σώματός της.

Τι συμβαίνει λοιπόν στις περιπτώσεις που κάποιος νοσεί από κατάθλιψη; Η θέση της Colombetti είναι η εξής (σ.231):

- Στην καταθλιπτική εμπειρία, οι νοσούντες βιώνουν μια ριζοσπαστική διαφοροποίηση του τρόπου ενσωμάτωσης των δυνατοτήτων του περιβάλλοντός τους. Αλλάζει δηλαδή δραστικά η δομή του ενσώματου σχήματος (βλέπε ενότητα 3.3.4.1) των νοσούντων.

- Οι παραπάνω δραστικές διαφοροποιήσεις δεν αφορούν μόνο την αίσθηση που έχει ο νοσών για τον εαυτό του, αλλά διαφοροποιούν δραματικά και τον τρόπο που ο νοσών ενσωματώνει θυμικά τον κόσμο και τις δυνατότητές του, άρα και τον τρόπο που αντιλαμβάνεται τον χώρο και τα αντικείμενά του.

Οι παραπάνω περιγραφές συμπλέουν και με τις περιγραφές της συμπτωματολογίας της κατάθλιψης τόσο της ενότητας 3.2.1.1 όσο και των ενότητων 3.2.2.1, 3.2.2.2 και 3.2.2.3. Οι νοσούντες νιώθουν σα να κατοικούν σε ένα σώμα που έχει χάσει την αλλοτινή ροή του, την κινητική δυναμική και την ευελιξία του. Βιώνεται, με άλλα λόγια, ως ένα εμπόδιο στον τρόπο που σχετίζεται το υποκείμενο με το περιβάλλον του (σ.234). Οι αναταραχές στο ενσώματο θυμικό σχήμα του νοσούντα προκαλούν, όπως είδαμε, και ριζικές αλλαγές στη σχέση του με τον κόσμο. Όχι μόνο κλονίζεται δραστικά το πεδίο δυνατοτήτων του («*Νιώθω αποκομμένος από όλους και όλα*»), αλλά τροποποιείται σε τέτοιο βαθμό το πλαίσιο θυμικής υποστήριξης, που ενώ υπό άλλες συνθήκες ένα ανοικτό παράθυρο, σε ένα ψηλό κτήριο, συνδεόταν με δυνατότητες απόλαυσης της θέας, πλέον συνδέεται με την προοπτική αυτοκτονίας.

### **3.4 Συμπεράσματα**

Έπειτα από μια κριτική εξέταση των ΚΘ και των ΣΘ των συναισθημάτων στα πρώτα δύο κεφάλαια, στον παρόν κεφάλαιο επιχειρήθηκε η επανεξέταση του αρχικού ερευνητικού ερωτήματος «*Τι είναι το συναίσθημα*» υπό το πρίσμα της ψυχοπαθολογίας. Συγκεκριμένα, εξετάστηκε η δυνατότητα να κατανοηθούν τα

συναισθήματα μέσα από τη μελέτη της συναισθηματικής πραγματικότητα της κατάθλιψης και κυρίως της ΜΚΔ.

Η εξέταση δύο βασικών νοητικών και ψυχολογικών προσεγγίσεων μας έφερε εκ νέου στο βασικό εύρημα του πρώτου κεφαλαίου, ότι δηλαδή οι κρίσεις, ως συνειδητές διανοητικές αξιολογήσεις, μαζί με τις πεποιθήσεις και τις επιθυμίες, δεν μπορούν να θεωρηθούν αναγκαίες και επαρκείς συνθήκες των συναισθημάτων.

Η ανάλυση της συμπτωματολογίας της ΜΚΔ, καθώς και των μαρτυριών των νοσούντων, έδειξε ότι ο ρόλος της σωματικότητας είναι εξαιρετικά σημαντικός. Αναδείχθηκε επίσης ότι η σύνδεση της σωματικότητας με την αντίληψη και τα θυμικά σχήματα των νοσούντων είναι σημαντική για την κατανόηση του φαινομένου της κατάθλιψης, αλλά και των συναισθηματικών εκδηλώσεων που τη συνοδεύουν. Η παραδοχή αυτή συνδέεται άμεσα με τα ευρήματα του δεύτερου κεφαλαίου, στο οποίο φάνηκε ότι οι ΣΘ περιλαμβάνουν θέσεις που βρίσκονται κοντά στη βιωματική πραγματικότητα της ΜΚΔ και μπορούν να λειτουργήσουν συμπληρωματικά τόσο ως προς τις αντιληπτικές και αναπτυξιακές θεωρίες της ενότητας 1.4 (Εναλλακτικές προσεγγίσεις των Κρισιοκεντρικών Θεωριών) όσο και ως προς τις εναλλακτικές σωματικές προσεγγίσεις της ενότητας 3.3.4.

Εστιάζοντας όμως στη θεωρία του Prinz, μέσα από το πρίσμα του θυμικού φαινομένου της κατάθλιψης, φάνηκε ότι οι ΣΘ μπορούν να διευρυνθούν με τρόπο που να κατορθώνουν τελικά να ενσωματώσουν περισσότερες διαστάσεις της συναισθηματικής εμπειρίας (βλέπε συμπεράσματα ενότητας 3.3.3).

## Γενικά Συμπεράσματα αντί Επιλόγου

Η εξέταση των ΚΘ έδειξε ότι δεν μπορεί να γίνει δεκτή η ταύτιση των συναισθημάτων με κρίσεις, συνειδητές γνωστικές αποτιμήσεις, ή και με πολύπλοκα γλωσσικά μορφώματα προς τα οποία δίνουν τα υποκείμενα τη συγκατάθεσή τους. Η ανάλυση επίσης των παραδειγμάτων των δύο πρώτων κεφαλαίων, καθώς και της φαινομενολογικής εμπειρίας της ΜΚΔ, έδειξε ότι ο ρόλος της σωματικότητας είναι κεντρικός κατά τη διάρκεια της συναισθηματικής εμπειρίας. Ειδικά στο τρίτο κεφάλαιο, αναδείχθηκε η αξία της σωματικότητας σε σχέση με το περιβάλλον και τον μηχανισμό της αντίληψης κατά την εκδήλωση των διαφορετικών θυμικών σχημάτων.

Οι ΣΘ είναι σε καλύτερη θέση να εξηγήσουν κυρίως τις περιπτώσεις των συναισθημάτων που ανθίστανται στη λογική επεξεργασία των υποκειμένων (περιπτώσεις Παραμέτρου 2). Περιλαμβάνουν επίσης θέσεις που βρίσκονται πιο κοντά στη βιωματική πραγματικότητα της ΜΚΔ και μπορούν να λειτουργήσουν συμπληρωματικά τόσο ως προς τις αντιληπτικές και αναπτυξιακές θεωρίες της ενότητας 1.4, όσο και ως προς τις εναλλακτικές σωματοκεντρικές προσεγγίσεις της ενότητας 3.3.4.

Η ανάλυση όμως της ενότητας 3.3.3, έδειξε ότι υπάρχουν ακόμη πολλά εκκρεμή και ανοιχτά ζητήματα. Είναι σημαντικό να διευκρινισθεί και η οικολογική διάσταση της σωματικότητας, δηλαδή ο τρόπος ανάδυσης των συναισθηματικών εμπειριών όταν τα υποκείμενα εμπλέκονται με διάφορα πρακτικά ενεργήματα μέσα στο περιβάλλον τους. Μια σωματική αποβλεπτικότητα, δηλαδή, που κατακλύζει ένα υποκείμενο ανάλογα με τον τρόπο που στέκεται και συμπεριφέρεται μέσα στον κόσμο.

Τέλος, τα παρακάτω θέματα αναδύθηκαν από την έως τώρα έρευνά μου και προτείνονται για περαιτέρω μελέτη και ανάλυση:

- Ασυνείδητα ή ακαθόριστα συναισθήματα: μπορούμε να δεχτούμε ότι ένα υποκείμενο έχει μια ολοκληρωμένη συναισθηματική εμπειρία όταν δεν έχει συνδέσει συνειδητά και αξιολογικά μια σωματική αίσθηση με ένα αποβλεπτικό αντικείμενο;
- Σε συνέχεια από το παραπάνω σημείο, μπορούμε να υποστηρίξουμε ότι η παρούσα κατάσταση ενός οργανισμού ενέχει υπόρρητα μελλοντικές συναισθηματικές συμπεριφορές;
- Τι διαφοροποιεί τις σωματικές αισθήσεις που σχετίζονται με τα συναισθήματα από όλες τις υπόλοιπες σωματικές αισθήσεις;
- Με ποιο τρόπο συμβάλλουν οι συναισθηματικές εμπειρίες στην αίσθηση του νοήματος;
- Τρόποι εννοιολόγησης της εμπειρίας/βιώματος: πώς κινείται ένα υποκείμενο από τη βιωμένη αίσθηση προς την εννοιολόγηση; Και ποιος είναι ο ρόλος της σωματικότητας στη διαδικασία περαιτέρω εμπέδωσης και κατανόησης προϋπαρχουσών εννοιών;
- Πεπιοθήσεις και σωματικότητα: όπως φάνηκε στην ανάλυση του πρώτου κεφαλαίου, οι κρισιοκεντρικοί φιλόσοφοι έχουν οδηγηθεί, υπό την πίεση των αντεπιχειρημάτων που αντιμετωπίζουν, σε έναν αρκετά ευρύ και μάλλον ασαφή ορισμό των πεπιοθήσεων. Θα ήταν ως εκ τούτου ωφέλιμο να διερευνηθεί ποιος είναι ο ρόλος της σωματικότητας στον τρόπο που διαμορφώνεται το πλαίσιο πεπιοθήσεων ενός υποκειμένου: κατά πόσο οι θυμικά συναφείς διεργασίες μπορεί να συν-καθορίζουν το νοητικό περιεχόμενο των πεπιοθήσεων;

## Βιβλιογραφικές Αναφορές

- American Psychiatric Association. (2013). *Diagnostic and Statistical Manual of Mental Disorders Fifth Edition DSM-5*. Washington, DC. (160-168).
- Ben-Ze'ev, A. (2004). Emotions Are Not Mere Judgments. *Philosophy and Phenomenological Research*, 68, 450–457.
- Brady, M.S. (2008). The irrationality of recalcitrant emotions. *Philos Stud*, 145, 413–430.
- Colombetti, G. (2014). *The Feeling Body: Affective Science Meets the Enactive Mind*. Cambridge: MIT Press.
- Colombetti, G., & Krueger, J. (2018). Affective affordances and psychopathology. *Discipline Filosofiche*, 2(18), 221-247.
- Craver, C. (2007). *Explaining the Brain*. New York & Oxford: Oxford University Press.
- Damasio, A. (1994). *Descartes' Error*. New York: G. P. Putnam's Sons.
- Damasio, A. (1999). *The Feeling of What Happens: Body and Emotion in the Making of Consciousness*. London: Heinemann.
- Damasio, A. (2003). *Looking for Spinoza: Joy, sorrow, and the feeling brain*. Orlando: Harcourt.
- D'Arms, J., & Jacobson, D. (2003). The significance of recalcitrant emotion (or, anti-quasijudgmentalism). In A. Hatzimoysis (Ed.), *Philosophy and the Emotions* (pp.127-146). Cambridge University Press.
- Davidson, R. J., Jackson, D. C., & Kalin, N. H. (2000). Emotion, plasticity, context, and regulation: Perspectives from affective neuroscience. *Psychological Bulletin*, 126(6), 890-909.
- De Sousa, R. (1980). The Rationality of Emotions. In A. Rorty (Ed.). *Explaining Emotions* (pp.127–151). Berkeley: University of California Press.
- De Sousa, R. (1987). *The Rationality of Emotion*. Cambridge MA: MIT Press.
- Ekman, P., & Rosenberg, E. (1997). *What the Face Reveals. Basic and Applied Studies of Spontaneous Expressions Using the Facial Action Coding System*. New York: Oxford University Press.
- Frith, U., & Frith, C. D. (2003). Development and Neurophysiology of Mentalizing. *Philosophical Transactions of the Royal Society of London. Series B: Biological Sciences*, 358(1431), 459–473.



- Fuchs, T. (2005). Corporealized and disembodied minds: A phenomenological view of the body in melancholia and schizophrenia. *Philosophy, Psychiatry, & Psychology*, 12(2), 95–107.
- Ζαφρανάς, Ν. & Ζαφρανάς, Α. (2015). *Εγκέφαλος, φυσιολογία και μουσική*. [ηλεκτρ. βιβλ.] Αθήνα: Σύνδεσμος Ελληνικών Ακαδημαϊκών Βιβλιοθηκών.
- Goldie, P. (2000). *The Emotions: A Philosophical Exploration*. Oxford: Oxford University Press.
- Gordon, R. (1986). The Passivity of Emotions. *The Philosophical Review*, 95(3), 371–392.
- Gordon, R. (1987). *The Structure of Emotions*. New York: Cambridge University Press.
- Greenspan, P. (1988). *Emotions and Reasons: An Inquiry into Emotional Justification*. New York: Routledge, Chapman and Hall.
- Greenwood, J. (2015). *Becoming Human: The Ontogenesis, Metaphysics, and Expression of Human Emotionality*. Cambridge: The MIT Press.
- Griffiths, P. (1998). *What Emotions Really Are: The Problem of Psychological Categories*. Chicago: Chicago University Press.
- Griffiths, P. (2004). Is Emotion a Natural Kind? In R. Solomon (Ed.), *Thinking about Feeling: Contemporary Philosophers on Emotion* (pp.233-249), Oxford - New York: Oxford University Press.
- Griffiths, P. (2017). Mechanisms can be complex. *Metascience*, 26, 387 – 391.
- Grzankowski, A. (2017). The Real Trouble with Recalcitrant Emotions. *Erkenn*, 82, 641–651.
- Hatzimoysis, A. (2003). Emotional Feelings and Intentionalism. In A. Hatzimoysis (Ed.), *Philosophy and the Emotions* (pp.105-112). Cambridge: Cambridge University Press.
- Hufendiek, R. (2016). *Embodied Emotions: A Naturalist Approach to a Normative Phenomenon*. New York: Routledge.
- Hufendiek, R. (2017). Affordances and the normativity of emotions. *Synthese* 194, 4455–4476.
- James, W. (1890/1950). *The Principles of Psychology*. New York: Dover Publications.
- James, W. (1884). What is an Emotion? *Mind*, 9, 188-205.

- Kring, A. M., Davidson, G. C., Neale, J. M., & Johnson, S. L. (2007). *Ψυχοπαθολογία*. Αθήνα: Gutenberg.
- Kring, A. M. (2008). Emotion Disturbances as Transdiagnostic Processes in Psychopathology. In M. Lewis, J.M. Haviland-Jones, & L.F. Barrett. (Eds). *Handbook of emotions* (3d ed.). New York / London: The Guilford Press.
- Lazarus, R. (1991). *Emotions and Adaptation*. New York: Oxford University Press.
- Morag, T. (2016). *Emotion, Imagination, and the Limits of Reason*. New York: Routledge.
- Morag, T. (2017). The Tracking Dogma in the Philosophy of Emotion. *Argumenta*, 2(2), 343–363.
- Nussbaum, M. (2001). *Upheavals of Thought*. New York: Cambridge University Press.
- Παγωνδιώτης, Κ. (2006). Μια υπεράσπιση της άμεσης αντίληψης. *Τοπικά*, 1α, 2006, 123-139.
- Παπαδημητρίου, Γ. Ν., Λιάππας, Ι. Α., & Λύκουρας, Ε. (2013). *Σύγχρονη Ψυχιατρική*. Αθήνα: ΒΗΤΑ (347-372).
- Πουρκός, Α. Μ. (Ed.) (2017). *Το Σώμα ως Τόπος Πληροφορίας, Μάθησης και Γνώσης*. Θεσσαλονίκη: Εκδόσεις ΔΙΣΙΓΜΑ
- Prinz, J. (2003). Emotion, Psychosemantics, and Embodied Appraisals. In A. Hatzimoysis (Ed.), *Philosophy and the Emotions* (pp.69-86). Cambridge: Cambridge University Press.
- Prinz, J. (2004). *Gut Reactions: A Perceptual Theory of Emotions*. New York: Oxford UP.
- Prinz, J., & Shargel, D. (2017). An enactivist theory of emotional content. In H. Naar, & F. Teroni (Eds.). *The Ontology of Emotions*. Cambridge: Cambridge University Press.
- Ratcliffe, M. (2005). William James on emotion and intentionality. *International Journal of Philosophical Studies*, 13:2, 179-202.
- Ratcliffe, M. (2008). *Feelings of Being – Phenomenology, psychiatry and the sense of reality* (International perspectives in philosophy and psychiatry). New York: Oxford University Press.

- Ratcliffe, M., & Achim, S. (2014). *Depression, Emotion and the Self: Philosophical and Interdisciplinary Perspectives*. Exeter: Imprint Academics.
- Roberts, R. (1988). What an Emotion Is: A Sketch. *Philosophical Review*, 97, 183–209.
- Roberts, R. (2003). *Emotions: An Essay in Aid of Moral Psychology*. New York: Cambridge University Press.
- Robinson, J. (2005). *Emotion and Its Role in Literature, Music, and Art*. New York: Oxford University Press.
- Rorty, A. O. (1980). *Explaining Emotions*. California: University of California Press.
- Ruggiero, G. M., Spada, M. M., Caselli, G., Sassaroli, S. (2018). A Historical and Theoretical Review of Cognitive Behavioral Therapies: From Structural Self-Knowledge to Functional Processes. *Cognitive-BehavTherapy*, 36, 378–403.
- Simon, R. H. (1983). *Reason in Human Affairs*. Stanford, CA: Stanford University Press.
- Slaby, J. (2008). Affective intentionality and the feeling body. *Phenomenology and the Cognitive Sciences*, 7(4), 429-444.
- Smith, B. (2012). Depression and motivation. *Phenomenology and the Cognitive Sciences*, 12(4), 615 - 635.
- Solomon, A. (2001). *The Noonday Demon: An Anatomy of Depression*. Vintage.
- Solomon, R. (2003). *Not Passion's Slave: Emotions and Choice*. New York: Oxford University Press.
- Stanghellini, G., & Rosfort, R. (2014). Borderline Depression: A Desperate Vitality. In M. Ratcliffe, & S. Achim (Ed.). *Depression, Emotion and the Self: Philosophical and Interdisciplinary Perspectives*. Exeter: Imprint Academics.
- Styron, W. (1990). *Darkness Visible: A Memoir of Madness*. Vintage.
- Φωκά-Καβαλιεράκη, Γ. (2017). *Οικονομική Ψυχολογία*. Αθήνα: Παπαδόπουλος.
- Χατζημωϋσής, Α. (2014). *Ο Φόβος*. Αθήνα: Μορφωτικό Ίδρυμα Εθνικής Τραπέζης.