

ΝΕΕΣ ΕΠΟΧΕΣ

FORUM



SEMANCHE

Ευαγγελία Γαλανάκη



Στοχασμός μετά τις εξετάσεις

Ως πανεπιστημιακοί δάσκαλοι και δασκάλες, (πρέπει να) προσκαλούμε τις φοιτήτριες και τους φοιτητές μας να επιδιώκονται σε στοχασμό, ακόμα και μετά το τέλος κάθε εξαμήνου και της ακαδημαϊκής χρονιάς. Αντλώντας ιδέες από τις εφαρμογές της Ψυχολογίας, που αποτελεί ένα από τα τελευταία εναπομείναντα προπύργια του ανθρωπισμού, στην εκπαίδευση, προσκαλούμε τους νέους ανθρώπους να μετασχηματίσουν αυτόν τον ενδιάμεσο, άμορφο χρόνο σε γόνιμη παύση. Απόδειξη ότι ο φοιτητής και η φοιτήτρια επιβίωσαν ψυχικά μετά τις δοκιμασίες της ακαδημαϊκής ζωής είναι ο στοχασμός, μια ψυχική και πνευματική εργασία διαποτισμένη με ζωτική δύναμη, συναίσθημα και φαντασία. Ωρα του απολογισμού, της περιουλογής και της ανάληψης της ευθύνης, καιρός για ενίσχυση της αυτονομίας και του ελέγχου. Μετά το τέλος της ακαδημαϊκής αξιολόγησης, στην απουσία της, μπορεί κανείς να δημιουργήσει μια αναπαράστασή της και να τη συνδέσει με τα συναισθήματά του.

Για να δημιουργήσει ο νέος άνθρωπος αναπαραστάσεις που διευρύνουν το ψυχικό πεδίο του πρέπει να κάνει συνδέσεις και να αντέξει τις προσωρινές αποσυνδέσεις. Στόχος είναι να μη μένουν οι εμπειρίες του αποσχισμένες και ο ίδιος αποκομμένος από τα έμπυχα και τα άπυχα αντικείμενα. Ακόμα, πρέπει να επιτρέψει στον ψυχισμό του να βιώσει την αρνητική παρουσία το «δεν», το «όχι», το «τίποτα», το «δεν ξέρω» και να την ανέχεται. Σε αυτή την προσωρινή αποσύνδεση, δεν ξέρει πώς ακριβώς τα πήγε στις εξετάσεις ή στην όποια αξιολόγηση, δεν έχει προλάβει να αφομοιώσει τις εμπειρίες του εξαμήνου ή της χρονιάς που τελείωσε. Βρίσκεται σε μια ιδιότυπη ονειροπόληση ή ρέμβη.

Δεν είναι εύκολο έργο αυτό, διότι το Διαδίκτυο και τα social media έχουν εθίσει, ιδίως τους νέους, στη συνεχή και άμεση σύνδεση. Δεν ξέρουν πώς εναλλάσσεται η σύνδεση με τη μη σύνδεση, δεν αναγνωρίζουν την ασυνέχεια, που είναι από τα κύρια γνωρίσματα του χρόνου. Ζουν κυρίως στο αέναο παρόν της ναρκισσοειδούς εποχής μας. Όμως, μόνο από το κενό διάστημα μεταξύ των συνδέσεων, στον χωροχρόνο, όχι από τη συνεχή παρουσία και πλησμονή, γεννάται η σκέψη.

Στο αδόμενο ενδιάμεσο διάστημα οι φοιτητές και οι φοιτήτριες παραμένουν στην αβεβαιότητα και στην αμφιβολία για το άγχος που βίωσαν στην εξεταστική, την επίδοσή τους, το τι θα κάνουν στο επόμενο εξάμηνο, πώς θα προχωρήσουν τη μεταπτυχιακή ή διδακτορική εργασία τους. Αντέχουν να βρίσκονται σε αυτό το μυστήριο, δίχως να κυνηγούν αγωνιώδως μια λύση εδώ και τώρα ή ένα άρον-άρον κλείσιμο, με εκλογικεύσεις, διαψεύσεις, εκτονώσεις στην πράξη. Αυτή η ψυχική συνθήκη έχει ονομαστεί

«αρνητική δυνατότητα»: παραμένουμε χωρίς δυσφορία στο «δεν ξέρω» και από αυτή τη μη-σύνδεση προκύπτει δεκτικότητα και ανοιχτωσιά, που διευκολύνουν την αυτοποίηση. Εν αρχή της δημιουργίας, το χάος.

Το ζητούμενο είναι να γίνει η αστοχία (ο χαμηλός βαθμός, η αποτυχία, τα λάθη, τα ελλείμματα) αντικείμενο του στοχασμού. «Αστοχία» και «στοχασμός» προέρχονται πιθανώς από την ινδοευρωπαϊκή γλωσσική ρίζα *steyg^h, που δηλώνει εύτακτη κίνηση και προχώρημα προς τα άνω, άρα μαρτυρούν ψυχική κινητικότητα και εξέλιξη. Ως κίνηση ζωής, ο στοχασμός πάνω στην αστοχία αντιμάχεται τον ψυχικό θάνατο, δηλαδή τη ροπή του ανθρώπου προς το ασάλευτο και το απάραλλαχτο (νιρβάνα), ώστε να μη χαθεί τίποτα, να είναι όλα υπό έλεγχο και να διατηρείται η παντοδυναμία μας. Η παντοδυναμία όμως είναι κακός σύμβουλος για τις σπουδές, τη μάθηση, τη ζωή. Για να μάθει κανείς και να συμβάλει με τη σειρά του, πρέπει κάπως να αποδεχθεί ότι υπόκειται στην έλλειψη και την άγνοια. Και αυτό το έργο είναι δύσκολο στη σύγχρονη εκπαίδευση, η οποία έχει αποκτήσει χαρακτήρα κυρίως υπεργνωστικιστικό, εργαλειακό, επιχειρησιακό και καταναλωτικό.

Αν οι φοιτήτριες και οι φοιτητές δεν διαψεύδουν και δεν καταστρέφουν όσα πέρασαν επιτυχίες και, κυρίως, αποτυχίες, αλλά τα εντάσσουν στο σύνολο της εμπειρίας τους, θα νιώθουν λίγο εγγύτερα σε μια αθέρα κατάσταση και σε συνάρθρωση με ό,τι είναι εκτός. Είναι μια διαδικασία οριοθέτησης: τι είναι εντός του ψυχισμού και τι εκτός, τι είναι ίδιο με τον εαυτό και τι διαφορετικό, τι κρατά και τι αφήνει κανείς. Διαφοροποιήσεις και επιλογές, που βασίζονται και στην ικανότητα να αποχωρίζεται κανείς και να πενθεί. Αυτό σημαίνει «κάνω συνδέσεις». Η εποχή μας, που χαρακτηρίζεται από έλλειψη και σύγχυση ορίων, δεν ενθαρρύνει τις συνδέσεις, αντίθετα συχνά επιτίθεται σε αυτές.

Εκτός από την απαραίτητη διασκέδαση που έχει στόχο την εκτόνωση της διέγερσης, οι φοιτήτριες και οι φοιτητές καλούνται να διατηρήσουν την επένδυσή τους στα βιώματα του εξαμήνου ή της χρονιάς που μόλις τελείωσε. Να μη χάσουν την ικανότητα να σκέφτονται, την ικανότητα του νου να κρατά, έστω και με κάποια μελαγχολία, την αγχογόνο εμπειρία που πέρασαν. Να φέρουν το άγχος εντός τους ώστε να μη γίνει αφόρητο, ακόμα και αν νιώθουν ότι «κάπκαν», όπως λένε οι ίδιοι. Επειδή συχνά (υπάρχουν εξαιρέσεις) δεν προσφέρεται η δυνατότητα να συζητήσουν εκ των υστέρων την επίδοσή τους αναλυτικά, μέσα στα δομημένα μαθήματα και στο υποστηρικτικό πλαίσιο, έχουμε υποχρέωση, παρέχοντας εμάς ως υποδείγματα στοχασμού, να διευκολύνουμε και να ασκούμε τους νέους ανθρώπους σε αυτό το έργο της δόμησης και οριοθέτησης, που είναι απαραίτητο για την είσοδο στην ενήλικη κατάσταση.

Η κυρία **Ευαγγελία Γαλανάκη** είναι καθηγήτρια Ψυχολογίας στο Εθνικό και Καποδιστριακό Πανεπιστήμιο Αθηνών.



Όμως, μόνο από το κενό διάστημα μεταξύ των συνδέσεων, στον χωροχρόνο, όχι από τη συνεχή παρουσία και πλησμονή, γεννάται η σκέψη

Αλέξης
Σταμάτης



Ο θρίαμβος της σταθερής απώλειας

Το 1978, σε ηλικία 39 ετών, η θεία μου Κατερίνα Αγγελάκη-Ρουκ είχε γράψει μια ποιητική συλλογή με τίτλο «Ο θρίαμβος της σταθερής απώλειας». Μιλούσε για εκείνο που είμαστε στιγμιαία, το οποίο εξαφανίζεται αμέσως. Όταν ήμασταν νέοι, η απώλεια χρόνου δεν σήμαινε χάσιμο. Ήταν περίοδος ανακάλυψης και απόλαυσης.

Θυμάμαι, μικρός, δεν με ένοιωσε να σπαταλώ χρόνο. Η μόνη απώλεια που με πείραζε ήταν της αυτονομίας. Ήταν μια εποχή που μόλις έκανε τα πρώτα βήματά της η τηλεόραση και υπήρχαν μόνο εφημερίδες και κρατικό ραδιόφωνο, τα νέα ήταν δυσκολεύετα. Δεν ήμασταν υπερσυνδεδεμένοι, ούτε καν συνδεδεμένοι. Οποιοσ είχε το πρόσφατο «ακυκλοφόρητο» νέο από οποιαδήποτε πηγή το κρατούσε σαν φρέσκο κουλουράκι και το διαπραγματευόταν με το ύφος κορυφαίου ρεπόρτερ. Σήμερα, το Fear of Missing Out (FOMO), ο φόβος για την απώλεια (του νέου, του επίκαιρου), οδηγεί πολλούς σε μια αίσθηση ανεπάρκειας και δυσαρέσκειας. Στον πυρήνα του FOMO βρίσκεται η διαβλημένη τάση για σύγκριση, την οποία εκμεταλλεύεται ο μηχανισμός του Διαδικτύου. Οι πλατφόρμες που τονίζουν ακριβώς σε αυτό το εγγενές ανθρώπινο χαρακτηριστικό, παρέχοντας σε ιλιγγιώδη ρυθμό συνεχή ροή επιμελημένου περιεχομένου για τους αχόρταγους, εξαρτημένους χρήστες. Δεν είναι μόνο ο κατακλυσμός ειδήσεων, clickbait περιστατικών και πάσης φύσεως must see, αλλά και η σκηνωμένη (κάλπηκη) υπερζωή των «άλλων» που οδηγεί τους χρήστες σε θάλασσες φθόνου και ανεπάρκειας. Οι αλγόριθμοι των πλατφορμών προβάλλουν περιεχόμενο που θα κρατήσει τον χρήστη διαρκώς πεινασμένο. Τα stories που είναι διαθέσιμα για μόνο 24 ώρες πακετάρουν μια εφήμερη ταραχή που δημιουργεί την ανάγκη συχνού, αυτιστικού ελέγχου της πλατφόρμας.

Μιλάμε για έναν φαύλο κύκλο που πυροδοτείται από το αίσθημα της άμεσης ικανοποίησης. Οι χρήστες αποζητούν συνεχή επιβεβαίωση ότι είναι παρόντες και δεν έχουν χάσει κάτι από το αλλόκοτο καρναβάλι που έχει στηθεί στις οθόνες τους. Συν τοις άλλοις νιώθουν και φόβο αποκλεισμού: Τα κοινωνικά γεγονότα είναι ορατά τοις πάσι, οι γιορτές και οι πρεμιέρες απέχουν ένα κλικ, όσο κι αν εσύ δεν είσαι καλεσμένος.

«Δε θα 'μαστε ποτέ αυτό που είμαστε στιγμιαία, αλλ' είναι θρίαμβος αυτή η σταθερή απώλεια» λέει η Κατερίνα. Καμία στιγμή δεν διαρκεί για πάντα και καμία εμπειρία δεν καταγράφει απολύτως την ύπαρξή μας. Χάνοντας χρόνο, απελευθερώνομαστε από τη σύγκριση. Αντί να κυνηγάμε φαντασιώσεις, καλύτερα να συμβιώνουμε με τον πραγματικό ρυθμό του κόσμου, όποιος κι αν είναι αυτός. Μην ξεχνάμε και το παράδειγμα της αναπνοής. Το «κι άλλο, κι άλλο» των πνευμόνων. Οσο πλησιάζω, το μέλλον απομακρύνεται. Γρίφος προς λύση.