

**Valoarea euristică a eșecului pentru înțelegerea
sindromului depresiv
Abordare fenomenologico-evoluționistă**

Mircea Lăzărescu

București, octombrie 2012

Expunerea are trei părți

1. O introducere care aduce în discuție reacția comprehensibilă a depresiei de pierdere, pe fundalul doctrinei vulnerabilitate-stres.
2. O analiză fenomenologică a eșecului din perspectiva neîmplinirii unui proiect de viață, cu timpul său antropologic subiacent, diferit de trăirea prezentului.
3. O analiză a derivării sindromului psihopatologic depresiv din varianta modúlului bioantropologic de retragere pentru refacere și reorganizare, modúl pentru care situația eșecului apare ca paradigmatică.

- Psihopatologia clinică a recurs în sec. XX la două modele principale în comentarea influențelor psiho-sociale:
 - Reacția comprehensibilă anormală a lui Jaspers, care condiționează stilul și conținutul trăirilor reactive de semnificația evenimentului trăit; e.g. depresia corespunde semnificației de pierdere.
 - Reacția de readaptare, concepută ca rezultând dintr-o solicitare nespecifică globală, ce induce un efort de readaptare la împrejurări noi: o nouă ambianță, noi responsabilități, un nou stil de viață, o nouă rețea de suport social etc.
- Conflictul intrapsihic și învățarea patologică se corelează cu aceste două modele.
- Cazul eșecului, la fel ca cel al succesului, s-ar plasa între aceste două variante menționate. El apare la capătul unui proiect de autoafirmare, desfășurat în plan metareprezentățional.
- Analiza eșecului poate ocaziona o pătrundere mai adâncă în “anatomia melancholiei”, denumită în ultimele două veacuri și depresie.

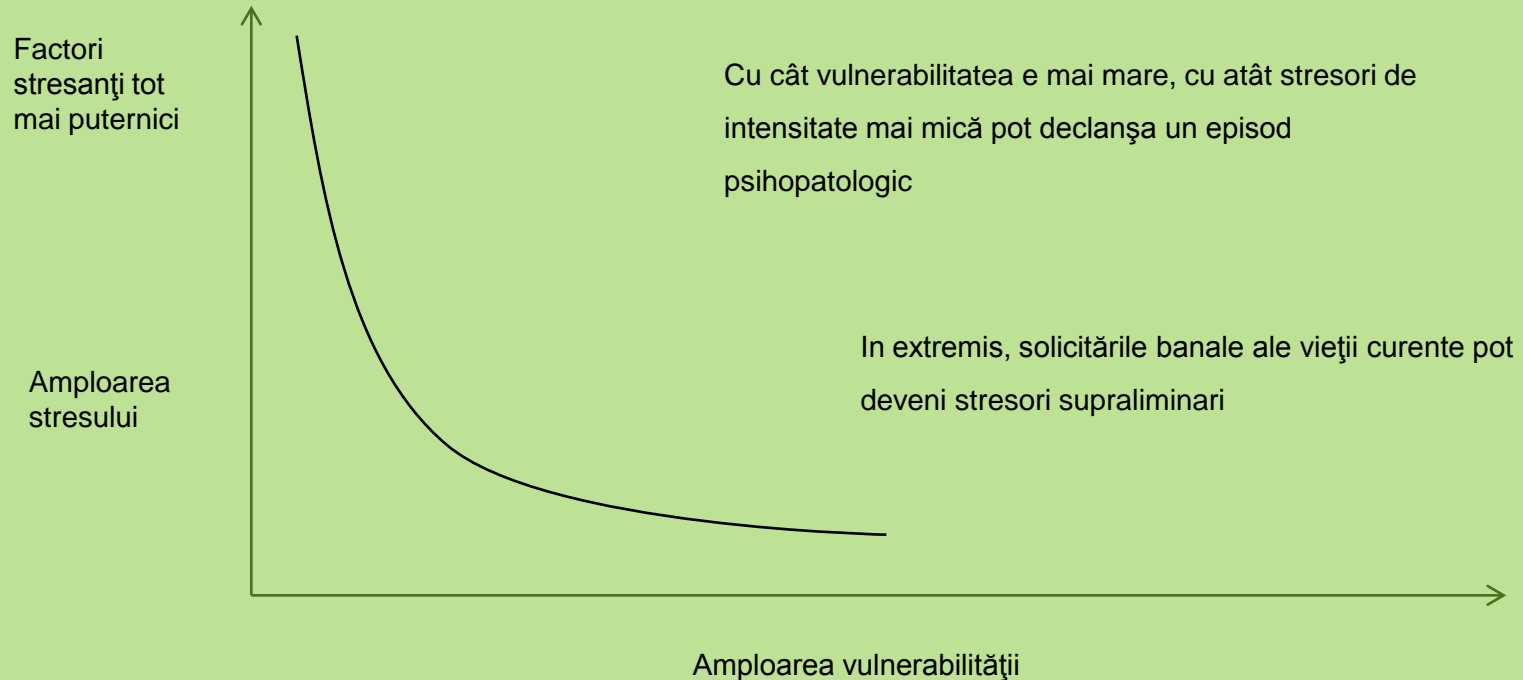
- Cu toate resursele terapeutice și de interpretare doctrinară, depresia continuă să poarte cu sine întrebări neliniștitoare, precum:
 - De ce e oare omul trist când pierde pe cineva de care e atașat?
 - Care e limita până la care depresia consecutivă pierderilor se cere doar asistată, fără o intervenție terapeutică?
 - Ce face ca unii oameni – precum Iov – să suporte pierderi imense, pe când alții să devină depresivi fără nicio pierdere aparentă?
 - De ce suntem uneori veseli sau triști, aparent fără niciun motiv?
 - Există oare un sens pozitiv, adaptativ, al depresiei umane?

Ne-am putea oare imagina o omenire în care depresia să lipsească cu desăvârșire?!

Cum ar arăta aceasta?!

- Comentariul de față pornește de la ipoteza că depresia își are și ea rostul ei în lumea umană. Că ea zace, potențial, în orice om, la dispoziția sa, ca un instrument – ca un organ, ca o structură funcțională adaptativă – de care subiectul poate dispune la nevoie.
- Iar uneori, acest organ începe și funcționează în gol și excesiv, decontextualizat, fără utilitate și semnificație, făcând ca omul să cadă în melancholie.
- Cum se poate oare ajunge la această ieșire de sub control a câte unui astfel de organ funcțional, cum e cel al depresiei sau euforiei maniacale?
- Doctrina vulnerabilitate/stres (incluzând factori de protecție și reziliență) sugerează câteva răspunsuri parțiale.
- Ea cultivă, în principiu, două idei.

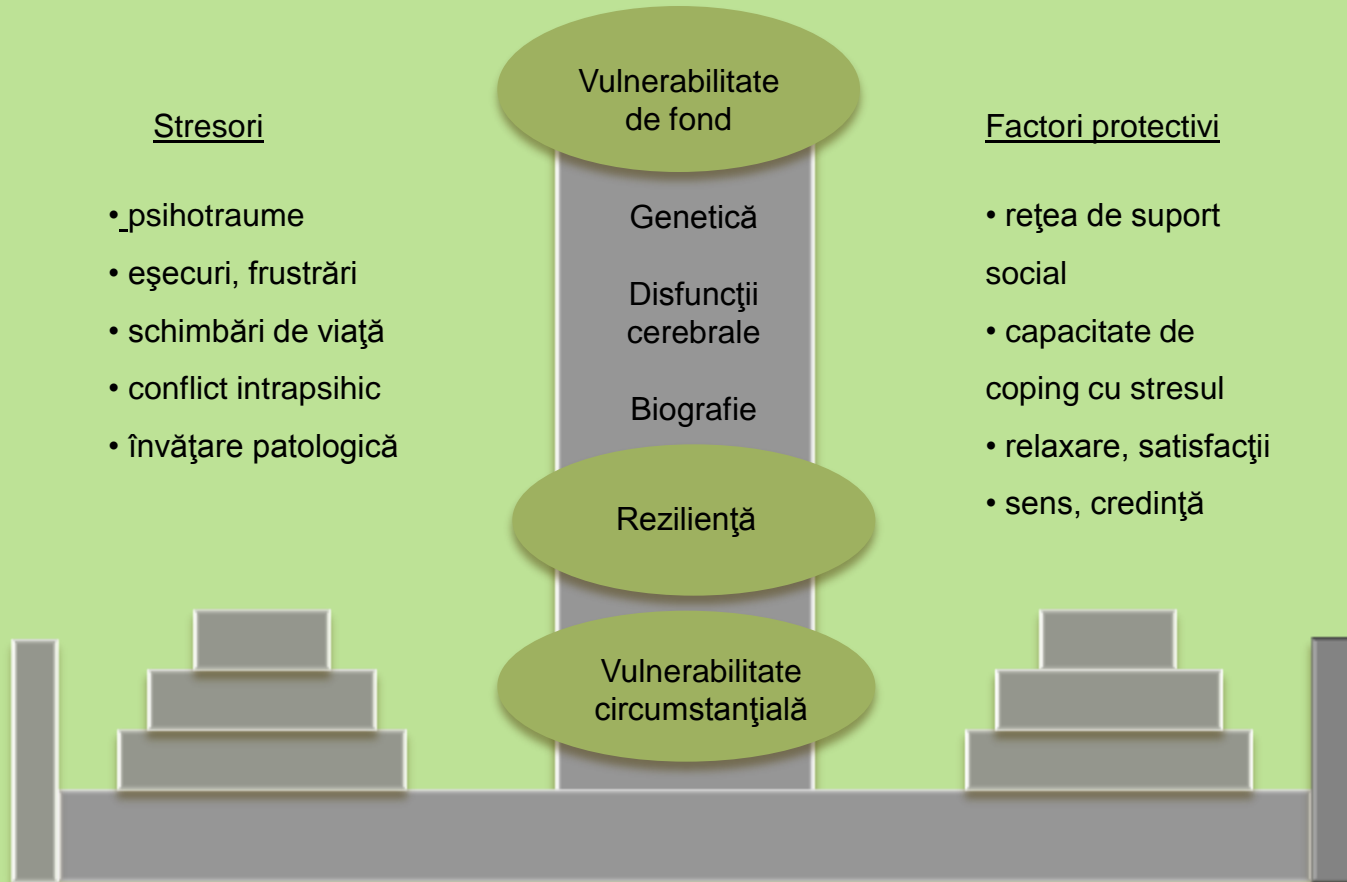
Relația inversă dintre vulnerabilitate și stres



Factori ce cresc vulnerabilitatea de fond și cea circumstanțială

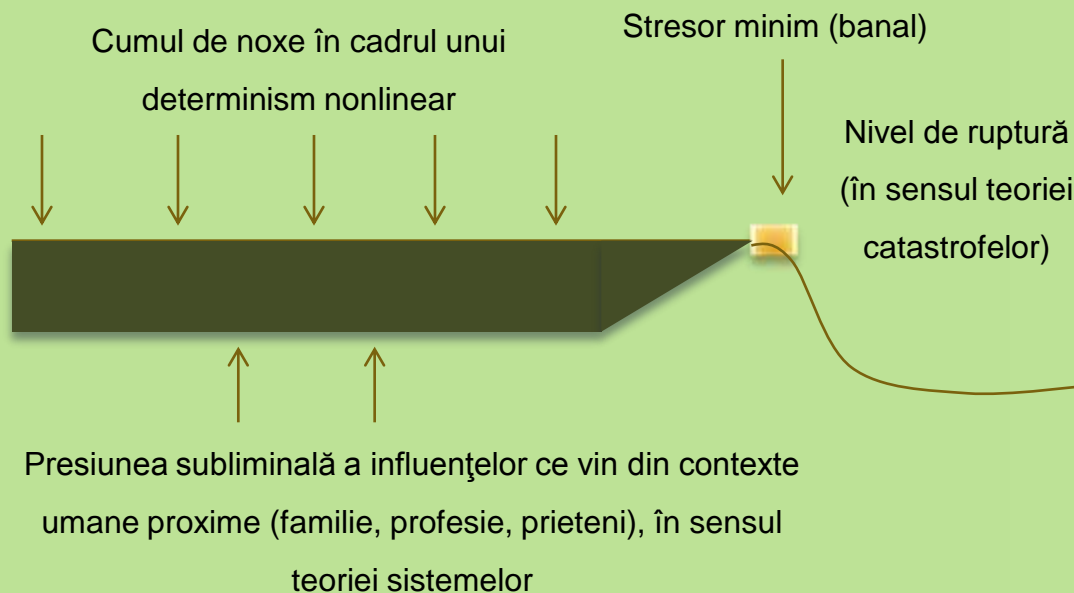
- Blankenburg (1971) a comentat, pentru shizofrenia hebefrenă, “pierderea simțului comun”, a axiomelor vieții cotidiene. Subiectul trebuie să facă un efort deliberat pentru înțelegerea și executarea celui mai banal fapt. Cognitivismul arată că pierderea filtrului atențional duce la nediferențierea între informațiile esențiale și neesențiale, cu bombardament informațional nesemnificativ, epuizare și dezorganizare a funcționării creierului și psihismului.
- Post (1990) susține că după fiecare episod depresiv netratat vulnerabilitatea crește, depresia putând apoi fi declanșată de frustrări sau eșecuri banale.

Echilibrul dintre vulnerabilitate, stresori și factori protectivi



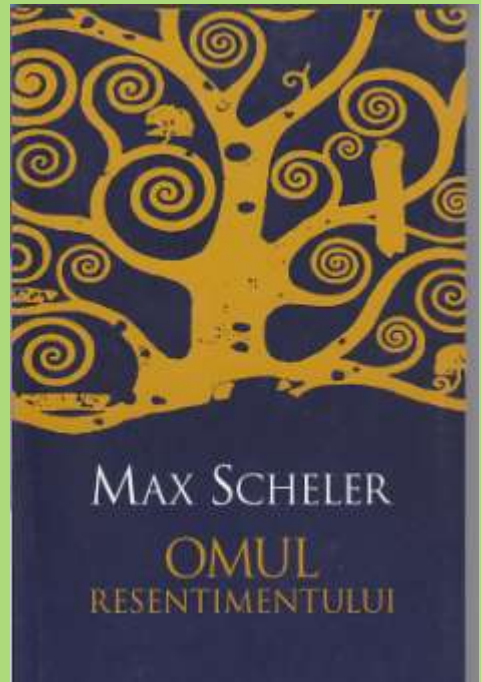
- Ideea balanței sugerează o rezistență crescândă la psihotraume, eșecuri, frustrări, dacă există o bună rețea de suport social, satisfacții, sens existențial etc.
- Succesele pot fi, până la un punct, un antidot pentru depresie: “cât mai multe succese = tot mai puțină depresie?!”

- Modelul vulnerabilitate – stres, deși de inspirație mecanicistă, poate fi util în analizele cazuistice, deoarece:
 - invită să se evalueze o amplă listă de stresori cumulați și de factori protectivi, acceptând oscilații în timp ale vulnerabilității, fără episoade clinice evidente;
 - permite asimilarea unor variante mai nuanțate ale cauzalității decât un model liniar:



Aceste sugestii se cer integrate într-o viziune antropologică.

- După acest preambul, se va aborda tema eșecului utilizând o metodologie fenomenologică.
- Fenomenologia, o descoperire a gândirii europene, are multe înțelesuri: între Kant și Hegel, Jaspers și Husserl. Vom adopta stilul lui Max Scheler – un mare prieten al psihiatrilor și în primul rând al lui Kurt Schneider – din cartea sa “Omul resentimentului”.
- Scheler procedează la analiza fenomenologică a trăirii resentimentului pentru a contesta teza lui Nietzsche, care etichetează creștinismul ca o religie născută din resentimentul sclavilor. Noi vom încerca să analizăm fenomenologic eșecul, pentru a dezvălui o fațetă a relației dintre psihologie și psihopatologie, în perspectivă antropologică.



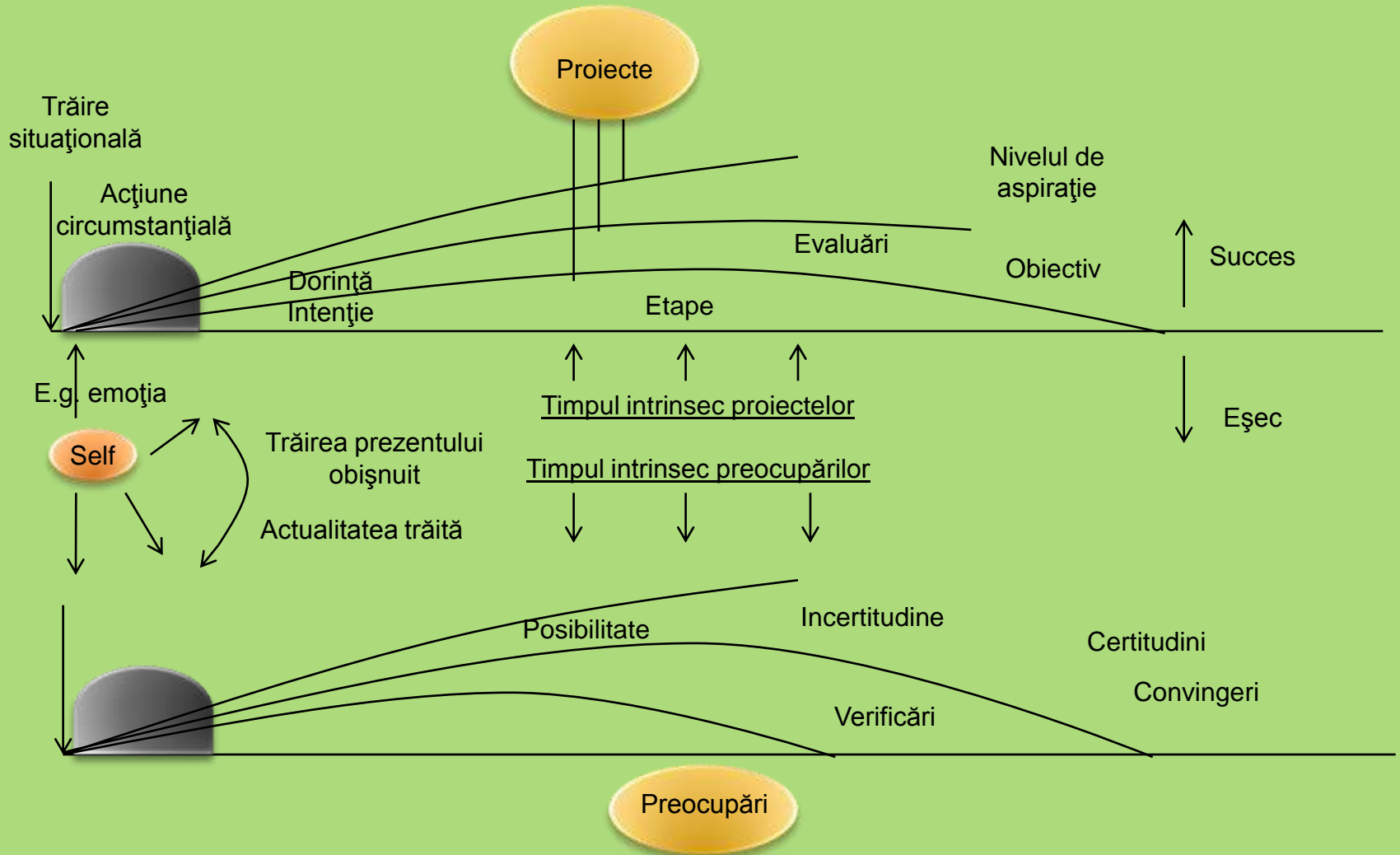
Fenomenologia pune în centrul analizei trăirile nemijlocite ale subiectului, mai mult sau mai puțin subiective și conștiente. Din această perspectivă, eșecul nu e privit exclusiv ca finalul nefavorabil al unui eveniment: eșecul unei terapii, al unei operații, al unei afaceri. Ci, ca resimțire a neîmplinirii unui proiect în care subiectul și-a pus speranțe.

Eșecul ca pierdere a ceea ce nu ai avut, dar ai fi dorit să ai

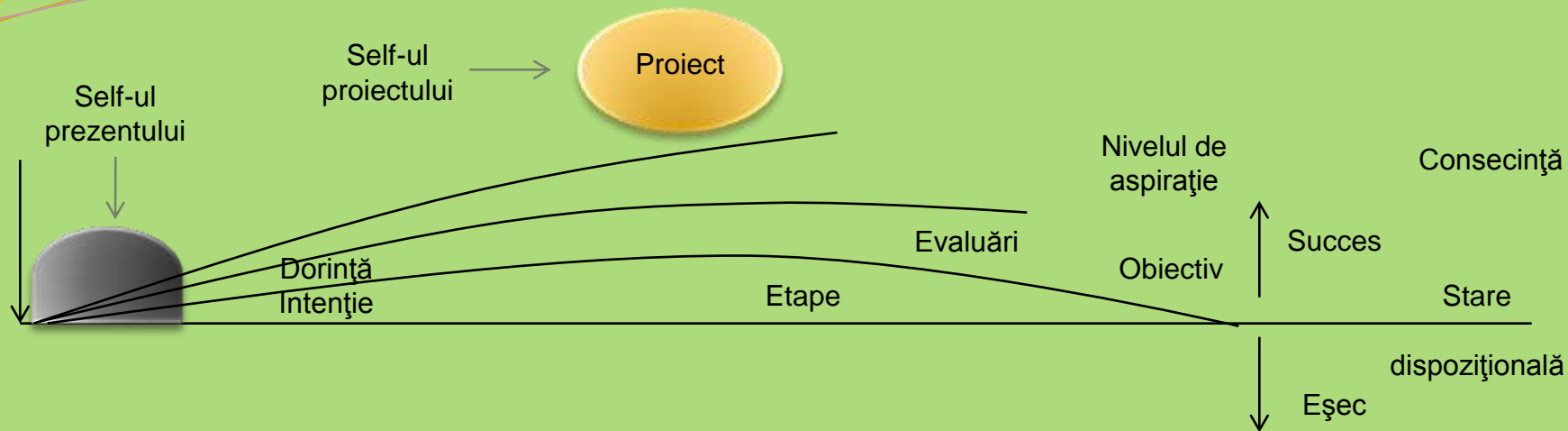
- Omul nu se circumscrie doar prin ceea ce are și deci poate pierde efectiv; ci și prin lucrurile la care aspiră, pe care ar dori să le încorporeze, să aibă parte de ele.
- Ne plasăm acum pe orbita dorințelor, aspirațiilor, speranțelor, expectanțelor și proiectelor. Adică ne înscriem într-o dinamică temporală în care viitorul se infiltrează în prezent și-l dinamizează, îl dimensionează nemijlocit. Axa acestei dimensiuni existențiale e proiectul. Proiect în care persoanele se angajează sau de care se lasă cuprinse. Proiect ce deschide speranțe, ocazionează scenarii ameliorative, aspiră subiectul spre altceva și spre mai mult decât el e la un moment dat. Proiect ce se încheie de obicei cu succes sau cu eșec. Desigur, în măsura în care proiectul nu e părăsit. Succesul și eșecul, ca și capetele unui drum în care temporalitatea trăită are caracteristici speciale, ne atrag atenția asupra însuși acestui drum. Drum al proiectului, care centrează o dimensiune specială a temporalității trăite.

- Cineva poate trăi eșecul unui examen de admitere la o facultate sau de ocupare a unei funcții dorite. Un pictor poate resimți eșecul expoziției ce a deschis-o, iar un tânăr eșecul relației romantice pe care o credea ca evoluând spre împlinire. Cineva poate resimți eșecul căsniciei sale, al unui angajament politic, al emigrării. Sau, in extremis, eșecul întregii sale vieți.
- Eșecul pune capăt unor speranțe care au ghidat angajarea noastră pe un anumit drum de viață.
- În toate cazurile menționate, suntem la un capăt de drum. Sau, putem folosi metafora drumului. A drumului care uneori intră într-o fundătură. Și atunci, ne așezăm pe o piatră și medităm la cele întâmplate.
- Eșecul invită la o analiză de sine și la un bilanț de viață.

Importanța instanței personale în care se desfășoară proiectele și preocupările

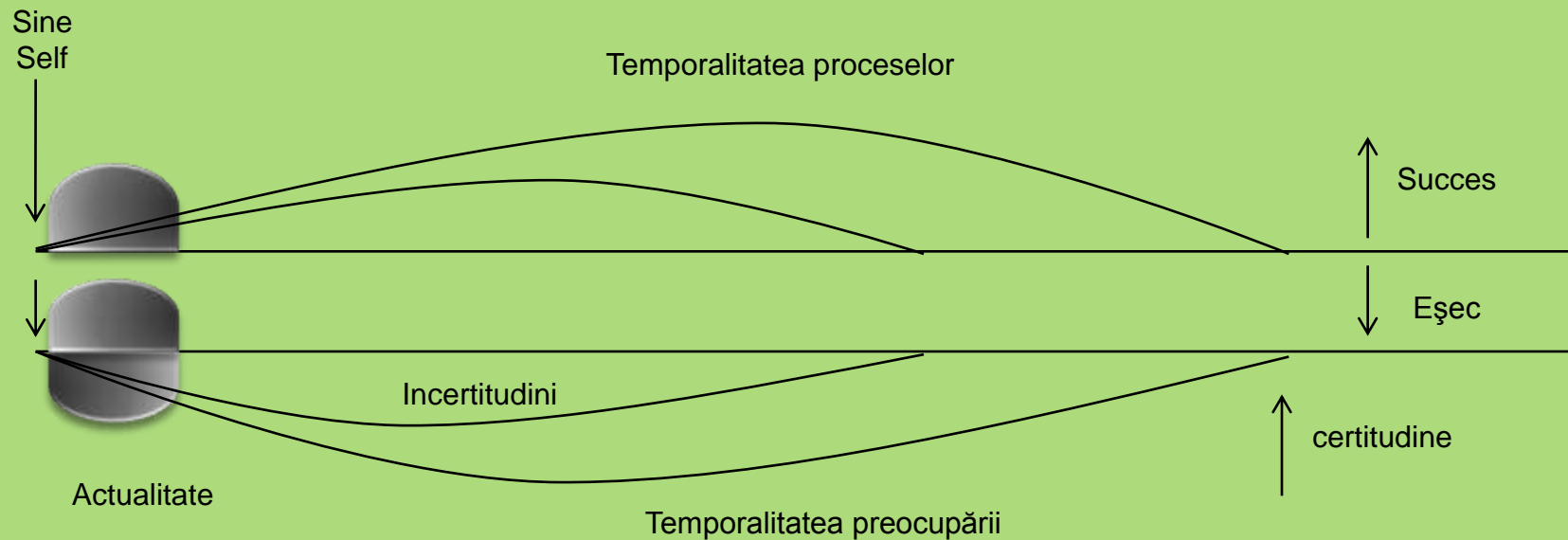


- Sinele – Self-ul – care centrează proiectele și cel care centrează preocupările este plasat în aceeași instanță a persoanei, distinctă de cea a sinelui care centrează trăirile actuale, ce stau la baza prezentului trăit ca actualitate.



- Eșecul punctează finalul unui ciclu care are o dinamică, o structură, o durată, o încheiere.
- Ciclul începe printr-o dorință sau intenție ce se încheagă într-un proiect. Intervine tot timpul o evaluare a realității.
- Subiectul e aspirat, în cursul derulării proiectului, de obiectivul său – posibil, real, ideal. Se exprimă astfel nivelul de aspirații al persoanei, care e corelat cu stima de sine.
- Împlinirea proiectului se realizează prin etape, în crescendo – ca scenele într-o dramă –, până la soluția ce se impune prin deznodământ.
- Realizarea unui proiect pune în joc o ipostază înaltă a funcțiilor cognitive executive.
- Un proiect e elaborat și realizat de o persoană centrată de o anumită instanță a “sinelui” – Self-ului. Sinele proiectelor este o importantă instanță a sinelui global al persoanei.
- Succesul sau eșecul modelează stima de sine și se corelează cu o anumită dispoziție afectivă trăită actual; dar atât succesul, cât și eșecul pot avea și consecințe ulterioare, importante pentru subiect.

- Dimensiunea temporală – drumul – ce susține un proiect, care se încheie cu succes sau eșec, este paralelă cu cea care stă în spatele preocupărilor persistente – a drumului -, prin care subiectul încearcă să lămurească o problemă care-l privește; și în care se simte intens implicat. Drum ce conduce de la incertitudine la convingere, la certitudine.



- Clarificarea unei situații problematice de durată, în care subiectul se simte implicat și care-l privește, se desfășoară, pe axa cognitivă, între incertitudine și certitudine

Nivelul incertitudinii: sunt oare?.....

...Bolnav?.....Urât?... Soția mă înșeală?...

Anxietate

Fobie

Obsesie

Prevalență

Delir

Poate că....

S-ar putea să....

Dacă...atunci...

Nu e imposibil ca...

Să verific dacă...

Se pare că...

Ipoteze

Verificări

Căutare de dovezi

Confirmări parțiale

Certitudini parțiale

Certitudini absolute



Nivelul certitudinii: sigur că....

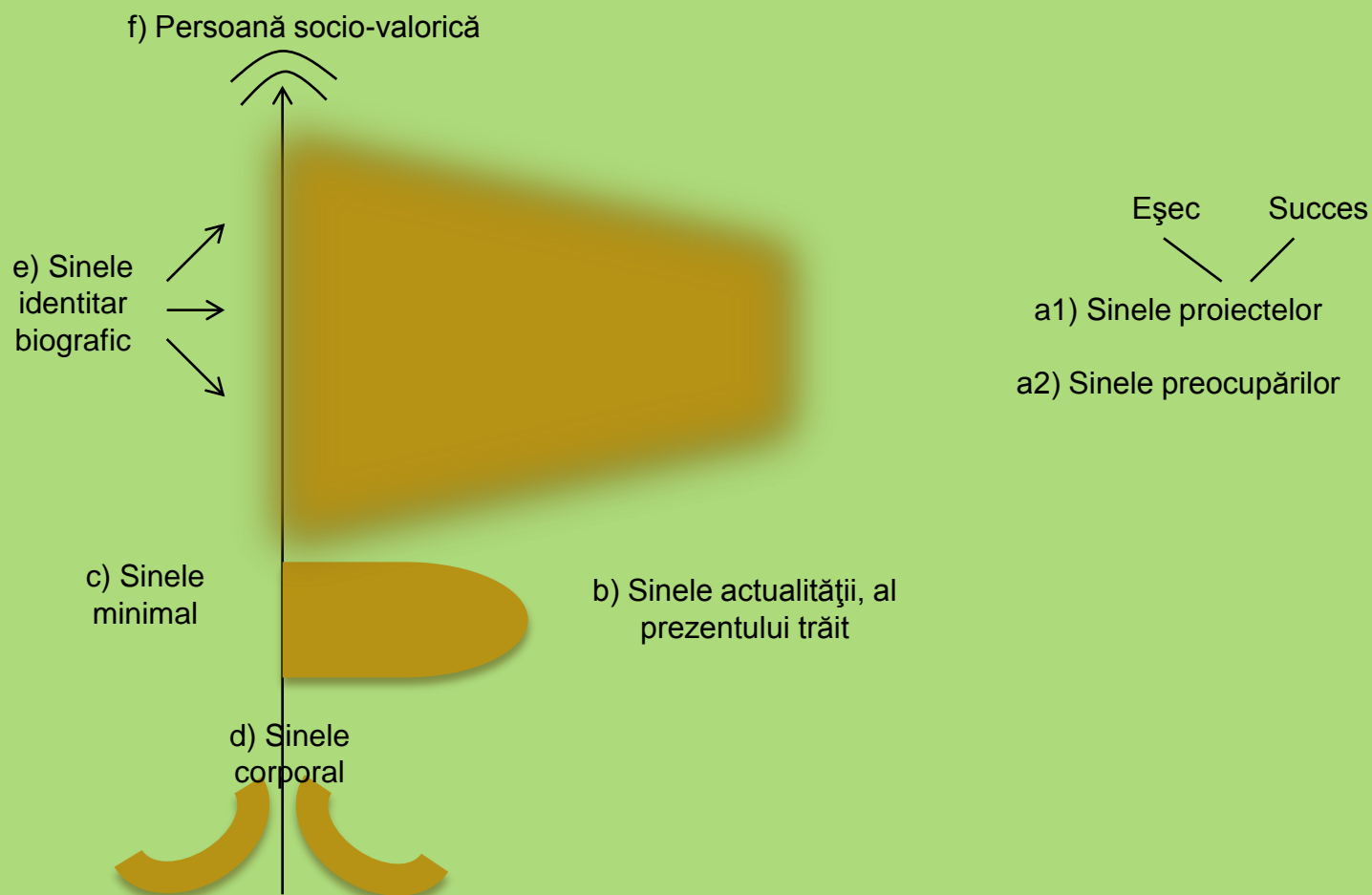
sunt bolnav!! Sunt urât!! Soția mă înșeală!!

(delir monotematic)

Sinele – Self-ul – care centrează proiectul (care conduce la succes sau eșec) și cel care centrează preocupările personale de durată (ce conduc de la incertitudinea posibilității la certitudinea convingerii) se plasează în vecinătate în structura psihologică a persoanei, la un nivel supraordonat față de sinele care centrează trăirile actuale și alături de cel supraordonat lor, al identității biografice.

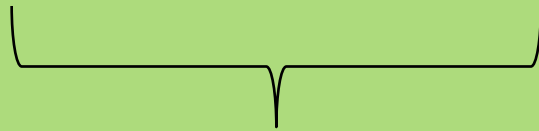
Ipoteze ale sinelui (Self-ului)

a,b,c,d,e,f



- Sinele care centrează prezentul trăit și care se distanțează până la un punct de sinele proiectelor și preocupărilor, este și el esențial pentru psihopatologie. Marile sindroame exprimă tocmai distorsiuni ale structurării prezenței la actualitate:

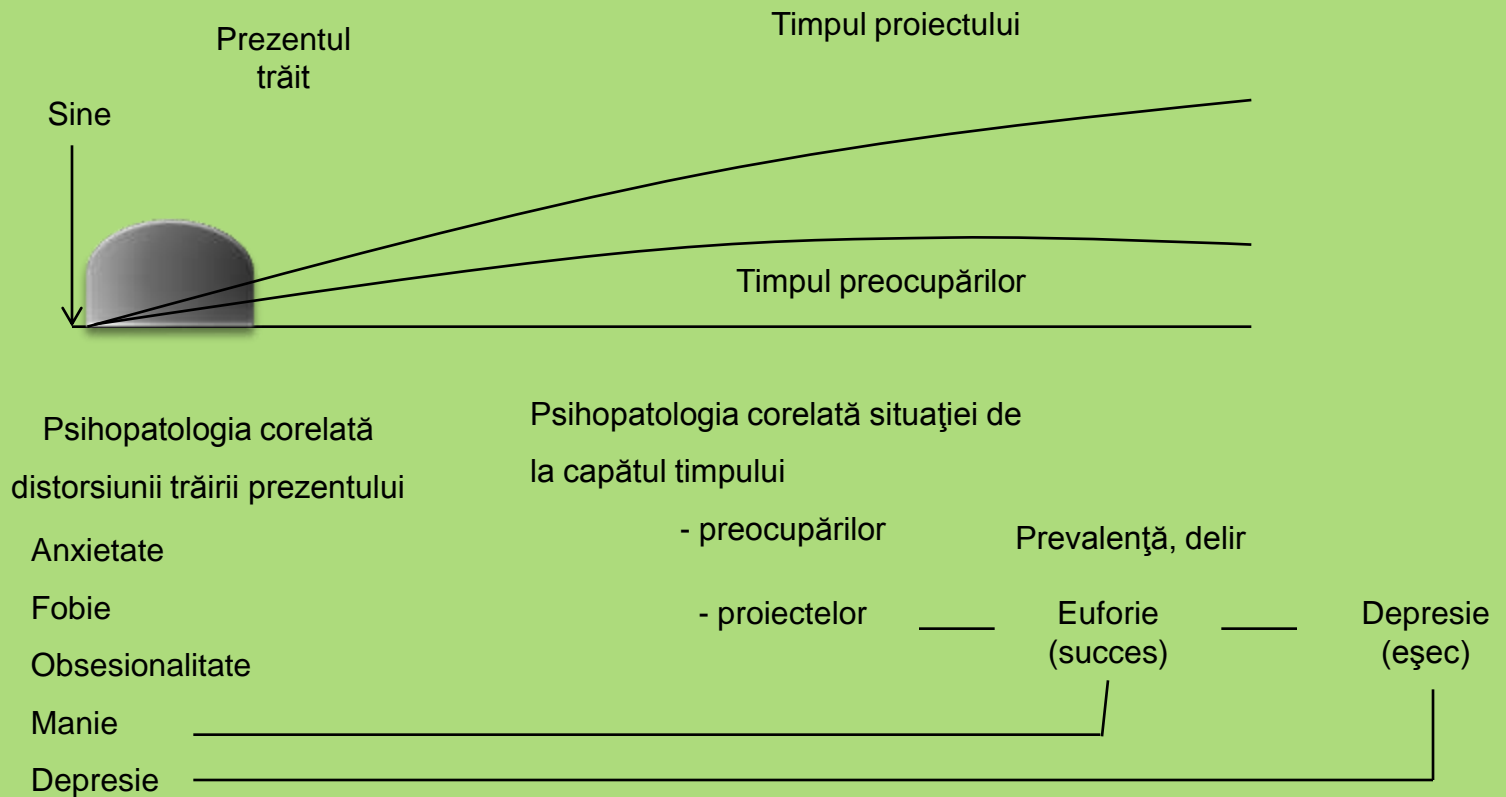
- depresivul e dezinteresat de prezentul ambiental, preocupat de trecutul vinovat;
- maniacialul e angrenat într-un viitor iminent și a toate posibil, pentru care prezentul e o punte îngustă;
- anxiosul e fixat pe viitorul iminent periculos;
- obsesivul, centrat pe detalii și planuri, nu poate structura o prezență pregnantă la prezent.



în toate aceste situații
prezentul nu se poate închea plenar

- Prezentul trăit fenomenologic poate fi interpretat ca exprimând angajarea eficientă a subiectului în rezolvarea unei probleme situaționale în care e implicat, utilizând cunoștințele trecutului și configurând un viitor posibil. Trăirea subiectivă și desfășurarea operațională, prin care subiectul se manifestă în actualitatea raportării sale cu sens la situația dată, nu are limite precise în timpul fizic.
- Totuși, se poate diferenția relațional între un prezent imediat – e.g. al unei emoții – și o acțiune prelungită, ce tinde să se transforme în drumul unui proiect.
- În raport cu durata temporală prelungită a drumului unui proiect, trăirea succesului și a eșecului are caracteristici de actualitate trăită.

Sindroamele psihopatologice în corelație cu instanța sinelui (și temporalității) în care subiectul se manifestă



- Eșecul se manifestă prin caracteristicile unei trăiri de tip depresiv. La o analiză fenomenologică, acest tip de depresie apare diferit, până la un punct, de depresia de pierdere, de ex. cea de doliu.
- O pierdere importantă poate fi consecința unui accident, a unei întâmplări puțin dependente de participarea subiectului. În cazul eșecului, situația e alta. Contează felul în care, de-a lungul organizării și desfășurării proiectului, el testează realitatea. Măsura în care el evaluează propriile capacități și resurse, starea de lucruri ambientală. De asemenea, contează standardele pe care și le impune, nivelul de aspirație la care tinde.
- Această diferență între pierderea ocazionată de un accident și pierderea indirect condiționată de eșec – pierdere a ceva ce ai fi dorit să ai și să fii – este instructivă pentru înțelegerea mecanismelor depresiei în ansamblul ei.
- Se poate, acum, relua întrebarea privitor la eventualul sens util, valoric, adaptativ, al depresiei normale, dincolo de evidenta ei coloratură negativă.
- Asupra acestei probleme a insistat în ultimul timp psihopatologia evoluționistă.

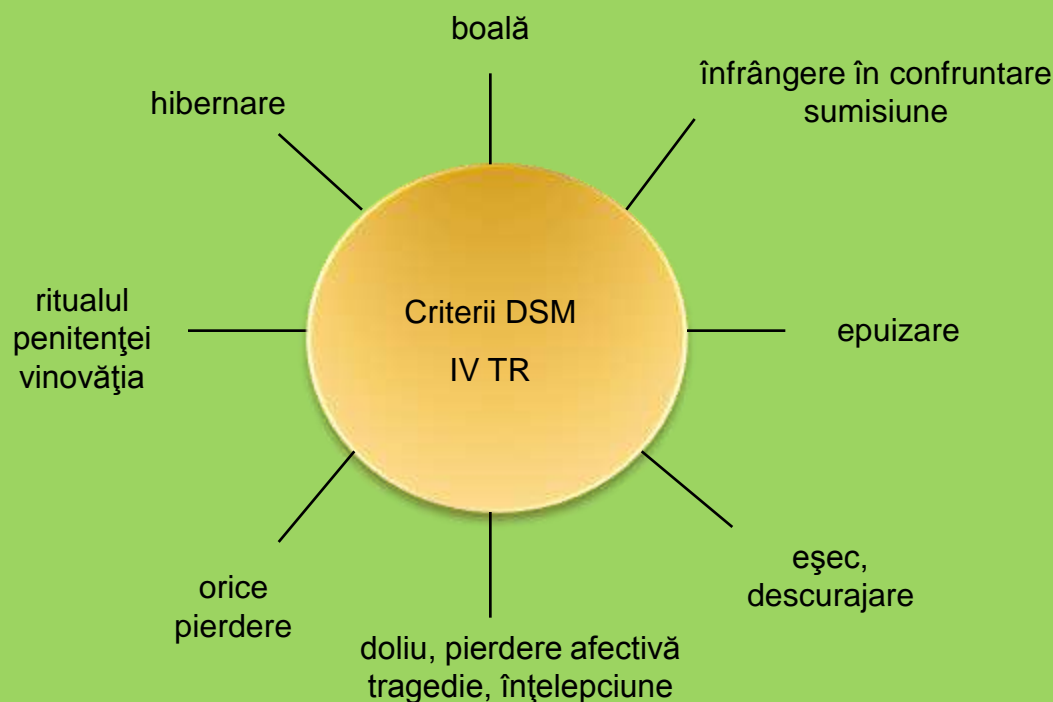
- Psihopatologia evoluționistă a căutat să identifice modele de comportament adaptativ biologic, similare cu aspecte ale comportamentului depresiv.
- A fost invocată hibernarea unor specii ce se desfășoară în condițiile de reducere a resurselor. Inhibiția și hipometabolismul consecutiv, sunt, în acest context, adaptative, reducând consumul energetic.
- Invocarea hibernării e interesantă prin periodicitatea ei și prin polarizarea sezonieră cu perioadele de rut, caracterizate prin dezinhibiție sexuală și pulsional combativă; aspecte ce fac parte din comportamentul maniacial.
- Inhibiția, însoțită de reducerea consumului, dar și de favorizarea refacerii biologice, a fost invocată și prin comportamentul animalelor bolnave, ca un model precursor al comportamentului de tip depresiv.

- Un model comportamental adaptativ biologic, mult discutat în ultimul timp ca precursor al comportamentului depresiv, este sumisiunea inhibată în fața agresiunii. Acesta are mai multe aspecte:
- Inhibiția de mimare a morții (“Totstelreflex” în germană) a fost invocată încă din prima parte a sec. XX de către psihiatrul Kretschmer pentru a explica leșinul isteric.
- În prezent, acest comportament e invocat pentru explicarea pasivității depresive. Se remarcă faptul că agresorii evită de obicei, instinctiv, consumarea animalelor moarte sau bolnave, fapt ce favorizează supraviețuirea celor considerați ca atare. Această interpretare se corelează și cu modelul inhibiției stuporoase care tradițional era întâlnit în unele cazuri de depresie. De asemenea, se corelează cu preluarea modelului depresiv de o importantă cazuistică histrionică, ce folosea tradițional o simptomatologie neurologică pentru mimarea bolii.

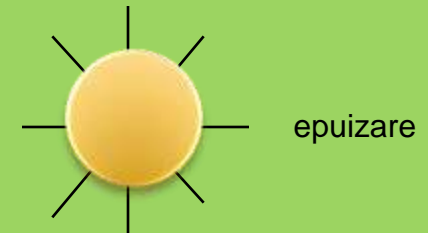
- Un alt aspect este blocarea agresiunii (intraspecifice) în condițiile percepției sumisiunii sau inabilității (de tip infantil). Aceste cazuri îndrumă spre un comportament de ocrotire. Depresia supraadăugată bolii reale atrage grija și ocrotirea crescută din partea anturajului.
- Sumisiunea, consecutivă înfrângerii în confruntare, are și ea aspecte adaptative.
- Problema merită reluată în perspectiva eșecului.

- Inhibiția depresivă din cazul pierderii persoanei de atașament e echivalentă, până la un punct, cu pierderea protecției și nevoia de refacere pentru reorganizarea rețelei sociale.
- Deoarece modelul de comportament depresiv atrage protecția socială, funcția sa adaptativă se impune și în condițiile situațiilor de pierdere, pentru a oferi o șansă refacerii.
- În cazul psihologiei umane, problema depresiei de doliu este mult mai complexă, datorită introjecției figurii de atașament în instanța “internal working model” (Bowlby).
- “Travaliul doliului”, invocat de psihanaliză, asigură o perioadă protejată, de refacere, nu doar a rețelei exterioare de suport social; ci și a modelului interior de atașament.

- Pornind de la modelele biologice, înțelese într-o perspectivă antropologică complexă, se pot invoca și modele culturale ale depresiei, de integrare socială.

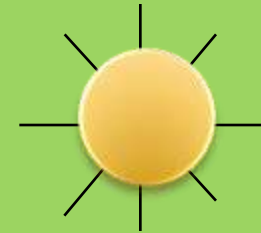


- Într-un circumplex al condițiilor ce pot susține instalarea comportamentului de tip depresiv, cele ce derivă din biologie se pot articula cu cele specific antropologice.
- Depresia de epuizare poate fi un exemplu.

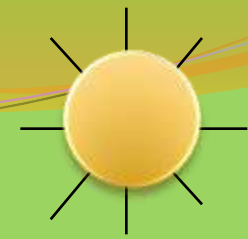


- Starea depresivă consecutivă epuizării a fost constatată de mult timp de clinicieni, ea făcând parte atât din conceptul de depresie endoreactivă a lui Weillbrecht, ca și din conținutul stărilor depresive imaginate de Kielholtz.
- Dincolo de anergia specifică depresiei, de reducerea performanțelor cognitive, de sentimentul de epuizare pulsională și de simptomele de somatizare, starea de epuizare e descrisă și printr-un vid interior, cu dezinteres față de proiecte și participări.
- În cazul depresiei de epuizare, nevoia unei “inhibiții pentru refacere” este la fel de evidentă ca în hibernarea din biologie. Refacerea se referă însă nu doar la energie, ci și la elaborarea de proiecte și strategii angajare.

ritualul
peninței



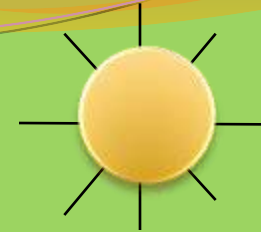
- În perspectivă culturală, poate fi menționat comportamentul sobru și inhibat – instinctiv și social – care este recomandat în unele perioade de pregătire a sărbătorilor sacrale, de inițiere a teofaniei.
- Poate fi invocat, la creștini, postul Paștelui, care e marcat simbolic de o simulare de doliu colectiv. Ritualuri similare pot fi identificate în diverse culte sacrale.
- Sărbătoarea, dezlănțuită și dezinhibată, cu caracteristici hipomaniacale, este precedată în multe structuri ritualice de o perioadă de inhibiție și rețineri.



tragedia

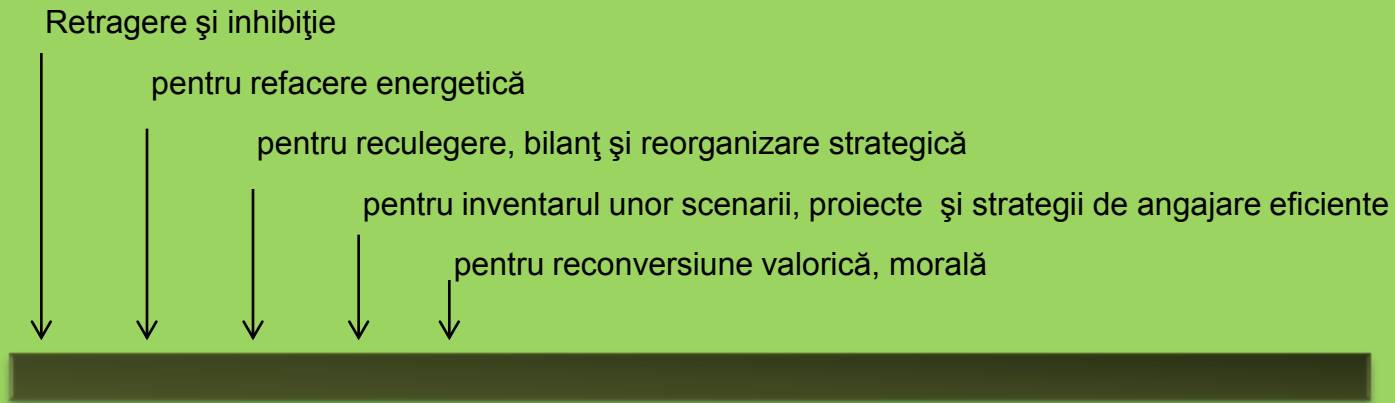
- Orice ritual are structura unei drame. Sau, invers spus, universul scenic teatral are un precursor în organizările ritualice și sărbătorești, corelate invocării sacralității zeilor.
- Teatrul omenesc, cu genurile tragediei și comediei, marchează aspecte fundamentale ale dimensiunii antroposului.
- Tragedia, ca semnificație a intrigii, trimite spre durere și moarte. Dispozițional, ea se află în talerul depresiei; la fel cum comedia se plasează în arealul dispozițional al maniei.
- Cine pleacă de la prezentarea unui spectacol de tragedie bine regizat, are la ce medita în legătură cu condiția umană.
- Și, nu rareori, privitor la propriul destin; la înscrierea propriei sorți, în orbita problematică a vieții omenești.

vinovăția



- Ritualul penitenței, al ispășirii unei vinovății, este și el marcat de caracteristici comportamentale de tip depresiv.
- Pe lângă retragerea socială și inhibiția biopsihică generalizată, perioada penitenței se caracterizează printr-o repliere pe sine analitică, de autoevaluare, autojudecare și reșezare internă.
- Reconversiunea morală, care e așteptată în urma penitenței, presupune o reorganizare sufletească ce se desfășoară la alt nivel decât refacerea energetică sau strategică, privitoare la proiecte și angajări viitoare.
- Dar caracteristicile generale, de retragere pentru refacere și reorganizare, se păstrează și în această dimensiune internalizată a existenței omenești.

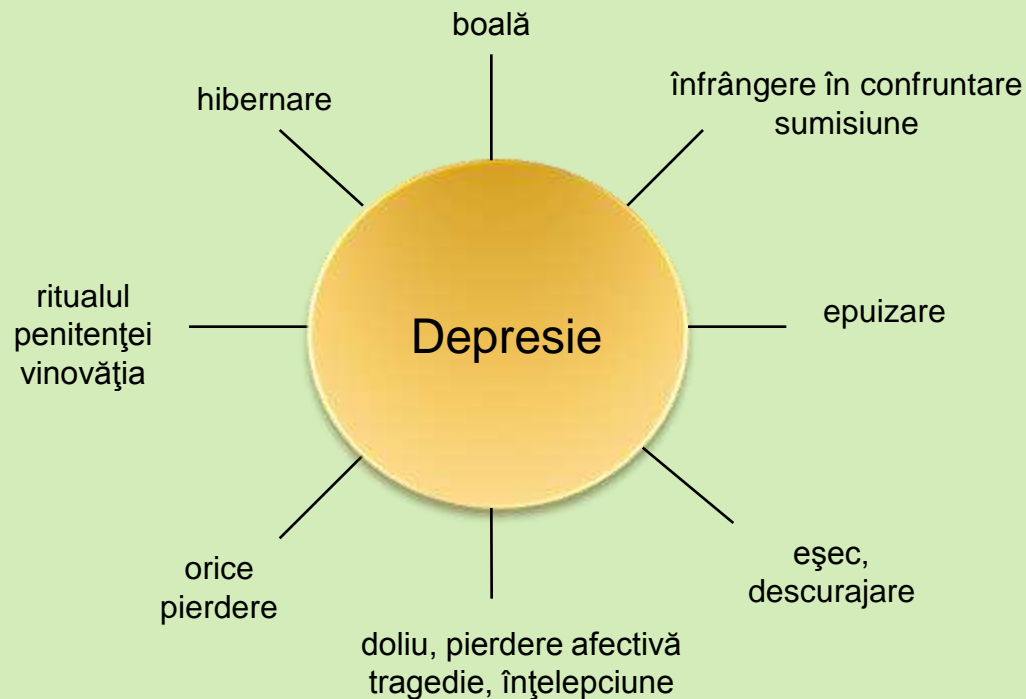
- Rezumând, se poate spune că la om întâlnim – în continuitatea unor modele comportamentale biologice – mai multe modalități de manifestare internalizată, ce se caracterizează prin:



- Melancholia ca înțelepciune, așa cum a prefigurat-o neoplatonicianul Marsilio Ficino în Renaștere – prin conjuncție astrologică cu planeta Saturn - , idee susținută de Cornelius Agrippa și concretizată în gravura lui Durer, această melancholie a reculegerii în numele înțelepciunii, poate fi momentul de vârf, pozitiv, adaptativ și creator, pe care starea de tip depresiv a eșecului o poate ocaziona.

Concluzie I

- Depresia psihopatologică poate fi interpretată ca derivând dintr-un “modul” psiho-antropologic adaptativ, care susține variate direcții de manifestare în care, prin retragere inhibată, reculegere și reorganizare, subiectul se pregătește temeinic pentru o direcție de manifestare utilă și creativă.



- Sindromul psihopatologic depresiv, ca “modul psihopatologic adaptativ”, înțeles ca și cale comună formală a acestor modalități, e unul care simplifică, dediferențiază, se manifestă rigid și decontextualizat, dezadaptativ.

Concluzie II

- Condiția eșecului nu este însă cea a depresiei psihopatologice endogene.
- Eșecul poate fi un moment de cumpănă pentru reculegere, bilanț și pregătirea unei relansări pozitive, valorice, a subiectului în lume.
- Nu e posibilă o lume fără depresie și fără eșecuri.
- Așa cum nu trebuie să ne îmbătăm cu succesele, nu trebuie să disperăm, ci să învățăm din eșecurile noastre firești și aproape inevitabile.



Vă mulțumesc!

Tehnoredactare: Vlăduț Marinela

Prezentarea se găsește pe site-ul: demo.imageright.ro/lazarescu