

Panagiotis Charbis

Sisifos-metoden

Bog 1

ALKOHOLISME

Bog 2

ALKOHOL/KOKAIN

- DEN TERAPEUTISKE KONFRONTATION



Psykoanalyse - Psykosyntese

Forlaget Sisifos - The Art of Living



The Art of Living

Forlaget Sisifos

Bog 1. Alkoholisme
Bog 2. Alkohol/Kokain
- Den terapeutiske konfrontation

Copyright: Panagiotis Charbis & Forlaget Sisifos
Saltværksvej 2
2770 Kastrup, Danmark
+45 31 90 41 49
+45 61 31 19 05
www.sisifos.com

Cover & layout: Mads Dahlgaard
Forsidefoto: Camilla Bach Schou Stub
Publiseret i Danmark 3 juli 2012

ISBN: 978-87-992898-5-1

Denne bog er tilegnet min søn, Eleftherios

Panagiotis Charbis - Sisifos

Bog 1

ALKOHOLISME

- Den terapeutiske konfrontation

Psykoanalyse & Psykosyntese

Kost- & farveterapi

Oversat fra græsk af
Charlotte Bjergfelt
Spiros Divaris

Publiceret af Forlaget Sisifos

INDHOLDSFORTEGNELSE

Bog 1

PROLOG_____	s. 8
ALKOHOLISME – TOKSIKOMANI_____	s. 11
PROJEKTIONER – MANGEL PÅ TRANSMISSION_____	s. 15
AGGRESSIVITET – INDRE LIVLØSHED_____	s. 17
FAGLIG ANALYSE AF TERAPIEN_____	s. 20
DE 7 STADIER I TERAPIEN_____	s. 23
FAGLIG ANALYSE AF DE 7 STADIER_____	s. 24
TRE KATEGORIER AF ALKOHOLIKERE_____	s. 26
HISTORISK TILBAGEBLIK_____	s. 42
SKEMATISK OVERSIGT_____	s. 52
STOFMISBRUGERE – AFHÆNGIGHED AF HASHEN_____	s. 53
KROPSSPROGET (70 %)_____	s. 60
FARVEUDVIKLINGEN I DE 7 STADIER_____	s. 61
TERAPEUTISK INDSATS_____	s. 63
– Kostregel_____	s. 68
BEVÆGELSE OG KROPSHOLDNING HOS DEN	
AFHÆNGIGE PERSON_____	s. 71
ANALYSE – SYNTESE_____	s. 79
– Psyken hos personer i kategori I_____	s. 84
– Vanskeligheder i løbet af terapien_____	s. 85
MODERNE SYMPTOMER – AFHÆNGIGHEDER_____	s. 87

INDHOLDSFORTEGNELSE

Bog 2

ALKOHOL OG KOKAIN. DET MODERNE SAMFUND_____s.	92
DET MODERNE SAMFUNDS BLINDGYDE_____s.	94
ALKOHOLISME HOS HOMER_____s.	96
AFSLUTNINGEN PÅ DEN KLASISKE PSYKOLOGI OG NYE SYMPTOMER PÅ AFHÆNGIGHEDER (MASSE-EGO)_____s.	98
ANALYSE AF SYMPTOM_____s.	102
SYNTESE – KONKLUSION_____s.	103
ANALYSE – SYNTESE. Alkohol/Kokain_____s.	106
TERAPEUTISK INTERVENTION_____s.	108
DEN NYE PSYKE_____s.	111
KVINDEN I DEN MODERNE KAPITALISME_____s.	113
TERAPI EFTER 3 MÅNEDER_____s.	115
TERAPI EFTER 5-7 MÅNEDER_____s.	117
PSYKEN_____s.	121
DET GRUNDLÆGGENDE KARAKTERISTIKON_____s.	123
EPILOG_____s.	124

PROLOG

Hvad der er meningen med livet, og hvad der har værdi, det lærer vi, når vi overskrider grænser.

Af vores fejl lærer vi, hvad der er det rigtige, det gode og det retfærdige.

Men desværre er mennesket ikke altid i stand til at bearbejde sine fejl og drage konklusioner. Det er der 3 grunde til.

For det første: det forstår ikke, at det begår en fejl.

For det andet: det nyder det i en sådan grad, i løbet af forseelsen, at det er ligeglad med og glemmer følgerne og konsekvenserne, der kommer derefter, og den næste dag fortryder det bittert sin slemme opførsel og tigger bønfuldende om de andres tilgivelse.

For det tredje: selv om det lige fra begyndelsen ved, at det gør det uretfærdige og det onde, ved det ikke, hvordan det undgår at gøre det, og hvordan det løser problemet.

Endnu er erkendelserne, der er samlet sammen og ophobet, og menneskets fornuft altså altid relative størrelser, fordi mennesket hverken er født frit eller generelt kan sige, at det er frit.

Kun i nogle marginale situationer kan mennesket blive bevidst om friheden.

For eksempel når det kan mærke dens fravær, som når en demokratisk regering afsættes, og en tyrannisk regering tiltræder i stedet for.

Eller når det undertrykkes på sit arbejde, eller i sit hjem eller i samfundet og føler sig som et lillebitte bange menneske, som et lille viljeløst passivt lam parat til at blive slugt (spist) af de kødædende vilde dyr, løver, bjørne og ulve.

Hvis mennesket er i stand til at gøre modstand og kæmpe, ikke kun for at forsvare sig selv, men tillige det socialt rigtige og retfærdige, så bliver mennesket bevidst om indeni, i løbet af denne kamp, hvordan sjælen kan omfavne, kan være i harmoni, og det føler sig fri.

Hvis mennesket ikke er i stand til at gøre modstand og modsætte sig, og det passivt udholder alt, bliver dets liv et martyrium, et dagligt helvede, hvor dets pinte og sorte sjæl desperat beder om at blive befriet, og mennesket flygter midlertidigt, og det søger

anerkendelsen, mens det bringer en kraft frem, hvis naturlige element er selvdestruktionen, selvydmygelsen og forfald.

Mennesket drikker Gudernes nektar for at ligne dem, for at det også for et øjeblik kan blive en udødelig Gud, for at glemme sit menneskeliv, for at kunne mærke, sådan som det typisk bekender, den (friheden uden grænser). Men findes denne frihed uden grænser, eller er det en af menneskets fantasiforestillinger, fordi det ikke kan tackle fortvivlelsen og frygten for døden, så det derfor uden at ville det og ubevidst, når det drikker sig fuld og mister sin selvkontrol, indtager døden i doser? Det føler sig på et tidspunkt dødt og glemmer tid og sted, og det er måske dette, som det kalder for frihed uden grænser?

Er det muligt, hvis en person tager døden i doser, at han på et tidspunkt bliver befriet for frygten for døden og kan mærke udødeligheden? Eller er det måske muligt, hvis en person kæmper for friheden uden at være afhængig af euforiserende erstatninger (alkohol, hash eller narkotiske stoffer), at han kan trodse døden, og hans sjæl, der er fredfyldt og rolig, for et øjeblik kan blive bevidst om udødeligheden?

I hvilket af de to tilfælde gribes mennesket af lidenskab og i hvilket af vanvid?

Er det ligeledes muligt, at lidenskaben i en kategori bliver fremmedgjort og forvandlet til vanvid og i hvilket tilfælde?

Før vi går videre og uddyber vores syllogisme, så lad os begynde med de grundlæggende hovedspørgsmål.

I hvilken kategori kan vi placere alkoholen?

”Du drikker vand, fordi du er tørstig,” svarede filosofen Sokrates sofisternes, ”og ikke fordi du beslutter det med din fornuft.”

Måske gælder det samme også for alkoholen?

Hører dette også til kategorien af instinkter, og, hvis ja, til hvilke?

Selv om vi definitivt ved, hvad der sker med kroppen, hvis du ikke gør brug af alkohol i mange år, endda hele dit liv, kan vi spørge, om denne viden skaber et belastende bevis for menneskets sundhed,

1) når vi alle sammen siger, uanset race og nationalitet, at ”et

måltid mad behøver ledsagelse af et glas vin”?

2) Denne sætning, der blev sagt af Odysseus hos Homer, gemmer den på en sandhed, eller er den blot en løgn?

3) Hvad mon der foregår, siden mennesket behøver det ene glas vin dagligt?

Hvis dette er sandt, betragtes det daglige forbrug måske samtidig og på en selvfølgelig måde som afhængighed?

Hvis det ene glas vin dagligt betragtes som normalt, på hvilket tidspunkt kan vi så tale om misbrug og overdrivelse?

Alkoholen indeholder uden tvivl en magt, der psykisk og fysisk forandrer mennesket til et andet Ego.

Spørgsmålet, der dukker op, er, hvad det er for en forandring, som indtræder, og om det er muligt og tilladt, at vi afværger den negative anklage og isolerer den, ved at vi sætter grænser for den, således at vi får alkoholens positive virkning.

Det vil sige, at hvis grænserne er ½ liter vin dagligt, vil personen, ved at han så overholder grænserne, da kun opføre sig positivt?

Er det muligt, at tingene er så enkle?

Desværre, nej.

For der findes en kategori af alkoholikere, der ikke så meget som har smagt på vin i mange år.

Til denne kategori hører de tørlagte personer, der i mange år efter deres afvænnelse fortsætter med at have en ”alkoholisk” opførsel på grund af deres tidligere forbrug af alkoholen. Og de behøver år, indtil de kan blive indlemmet og genplaceret i samfundet.

Kan det lade sig gøre for alkoholikeren at have et arbejde, at indgå i sociale relationer, at skabe familie og få børn?

Er det ligeledes muligt for ham at udtrykke kærlighedsfølelser?

Er det muligt for os at placere alkoholikerne i 3 forskellige kategorier, fordi de reagerer forskelligt, og hvilke er disse?

Er det endelig og i virkeligheden muligt for os at få en virkningsfuld terapi til at lykkes 100 %, og således at personen bliver fuldstændig genplaceret efter afvænnelsen?

Alle disse spørgsmål vil vi forsøge at besvare på en analytisk måde i de følgende afsnit.

ALKOHOLISME - TOKSIKOMANI METODE OG TEKNIK TIL PSYKOTERAPEUTISK KONFRONTATION AF TIDLIGE FORSTYRRELSER (Living and working in harmony) BIOPSYKOLOGI

For at I kan få et billede af arbejdsmetoden, og af hvordan man kan se den psykiske forstyrrelse og de vanskeligheder, der viser sig ved den psykoterapeutiske tilgang, vil vi referere til konkrete eksempler.

Mere præcist vil vi begynde med følgende grundlæggende antagelse: klienter med tidlige forstyrrelser har som spædbørn i deres tidlige relation til moderen ikke kunnet opnå en naturlig form for kontakt med hende og dermed kunnet få en naturlig udvikling. Moderen har på grund af ekstremt manglende evner, nervøsitet og angst ikke gennem sin kommunikation med det lille barn kunnet berolige dets frygt, gråd og fortvivlelse og forvandle dets følelser og reaktioner til en eller anden form for tilfredshed (velbehag). Når barnet vokser op under påvirkningen af negative følelser, der skyldes fortvivlelse, vil det reagere på grundlag af de konkrete følelser i enhver følelsesmæssig tilnærmelse til omgivelserne, og det vil have svært ved intellektuelt at forstå og bearbejde et billede fuldstændig. På grund af strengt personlige oplevelser føres barnet skæbnsvangert til en selektiv afvisning og reaktion. Af forsvarsgrunde fører dette barnet til gradvis isolation og, uundgåeligt, til sammenstød med og forskansning af dets selv og dets fuldstændig umodne og negative Ego. På dette tidspunkt tager han sin tilflugt til afhængigheden. Han fungerer ved hjælp af euforiserende erstatninger, længes ikke efter at føle velbehag, forsøger at flygte fra den ekstreme angst, der har forfulgt ham hele hans liv. Ved at alkoholikeren ikke kan mærke forelskelsens, kærlighedens og forståelsens psykodynamik, længes han ikke efter ekstasen gennem det at drikke, som mange fejlagtigt tror. Der sker præcis det modsatte. Han føres mod afhængigheden

for at sætte et midlertidigt punktum, for at blive lettet fra frygten og fortvivlelsen, der forfølger ham. Ud over sin følelsesmæssigt negative indstilling oplever han samtidig og på det intellektuelle niveau afvisningen, og dette omsættes til en uventet aggressivitet mod alle. Opfattelsen af omverdenen og samfundet sker generelt gennem hans projektioner.

Dette skal terapeuten tage i betragtning, uanset hvilken skole han tilhører, for at han kan agere i forhold til de tidlige forstyrrelser. Med hensyn til spørgsmålet om, hvilke resultater enhver psykoterapi kan opnå med succes, åbner svaret, selv om det sårer, samtidig også for en anden vej for tilgang.

De statistiske oplysninger, uanset hvilken psykologisk skole de kommer fra, i forhold til behandling af de tidlige forstyrrelser er fuldkommen nedslående og skuffende. Således har manglen på en positiv konfrontation af de afhængige personer med tiden ført til opgivelsen af den psykoterapeutiske indsats. Men det, der er sikkert, er selvfølgelig: at forsøge at ændre nogen for hvem afhængigheden er blevet en levevis, det er slet ikke nogen nem opgave, og hvis afhængigheden er begyndt tidligt, er terapien overordentlig vanskelig, fordi den afhængige person kun har forstået negative billeder. Hvad sker der så? Hvordan kan vi intervenere? Før man overhovedet forsøger at intervenere, er det godt at begynde på en positiv måde ved at bruge to nøgleord: **KÆRLIGHED og FORSTÅELSE.**

Ved at terapeuten forsøger at forstå problemet og forklare symptomet for at skabe en ramme for terapien, skaber han automatisk en afstand mellem sig selv og klienten, der nærer mistillid til terapeuten's hensigter og flygter. Men han anvender sin yndlingsmetode - projektionerne. Det vil sige, at han tager sin tilflugt til generaliseringer og modarbejdelser og tilbyder ikke noget materiale, ikke engang til et negativt samarbejde.

Den afhængige person betragter sig selv som klog, og derfor kan han ikke høre "læren" fra sin terapeut og afbryder fra begyndelsen ethvert bånd og enhver kontakt, samtidig med at han skaber en uudholdelig spænding, mange gange blot med sin tavshed. Han

kender naturligvis også bedre end enhver anden til de slemme følger, for eksempel af at drikke, og derfor lider han ydermere, men han ved ikke, hvordan han skal stoppe det, hvordan han skal få det ud af sit liv én gang for alle, hvordan han med andre ord skal blive et sundt menneske. Han ved ikke, hvordan dette lykkes, og derfor søger han hjælp hos terapeuten. Men spørgsmålet er, hvor meget klienten ønsker terapien, og hvor meget pres han kan udholde fra sin terapeuts side. Svaret skal give den første viden og materiale til enhver faglig analyse og metodik.

Den afhængige person ønsker dybest set ikke terapien, fordi hans reducerede udholdenhed over for pres skaber uudholdelig frygt, spænding, stress, angst og mange gange endda kropssmerte i ham. Ved at drikke eller tage narkotiske stoffer har han i høj grad fjernet kræfterne til selvforsvar, og, til sidst, skaber selv det mindste presserende spørgsmål en frygt i ham, som han ikke længere kan udholde. Kun hvis han kan mærke, at han ikke presses, at der ikke vil blive krævet noget af ham, at nogen endelig viser interesse for hans meninger, eller at nogen desuden forstår de vanskeligheder, som han har stået over for hele sit liv på grund af afhængigheden, vil han for første gang i sit liv lidt efter lidt begynde at have tillid til nogen, men på en forsigtig måde.

Dette har den største betydning for terapien. Ved at vise forståelse for klienten bliver han afledt fra sin interesse: dette er det første trin. Tilkendegivelsen af sympati for de lidelser, som han i årevis har gennemgået, tilfredsstiller hans indtil nu ikke eksisterende Ego. Hidtil har ingen kunnet lide ham, eller, og hvis de har kunnet, var alle til sidst blevet trætte af hans klynken og uventede vredesudbrud og havde vendt ham ryggen. Dybt indeni afskyer han også selv sig selv og afviser sit selv. Generelt opfører han sig som offer, og billedet, som han skaber af sig selv, inspirerer ikke engang ham selv.

Hvad kan man sympatisere med hos en alkoholiker? Intet. Dette er en lille, bitter, efterprøvet sandhed. Sympatien, som terapeuten viser for klienten, skal således være oprigtig og direkte; det vil sige, at han skal nærme sig problemet med kærlighed, og på en måde, således at klienten kan forstå og tage imod den. Men her kommer