

## Εισαγωγή

Η απεξάρτηση αποτελεί μια μείζονα πρόκληση, τόσο ατομική, για το άτομο το οποίο αισθάνεται εγκλωβισμένο σε συνήθειες που νιώθει να το απειλούν, όσο και συλλογική. Ποιοι είναι οι κατάλληλοι θεσμοί τους οποίους μια κοινωνία θα πρέπει να οργανώσει προκειμένου να παρέμβει σε αυτές τις προκλήσεις; Ποιες κοινωνικές παραστάσεις και ποιες θεωρητικές συλλήψεις είναι πιο δόκιμες προκειμένου το φαινόμενο των εξαρτήσεων να καταστεί ερμηνεύσιμο; Οι εξαρτήσεις οφείλονται σε ατομικές ιδιομορφίες, γενετικές, αναπτυξιακές, βιογραφικές, ή μήπως πρόκειται για ένα αμιγώς κοινωνικό φαινόμενο; Ποια είναι εν τέλει η «ουσία» της εξάρτησης; Μια βιοχημική διεργασία του ανθρώπινου εγκεφάλου, μια παραβατική συμπεριφορά, μια μορφή αυτοβοήθειας που αστόχησε; Από τις απαντήσεις σε αυτές και άλλες συναφείς ερωτήσεις εξαρτώνται σε πολύ μεγάλο βαθμό το είδος των υπηρεσιών απεξάρτησης που μια κοινωνία θα επιχειρήσει να οργανώσει, αλλά και ο τρόπος με τον οποίο θα κατανοήσει το βίωμα των εξαρτήσεων, ατομικό και συλλογικό.

Σε αυτά τα ερωτήματα επιχειρεί να δώσει απαντήσεις το παρόν βιβλίο, όχι ακολουθώντας την πεπατημένη ενός κλασικού επιστημονικού εγχειριδίου, αλλά με τη μορφή διαλόγου μεταξύ δύο πολύπειρων επιστημόνων με μακροχρόνια εμπειρία στο πεδίο των εξαρτήσεων: του William L. White και του Φοίβου Ζαφειρίδη. Ο διάλογος αυτός είναι αποτέλεσμα πρωτοβουλίας του Αμερικανού εξαρτησιολόγου William White, ο οποίος εδώ και μερικά χρόνια υλοποιεί

ένα εξαιρετικά ενδιαφέρον πρόγραμμα βασισμένο σε συζητήσεις, υπό τη μορφή εκτενών συνεντεύξεων, με επιστήμονες και παρεμβαίνοντες στο πεδίο των εξαρτήσεων από όλο τον κόσμο, οι οποίοι διαδραμάτισαν σημαντικό χώρο στις χώρες τους. Δεν μας ξενίζει που από την Ελλάδα επέλεξε τον Φοίβο Ζαφειρίδη. Όχι μόνο για την καθοριστική δράση του τελευταίου, προκειμένου να αναπτυχθούν στη χώρα μας δομές απεξάρτησης που να υπερβαίνουν τον ψυχιατρικό εγκλεισμό και ευρύτερα την ιατρικοκεντρική προσέγγιση, ήδη από τη δεκαετία του 1980, αλλά επιπλέον γιατί και οι δύο συμφωνούν στο ότι οι εξαρτήσεις, στον πληθυντικό, συνιστούν ένα πολύπλοκο, ιστορικά και κοινωνικά καθορισμένο φαινόμενο.

Ο White υποστηρίζει ότι η εξάρτηση και η θεραπεία της δεν αποτελούν απλώς προσωπικές ιστορίες, αλλά, τουναντίον, εξαρτώνται από «περιβαλλοντικές επιδράσεις». Όντας άνθρωπος του πεδίου, της «λάντζας» της απεξάρτησης, εργαζόμενος στον εν λόγω χώρο ήδη από το 1969 ως streetworker, μετέτρεψε αργότερα τη μακροχρόνια εμπειρία του σε επιστημονικό στοχασμό συγγράφοντας πλείστα άρθρα και βιβλία, μερικά εκ των οποίων θεωρούνται σημεία αναφοράς, ιδιαίτερα σε σχέση με την ιστορία των εξαρτήσεων και των δομών απεξάρτησης στην Αμερική\*. Η έμφαση που δίνει ο White στην ιστορικότητα τόσο των εξαρτήσεων όσο και της κατανόησης των προσπαθειών αντιμετώπισής τους έχει μεταστραφεί τα τελευταία χρόνια σε συστηματική καταγραφή των

---

\* Βλ. ιδιαίτερα White, William L. (1998). *Slaying the Dragon: The History of Addiction Treatment and Recovery in America*. Bloomington: The Chestnut Health Systems/Lighthouse Institute. Τα πολυδιαβασμένα άρθρα του White για τη συμβουλευτική της ανάρρωσης έχουν δημοσιευθεί από το Ίδρυμα Johnson σε ένα βιβλίο με τίτλο *Let's Go Make Some History: Chronicles of the New Addiction Recovery Advocacy Movement*. Minneapolis: Johnson Institute Foundation, 2006.

πρωτοπόρων παρεμβάσεων σε διάφορες χώρες, τις οποίες στη συνέχεια δημοσιοποιεί μέσω της ιστοσελίδας του. Γιατί για τον White οι προσπάθειες απεξάρτησης ξεδιπλώνονται εν μέσω κοινωνικών –περιβαλλοντικών είναι ο όρος που προτιμά\*– αλλαγών, τις οποίες οφείλουμε να κατανοήσουμε προκειμένου να αντιμετωπίσουμε τις εξαρτήσεις ως ένα σύνθετο, κατ' ουσίαν πολιτικό με την ευρύτερη έννοια, ζήτημα.

Η συζήτηση με τον Ζαφειρίδη έχει ως αφετηρία την επαγγελματική σταδιοδρομία του τελευταίου. Και αυτό δεν είναι ένα τυχαίο συμβάν. Ο Φοίβος Ζαφειρίδης αποτελεί μια εμβληματική φιγούρα στον χώρο της απεξάρτησης. Εκκινώντας από την κοινωνική ψυχιατρική της δεκαετίας του 1970, μια ιατρική ειδικότητα η οποία εξακολουθεί να διατηρεί εκλεκτικές συγγένειες με τον ριζοσπαστικό στοχασμό την εποχή εκείνη, ήταν αυτός που εισήγαγε τον θεσμό των θεραπευτικών κοινοτήτων στην Ελλάδα· αποκτώντας αρχικά επαγγελματικές εμπειρίες σε θεραπευτικά περιβάλλοντα στα οποία ασκούσαν ισχυρή επιρροή τόσο η «αντιψυχιατρική» των David Cooper, Roland Laing και του Αμερικανού Thomas Szasz, όσο και η ιταλική εμπειρία της Δημοκρατικής Ψυχιατρικής του Franco Basaglia.

Επέστρεψε στην Ελλάδα στις αρχές της δεκαετίας του 1980, οπότε του ζητείται από το Υπουργείο Υγείας να υποβάλει μια πρόταση, βασισμένη στην πρότερη εμπειρία του, για την ανάπτυξη στην Ελλάδα νέων δομών. Πράγματι, το 1982 ο Ζαφειρίδης υποβάλλει την πρότασή του «για την οργάνωση της θεραπείας των τοξικομανών στην Ελλάδα».

---

\* Βλ. σχετικά White, W. (1996). *Pathways From the Culture of Addiction to the Culture of Recovery: a Travel Guide for Addiction Professions*. Minneapolis: Hazelden. Του ίδιου (1997). *The Incestuous Workplace Stress and Distress in the Organizational Family*. Minneapolis: Hazelden. Επίσης, John, K. & White, W. (Eds.) (2011). *Addiction Recovery Management Theory, Research and Practice*. Totowa: Humana, 2011.

Προτείνεται η θεσμοθέτηση διακριτών χώρων απεξάρτησης πέραν του εγκλεισμού είτε σε ψυχιατρική κλινική είτε στη φυλακή. Οι προτάσεις γίνονται αποδεκτές από τους πολιτικά ιθύνοντες και έτσι ξεκινούν οι απαραίτητες εκπαιδευτικές και θεσμικές διεργασίες που καταλήγουν στη δημιουργία της κοινότητας «Ιθάκη», η οποία ξεκίνησε τη λειτουργία της το 1983. Το 1987, μετά από θετική αξιολόγηση της εμπειρίας της «Ιθάκης» θεσμοθετείται, με τον Ν. 1729, και πάλι με εισήγηση του Ζαφειρίδη, το Κέντρο Θεραπείας Εξαρτημένων Ατόμων (ΚΕ.Θ.Ε.Α.)\*, στο οποίο ο ίδιος διετέλεσε διευθυντής έως το 1995. Πρόκειται για έναν νέο φορέα αντιμετώπισης των εξαρτήσεων που βασίζεται στο πρότυπο των θεραπευτικών κοινοτήτων.

Στη συζήτηση μεταξύ White και Ζαφειρίδη θεματοποιείται η εξέλιξη, σε διεθνές και ελληνικό επίπεδο, της φιλοσοφίας των θεραπευτικών κοινοτήτων και των αντίστοιχων πρακτικών που προκύπτουν. Αναλύονται οι βασικές αρχές των επιμέρους εκδοχών θεραπευτικών κοινοτήτων, αλλά και ζητήματα που αφορούν τον διαχωρισμό των ουσιών, την προβληματική της οικογένειας και τους τρόπους βοήθειάς της, τους τρόπους παρέμβασης σε φαρμακολογικό και κοινωνικό επίπεδο. Την ίδια στιγμή καταγράφονται με ευκρίνεια οι ευρύτεροι προβληματισμοί που ανέκυψαν τα σαράντα αυτά χρόνια τόσο στην Ελλάδα όσο και στον κόσμο, όπως:

- α. Οι ιδεολογικές και πολιτικές διαστάσεις του προβλήματος της εξάρτησης.
- β. Το πρόβλημα του ορισμού της: Πρόκειται για εγκεφαλική βιοχημική διαταραχή ή για σύνθετο ψυχοκοινωνικό ζήτημα;

---

\* Ν. 1729, «Καταπολέμηση της διάδοσης των ναρκωτικών, προστασία των νέων και άλλες διατάξεις», ΦΕΚ Α', τ. 144, 7.08.1987.

- γ. Τα αδιέξοδα της αντιμετώπισης των εξαρτήσεων και η διάκριση σε «στεγνά» θεραπευτικά προγράμματα και άλλα που βασίζονται στη χορήγηση φαρμακευτικών ουσιών, όπως η μεθαδόνη.

Ο Ζαφειρίδης δίνει έμφαση στη διάσταση της κοινότητας ως προϋπόθεσης για την υποστήριξη των ατόμων που επιζητούν κάποιας μορφής απεξάρτηση από ουσίες, ενδεχομένως και από συμπεριφορές. Επικεντρώνεται σε δύο κυρίως τύπους συλλογικής οργάνωσης: αυτόν των θεραπευτικών κοινοτήτων και αυτόν των ομάδων αυτοβοήθειας. Και οι δύο αυτές ιστορικές μορφές υποστήριξης της απεξάρτησης θέτουν το ζήτημα της αναμόρφωσης της σχέσης τόσο με τον εαυτό όσο και με τους άλλους ως μείζονα συνιστώσα για την κατάκτηση της ατομικής χειραφέτησης, η οποία, τόσο για τον Ζαφειρίδη όσο και για τον White, αποτελεί σύνθετο ψυχοκοινωνικό φαινόμενο. Τι σημαίνει όμως κοινότητα στην απεξάρτηση, της οποίας την ιστορία καθώς και τα θεραπευτικά και ιδεολογικά συμφραζόμενα πραγματεύεται ο Ζαφειρίδης αφενός με την αμεσότητα του παρεμβαίνοντα και αφετέρου με την απόσταση του θεωρητικού, του επιστημονικά υπεύθυνου;

Η «κοινότητα» συνιστά μια παράδοξη, αρκούντως αμφίσημη έννοια στο πεδίο των εξαρτήσεων και της ψυχικής υγείας γενικότερα. Πρόκειται για μια έννοια η οποία παραπέμπει, έστω εμμέσως, σε μια συγκεκριμένη συγκρότηση των κοινωνικών σχέσεων, με βάθος χρονικό αλλά και ποιοτικό. Με κάποιο έστω απροσδιόριστο τρόπο φαίνεται σαν να παραπέμπει σε ένα απώτερο παρελθόν, υπονοώντας τη δυνατότητα επιστροφής σε καταγωγικούς τόπους, σε πρωτογενείς συλλογικότητες, από τις οποίες ανασύρονται μορφές κοινωνικότητας που είτε λησμονούνται είτε παραγνωρίζονται στον σύγχρονο κόσμο. Είναι όμως και τεχνικός-θεραπευτικός

όρος, ιδιαίτερα στο πλαίσιο των προγραμμάτων αποϊδρυματοποίησης, στον χώρο της ψυχικής υγείας και ευρύτερα. Εννοείται δηλαδή η κοινότητα σε αντίθεση με το ίδρυμα: το ίδρυμα είναι ο τόπος του εγκλεισμού, η κοινότητα ο τόπος της επανένταξης, της ζώσας καθημερινότητας\*. Ο όρος *κοινοτική ψυχιατρική* είναι ενδεικτικός αυτού του θεραπευτικού αναπροσανατολισμού. Η κοινότητα θεωρείται, υπό αυτή την οπτική, ένας οιονεί θεραπευτής. Από τα σπλάχνα της προκύπτει η ψυχοκοινωνική οδύνη, και σ' αυτήν πρέπει να επιστρέψει. Οφείλει να αναλάβει τις ευθύνες της. Εδώ βέβαια υπάρχει μια αντίφαση, καθώς η κοινότητα θεωρείται αφενός θεραπευτικός σύμμαχος και αφετέρου αίτιο της ψυχικής οδύνης: οι αυταρχικές δομές της, η κοινωνική ανισότητα, οι «ρηχές» σχέσεις βρίσκονται πίσω από την τοξικοεξάρτηση και την ψυχοπαθολογία.

Ο Ζαφειρίδης αναφέρεται στην κοινότητα ως πολιτικό-θεραπευτικό μέσον το οποίο καθορίζει την οργάνωση της θεραπευτικής σχέσης, θα τολμούσαμε να πούμε την ίδια την ουσία της. Σε αυτή την περίπτωση η κοινότητα, εν προκειμένω η θεραπευτική κοινότητα, νοείται ως ένα πολιτικό εργαστήριο όπου σφυρηλατούνται εκ νέου οι βασικές παραστάσεις για τη σχέση ατόμου-κοινωνίας, αλλά όπου επίσης αναμορφώνεται η σχέση του εξαρτημένου ατόμου με τον εαυτό του και με τους άλλους ως προϋπόθεση της απεξάρτησης. Ο αναγνώστης θα βρει στο παρόν βιβλίο κρίσιμα στοιχεία για την ιστορία των

---

\* Βλ. ενδεικτικά, Μαδιανός, Μ. (2006). *Κοινοτική Ψυχιατρική και Κοινοτική Ψυχική Υγιεινή*. Αθήνα: Καστανιώτης, 2006. Στυλιανίδης, Στ. & Στυλιανούδη, Μ.-Γ. (επιμ.), (2008). *Κοινότητα και ψυχιατρική μεταρρύθμιση. Η εμπειρία της Εύβοιας 1988-2008*. Αθήνα: Τόπος, Τζανάκης, Μ. (2008). *Η κοινοτική ψυχιατρική και το ζήτημα του υποκειμένου*. Αθήνα: Συνάψεις. Του ίδιου (2012). *Ψυχική ασθένεια και σύγχρονες πρακτικές του εαυτού. Μία μαρτυρία ζωής*. Αθήνα: Πεδίο.

θεραπευτικών κοινοτήτων απεξάρτησης στην Ελλάδα, αλλά ταυτόχρονα των πολιτικών και θεραπευτικών ζητημάτων που ανέκυψαν στην πορεία, καθώς και των νέων προκλήσεων.

Ως βασική «νέα» πρόκληση αναδύεται το ζήτημα των ομάδων αυτοβοήθειας. Ο Ζαφειρίδης υπογραμμίζει ότι η προσφυγή στη λήψη ναρκωτικών ουσιών θα μπορούσε να θεωρηθεί μια μορφή αυτοθεραπείας, δηλαδή μια ατομική διαφυγή, η οποία ενδεχομένως να έχει και ιδεολογικές προεκτάσεις. Να πάρει δηλαδή τη μορφή μιας ιδιότυπης ατομικής αποστασίας. Ωστόσο, ο ίδιος απομυθοποιεί τη χρήση ψυχοτρόπων ουσιών, υπογραμμίζοντας ότι η αφετηρία του εγχειρήματος της απεξάρτησης είναι συχνά η απελπισία, η διαπίστωση της επικείμενης καταστροφής, η διαπίστωση ότι «έτσι δεν πάει άλλο». Το κρίσιμο σημείο είναι η απόφαση του εξαρτημένου ατόμου, η οποία λαμβάνεται κατά κανόνα μετά από σειρά επώδυνων εμπειριών. Από μόνη της ωστόσο συχνά είναι ανεπαρκής, και το ζήτημα της υποστήριξης και της έμπρακτης συλλογικής αλληλεγγύης τίθεται ως επιτακτική ανάγκη. Η θεραπευτική κοινότητα έρχεται να ικανοποιήσει αυτή τη συνθήκη, να υλοποιήσει ένα σχέδιο υποστήριξης και έμπρακτης αλληλεγγύης.

Η κοινότητα είναι, ή μπορεί να γίνει, μια συλλογικότητα θεμελιωμένη στον σεβασμό της ατομικότητας των μελών της, η οποία αποτελεί προϋπόθεσή της. Ωστόσο, παρόλο που η απεξάρτηση τίθεται ως ζήτημα ανάκτησης της αυτοκυριαρχίας, θα ήταν λάθος να θεωρήσουμε ότι οι ομάδες αυτές λειτουργούν ως κοινωνικοί ενισχυτές του ναρκισσιμού. Σύμφωνα με τον Ζαφειρίδη, οι θεραπευτικές κοινότητες λειτουργούν ταυτόχρονα και ως εργαστήρια σφυρηλάτησης δεσμών αλληλεγγύης, στην οποία θα στηριχθεί η αναμόρφωση του εαυτού, «η δημιουργία προσωπικού οράματος», όπως χαρακτηριστικά αναφέρεται σε ένα φυλλάδιο του ΚΕ.Θ.Ε.Α. Στην περίπτωση αυτή η εμπειρία της οδύνης και του ξεπεσμού

γίνεται, διά μέσου της θέλησης για απεξάρτηση, το όχημα για μια εναλλακτική συνείδηση της σχέσης εαυτού-Άλλου.

Σε όλα αυτά τα «πειράματα», τα οποία αναφέρονται εκτενώς στο παρόν βιβλίο, ενυπάρχει, έστω ως υπόσχεση, το πρόταγμα για μια αλληλέγγυα κοινωνία. Δεν είναι τυχαίο ότι ο Ζαφειρίδης, αναφερόμενος σε ένα παλαιότερο κείμενό του για το βασικό πρόταγμα των πρώτων θεραπευτικών κοινοτήτων στην Ελλάδα, υπογραμμίζει: «Ως πρωταρχικό σκοπό της κοινότητάς μας θέσαμε την ενθάρρυνση μελών και προσωπικού για προσωπική ανάπτυξη και αλλαγή. Αυτό επιτυγχάνεται με την αλλαγή του τρόπου ζωής μέσα σε μια κοινότητα από ανθρώπους που νοιάζονται ο ένας για τον άλλο, που μοιράζονται τις ίδιες αξίες και το ίδιο όραμα ζωής, και δουλεύουν μαζί για να βοηθήσουν τον εαυτό τους και τους άλλους [...] στόχοι είναι η ανάληψη της ευθύνης του εαυτού, η υπευθυνότητα απέναντι στους άλλους, η σταθεροποίηση του νέου τρόπου ζωής και η δυνατότητα σύναψης ειλικρινών και έντιμων σχέσεων με τους άλλους»\*.

Αργότερα ο ίδιος δημιούργησε τα Προγράμματα Προαγωγής Αυτοβοήθειας, που λειτουργούν από το 2001, ως καινοτόμα προγράμματα του Τμήματος Ψυχολογίας του Αριστοτέλειου Πανεπιστημίου Θεσσαλονίκης, όπου και δίδαξε για πολλά χρόνια. Ο Ζαφειρίδης δίνει ιδιαίτερη έμφαση στις ομάδες αυτοβοήθειας, στις οργανωμένες μορφές θεραπευτικής παρέμβασης δίχως τη διαμεσολάβηση των επαγγελματιών. Στο βιβλίο αναλύονται εξόχως ενδιαφέρουσες πτυχές της αυτοβοήθειας, ανιχνεύοντας τις συνάψεις με ορισμένες αρχές των θεραπευτικών κοινοτήτων. Όπως σημειώνει, ορισμένα από τα βασικά χαρακτηριστικά των ομάδων αυτοβοήθειας

---

\* Ζαφειρίδης, Φ. (2009). *Εξαρτήσεις και κοινωνία*. Αθήνα: Κέδρος, 2009, σ. 49-50.

έχουν ιστορία ήδη 150 χρόνων. Ωστόσο, με τη μορφή που τις γνωρίζουμε σήμερα ξεκίνησαν τη λειτουργία τους μετά τον Β' Παγκόσμιο Πόλεμο, ως αποτέλεσμα του τρόπου με τον οποίο οργανώνονται οι όψιμες δυτικές κοινωνίες.

Όπως σημειώνεται, τα τελευταία χρόνια το επιστημονικό ενδιαφέρον για τις ομάδες αυτοβοήθειας έχει αυξηθεί, αφενός εξαιτίας της αδυναμίας να αντιμετωπιστούν τα σύγχρονα ψυχοκοινωνικά προβλήματα με τις παραδοσιακές επαγγελματικές παρεμβάσεις και αφετέρου εξαιτίας της μεγάλης διάδοσης που γνώρισαν αυτές οι ομάδες σε πολλές δυτικές χώρες. Σε πρώτη φάση οι ομάδες αυτοβοήθειας είτε δαιμονοποιήθηκαν είτε αγνοήθηκαν, σε δεύτερη φάση κυριάρχησε η ανοχή ή έστω η σιωπηρή αποδοχή, και τελευταία οι επίσημες κοινωνικές πολιτικές και πολιτικές υγείας επιχειρούν να τις εντάξουν πλήρως στις υπηρεσίες υγείας και ψυχικής υγείας. Ο Ζαφειρίδης ωστόσο υπογραμμίζει την πολιτική διάσταση που υποκρύπτουν, καθώς επαναφέρουν στην επικαιρότητα και αξιοποιούν «την απολεσθείσα κοινοτική παράδοση και το εγγενές σε αυτήν ήθος, προκειμένου να αντιμετωπίσουν τα προβλήματα ψυχικής και σωματικής υγείας που τις απασχολούν»\*. Όπως σημειώνεται, στις ομάδες αυτές θα συναντήσουμε πολύ συχνά πολίτες οι οποίοι «πάσχουν» πρωτίστως λόγω πολιτικών και κοινωνικών παθογενειών, ανεπαρκών συστημάτων υγείας και κοινωνικών δομών που εξορίζουν την ανθρωπίνη αλληλεγγύη προς όφελος του κέρδους.

Το κείμενο που ακολουθεί είναι μεστό προβληματισμών και στοιχείων για την ιστορία των εξαρτήσεων αλλά και για τα ιδεολογικά, θεραπευτικά και επιστημονικά συμφραζόμενα των προσπαθειών να αναπτυχθούν δομές υποστήριξης της απεξάρτησης βασισμένες στην προσωπική ευθύνη και στη διαρκή αναζήτηση νέας γνώσης, θεμελιωμένης στην ισότιμη

---

\* Ο.π., σ. 271.

ανταλλαγή εμπειριών και σε αξίες όπως η αξιοπρέπεια, η τιμή, η δικαιοσύνη και η αλληλεγγύη: με λίγα λόγια, σε μια θεώρηση των εξαρτήσεων που να μην είναι στενά κλινική, να μην επικεντρώνεται στο σύμπτωμα, αλλά να αποσκοπεί στη συμπαράσταση και στον αναπροσανατολισμό της ίδιας της ζωής.

Μανόλης Τζανάκης  
Επίκουρος Καθηγητής,  
Τμήμα Κοινωνιολογίας, Πανεπιστήμιο Κρήτης  
Ρέθυμνο, Ιούνιος του 2018