



Τ.Ε.Ι ΠΑΤΡΑΣ

ΣΧΟΛΗ ΕΠΑΓΓΕΛΜΑΤΩΝ ΥΓΕΙΑΣ & ΠΡΟΝΟΙΑΣ

ΤΜΗΜΑ ΚΟΙΝΩΝΙΚΗΣ ΕΡΓΑΣΙΑΣ

ΠΤΥΧΙΑΚΗ ΕΡΓΑΣΙΑ

«Ο ΘΕΡΑΠΕΥΤΙΚΟΣ ΡΟΛΟΣ ΤΗΣ ΤΕΧΝΗΣ»

ΣΩΤΗΡΟΠΟΥΛΟΥ ΜΑΡΙΑ – ΕΛΠΙΔΑ



Πάτρα, Μάρτιος 2010



Α.Τ.Ε.Ι ΠΑΤΡΑΣ

Σ.Ε.Υ.Π.

ΤΜΗΜΑ ΚΟΙΝΩΝΙΚΗΣ ΕΡΓΑΣΙΑΣ

ΠΤΥΧΙΑΚΗ ΕΡΓΑΣΙΑ:

«Ο ΘΕΡΑΠΕΥΤΙΚΟΣ ΡΟΛΟΣ ΤΗΣ ΤΕΧΝΗΣ»

ΣΠΟΥΔΑΣΤΡΙΑ:

ΣΩΤΗΡΟΠΟΥΛΟΥ ΜΑΡΙΑ- ΕΛΠΙΔΑ

ΥΠΕΥΘΥΝΗ ΚΑΘΗΓΗΤΡΙΑ:

ΘΕΟΔΩΡΑΤΟΥ ΜΑΡΙΑ Ph.D

Πτυχιακή εργασία για τη λήψη πτυχίου στην Κοινωνική Εργασία από το τμήμα Κοινωνικής Εργασίας της Σχολής Επαγγελματων Υγείας και Πρόνοιας του Ανώτατου Τεχνολογικού Εκπαιδευτικού Ιδρύματος (Α.Τ.Ε.Ι.) Πάτρας.

Πάτρα, Μάρτιος 2010

ΠΕΡΙΕΧΟΜΕΝΑ

ΣΕΛ.

ΕΥΧΑΡΙΣΤΙΕΣ.....	9
ΠΕΡΙΛΗΨΗ.....	10
ΕΙΣΑΓΩΓΗ:	
Αναγκαιότητα της μελέτης.....	12
Σκοπός της μελέτης.....	13
Ορισμοί βασικών όρων.....	14
ΚΕΦΑΛΑΙΟ 1:	
Βασικές Αρχές της Θεραπείας Μέσω Τέχνης	
1.1 Η χρησιμότητα της Θεραπείας μέσω Τέχνης.....	15
1.2 Η Διαμεσολάβηση της Τέχνης στη Θεραπεία.....	15
1.3 Η Ομάδα Τέχνης.....	17
1.4 Η σημασία των Συμβόλων	18
1.5 Ο Θεραπευτής μέσω Τέχνης	20
1.6 Η Διαλεκτική μέθοδος.....	21
1.7 Τα φαινόμενα της Μεταβίβασης και της Αντιμεταβίβασης.....	23
1.7.1 Η Μεταβίβαση.....	23
1.7.2 Η Αντιμεταβίβαση.....	25
1.8 Τεχνικές άμυνας του θεραπευόμενου.....	26
1.8.1 Παλινδρόμηση.....	27
1.8.2 Αντιστάσεις.....	27
1.9 Ενδεχόμενες αρνητικές εμπειρίες.....	28
1.10 Η δημιουργικότητα στη Θεραπεία μέσω Τέχνης.....	28

ΚΕΦΑΛΑΙΟ 2:

Ο Χορός στη Θεραπεία μέσω Τέχνης

2.1 Ο Χορός ως μέσο έκφρασης.....	31
2.2 Η έννοια της Χοροθεραπείας.....	32
2.2.1 Η προσέγγιση στην Πρωτόγονη Έκφραση.....	33
2.2.2 Η Χοροκινητική Θεραπεία.....	37
2.2.3 Διαφορές ανάμεσα στη Πρωτόγονη Έκφραση και τη Χοροκινητική.....	38
2.3 Η Κίνηση ως μεταφορική Έννοια: Θεραπεύοντας τις Χημικές Εξαρτήσεις.....	40
2.4 Η θεραπευτική προσφορά του χορού στους ηλικιωμένους.....	41

ΚΕΦΑΛΑΙΟ 3:

Η Μουσική ως μέσο Θεραπείας

3.1 Η αξία και η επίδραση της Μουσικής στον άνθρωπο.....	43
3.2 Η χρήση και η επίδραση της Μουσικής στη Θεραπεία.....	44
3.3 Η Μουσικοθεραπεία ως διαγνωστικό και θεραπευτικό μέσο.....	45
3.4. Πεδίο και ενδείξεις εφαρμογής της Μουσικοθεραπείας.....	46
3.5 Μέθοδοι Μουσικοθεραπείας.....	49
3.6 Τεχνικές Μουσικοθεραπείας.....	49
3.7 Χαρακτηριστικά Ομάδας Μουσικοθεραπείας.....	51
3.8 Η σχέση θεραπευτή και θεραπευόμενου στα πλαίσια Μουσικοθεραπείας.....	51
3.9 Ο κοινωνικός λειτουργός ως Μουσικοθεραπευτής.....	52

ΚΕΦΑΛΑΙΟ 4:

Η Θεραπεία μέσω Εικαστικών Τεχνών

4.1 Γενική θεώρηση της Εικαστικής Θεραπείας.....	53
4.2 Ο ρόλος του Μέσου και το Ελεύθερο Σχέδιο στην Εικαστική Θεραπεία.....	54
4.3 Η σημασία των υλικών και των χρωμάτων στην Εικαστική Θεραπεία.....	55
4.3.1 Ο χώρος.....	57
4.3.2 Ο χρόνος.....	58

4.3.3 Η τάξη.....	58
4.3.4 Η ασφάλεια.....	58
4.3.5 Ο σεβασμός.....	59
4.3.6 Το ενδιαφέρον για το παιδί.....	60
4.4 Η οικογενειακή Εικαστική Θεραπεία.....	61
4.4.1 Επεξεργασία οικογενειακών συστημάτων.....	62
4.5 Η γνώση της χρήσης των υλικών	66
4.6 Θεραπεία μέσω Εικαστικών σε ανάπηρα παιδιά.....	68
4.7 Θεραπεία μέσω Εικαστικών σε γυναίκες με διατροφικές διαταραχές.....	69
4.8 Ο κοινωνικός λειτουργός και Θεραπεία μέσω Εικαστικών.....	71

ΚΕΦΑΛΑΙΟ 5:

Το Θεραπευτικό Παιχνίδι: θεωρίες και αντιλήψεις

5.1 Γενική θεώρηση της Παιγνιοθεραπείας.....	73
5.1.1 Θεραπεία μέσω Τέχνης στην Θεραπεία μέσω παιχνιδιού.....	73
5.2 Η δημιουργικότητα στην Παιγνιοθεραπεία.....	75
5.3 Μηχανικά – αισθητήριο και ναρκισσιστικό παιχνίδι κατά την Αισθησιοκινητική περίοδο.....	76
5.3.1 Ανένταχτα παιδιά.....	78
5.3.2 Οι ανάγκες παιχνιδιού των ανένταχτων παιδιών.....	80
5.4 Το παιχνίδι στην ηλικία της Αυτονομίας - Αμφιβολίας.....	81
5.4.1 Η εξέλιξη στο αισθητήριο και σωματικό παιχνίδι στην ηλικία της Αυτονομίας – Αμφιβολίας.....	82
5.4.2 Η εξέλιξη στο εξερευνητικό και κοινωνικό παιχνίδι στην ηλικία της Αυτονομίας – Αμφιβολίας	83
5.4.3 Η εξέλιξη στο συμβολικό παιχνίδι ή παιχνίδι προσποίησης στην ηλικία της Αυτονομίας – Αμφιβολίας.....	84
5.5 Το παιχνίδι στο στάδιο του Οιδιπόδειου συμπλέγματος.....	86
5.5.1 Η εξέλιξη στο αισθητήριο, σωματικό και εξερευνητικό παιχνίδι κατά το στάδιο του Οιδιπόδειου συμπλέγματος.....	87

5.5.2 Η εξέλιξη στο συμβολικό παιχνίδι ή παιχνίδι προσποίησης κατά το στάδιο του Οιδιπόδειου συμπλέγματος.....	87
5.5.3 Η εξέλιξη στο κοινωνικό παιχνίδι προσποίησης κατά το στάδιο του Οιδιπόδειου συμπλέγματος.....	88
5.6 Το παιχνίδι στην ηλικία της Παραγωγικότητας ή Ανεπάρκειας.....	89
5.6.1 Η εξέλιξη στο αισθητήριο, σωματικό και εξερευνητικό παιχνίδι στην ηλικία της Παραγωγικότητας ή Ανεπάρκειας.....	91
5.6.2 Μοναχικό και κοινωνικό παιχνίδι προσποίησης και παιχνίδια με κανόνες.....	92
5.7 Παιδιά που χρειάζονται βοήθεια μέσω παιχνιδιού.....	93
5.8 Το παιχνίδι στην εφηβική ηλικία.....	95
5.9 Οι ανάγκες παιχνιδιού των ενηλίκων.....	96
5.10 Προσεγγίσεις στο θεραπευτικό παιχνίδι.....	98
5.10.1 Η μέθοδος της Melanie Klein.....	98
5.10.2 Η μέθοδος της Anna Freud.....	99
5.10.3 Μη-κατευθυνόμενη θεραπεία μέσω παιχνιδιού.....	99
5.11 Εστιασμένες τεχνικές θεραπείας μέσω παιχνιδιού.....	102
5.12 Ο ρόλος του Κοινωνικού λειτουργού στη Παιγνιοθεραπεία.....	104

ΚΕΦΑΛΑΙΟ 6:

Η Δραματοθεραπεία, το Ψυχόδραμα και η εμπλοκή τους με το παιχνίδι

6.1 Γενική θεώρηση της Δραματοθεραπείας.....	107
6.2 Σε ποιους απευθύνεται η δραματοθεραπεία.....	109
6.3 Τα Εκφραστικά σχήματα της Δραματοθεραπείας.....	109
6.4 Βασικές διαδικασίες και η βασική δομή της Δραματοθεραπείας	110
6.4.1 Δραματική προβολή.....	111
6.4.2 Προβολικές τεχνικές.....	112
6.4.3 Το Κουκλοθέατρο.....	112
6.4.4 Οι μάσκες.....	114
6.4.5 Σενάριο και πλοκή.....	115
6.5 Το σώμα στη δραματοθεραπεία.....	115

6.5.1 Μεταμόρφωση του σώματος.....	116
6.5.2 Προϋποθέσεις για τη μεταμόρφωση του σώματος.....	116
6.6 Το παιχνίδι στη δραματοθεραπεία.....	117
6.6.1 Παιχνίδι και παιγνιώδης διάθεση.....	117
6.6.2 Το παιχνίδι ως διαδικασία.....	118
6.7 Η προσέγγιση του δραματοθεραπευτή.....	119
6.8 Το νόημα των συμβόλων στη Δραματοθεραπεία.....	120
6.9 Το παίξιμο ενός ρόλου στη Δραματοθεραπεία.....	121
6.10 Η σημασία του χώρου στη Δραματοθεραπεία.....	123
6.11 Δραματοθεραπεία και Ψυχόδραμα.....	124
6.12 Δραματοποίηση.....	125
6.12.1 Δραματοποίηση στα παιδιά.....	126
6.13 Το Θεατρικό παιχνίδι στο σχολικό πλαίσιο.....	127

ΚΕΦΑΛΑΙΟ 7:

Συμπεράσματα και προτάσεις για μελλοντικές έρευνες.....	130
---	-----

ΒΙΒΛΙΟΓΡΑΦΙΑ

.....	132
-------	-----

ΠΑΡΑΡΤΗΜΑΤΑ

A. Ενημερωτικά φυλλάδια μονάδων που εφαρμόζουν την Θεραπεία Μέσω Τέχνης.....	137
B. Άρθρα που αφορούν την εφαρμογή της Θεραπείας Μέσω Τέχνης.....	147
Γ. Εικόνες με ασκήσεις Θεραπείας μέσω Τέχνης.....	152

ΕΥΧΑΡΙΣΤΙΕΣ

Με αφορμή την εκπόνηση της παρούσας εργασίας, θα ήθελα να ευχαριστήσω την κ.α. Θεοδωράτου – Μπέκου Μαρία Ph.D, για την πολύτιμη στήριξή της στην διαδικασία της αφομοίωσης του θέματος καθώς και για την καθοδήγηση και την κατανόηση.

Επίσης, ευχαριστώ τη θεραπευτική μονάδα «ΑΤΡΑΠΙΟΣ» και την κυρία Ατσαλάκη για την πληροφόρηση, σχετικά με τη θεραπεία μέσω τέχνης, στην μονάδα απεξάρτησης εφήβων.

Ευχαριστώ τον καθηγητή Θεοδωρόπουλο Ιωάννη για την αμέριστη συμβολή του και την στήριξή του.

Τέλος, ευχαριστώ το φίλο, Χρυσούλη Κωνσταντίνο για την βοήθειά του στη μετάφραση ξενόγλωσσων κειμένων.

Αθήνα, Μάρτιος 2010

ΠΕΡΙΛΗΨΗ

Η παρούσα εργασία είναι μια εκτενής βιβλιογραφική μελέτη για την θεραπεία μέσω τέχνης και έχει σκοπό να διερευνήσει τον ρόλο της στην ψυχική υγεία.

Στο πρώτο κεφάλαιο πραγματοποιείται μια προσπάθεια προσδιορισμού των βασικών αρχών της θεραπείας μέσω τέχνης. Μελετάται η χρησιμότητα και ο διαμεσολαβητικός ρόλος της Τέχνης στη Θεραπεία. Περιγράφεται η ομάδα τέχνης και η σημασία των συμβόλων. Αναφέρονται οι λειτουργίες του θεραπευτή, τονίζεται η διαλεκτική μέθοδος και η λειτουργία των φαινομένων μεταβίβασης και αντιμεταβίβασης. Γίνεται αναφορά, σε τεχνικές άμυνας του θεραπευόμενου και στις ενδεχόμενες αρνητικές εμπειρίες που μπορεί να προκύψουν. Ενώ τονίζεται η δημιουργικότητα.

Στο δεύτερο κεφάλαιο επιχειρείται μια παρουσίαση του χορού ως θεραπευτικό μέσο. Μελετάται ο χορός ως μέσο έκφρασης και ως μέσο θεραπείας, τονίζονται οι μέθοδοι της Πρωτόγονης έκφρασης και της Χοροκινητικής καθώς και τα σημεία που διαφέρουν. Παρουσιάζεται η σημασία της χοροθεραπείας στην διαδικασία της χημικής απεξάρτησης. Ενώ τονίζεται η προσφορά του χορού στους ηλικιωμένους

Το τρίτο κεφάλαιο, πραγματεύεται τη λειτουργία της μουσικής ως μέσο θεραπείας. Παρουσιάζεται η αξία και η επίδραση της μουσικής στον άνθρωπο και η χρήση της στην θεραπεία και τη διάγνωση. Μελετάται το πεδίο και οι ενδείξεις εφαρμογής της μουσικοθεραπείας, ενώ παραθέτονται μέθοδοι, τεχνικές και τα χαρακτηριστικά ομάδας. Αναφέρεται η σχέση θεραπευτή και θεραπευόμενου στα πλαίσια μουσικοθεραπείας αλλά και ο κοινωνικός λειτουργός ως μουσικοθεραπευτής.

Το τέταρτο κεφάλαιο περιλαμβάνει τη παρουσίαση της θεραπείας μέσω εικαστικών. Περιγράφεται μια γενική θεώρηση της εικαστικής θεραπείας, ο ρόλος του μέσου και η λειτουργία του ελεύθερου σχεδίου. Τονίζεται η σημασία των υλικών και των χρωμάτων, ο χώρος και ο χρόνος, η τάξη, η ασφάλεια, ο σεβασμός και το ενδιαφέρον προς το παιδί. Παρουσιάζεται η οικογενειακή εικαστική θεραπεία και γίνεται αναφορά στη γνώση της ερμηνείας της χρήσης των υλικών. Επιπλέον, παρουσιάζεται η θεραπεία μέσω εικαστικών σε ανάπηρα παιδιά και σε γυναίκες με διατροφικές διαταραχές. Ενώ αναφέρεται ο κοινωνικός λειτουργός και πώς μπορεί να εργασθεί με την θεραπεία μέσω εικαστικών

Στο πέμπτο κεφάλαιο πραγματοποιείται μια προσπάθεια προσδιορισμού της έννοιας της παιγνιοθεραπείας, με βάση τις θεωρίες και τις αντιλήψεις ειδικών. Παρουσιάζεται

μια γενική θεώρηση της παιγνιοθεραπείας και η σχέση με την θεραπεία μέσω τέχνης. Αναφέρεται η σημασία της δημιουργικότητας. Περιγράφεται η σημασία που κατέχει το παιχνίδι κατά την βρεφική και παιδική ηλικία. Αναλύεται η εξέλιξη της χρήσης του παιχνιδιού σύμφωνα με τα στάδια ανάπτυξης του παιδιού. Αναφέρονται οι κατηγορίες παιδιών που χρειάζονται βοήθεια μέσω παιχνιδιού. Παρουσιάζεται το παιχνίδι κατά την εφηβική ηλικία και οι ανάγκες παιχνιδιού των ενηλίκων. Μελετώνται μέθοδοι ειδικών και τεχνικές παιγνιοθεραπείας. Επίσης αναφέρεται ο ρόλος του κοινωνικού λειτουργού στη παιγνιοθεραπεία.

Το έκτο κεφάλαιο περιλαμβάνει την παρουσίαση της δραματοθεραπείας, του ψυχοδράματος και την εμπλοκή τους με το παιχνίδι. Γίνεται μια γενική θεώρηση της δραματοθεραπείας, αναφέρεται σε ποιους απευθύνεται και ποια είναι τα εκφραστικά της σχήματα. Παρουσιάζονται οι βασικές διαδικασίες, η δομή της δραματοθεραπείας και τα μέσα που χρησιμοποιούνται. Αναλύεται η μεταμόρφωση του σώματος. Τονίζεται η διαδικασία του παιχνιδιού στη δραματοθεραπεία. Περιγράφεται η προσέγγιση του δραματοθεραπευτή, το νόημα των συμβόλων, το παίξιμο του ρόλου και η σημασία του χώρου. Παρουσιάζεται το ψυχόδραμα, η δραματοποίηση στα παιδιά και στο σχολικό πλαίσιο.

Η πτυχιακή εργασία ολοκληρώνεται με την παρουσίαση της συζήτησης των συμπερασμάτων της μελέτης και τον συσχετισμό τους με την υπάρχουσα θεωρία αλλά και τις προτάσεις για περαιτέρω έρευνα.

ΕΙΣΑΓΩΓΗ

Αναγκαιότητα της μελέτης

Από τη φύση του ο άνθρωπος περικλείει μια καλλιτεχνική ιδιοσυγκρασία. Όταν γεννιέται ακούει, κινείται, παίζει και λαμβάνει εικόνες από τα ερεθίσματα γύρω του. Αυτές οι λειτουργίες τον βοηθούν να αναπτυχθεί και τις χρησιμοποιεί για να γίνει δέκτης ή δημιουργός ενός καλλιτεχνικού έργου. Παρά το γεγονός της καλλιτεχνικής φύσης του ανθρώπου από τα πρώτα μόλις στάδια της ζωής του δεν του δίνεται συχνά η ευκαιρία να εκφραστεί μέσω της τέχνης. Η γλώσσα της τέχνης (χρώματα, σχήματα, εικόνες, ήχοι, κίνηση) επικοινωνεί με τον άνθρωπο με έναν τρόπο που οι λέξεις αδυνατούν.

Σε προσωπικό επίπεδο έβρισκα καταφύγιο, ένιωθα ανακούφιση και εκτόνωση αλλά και το αίσθημα της χαράς μέσα από το άκουσμα μουσικής, τον χορό, τη ζωγραφική. Ακόμα και όταν επισκεπτόμουν εκθέσεις χαλάρωνα, παρατηρώντας έργα άλλων καλλιτεχνών. Κατά την φοίτηση μου, στο τμήμα Κοινωνικής Εργασίας, αναδύθηκε η επιθυμία να ερευνήσω αν η ψυχική υγεία έχει σημεία επαφής με την τέχνη αφού και στα δυο πεδία έχει σημαντικό ρόλο η έκφραση. Επίσης οι βιωματικές ασκήσεις στην Κοινωνική Εργασία και το role playing, χρησιμοποιούν στοιχεία από την τέχνη. Το μάθημα «Διαγνωστικά και θεραπευτικά μέσα» ήταν πηγή γνώσεων και αφορμή για περεταίρω μελέτη. Σε μια βαθύτερη αναζήτηση, η θεραπεία μέσω τέχνης ήταν ο συνδετικός κρίκος στα ερωτήματα.

Στην παρούσα εργασία αποκαλύπτεται η θεραπευτική αξία της τέχνης με τις διάφορες μορφές και τα μέσα που χρησιμοποιούνται για δημιουργία, ο χορός η μουσική τα εικαστικά, η δραματοποίηση. Πως τα σύμβολα της τέχνης είναι η δίοδος για τον εσωτερικό κόσμο και το ασυνείδητο. Πως μπορεί να αποκτήσει ο θεραπευόμενος αυτογνωσία και υψηλό αυτοσυναίσθημα. Πως το παιχνίδι βοηθά το παιδί να εκφράσει συναισθήματα και απωθημένες επιθυμίες. Αλλά και πως μπορεί, να γίνει μέσο για επικοινωνία και κοινωνικοποίηση. Ενώ παράλληλα, αναφέρονται οι διαφορετικές πληθυσμιακές και ηλικιακές ομάδες που βοηθούνται από τη θεραπεία μέσω τέχνης.

Επίσης, στην παρούσα μελέτη γίνεται μια προσπάθεια καταγραφής της σημαντικότητας του ρόλου του θεραπευτή και της σχέσης του με τον θεραπευόμενο.

Σκοπός της μελέτης

Ο σκοπός αυτής της βιβλιογραφικής μελέτης είναι να διερευνηθεί η αξία της Τέχνης ως θεραπευτικό εργαλείο στην ψυχική υγεία και τη κοινωνική εργασία. Επιπλέον, ως επιμέρους στόχους έχει:

- να μελετηθούν τα μέσα και οι τεχνικές, που έχουν εφαρμοσθεί στη θεραπεία μέσω διαφόρων μορφών τέχνης από τον θεραπευτή - κοινωνικό λειτουργό και διευρύνουν τις γνώσεις, όσον αφορά τις θεωρητικές προσεγγίσεις,
- να συλλέξει στοιχεία για τη συμβολή της τέχνης στις ανάγκες κάθε θεραπευόμενου για ανάπτυξη των δεξιοτήτων (γνωστικών, αντιληπτικών, κοινωνικών, κινητικών) και την διαχείριση των δυσκολιών του και
- τέλος, να αναδειχθεί ο ρόλος της θεραπείας μέσω τέχνης σε τομείς, όπως είναι η αυτοαντίληψη και η ανάπτυξη αυτοεκτίμησης, η βελτίωση της επικοινωνίας, καθώς και στην εξωτερίκευση και έκφραση συναισθημάτων.

Ορισμοί βασικών όρων

Αντιμεταβίβαση: είναι οι συνειδητές ή ασυνειδητες συναισθηματικές αντιδράσεις του θεραπευτή προς τον ασθενή.(Waller, 2001:211)

Ενόρμηση: είναι η βασική ανάγκη ή τάση. Ένστικτο με ψυχική αναπαράσταση.

Κάθαρση: Η θεραπεία μέσω τέχνης μπορεί να είναι χρήσιμη στην αποδέσμευση συναισθημάτων. Σε ψυχολογικούς όρους, αυτή η εμπειρία αναφέρεται ως κάθαρση. Στην θεραπεία αποτελεί την έκφραση και αποφόρτιση δυνατών συναισθημάτων, για ανακούφιση. (Malchiodi, 2007:14)

Μεταβίβαση: είναι η ασυνείδητη τάση ενός ατόμου να μεταφέρει στους άλλους του παρόντος και άμεσου περιβάλλοντος εκείνα τα συναισθήματα και τις στάσεις που αρχικά συνδέθηκαν με σημαντικές μορφές της πρώιμης ζωής του (γονείς, αδέρφια). Είναι μια θεμελιώδης διεργασία στην αναλυτική ψυχοθεραπεία, στην οποία ο άρρωστος συνήθως ταυτοποιεί το θεραπευτή με ένα γονιό. Η μεταβίβαση μπορεί να είναι αρνητική (εχθρική) ή θετική (αγάπη). (Waller, 2001:217)

Μετουσίωση: είναι ο ασυνείδητος αμυντικός μηχανισμός, με τον οποίο η ενέργεια, που σχετίζεται με μη αποδεκτές ενορμήσεις, μεταστρέφεται σε κανάλια, τα οποία είναι αποδεκτά τόσο προσωπικά, όσο και κοινωνικά. (Τζωρτζάκη και Σμυρλή στο Δρίτσας, 2004)

Προβολή: είναι ασυνείδητος αμυντικός μηχανισμός στον οποίο το άτομο αποδίδει σε κάποιο άλλο άτομο τις ασυνείδητες ιδέες, σκέψεις, ενορμήσεις και συναισθήματα που για τον ίδιο είναι ανεπιθύμητα ή απαράδεκτα. Η προβολή προφυλάσσει το άτομο από το άγχος που προκύπτει από μια εσωτερική σύγκρουση. (Waller, 2001:218)

Προσκόλληση (process of parent attachment) : Σύμφωνα με τη θεωρία όλα τα παιδιά προσκολλούνται σε αυτόν που κυρίως τα μεγαλώνει (συνήθως η μητέρα), υπάρχει η ασφαλής προσκόλληση (αυτή που ευχόμαστε να έχει κάθε παιδί), η ανασφαλής προσκόλληση η οποία υποδιαιρείται σε προσκόλληση με άγχος και αποφυγή και σε προσκόλληση με άγχος και αντίσταση. (Murray, 1997)

ΚΕΦΑΛΑΙΟ 1:

Βασικές αρχές της Θεραπείας Μέσω Τέχνης

1.1 Η χρησιμότητα της Θεραπείας μέσω Τέχνης

Σήμερα, πολλές μορφές τέχνης υπηρετούν την θεραπεία και αρκετοί άνθρωποι καταφεύγουν σ' αυτές και χρησιμοποιούν τη ζωγραφική (εικαστική θεραπεία), τη μουσική (μουσικοθεραπεία), τον εκφραστικό χορό (χοροθεραπεία), το θέατρο(δραματοθεραπεία), αλλά και το παιχνίδι (παιγνιοθεραπεία).

Η θεραπεία μέσω της τέχνης είναι μια ειδικευμένη, μη λεκτική τεχνική θεραπείας, που χρησιμοποιείται ευρύτατα στο χώρο της ψυχικής υγείας. Βοηθά στην απελευθέρωση των καταπιεσμένων συναισθημάτων και του ασυνείδητου υλικού, μέσω συμβολικής απόδοσης. Η δημιουργία ενός σκίτσου, μιας ζωγραφιάς, ενός γλυπτού, ή μια άλλη μορφή τέχνης, μπορεί να είναι καθαρτική, διότι προκαλεί ανακούφιση από συναισθήματα οδύνης ή άγχους. (Malchiodi, 2007:14)

Οι ομάδες τέχνης, που δημιουργούνται από μονάδες ψυχικής υγείας, χρησιμοποιούν δομές από την ψυχοθεραπεία και την τέχνη. Σκοπός τους δεν είναι το καλλιτεχνικό αποτέλεσμα, αλλά η εκτόνωση συγκινήσεων και συναισθημάτων των μελών και η επεξεργασία τους. (Waller, 2001)

Η πρακτική της θεραπείας μέσω τέχνης μπορεί να ασκηθεί σε όλες τις ηλικιακές ομάδες, όπως στα παιδιά, στους εφήβους, στους ενήλικες, και στους ηλικιωμένους. Επίσης, μπορεί να ασκηθεί και σε πολλές πληθυσμιακές ομάδες, όπως σε εξαρτημένα άτομα, σε άτομα με σοβαρή ασθένεια, σε παιδιά που έχουν υποστεί κακοποίηση, σε βετεράνους πολέμου, σε άτομα με αναπηρία, σε οικογένειες που δυσλειτουργούν, σε φυλακισμένους και σε άτομα, που εμφανίζουν συναισθηματικές διαταραχές. (Malchiodi,2007:3).

Η θεραπεία μέσω της τέχνης δημιουργεί καινούριες εμπειρίες για τους θεραπευομένους, αλλά και για τους θεραπευτές. Διασπά τους φραγμούς της κοινωνικής απομόνωσης και διαμορφώνει ένα καινούριο τρόπο να κατανοούν ο ένας τον άλλο.

1.2 Η Διαμεσολάβηση της Τέχνης στη Θεραπεία

Το κύριο γνώρισμα, των τεχνικών ομαδικής θεραπείας και διαφόρων άλλων (ψυχόδραμα, χρήση μουσικών οργάνων, χρήση της μάσκας, με μαριονέτες σε παιδικά

παραμύθια), είναι ότι, από ψυχαναλυτική σκοπιά – γιατί δεν χρησιμοποιούνται μόνο στην ψυχανάλυση, ούτε αποκλειστικώς ψυχοδυναμικά - βασίζονται στις ιδέες της διαμεσολάβησης και της μεταβατικότητας.

Οι τεχνικές διαμεσολάβησης, είναι μέσα τροποποίησης του ομαδικού αναλυτικού πλαισίου. Στο κλινικό περιβάλλον της ομάδας, εισάγεται το στοιχείο της τριαδικότητας, οπότε εκεί οι τεχνικές διαμεσολάβησης είναι αρκετά βοηθητικές, σε ό,τι αφορά τη συμβολοποίηση, σε ατομικό, αλλά και σε συλλογικό επίπεδο. (Ναυρίδης 2005)

Ωστόσο, το έργο τέχνης μπορεί να λειτουργήσει ως διαμεσολαβητής στις σκέψεις, στα συναισθήματα, στο ψυχικό κόσμο των μελών, εάν αναπτυχθεί στην ομάδα στο δέσιμο σε συναισθηματικό και επικοινωνιακό επίπεδο. Η διαμεσολάβηση, για να είναι αποτελεσματική στην ψυχική ανάταση, θα πρέπει να παρουσιάζεται πρωτίστως από ένα πρόσωπο προς ένα άλλο. Σε αυτή την φάση του ενδιάμεσου, τη φάση δηλαδή που βρίσκεται ανάμεσα σε δύο ή περισσότερα πρόσωπα, η τέχνη είναι εκείνη που διαμεσολαβεί και αυτό επιτυγχάνεται με τα μέσα που χρησιμοποιεί.

Ως εξωτερικό εργαλείο αναδεικνύεται σε διαμεσολαβητή της σχέσης. Καθίσταται, έτσι, το μέσον, με το οποίο ανταλλάσσονται συναισθήματα, σκέψεις, φαντασιώσεις, και προσδοκίες μεταξύ των μελών της ομάδας. Το άτομο χρησιμοποιεί ως άμυνα τη διαμεσολάβηση ενάντια στο αίσθημα του τρόμου, που μπορεί να του προκαλέσει «η βία του άμεσου». Από αυτή τη σκοπιά, η διαμεσολάβηση ως διαδικασία δημιουργεί δεσμούς και μεταμορφώνει, τόσο τον εσωτερικό ψυχικό παράγοντα, όσο και το ευρύτερο πεδίο της ομάδας.

Η καλλιτεχνική δημιουργία μέσα στην ομάδα καθιστά δυνατή τη συμμετοχή του θεραπευόμενου σε δύο πεδία, στα οποία είχε δυσκολία πριν. Πρώτον, στο πεδίο της κοινωνικότητας και της σχέσης του με τον άλλο, δηλαδή στο μοίρασμα με τον άλλο και, δεύτερον, στο πεδίο της οριοθέτησης του χρόνου στο πλαίσιο της συνάντησης, σύμφωνα όμως με τις κατευθύνσεις του συντονιστή - κοινωνικού λειτουργού. (Μάτσα, 2008)

Η τέχνη γίνεται θεραπεία, όταν λειτουργεί ως διαμεσολαβητής σε κάθε μέλος της ομάδας και το καθιστά ικανό να ανακαλύπτει διαρκώς το καινούργιο, το προσωπικό νόημα, που έχει εκείνη τη στιγμή αυτό που δημιουργεί, που αισθάνεται, σκέφτεται, αναλύει και λεκτικοποιεί. Κάτι τέτοιο εμπεριέχει το στοιχείο του απροσδόκητου και της έκπληξης, διαμορφώνοντας το συναισθηματικό κλίμα. Εν τέλει, θα δώσει τη δυνατότητα στην ομάδα να υπερβεί τον εαυτό της, για να αναδυθούν οι κρυμμένες δεξιότητες των μελών της.

1.3 Η Ομάδα Τέχνης

Ενδεικτική της σημασίας της ομάδας τέχνης είναι η εκτίμηση του Ναυρίδη: «Όταν η ομάδα τέχνης βρίσκεται μπροστά σε μια ζωγραφιά, σε ένα σχέδιο, σε μια κατασκευή, που αποτελεί έργο ενός ή περισσότερων μελών της, τότε βρίσκεται μπροστά σ' ένα σημαντικό φαντασιακό κεφάλαιο, που αποτελεί την κοινή περιουσία της ομάδας, πολύτιμο κομμάτι της ιστορίας της». (Ναυρίδης, Κ., 2006:18-19).

Μέσα σ' αυτή τη διαδικασία γίνεται δυνατή, επίσης, και η ανακάλυψη των καλλιτεχνικών δυνατοτήτων, των κλίσεων ή και των ταλέντων των θεραπευομένων. Πέραν των άλλων, επιτυγχάνεται η ενίσχυση της αυτοεκτίμησής τους και η αλλαγή της εικόνας, που έχουν για τον εαυτό τους.

Μια ομάδα τέχνης, έχει κυρίως το χαρακτήρα ψυχοθεραπευτικής και ταυτόχρονα καλλιτεχνικής δραστηριότητας. Ως ενεργός συμμετέχων ο θεραπευόμενος πρωταγωνιστεί, εμβαθύνει και αναλύει σε κάποιες περιπτώσεις, την ερμηνεία του έργου του. Με τη στήριξη των συντονιστών της ομάδας τέχνης γίνεται ικανός να εκφράσει με λόγια τις ιδέες και τα συναισθήματα, που του γεννά το έργο του και αναζητά σ' αυτό, την πηγή ασυνείδητων συγκρούσεων, επιθυμιών, φόβων, φαντασιώσεων. Ο θεραπευόμενος εκφράζει με το έργο τέχνης του προσωπικές αγωνίες, προβλήματα, ακόμα και μια πιθανή ψυχοπαθολογία. Είναι απαραίτητο να διερευνηθούν όλα αυτά κατά την ανάλυση του έργου του, κάτι που προφανώς πραγματοποιείται σε όλες τις θεραπευτικές ομάδες τέχνης. (Μάτσα, 2008)

Όλες οι εικόνες και τα μέσα αφήγησης, στα οποία περιλαμβάνονται ιστορίες, σχέδια, ζωγραφιές, κατασκευές, είναι σημείο αναφοράς για την ομάδα, αλλά και για τη διαδικασία, που εκτελείται μέσα σ' αυτήν. Από μια σκοπιά, είναι παράγωγα μιας πολυεπίπεδης επικοινωνίας της ομάδας, που ενεργοποιήθηκε μέσα από πολλαπλές αλληλεπιδράσεις, προβολές, ενδοβολές και ταυτίσεις των μελών της. Είναι, όμως, και μια σύνθετα δημιουργική, συλλογική εργασία συμβολοποίησης και εικονοποίησης. (Ναυρίδης, 2005).

Επίσης, σε μια ομάδα τέχνης, τα μέλη της μπορούν να βοηθηθούν μεταξύ τους και να ανακαλύψουν πως έχουν κοινές ανησυχίες. Εξάλλου, η ομάδα θεωρείται από τα μέλη ως ένας χώρος ασφαλής, όπου μπορεί να δημιουργηθεί αμοιβαία εμπιστοσύνη και να αποκλειστούν ο φόβος τιμωρίας και ο φόβος εν γένει.

Επιπλέον, με θεραπεία μέσω τέχνης στην ομάδα, μπορεί να υπάρξει κάθαρση. Όταν, δηλαδή, ένα μέλος αποκαλύπτει στην ομάδα τραυματικές καταστάσεις και σκέψεις και

τα αναβιώνει, τότε προκαλεί μια ατμόσφαιρα ανακούφισης. Για το λόγο αυτό μπορεί και άλλα μέλη να προβούν σε εξομολογήσεις.

Η ομάδα δίνει την ευκαιρία να αποκαλυφθούν, να επανεξεταστούν και να βελτιωθούν μοτίβα συμπεριφοράς, που είχαν προκαλέσει ματαίωση. (Waller, 2001:62-63)

Εκτός αυτού, ως άυλα και κοινά σε όλους αντικείμενα, οι εικόνες και τα, υπό ευρεία έννοια, αφηγήματα διαμεσολαβούν στη διαπροσωπική επικοινωνία, αποτελώντας σημαντικό φαντασιακό κεφάλαιο και μέρος της ιστορίας της ομάδας. (Ναυρίδης, 2005)

Παραθέτουμε εδώ και μια εξαιρετικά διαφωτιστική άποψη του Arnheim: «Η επεξεργασία προσωπικών προβλημάτων είναι εμφανής στα σχέδια και στις ζωγραφιές, που γίνονται από ασθενείς στις θεραπευτικές ομάδες τέχνης. Αναδύονται, όχι μόνο το περιττό άγχος και η απειλή απ' αυτό, αλλά και ενδείξεις των αιτιών, στις όποιες οφείλεται η απειλή. Προς το τέλος, η εχθρική δύναμη γίνεται ενίοτε ορατή ως πλήρως αποδυναμωμένη, σαν να έχει μπει στη θέση της και να βρίσκει την εξήγηση της στο περιβάλλον της. Κατά κανόνα, το καλλιτεχνικό έργο αποτελεί μέρος μόνο της καθοδηγούμενης προσπάθειας του ασθενούς να απαλλαγεί από τα προβλήματα του. Υπάρχει η ψυχοθεραπεία, υπάρχει ή νοητική πάλη, που συνεχίζεται μέρα-νύχτα και, ως ένα σημείο, τα σχέδια και οι ζωγραφιές αποτελούν μίαν αντανάκλαση μόνον αυτού του αγώνα και των αποτελεσμάτων του. Είναι εμφανές όμως, ότι η μάχη διεξάγεται και μέσα στην ίδια την τέχνη.» (Arnheim, R., 2007:342).

1.4 Η σημασία των Συμβόλων

Ποιος είναι ο ρόλος των συμβόλων; Τον ιχνηλατεί καίρια ο E. Fromm: «Ο άνθρωπος έχει την ιδιότητα της συνείδησης του εαυτού του σαν ξεχωριστής οντότητας, την ικανότητά του να θυμάται το παρελθόν και να οραματίζεται το μέλλον, και να υποδηλώνει αντικείμενα κι ενέργειες με σύμβολα, τη λογική του, που χάρη σ' αυτή μπορεί να συλλαμβάνει και να κατανοεί τον κόσμο, και τη φαντασία του, με την οποία φθάνει πέρα από την εμβέλεια των αισθήσεών του». (Fromm, E., 1974:82)

Επίσης, σύμφωνα με τη Μάτσα (2008) το σχέδιο, η ζωγραφική, η γλυπτική, ο χορός, το θέατρο, η ποίηση δημιουργούν τους όρους να ενσωματώσει ο θεραπευόμενος, μέσω της συμβολοποίησης, ως αναπαράσταση εκείνο που τον γεμίζει άγχος. Η συμβολοποίηση δίνει στο άτομο τη δυνατότητα να εκφράσει με λέξεις τα τραυματικά του βιώματα και τις οδυνηρές εμπειρίες του. Όταν η διεργασία της σκέψης αποτυγχάνει και ο φόβος εμποδίζει την αποκάλυψη των τραυματικών εμπειριών, η τέχνη είναι το πεδίο, που

μπορεί να εκφραστεί η οδύνη. Γίνεται το μέσον, με το οποίο το άτομο αποκτά πρόσβαση στο φαντασιακό και το συμβολικό και συγκροτείται ως κοινωνικό υποκείμενο.

Η χαρισματική ιδιότητα της θεραπείας μέσω τέχνης έγκειται στο ότι δίνει τη δυνατότητα για συνειδητοποίηση του εαυτού με τη συμβολοποίηση. Έτσι, προκαλεί μια αναδόμηση χάρη στη λειτουργικότητα των διαφόρων μορφών της τέχνης και των χρησιμοποιούμενων αντικειμένων (μουσικής, φωνητικής, υποκριτικής, ζωγραφικής, χορογραφίας, γλυπτικής).

Για τους ειδικούς απαιτεί μια μεγάλη γνώση της σωματικής, ψυχικής και πνευματικής φύσης του ανθρώπου, όπως και μια βαθιά γνώση της τέχνης. Μέσα στο θεραπευτικό πλαίσιο η συγκεκριμένη πραγματικότητα των υλικών (χρώματα, μολύβια, χαρτιά, πηλός, μουσαμάς κ.α.) και ο τρόπος, που αυτά λειτουργούν, έχει ως συνέπεια τις αλλαγές που φέρνει στο άτομο και την ομάδα η κινητοποίηση της συμβολικής δραστηριότητας. (Waller, 2001)

Η καλλιτεχνική δραστηριότητα αποτελεί ένα είδος καθαρτήριας τεχνικής, που εξυπηρετεί θεραπευτικούς, αλλά και διαγνωστικούς σκοπούς. Στην καλλιτεχνική διαδικασία, η διαμόρφωση των συμβόλων έχει ιδιαίτερη σημασία, γιατί το άτομο μετατοπίζει την προσοχή του από το αρχικό αντικείμενο στο εγώ και, μέσω της προβολής, σε ένα έργο τέχνης.

Τα άτομα μέσω της δημιουργικής πράξης, αποκαλύπτουν τον εαυτό τους, στέλνουν συμβολικά μηνύματα είτε άμεσα, είτε συγκαλυμμένα, τα οποία εκπέμπουν λεκτικά και μη λεκτικά. Αυτό πραγματοποιείται τόσο κατά τη δημιουργική διαδικασία, όσο και στη μορφή και το περιεχόμενο του τελικού προϊόντος. (Waller, 2001)

Πως αναπτύσσεται και που εκβάλλει η συμβολική δραστηριότητα; «Η συμβολική δραστηριότητα αναπτύσσεται σε τρία επίπεδα: της έκφρασης, του σημαίνοντος και των σχέσεων. Η δημιουργική δραστηριότητα έχει, από την ίδια τη φύση της, μια σημαίνουσα διάσταση, αποτελεί μέσον έκφρασης και συνάμα απευθύνεται κάπου, προς ένα κοινό, είναι ένα βήμα προς την διποκεμενικότητα. Το νόημα είναι εκείνο που υπονοείται και μεταδίδεται μέσω αυτού του συμβολικού συστήματος, που προωθείται από την επιθυμία, την πρόθεση, τη βλέψη για τον άλλο και για τα πράγματα. Αλλά το ζωντανό υλικό του φτιάχνεται με το φαντασιακό, το οποίο δομείται από το συμβολικό. Πρέπει να το εννοήσουμε ως σενάρια που αποτελούν τη βάση των φαντασιώσεων, των εννοιών και των αναπαραστάσεων, σύμφωνα με τις όποιες ο ανθρώπινος ψυχισμός αντιλαμβάνεται και επινοεί εκ νέου την πραγματικότητα». (Barus-Michel, 2005:24-25)

Σύμφωνα, επίσης, με την Μάτσα: «Αυτό που αποκαλούμε συμβολικό είναι ο κόσμος των ανταλλαγών -των χειρονομιών, των λόγων, των αντικείμενων ή των ιχνών- που επιτρέπουν στο υποκείμενο να βρει το πέρασμα για να πάρει θέση στην ανθρώπινη μετάδοση». (Μάτσα,2008:113)

Συμπεραίνεται, προφανώς, ότι τα έργα τέχνης μπορούν να αποκαλύψουν μέσω των συμβόλων αυτά που περιέχονται στο φαντασιακό πεδίο και τελικώς να συνδεθεί η γέφυρα του πραγματικού με το φαντασιακό.

1.5 Ο Θεραπευτής μέσω Τέχνης

Οι θεραπευτές ειδικών ικανοτήτων διατελούν συνήθως επικουρικό θεραπευτικό έργο, όπως μουσικοθεραπεία, χοροθεραπεία, απασχολησιοθεραπεία. Είναι επίσης δυνατόν, να προέρχονται από τις ειδικότητες των ψυχιάτρων, ψυχολόγων και κοινωνικών λειτουργών, με ειδίκευση στις θεραπείες μέσω τέχνης. (Βοσνιάδου, 1999)

Οι συντονιστές των ομάδων τέχνης, που είναι χρήσιμο να είναι και οι ίδιοι καλλιτέχνες, επιτελούν ένα σημαντικό έργο, αναλαμβάνοντας έναν δύσκολο ρόλο. Η παρουσία τους, που συμβολίζει το πλαίσιο, πρέπει να δίνει ώθηση σε δημιουργικές πρωτοβουλίες και να καλεί σε νέες εμπειρίες.

Εύλογο είναι, οι συντονιστές να είναι σε ετοιμότητα κάθε στιγμή και να δείχνουν στον θεραπευόμενο το δρόμο, που διανοίγεται μπροστά του μέσα από το έργο του. Αυτό θα πρέπει να γίνεται, χωρίς να τον υποκαθιστούν, χωρίς να ερμηνεύουν το έργο του από μόνοι τους και χωρίς να επιβάλλουν στον θεραπευόμενο το νόημα, που οι ίδιοι δίνουν στο έργο του. (Μάτσα , 2008)

Ο στόχος του θεραπευτή είναι η επεξεργασία των συναισθημάτων των μελών της ομάδας. Επίσης, είναι συντονιστής της ομάδας, θέτει τα όρια και προτείνει τους κανόνες, ορίζει τη χρονική διάρκεια της συνάντησης, χρησιμοποιεί τεχνικές (role playing, μύθο, θέατρο) και προωθεί το έργο και τους στόχους της ομάδας. (Ευδοκίμου - Παπαγεωργίου,1999).

Επιπλέον λειτουργίες του ομαδικού θεραπευτή, είναι:

- α) η δημιουργία ενός κλίματος που θα επικρατεί η επιείκεια και η αποδοχή,
- β) η καταγραφή εκθέσεων για την πορεία των μελών,
- γ) η πρόβλεψη και παρεμπόδιση ανεπιθύμητων εξελίξεων, όπως είναι το φαινόμενο αποδιοπομπαίου τράγου, η διαρροή μελών από την ομάδα, η άδικη επιβολή κυρώσεων,

- δ) η ενθάρρυνση των σιωπηλών μελών για εμπλοκή και
- ε) η φροντίδα για συνοχή στην ομάδα και η επισήμανσή του για προσοχή, σε μέλη που παρουσιάζουν ομοιότητες. (Waller, 2001:73).

Η Waller (2001), αναφέρεται και στο πρόβλημα που αντιμετωπίζουν οι θεραπευτές μέσω τέχνης, για το τι θα κάνουν τα όσα έχουν παραχθεί από τα καλλιτεχνικά δημιουργήματα. Προτείνεται, πως θα ήταν ιδανικό να υπάρχει ένα δωμάτιο, όπου τα έργα φυλάσσονται και το χρησιμοποιεί αποκλειστικά η κάθε ομάδα. Ωστόσο, αυτός ο χώρος θα ήταν πρακτικό να παρέχει σωστή υλικοτεχνική υποδομή.

Η Rubin (1997) αναφέρει πως, «...το να βοηθάς τους ανθρώπους στις δημιουργικές τους εξερευνήσεις έχει πολύπλευρη σημασία. Ως θεραπευτής θα πρέπει να ακούς προσεχτικά, να ενθαρρύνεις, να καθοδηγείς κι άλλοτε απλά να υπάρχουν εκεί».

Επίσης, σύμφωνα με την ίδια, (1997) όπως «δεν μπορείς να πας κάποιον πέρα από εκεί που εσύ βρίσκεσαι...», έτσι δεν μπορεί κάποιος θεραπευτής να βοηθήσει έναν άνθρωπο στις δημιουργικές του εξερευνήσεις, εάν ο ίδιος φοβάται την εξερεύνηση, το παιχνίδι, το ρίσκο, αν ο ίδιος δεν εμπλακεί με τις δημιουργικές του εξερευνήσεις. Ίσως, είναι παρακινδυνευμένο, το να ζητά ο θεραπευτής από τον θεραπευόμενο να του ζωγραφίσει κάτι, δίχως ο ίδιος να «γνωρίζει το λεξιλόγιο της τέχνης». Διότι, φαίνεται πως χωρίς αυτή την εκμάθηση, κινδυνεύουν να υπεραπλουστευτούν έννοιες ή και ψυχολογικές καταστάσεις.

Με την τέχνη καταφέρει να ενσωματώνει όσα μαθαίνει από τον εαυτό του και όσα μαθαίνει από τους άλλους και, άρα, μπορεί να συνεχίσει να εξελίσσεται. Η ζωντανή επαφή με την τέχνη σου σε φέρνει πιο κοντά στους ανθρώπους που βοηθάς, ιδίως τα παιδιά.

Φαίνεται ότι η σχέση μεταξύ θεραπευτή, ατόμου και ομάδας, που αναπτύσσεται, επανδρώνεται και αλληλεπιδρά, ξεδιπλώνεται μέσα από το διάλογο και είναι διαλεκτική μέθοδος. Ο θεραπευτής χρησιμοποιεί τη μέθοδο της διαλεκτικής, ώστε να συνεισφέρει στην αλλαγή του ατόμου, μια αλλαγή που θα τον οδηγήσει στην αυτοαντίληψη.

1.6 Η Διαλεκτική μέθοδος

Η μέθοδος της διαλεκτικής προσεγγίζει τον εσωτερικό ψυχικό κόσμο του ανθρώπου ως «ενιαία ολότητα», από την οποία ξεκινά η πορεία αναζήτησης των διακλαδικών

στοιχείων που την απαρτίζουν. Το κάθε στοιχείο αποτελεί έναν «μικρόκοσμο σχέσεων», που μας δίνει πληροφορίες για όλη την ιστορία του υποκειμένου.

Φαίνεται ότι η διαλεκτική ως διαδικασία μας δίνει τη δυνατότητα να πλησιάσουμε τον ψυχισμό του υποκειμένου, διότι μας δείχνει το τι εμπεριέχει το πριν και το μετά, δηλαδή, «το παρελθόν ως ιστορία και το μέλλον του ως δυνατότητα». Παράλληλα μας αναδεικνύει και το σύνολο των σχέσεων, που επίσης εμπεριέχουν το πριν και το μετά της ιστορίας τους και των αλληλοσυνδέσεών τους σε διάφορα επίπεδα. (Ollman, 1993)

Οι εσωτερικές σχέσεις έχουν παίξει το ρόλο τους στο ψυχισμό του ανθρώπου. Τυχόν ελλείμματα μπορεί να επιφέρουν «οδύνη και απόγνωση». Σε αυτές τις σχέσεις αφήνουν το στίγμα τους γεγονότα ζωής, διάφορα βιώματα και συναισθηματικές καταστάσεις, που μπορεί να ενυπάρχουν και ως ασυνείδητες φαντασιώσεις. Επαναφέροντας ο θεραπευόμενος στη μνήμη του, γεγονότα του παρελθόντος, θα τα αποκαλύψει στον ψυχοθεραπευτή, ακόμα και κάποια που ίσως να του μοιάζουν ασήμαντα. Σε αυτό το σημείο θα ανακαλύπτει αισθήσεις που ξαναζωντανεύουν. Βασικό ρόλο θα έχουν και οι παιδικές αναμνήσεις, θα αποκαλυφθούν τραυματικά γεγονότα, απώλειες σημαινόντων προσώπων, πένθη που δεν επιτελέστηκαν, θάνατοι που σημάδεψαν τη ζωή του θεραπευόμενου, αλλά και όσα είχαν αποθηθεί.

Επιπλέον, με αυτή τη διαδικασία, ίσως να εμφανιστούν κάποια κενά, που μπορεί να υπάρχουν στη μνήμη του. Θα τα συμπληρώσει, ωστόσο, ο ίδιος, καθώς παρουσιάζει την ιστορία του. Όμως, θα κατανοήσει βαθύτερα, όσα ανακαλούνται και έρχονται στην επιφάνεια, μέχρι ενός επιπέδου και ανάλογα, με το πόσο είναι ο ίδιος έτοιμος συναισθηματικά, να ξαναζήσει το παρελθόν του. (Μάτσα, 2008)

Η τέχνη καθιστά ορατό τον εσωτερικό μονόλογο, δημιουργώντας την πιθανότητα να γίνει διάλογος, είτε με τον εαυτό, είτε με άλλους. (Gilroy, 2006)

Η τέχνη της διαλεκτικής γίνεται το εργαλείο της αλλαγής του θεραπευόμενου. Διαμορφώνει τους όρους, για να καταφέρει ο άνθρωπος να λειτουργήσει λεκτικά μέσω της κλασσικής ψυχοθεραπείας, αλλά και μέσω των τεχνών, όπως είναι το δράμα, η μουσική, ο χορός, στο πλαίσιο των διαμεσολαβητικών μορφών ψυχοθεραπείας. (Ollman, 2003)

Σύμφωνα με τους ειδικούς, μέσα από την ψυχοθεραπεία και τη διαλεκτική εκλύονται και κινητοποιούνται οι δυνάμεις της αλλαγής. Ο πυρήνας της αλλαγής αφορά τις ψυχικές λειτουργίες του ανθρώπου, τους μηχανισμούς άμυνας που χρησιμοποιεί, τον τρόπο που σκέφτεται. Επίσης, αλλαγή παρουσιάζει και ο λόγος του, η έκφραση των συναισθημάτων του, η δράση του και γενικότερα η συμπεριφορά του.

1.7 Τα φαινόμενα της Μεταβίβασης και της Αντιμεταβίβασης

Η συνάντηση αυτών των δύο προσώπων, του θεραπευομένου με τον ψυχοθεραπευτή του, δύναται να καταλήξει στην εγκαθίδρυση μιας σχέσης με καταλυτική σημασία. Η θεραπευτική σχέση διαμορφώνεται σύμφωνα με τον τρόπο έκφρασης συναισθημάτων και τα φαινόμενα μεταβίβασης και αντιμεταβίβασης.

1.7.1 Η Μεταβίβαση

Τι σημαίνει ο όρος μεταβίβαση; «Με τον όρο μεταβίβαση εννοούμε το σύνολο των συναισθημάτων του θεραπευομένου προς τον ψυχοθεραπευτή του, συναισθήματα που είχε για άλλα άτομα παλιότερα στη ζωή του και τον κάνουν να βλέπει τον ψυχοθεραπευτή με τρόπο που καθορίζεται απ' τη σχέση του με εκείνα τα πρόσωπα και τα συναισθήματα που την επενδύουν. Η μεταβίβαση δεν συνδέεται άμεσα με την προσωπικότητα του ψυχοθεραπευτή και δεν αποτελεί προϊόν της επίδρασης της στον συγκεκριμένο θεραπευόμενο». (Μάτσα , 2008:85)

Ο Freud ανακάλυψε το φαινόμενο της μεταβίβασης και αναφέρει ότι, η θεραπευτική χρήση της μεταβίβασης συνίσταται στην ερμηνεία των πρώτων σταδίων της ψυχοσεξουαλικής του ανάπτυξης του ανθρώπου. Εκεί επιτυγχάνει την ολοκλήρωση και την κατανόησή τους, ώστε να γίνουν μέρος του συνειδητού, ελεγχόμενου από το Εγώ, περιεχομένου της ψυχικής ζωής. (Dalley, 1995)

Οι άνθρωποι μετατοπίζουν τα συναισθήματα, τις σκέψεις και τις φαντασιώσεις, που συνδέονται με σημαντικά πρόσωπα του παρελθόντος προς άλλα πρόσωπα στο παρόν. Η ψυχαναλυτική θεραπεία ευνοεί αυτή τη διαδικασία. Όμως, κάθε θεραπευόμενος αισθάνεται σαν παιδί, βιώνει μοναδικά και στέλνει μεταβιβαστικά αισθήματα απέναντι στον θεραπευτή του. Μέσα από τη μεταβίβαση διατηρείται ή ψυχική συνοχή του υποκειμένου. (Μάτσα , 2008) Γράφει επ' αυτού ο Racker: «Ο ρόλος που παίζει η μεταβίβαση είναι ή αναβίωση της παιδικής ηλικίας κάτω από καλύτερες συνθήκες. Αυτό που είχε παλιότερα απορριφθεί, μπορεί τώρα να ενταχθεί στη συνειδητότητα ». (Racker, 2007:115)

Σύμφωνα με ειδικούς, ενυπάρχει μέσα στα μεταβιβαστικά συναισθήματα του θεραπευομένου, ένα κάλεσμα επικοινωνίας, μια προσδοκία για τη δημιουργία μιας

σχέσης, που θα τον βοηθήσει. Υπάρχει όμως, το στοιχείο της αμφιθυμίας, που δεν μπορούν να διαχειριστούν μόνοι τους οι θεραπευόμενοι.

Παράλληλα, ο Yalom, επισημαίνει τις πηγές των έντονων και παράλογων συναισθημάτων απέναντι στο θεραπευτή, τα οποία είναι τόσο δυνατά, ώστε η μεταβίβαση να συμβαίνει ποικιλοτρόπως. Είναι σημαντικό για τον θεραπευτή να τη χρησιμοποιεί σε θεραπευτική βάση και να βοηθά τα μέλη της ομάδας να αναγνωρίζουν, να καταλαβαίνουν και να αλλάζουν τη διαταραγμένη τους στάση απέναντί του. (Yalom στο Diane Waller , 2001)

Σύμφωνα με τον Ogden, «Μέσω της μεταβίβασης μπορεί να εκδηλωθεί η προβλητική ταύτιση, κατά την οποία ο θεραπευόμενος, δεν περιορίζεται μόνο στο να βλέπει τον θεραπευτή με διαστρεβλωμένο τρόπο, που καθορίζεται από τις αντικειμενοτρόπους σχέσεις του παρελθόντος του. Επιπλέον ασκεί πίεση στον ψυχοθεραπευτή του, να βιώσει τον εαυτό του με έναν τρόπο σύμφωνο με τη δική του ασυνείδητη φαντασίωση». (Ogden,2004:19).

Από Φροϋδικής σκοπιάς, η ψυχοθεραπευτική σχέση, επιτρέπει στον θεραπευόμενο να προβάλλει στο πρόσωπο του ψυχοθεραπευτή του τις ιδέες της απόρριψης και τα συναισθήματα απειλής, του φόβου και του μίσους, που έχει βιώσει από τα «εσωτερικά του αντικείμενα», τους ενδοβλημένους γονείς του.

Ποιο είναι το ζητούμενο εν προκειμένω; «Κάθε μορφή μεταβίβασης μπορεί να γίνει αντίσταση από τον θεραπευόμενο. Το τεχνικό ζήτημα είναι η αναγκαία εγκαθίδρυση μιας διαρκούς θετικής μεταβίβασης». (Reich, 1981:189)

Με την ανάλυση αυτής της σχέσης με τον θεραπευτή, «φωτίζονται» οι προσωπικές σχέσεις του θεραπευόμενου με δικά του «σημαντικά πρόσωπα», οι οποίες τον έχουν στιγματίσει με αρνητικά βιώματα. Με αυτόν τον τρόπο, αναβιώνει ο θεραπευόμενος παλιές προσωπικές δυσλειτουργικές σχέσεις. Μπορεί όμως, μέσω των τεχνικών του θεραπευτή και της θετικής μεταβίβασης να τροποποιεί την αντίληψή του για τις προβληματικές σχέσεις του παρελθόντος, έχοντας, πλέον, νέα βάση για τη σχέση με τον εαυτό του, αλλάζοντας στάση και ξεφεύγοντας από «την παθολογική του απόρριψη», όπως τη ζούσε εσωτερικά. (Μάτσα, 2008)

Για το θέμα αυτό ανατρέχουμε πάλι στον Yalom: «Τα μέλη της ομάδας αντιμετωπίζουν τον συντονιστή με μη ρεαλιστικό τρόπο για πολλούς λόγους: ένας λόγος είναι η αληθινή μεταβίβαση ή η μετάθεση της στοργής από ένα πρώιμο αντικείμενο ` η διαταραγμένη στάση απέναντι στην αυθεντία – ανεξαρτησία, αυτονομία, επανάσταση κ. ο .κ – τα οποία προσωποποιούνται στο πρόσωπο του θεραπευτή. Ένας άλλος λόγος είναι η τάση να

αποδίδουν στον θεραπευτή υπεράνθρωπα χαρακτηριστικά, τέτοια ώστε να τον χρησιμοποιούν ως ασπίδα απέναντι στο υπαρξιακό τους άγχος. Μια ακόμη αιτία είναι η αναντίρρητη ή η ενστικτώδης αποδοχή της μεγάλης δύναμης του ομαδικού θεραπευτή. Η παρουσία του και η αμεροληψία του είναι χρήσιμα στοιχεία για την επιβίωση και τη σταθερότητα της ομάδας» (Yalom,1985:210).

Ωστόσο, φαίνεται ότι η δυναμική της θεραπείας, διαμορφώνεται με βάση φαινόμενα μεταβίβασης συναισθημάτων με τους συντονιστές, καθώς και αντιμεταβίβασης των συντονιστών προς την ομάδα, όπου καθορίζουν συχνά τις αντιδράσεις της.

1.7.2 Η Αντιμεταβίβαση

Τι σημαίνει ο όρος αντιμεταβίβαση; «Με τον όρο αντιμεταβίβαση εννοούμε το σύνολο των συναισθημάτων του ψυχοθεραπευτή για τον συγκεκριμένο θεραπευόμενο, που καθορίζουν και τις αντιδράσεις του. Αυτές πηγάζουν τόσο από τις δικές του συναισθηματικές ανάγκες και συγκρούσεις, όσο και από την επίδραση της μεταβίβασης πάνω του, από την αλληλεπίδραση με τον συγκεκριμένο θεραπευόμενο και τη στάση εκείνου απέναντι του». (Μάτσα , 2008:85)

Ένα, λοιπόν, από τα βασικά φαινόμενα που παρουσιάζονται μέσα στην ψυχαναλυτική διεργασία, είναι η αντιμεταβίβαση. Ο ιδιαίτερος, δηλαδή, ψυχολογικός τρόπος, με τον οποίο αποκρίνεται ο ψυχαναλυτής στην παρουσία και στα λεγόμενα του αναλυόμενου του. Αυτό το φαινόμενο, που αρχικά θεωρήθηκε ως εμπόδιο στην κατανόηση του ψυχισμού του αναλυόμενου, κατέστη σταδιακά, ένα καθοριστικό εργαλείο της αναλυτικής σκέψης και βοήθησε στην πρόοδο της ψυχαναλυτικής θεραπείας. (Racker, 2007)

Ο τρόπος αντίδρασης του θεραπευτή, στην μεταβίβαση από τη πλευρά του ασθενή, είναι αντιμεταβίβαση. Αυτός ο όρος της ψυχανάλυσης περιλαμβάνει έννοιες της θεραπευτικής ευσυναίσθησης και της ταύτισης. Η ύπαρξη της αντιμεταβίβασης, ή ο "κρυμμένος καθρέφτης" όπως ονομάζεται, απαιτεί από τον θεραπευτή να χρησιμοποιεί τεχνάσματα για να διευκολύνει τη διαδικασία, ενεργοποιώντας τους μηχανισμούς προβολής, ενδοβολής, ταύτισης και ευσυναίσθησης, οι οποίοι είναι εγγενείς σε κάθε συμμετοχή στις εικαστικές τέχνες . (Wood στο Dalley, 1998)

Επίσης, στην αντιμεταβίβαση «ο αναλυτής έχει το καθήκον να χρησιμοποιεί το δικό του ασυνείδητο, σαν ένα είδος δέκτη, για να συντονίζεται με το ασυνείδητο του αναλυόμενου και να ασχολείται με αυτόν, σύμφωνα με την ιδιοσυγκρασία του». (Reich, 1981: 211)

Τα αντιμεταβιβαστικά συναισθήματα πρέπει να συνειδητοποιούνται και να μπαίνουν σε διαρκή ανάλυση από τον ψυχοθεραπευτή, γιατί διαφορετικά μπορεί να επηρεάσουν αρνητικά τη στάση του προς τον συγκεκριμένο θεραπευόμενο. Ο Reich έχει αναφερθεί και στην αμερόληπτη στάση, που θα πρέπει να δείχνει ο αναλυτής. Ενώ, η αντιμεταβίβαση πρέπει να προσεγγίζεται θετικά, όχι αρνητικά, όπως γίνεται συνήθως.

Κατά τον Pages, η αντιμεταβίβαση γίνεται ένα σύνθετο, δυναμικό σύστημα, που ενώνει δυο ψυχισμούς, οι οποίοι διαφοροποιούνται λιγότερο ως προς το βαθμό της φυσιολογικότητας ή της παθολογικότητάς τους και περισσότερο ως προς την ικανότητα τους να συλλαμβάνουν τις ίδιες τις εσωτερικές τους καταστάσεις και να ανακαλύπτουν το νόημα τους. (Max Pages στο Μάτσα, 2008)

Άλλη μια θεωρία, είναι αυτή του Mony Elkaim, που εισάγει τον όρο «συνήχηση» (resonance) για την συστημική θεραπεία. Σηματοδοτεί το φαινόμενο, κατά το οποίο διαφορετικά συστήματα, που συναντούνται μεταξύ τους, συγκεντρώνονται γύρω από ένα ίδιο στοιχείο. Κατά τον Elkaim, η διαφορά ανάμεσα στις έννοιες, βρίσκεται στο ότι η μεταβίβαση και αντιμεταβίβαση αφορούν μια λειτουργία, που σχετίζεται με την ψυχική λειτουργία των υποκειμένων, ενώ η «συνήχηση» αφορά μια λειτουργία, η οποία σχετίζεται με ένα σύνολο συστημάτων, στην αλληλοσυσχέτισή τους (οικογένεια, θεραπευτικός θεσμός, οικογένεια καταγωγής του θεραπευτή κ.ά.). (Μάτσα, 2008)

Συμπεραίνεται ότι τα φαινόμενα μεταβίβασης και αντιμεταβίβασης είναι σημαντικό να εντοπίζονται και να αναλύονται σε όλη τη διάρκεια της ψυχοθεραπευτικής διαδικασίας, από τον ψυχοθεραπευτή και τη θεραπευτική ομάδα.

1.8 Τεχνικές άμυνας του θεραπευόμενου

Κατά τη θεραπευτική διαδικασία, παρουσιάζονται κάποια ψυχολογικά φαινόμενα, τα οποία εμφανίζει ο θεραπευόμενος. Χρησιμοποιεί τις δικές του τεχνικές άμυνας, γιατί δεν είναι σε θέση να διαχειριστεί και να αναγνωρίσει τα συναισθήματά του. Θεωρείται σκόπιμο να αναφερθούν αυτά τα φαινόμενα που εμφανίζει ο θεραπευόμενος και τα οποία έχουν περιγραφεί ως τεχνικές άμυνας.

1.8.1 Παλινδρόμηση

Αρχικά, η παλινδρόμηση στη δημιουργική διαδικασία, ονομάστηκε «παλινδρόμηση στην υπηρεσία του Εγώ», με άλλα λόγια, πρόκειται για μια παλινδρόμηση συμβολική, ελεγχόμενη και εκούσια. (Kris στο Rubin ,1997)

Η Kramer (1971) το επιβεβαιώνει, αναφέροντας ότι η «προσωρινή παλινδρόμηση είναι μια απαραίτητη φάση δημιουργικής πράξης», χαλαρώνοντας από τους συνηθισμένους ελέγχους και επιτρέποντας σε λιγότερο συνειδητές διεργασίες να κυριαρχήσουν (Kris, στο Rubin, 1997). Άλλωστε, σε κάθε μεταβατική φάση ανάπτυξης καταρρέουν, κατά κάποιον τρόπο, οι προηγούμενες κατασκευές, για να αναδομηθούν οι νέες. Το κατά πόσο η παλινδρόμηση βιώνεται ως αποδεσμευτική και απελευθερωτική ή ως αποδιοργανωτική και παραλυτική, κρίνεται από την επακόλουθη συμπεριφορά και τα έργα. Αυτό θα φανεί από τη μορφή, το περιεχόμενο, την οργάνωση και τις νοητικές διεργασίες, που διαφαίνονται σε αυτά.

Σύμφωνα με ειδικούς, η παλινδρόμηση οφείλεται σε ποικίλους καθοριστικούς παράγοντες, εσωτερικούς και εξωτερικούς. Τέτοιοι παράγοντες είναι το καλλιτεχνικό μέσο, το κοινωνικό περιβάλλον, η εγρήγορση ή η κόπωση του θεραπευόμενου, η άνεση ή το στρες, ακόμα και η ανάπτυξη του.

1.8.2 Αντιστάσεις

Αρχικά, η αντίσταση κατευθύνεται αποκλειστικά ενάντια σε ό,τι είναι απωθημένο, αλλά ο θεραπευόμενος δεν το ξέρει, όπως δεν ξέρει και το ότι κρύβει μέσα του κάτι το απαγορευμένο και ότι το εμποδίζει να αποκαλυφθεί. (Reich, 1981:71)

Σύμφωνα με τη Μάτσα (2008), κατά τη διάρκεια της ψυχοθεραπευτικής διαδικασίας, παρουσιάζονται αντιστάσεις, που είναι συνειδητές ή ασυνειδητές. Αφορούν το τραυματικό παρελθόν του θεραπευόμενου, το οποίο δεν θέλει να εκφράσει λεκτικά αλλά ούτε και να το ανακαλέσει στη μνήμη του. Επίσης, μπορεί να αφορούν και την ίδια τη θεραπευτική διαδικασία και την δυσκολία της συμμετοχής του στο «εδώ και τώρα». Η αντίσταση εκφράζεται με σιωπή, με υπερβολική ομιλητικότητα, με την καθυστερημένη προσέλευση στη συνάντηση, αλλά και με την άρνηση συμμετοχής.

Η πρόοδος της ψυχοθεραπείας φαίνεται σε μεγάλο βαθμό από τη μείωση των αντιστάσεων του θεραπευόμενου.

1.9 Ενδεχόμενες αρνητικές εμπειρίες

Ενδεχομένως στην τέχνη να εκφραστούν και να αντιμετωπιστούν τρομακτικές εμπειρίες, που δύσκολα αφομοιώνονται διαφορετικά.

Διάφορες στιγμές που μας προκαλούν το αίσθημα του φόβου, έρχονται στη ζωή μας και είναι ζήτημα θάρρους ή ενθάρρυνσης - που έγινε ή δεν έγινε έγκαιρα- που μας ωθεί να πάρουμε τα πινέλα ή τα μολύβια μας, για να ζωγραφίσουμε έναν εφιάλτη ή έναν έντονο φόβο.

Πρόσφατες έρευνες, απέδειξαν ότι οι τραυματικές εμπειρίες συχνά καταγράφονται στον εγκέφαλο με τη μορφή εικόνων. Δηλαδή, όταν βιώνουμε τραυματικά γεγονότα, όπως βίαιες και καταστροφικές πράξεις, ο εγκέφαλός μας μπορεί να τα αποτυπώσει όπως ακριβώς η κάμερα που τραβάει μια φωτογραφία. Φαίνεται, ότι αυτές οι αναμνήσεις θα αναδυθούν με τη μορφή εικόνων. Όμως, οι τραυματικές αυτές εικόνες, μπορούν να εκφραστούν μέσω ζωγραφικής, αναδυόμενες με έναν λιγότερο τραυματικό τρόπο. (Malchiodi, 2007:10)

Η Rubin αναφέρει πως αν δώσεις μορφή στο αντικείμενο που σε τρομάζει, μπορείς να το ελέγξεις συμβολικά, γίνεται κάτι σαν μαγική επεξεργασία. Τα παιδιά, φαίνεται να το γνωρίζουν ασυναίσθητα αυτό και ενστικτωδώς ζωγραφίζουν συχνά πράγματα που τα τρομάζουν. (Rubin , 1997)

Μελέτες έχουν αποδείξει, ότι τα παιδιά ζωγραφίζουν από ένστικτο για να νιώσουν καλά, γιατί η τέχνη είναι ένα μονοπάτι, που μια από τις δυνατότητές της είναι να οδηγεί σε μια επιτρεπτή παλινδρόμηση, αλλά κι ένα μονοπάτι που οδηγεί σε μια αποδεκτή επιθετικότητα. (Rubin 1997)

Η τέχνη έχει το προνόμιο να καταλύει άμυνες, να αποδεσμεύει, καθώς και να διατηρεί τις δομές. Αυτό οφείλεται στο ότι η τέχνη με τη δημιουργία ενός έργου (υπό οποιαδήποτε μορφή), έχει τους δικούς της περιορισμούς, οι οποίοι παρέχουν ικανοποιητική ασφάλεια. Όμως, παράλληλα, δίνουν την ευκαιρία για μια εποικοδομητική κάθαρση και διοχέτευση των συναισθημάτων. Η ίδια η φύση της τέχνης θέτει όρια, τα οποία, αν παραβιαστούν, αναιρούν τη τέχνη. (Rubin ,1997)

1.10 Η Δημιουργικότητα στη Θεραπεία μέσω Τέχνης

Ζωή και τέχνη, τέχνη και ζωή διαπλέκονται σε μια αέναη, όσο και δημιουργική αλληλόδραση. «Η ζωή είναι μια τέχνη. Η ζωή με τη δημιουργική της δύναμη, καθώς για

τον άνθρωπο εξαρτάται από την αυτοεπένδυση στη δράση και τη σκέψη, είναι μια αέναη αλληλεπίδραση. Και τούτη τη στιγμή που είμαστε αναγκασμένοι να παρακολουθούμε συνεχώς τα γεγονότα, την αντικειμενική κατάσταση, τη συγκεκριμένη περίπτωση, το πραγματικό γεγονός, είναι ιδιαίτερα σημαντικό να μάθουμε να συνδέουμε τα επίπεδα της αντίληψης, να αφήνουμε κάθε γεγονός να συνεισφέρει σ' αυτές τις αρχές, οι οποίες με την επανάληψη στον πραγματικό κόσμο μεταμορφώνονται ξανά, κι έτσι ο άνθρωπος διαρκώς αναπτύσσεται μέσα από τη δραστηριότητα του». (Follett στο Milner, 1998)

Η έννοια της «τάξης» στη δημιουργική δραστηριότητα, διαπλέκεται στενά και άρρηκτα με την έννοια της «ελευθερίας». Οι θρησκευτικές παραδόσεις των ανθρώπων, περιγράφουν τον Παντοδύναμο να δημιουργεί, από ένα σύμπαν στο οποίο επικρατούσε χάος, έναν κόσμο όπου επικρατεί τάξη. Ούτε η ακραία τάξη —η άκαμπτη αυστηρότητα— ούτε η ακραία ελευθερία —το χάος— οδηγούν στη δημιουργία. «Οι δυνάμεις της φαντασίας από τις οποίες ο καλλιτέχνης αντλεί τη δύναμη του, έχουν μια καταστροφική και παράξενη δύναμη, την οποία πρέπει να διαχειρίζεται. Αν ενδώσει ολοκληρωτικά στη φαντασία του, ίσως αυτή να εκτροχιαστεί και να καταστρέψει με την υπερβολή και το δημιουργό και το έργο του. Από την άλλη μεριά, αν ο καλλιτέχνης φθείρει την ιδιοφυΐα του με λάθος τρόπους εξάσκησης και χρησιμοποιήσει υπερβολικά πολλές επινοήσεις και τεχνάσματα, η φαντασία του θα μαραθεί, θα γίνει ατροφική» (Wind στο Rubin, 1997).

Στους περισσότερους ορισμούς της δημιουργικής διαδικασίας, ανεξάρτητα από το αν διατυπώνονται από ψυχολόγους, κριτικούς της τέχνης ή καλλιτέχνες, συναντάμε φαινομενικά αντίθετες και ασύμβατες καταστάσεις: ονειροπόληση και εγρήγορση, φαντασίωση και πραγματικότητα, αποσύνθεση και ολοκλήρωση, ασυνείδητη (ή προσυνειδητή) και συνειδητή σκέψη. Η τέχνη, η οποία σύμφωνα με τους περισσότερους ορισμούς χαρακτηρίζεται από τάξη και πειθαρχία, συνδέεται πολλές φορές με το «χάος» (Peckham, 1965) και την «αναρχία». (Wind στο Rubin, 1997)

Η δημιουργική διαδικασία απαιτεί, «μια ευέλικτη εναλλαγή ρόλων, γιατί δεν είναι δυνατό να παράγει ελεύθερους συνειρμούς, να είναι απεριόριστα εφευρετική και δημιουργική, αν αυτήν ακριβώς τη στιγμή της "ελευθερίας" προσπαθεί κανείς να διεξάγει μια προσεκτική, κριτική διερεύνηση αυτού του οποίου παράγει» (Rubin, 1997).

Χαρακτηριστικά όπως η τόλμη, το θάρρος, η ελευθερία, ο αυθορμητισμός, η σαφήνεια, η αποδοχή του εαυτού, καθιστούν δυνατό το είδος της γενικευμένης δημιουργικότητας η

οποία εκφράζεται στη δημιουργική ζωή. (Maslow A.,1995:196) Πολλοί θεωρούν ότι εναλλάσσεται μεταξύ ελεύθερων συνειρμών και κριτικής διερεύνησης.

Κατά τον Winnicott (1979), όποιος δεν μπορεί να δημιουργήσει, νοσεί. Όταν ο θεραπευόμενος βιώσει την τέχνη και δημιουργήσει το καλλιτεχνικό του έργο, μπορεί να βιώσει και την πραγματικότητα με διαφορετικό τρόπο. Η δημιουργία του δίνει τη δυνατότητα για ψυχική μετακίνηση και εξέλιξη.

ΚΕΦΑΛΑΙΟ 2 :

Ο Χορός στη Θεραπεία μέσω Τέχνης

2.1 Ο Χορός ως μέσο έκφρασης

Μια από τις αρχαιότερες μορφές της πρακτικής της θεραπείας και της εμπειρίας, είναι ο χορός. Βασίζεται στη ρυθμική σχέση του ήχου με την κίνηση και συνδέεται με τη συλλογική έκφραση των συναισθημάτων. Σύμφωνα με σύγχρονους ερευνητές, από την προϊστορική ήδη εποχή και παγκοσμίως, ο άνθρωπος χρησιμοποιεί τον χορό, για τη δύναμη, που έχει να τον οδηγεί στη μετουσίωση. (Τζωρτζάκη και Σμυρλή στο Δρίτσας, 2004)

Ο χορός κατέχει πρωταρχικό ρόλο στη λατρεία όλων των αρχαίων θρησκειών, αφού οι έννοιες της ζωής, της κίνησης και του θείου συνδέονται. Επίσης, ο χορός αποτελούσε αναπόσπαστο μέρος, όλων των κοινωνικών τελετουργιών και της θεραπείας. Συνόδευε κάθε σημαντικό ή μεταβατικό γεγονός της ζωής, όπως μια γέννηση, το θάνατο, την είσοδο στην εφηβεία, την αλλαγή των εποχών, τη σπορά, τη συγκομιδή.

«Στους ελληνικούς κυκλωτικούς χορούς (συρτός, αντικριστός, πηδηχτός) απομονώνουμε το κακό και με συνοδεία οργάνων χτίζουμε την έξοδο στον κόσμο. Και αυτός ακόμα «ο χορός του Ησαΐα», ο χορός δηλαδή του γάμου, είναι προστατευτικός για τους νεόνυμφους. Επιπλέον ο κυκλικός χορός συνιστά μικρογραφία του σύμπαντος.» (Θεοδωρόπουλος Ι.Ε, 2002:122)

Με τη συμμετοχή των μελών σε χορευτικές διαδικασίες, μοιράζονται και αντιμετωπίζονται συλλογικά καταστάσεις όπως η χαρά, η λύπη και η αγωνία. Σε μια τέτοια διαδικασία, ενδεχομένως να ενθαρρύνεται ο συμμετέχων και να απελευθερώνεται από φόβους και δισταγμούς.

Συμφωνά με τους ειδικούς, κάθε χορός είναι ενεργητικός. Επιπλέον, η προσοχή του χορευτή στρέφεται προς τα «έξω», εξαιτίας του κατευθυντικού μηχανισμού του χορού και της έντονης παρουσίας του ρυθμού. Αυτό επιτρέπει στον χορευτή να συνειδητοποιήσει, ότι είναι μια ψυχοσωματική μονάδα, μια συνοχή του εγώ, στην οποία γεννάται το συναίσθημα της συνέχισης της ολοκλήρωσής του. (Τζωρτζάκη και Σμυρλή στο Δρίτσας, 2004)

Επίσης, ο χορός έχει ως «εργαλείο» του το σώμα για να ακολουθήσει το ρυθμό, να αποδώσει την κίνηση και να εκφραστεί. «Ο χορός είναι απάντηση δια του σώματος και της κίνησης στην υπερβολή της γλώσσας». (Θεοδωρόπουλος Ι.Ε, 2002:122)

Κατά την Ισιδώρα Ντάνκαν, ο χορός «δεν είναι μονάχα η τέχνη που δίνει έκφραση στην ανθρώπινη ψυχή μέσω της κίνησης, αλλά, επίσης, η βάση για μια ολοκληρωμένη αντίληψη ζωής, πιο ελεύθερη, πιο αρμονική, πιο φυσική». Εκφράζει τη βαθιά επιθυμία του ανθρώπου να βρίσκεται σε αρμονία με τον εαυτό του και το περιβάλλον του. (Κουγιούφα στο Δρίτσας, 2004)

Επίσης, με τον χορό παρέχεται στον άνθρωπο μια γλώσσα μη λεκτική, με την οποία μπορεί να δηλώσει τις ανάγκες του και να τις εκφράσει εναλλακτικά. Η χοροθεραπεία ανοίγει δρόμους για τον άνθρωπο – χορευτή, για την επίτευξη των αλλαγών που επιθυμεί.

2.2 Η έννοια της Χοροθεραπείας

Σύμφωνα με τον Fowles, οι άνθρωποι κινούνται από την πρώτη ως την τελευταία τους ανάσα. Από τις εκφραστικές παρορμήσεις αυτής της κίνησης, γεννιέται ο χορός. (Δρίτσας, 2004)

Οι ρίζες της χοροθεραπείας βρίσκονται στο μακρινό παρελθόν και από εκεί λαμβάνουμε πληροφορίες για τη σημασία, τη λειτουργία και τη θέση, που κατείχε ο χορός στις κοινωνίες αυτές. Σήμερα, προσεγγίζουμε τα στοιχεία αυτά, μέσα από σύγχρονα ψυχοθεραπευτικά ρεύματα, που εισάγουν τον χορό στην θεραπεία .

Φαίνεται, πως ο χορός είναι ένα μέσο για διέξοδο από την πνευματική ένταση και τις δυσάρεστες εμπειρίες, ενώ χρησιμοποιείται παγκοσμίως για φυσική και ψυχική ανανέωση. Η θεραπευτική λειτουργία του χορού είναι σημαντική, καθώς χρησιμοποιείται σαν διάλλειμα από τα προβλήματα της καθημερινότητας, αλλά και ως αντίδοτο στην ένταση και το άγχος. Επομένως, ο χορός μπορεί να επαναφέρει την εσωτερική ηρεμία και τη συγκρότηση του ατόμου. (Λάζου, 1989)

Όσον αφορά την κοινωνικότητα που αναδύεται από το χορό, είναι κάτι περισσότερο από έκφραση ολόκληρης της ομάδας, καθώς περιλαμβάνει τελετουργικά, στα οποία η ομαδική συμπεριφορά είναι χαρακτηριστική, ασχέτως από την κοινωνική και οικονομική τάξη του καθενός (Turner, 1974).

Η έννοια της ομάδας δεν εκφράζεται προφορικά ή γραπτά. Διαπερνά τη συνείδηση των χορευτών και επηρεάζει την κοινωνική συμπεριφορά τους μέσα και έξω από το χορό. (Cooper ,Thomas, 2002).Το να κινούνται όλοι μαζί είναι μια ισχυρή δύναμη στη

συναισθηματική σύνδεση του ατόμου με την ομάδα, γεγονός που έχει αποδοθεί στο χορό σε πολλές ιστορικές και κοινωνικές περιόδους. (McNeill, 1995)

Η χοροθεραπεία είναι αυθεντική ψυχοθεραπεία. «Την χοροθεραπεία μπορούμε να την ορίσουμε ως μια ψυχοθεραπευτική χρήση της κίνησης και του χορού, μέσα από την οποία το άτομο μπορεί να συμμετάσχει δημιουργικά σε μια διαδικασία που προωθεί τη γνωστική, τη συναισθηματική, τη σωματική και τη κοινωνική του ολοκλήρωση. Βασίζεται στην αρχή, ότι το σώμα καθρεφτίζει την ιστορία, την προσωπικότητα και τη συναισθηματική κατάσταση του ατόμου». (Τζωρτζάκη και Σμυρλή στο Δρίτσας, 2004)

Υπάρχουν δύο βασικές κατευθύνσεις θεραπευτικής προσέγγισης: η πρωτόγονη έκφραση και η χοροκινητική.

Ο στόχος των δύο κυρίαρχων μοντέλων χοροθεραπείας είναι ο ίδιος: η ανασυγκρότηση του ατόμου, η προώθηση της ψυχικής ισορροπίας με την ενεργοποίηση του σώματος μέσω μιας δημιουργικής και συμβολικής διαδικασίας. Τα δύο μοντέλα χρησιμοποιούν την κίνηση και τον χορό, τη σχέση με τον χώρο και με τους άλλους, αλλά και τη δύναμη των ήχων, της φωνής, της μουσικής, παρόλο που οι στόχοι είναι ίδιοι, διαφοροποιούνται ως προς την προσέγγιση.

2.2.1 Η προσέγγιση στην Πρωτόγονη Έκφραση

Η πρωτόγονη έκφραση ακολουθεί την πορεία της θεραπευτικής διαδικασίας των πρωτόγονων κοινωνιών, όπου ο τρόπος δράσης είναι μη λεκτικός. Συνδυάζοντας ρυθμό, χορό και τραγούδι δρα σε συμβολικό επίπεδο και δεν επιδιώκει την εξωτερίκευση της σημασίας τους.

Μέσα σε ένα γενικότερο πλαίσιο, όπου συγκλίνουν τα παραδοσιακά ρεύματα και οι σύγχρονες απόψεις, ο χορός κατέχει προνομιούχα θέση. Αντιπροσωπεύει μια δραστηριότητα, που είναι ταυτοχρόνως φυσική, διανοητική, ψυχική και κοινωνική. Επομένως, ο χορός δεν θεωρείται μόνον ότι είναι «τέχνη για την τέχνη» αλλά «τέχνη για κάτι», στην προκειμένη περίπτωση συμβάλει στην πρόληψη και θεραπεία της διαταραχής της ισορροπίας που προκάλεσε το (νοσηρό) σύμπτωμα. (Τζωρτζάκη και Σμυρλή στο Δρίτσας, 2004)

Το θεραπευτικό έργο της πρωτόγονης έκφρασης, έγκειται στο να καλέσει και να επαναπροσανατολίσει, τους διάφορους μηχανισμούς, που συμμετέχουν στην εξέλιξη του

ατόμου και στην οργάνωση του ψυχισμού του. Στην πρωτόγονη έκφραση υιοθετούνται παρακάτω θεραπευτικά εργαλεία:

- Η σημαντικότητα της ομάδας.
- Η δυναμικότητα του ρυθμού.
- Ο ήχος των κρουστών.
- Η σχέση με το έδαφος.
- Η απλότητα των κινήσεων.
- Η επανάληψη.
- Η χρήση κωδικοποιημένων κινήσεων.
- Η χρήση της φωνής.
- Η δυαδικότητα.
- Η εμπειρία της μετουσίωσης.
- Το παιχνίδι με την παραβίαση.
- Η αναζήτηση της υπέρβασης του εγώ μέσω της μετουσίωσης και

την «τελετουργική» επένδυση των ποικίλων θεραπευτικών εργαλείων που προαναφέρθηκαν. (Τζωρτζάκη και Σμυρλή στο Δρίτσας, 2004:14)

Ποιες ζωτικές ικανότητες υπηρετεί ο χορός; «Το σώμα δοκιμάζει με τον χορό την απόλαυση μιας καλά συντονισμένης κινητικότητας, την ικανοποίηση της άσκησης ισορροπίας, του προσανατολισμού, της επιδεξιότητας, της ταχύτητας, της αντανakλαστικής ικανότητας, ικανότητες δηλαδή ζωτικές, που του επιτρέπουν να ολοκληρώσει μια αλληλουχία από κινητικές ακολουθίες, γενετικά εγγεγραμμένες μέσα του (όπως επίθεση, φυγή, κ.λπ.)». (Τζωρτζάκη και Σμυρλή στο Δρίτσας, 2004)

Η χρησιμοποίηση ρυθμών και κινήσεων, που επιτρέπουν στο άτομο που χορεύει να εκφράσει τον εαυτό του, δημιουργεί ή αποκαθιστά έναν ναρκισσισμό και προτείνει μια αξιολόγηση της εικόνας του σώματος. Αυτή η έννοια, μπορεί να οριστεί ως ασυνείδητη απεικόνιση του εγώ, στη σχέση του με τους άλλους. Πρόκειται για μια αυτοαντίληψη φαντασιωσική, υποκειμενική και μη ρεαλιστική. Ενδεχομένως, η εικόνα αυτή να προσδιορίζεται κατά μεγάλο μέρος από το βλέμμα που ανταλλάσσει το παιδί με τη μητέρα, το οποίο συμβάλλει στην ποιότητα των μελλοντικών ανταλλαγών του παιδιού με τον εξωτερικό κόσμο, καθώς και στην ταυτότητά του σχετικά με την καταγωγή και το φύλο του. Αυτή η συμβολική τοποθέτηση του «εγώ μέσα στον κόσμο» είναι ασυνείδητη. (Bowlby, 1988)

Ωστόσο, ο χορευτής ασχολείται ολοκληρωτικά με τη μορφή της κίνησης που πραγματοποιεί. Αλλά η ασυνείδητη εικόνα του σώματος, μεταφέρεται στην έκφραση της προτεινόμενης κίνησης και αναπαριστά το εγώ, που έχει σχέση με τον θεραπευτή και που βρίσκεται σε αλληλεπίδραση με την ομάδα. Επεξεργάζεται έτσι, μια δυναμική συμβολοποίηση. Η πρωτόγονη έκφραση παρουσιάζει ενδιαφέρον στη διαδικασία αποκατάστασης του ναρκισσισμού, όπου οφείλεται στις επαναληπτικές κινήσεις, τις οποίες χαρακτηρίζει μεγαλείο και ολοένα αυξανόμενη ομορφιά.

Επίσης, η δύναμη της αυτονόμησης, οφείλεται στο παιχνίδι κάλεσμα-απόκριση, το οποίο χωρίζει τον χορευτή από το σώμα του άλλου (θεραπευτή, συγχορευτή), με τις διχοτομημένες κινήσεις και τις φωνητικές αντιθέσεις. Η χρήση του ρυθμού, η παλμική κίνηση των ποδιών και οι διχοτομημένες κινήσεις, χρησιμοποιούνται για να ξαναδώσουν ζωή σε εκείνο το υποκείμενο, που με την εναλλαγή ενώνει τον «μητρικό» πόλο της συγχώνευσης και τον «πατρικό» πόλο του χωρισμού.

Επιπλέον, ο ρυθμός θυμίζει τους χτύπους της καρδιάς και προκαλεί το λίκνισμα του σώματος, που παραπέμπει στο νανούρισμα. Ευνοεί μια επιστροφή στην κατάσταση της συγχώνευσης του εμβρύου, με τη μητέρα. Ταυτόχρονα όμως ενεργοποιείται. Τα κρουστά όργανα αρχικά, προκαλούν το σώμα να κινηθεί και κατόπιν να αλλάξει θέση. Πολύ συχνά, χωρίς ιδιαίτερη παρότρυνση, ο μετέχων, που ακούει τον ήχο των κρουστών, «σηκώνεται και βαδίζει». (Billman, 1997)

Στην πρωτόγονη έκφραση, με τη μεταβατική κίνηση που προτείνεται υπό τη μορφή μιας συλλογικής έκφρασης, ο κάθε χορευτής θα αντλήσει τη δική του διαφορετικότητα με την προσωπική του γλώσσα. Το παράγγελμα, που δόθηκε από τον θεραπευτή, θα γίνει αφορμή για δημιουργία και νέα σημασιοδότηση από τον μετέχοντα. Θα αποδίδει τη σωματική γλώσσα, την εικόνα του σώματος του κάθε χορευτή. Έτσι, προκύπτουν τόσα διαφορετικά είδη κίνησης όσα και οι συμμετέχοντες, αφού ο καθένας καταλήγει σε μια αναδημιουργία της δοσμένης κίνησης, που ανταποκρίνεται επίσης σε μια αναδημιουργία του εγώ. Η πρωτόγονη έκφραση, ευνοεί τον αποχωρισμό και διευκολύνει τη διαφοροποίηση του υποκειμένου. Ξαναδίνει στο υποκείμενο τη δυνατότητα της επικοινωνίας, η οποία είχε διακοπεί εξαιτίας της απομόνωσης του και της έλλειψης πρωτοτυπίας. Γιατί η πρωτοτυπία, δεν είναι αποτέλεσμα προσπάθειας, που υποχρεώνει τον καθένα να είναι δημιουργικός. Επιτελείται, εντούτοις, όταν γίνεται άρση του απωθημένου και καθίσταται δυνατή η λειτουργία του ασυνείδητου. (Billman, 1997)

Φαίνεται, πως η σύνδεση του σώματος με τον σωματικό λόγο και με τον κόσμο της φαντασίωσης γίνεται αυτόματα, εν αγνοία του υποκειμένου. Αυτό επιτυγχάνεται, περισσότερο μέσα από τη χαλάρωση, παρά μέσα από την προσπάθεια και την εστίαση της στο πρόσωπο του υποκειμένου. Μέσα στη λήθη του εγώ που εκπληρώνεται με την επανάληψη, μπορεί να ενεργοποιηθεί ό,τι το ίδιο το υποκείμενο έχει λησμονήσει και συνιστά το ασυνείδητο του. Το απωθημένο, που δεν εμφανίζεται στον λόγο, απελευθερώνεται με μια κίνηση και υποτάσσεται σε αυτό που δεν λέγεται, για να το αναγάγει σε έναν χορευτικό λόγο. Ο χορός, δίνει τη δυνατότητα στο υποκείμενο, να αναγνωρίσει τις επιθυμίες που έχει απωθήσει στο ασυνείδητο, γιατί κρίθηκαν πολύ επικίνδυνες. Αυτό το αποδεικνύει ο W. Reich, αναλύοντας την κοινωνική καταπίεση των επιθετικών ή σεξουαλικών ενορμήσεων.

Από την άποψη αυτή, η πρωτόγονη έκφραση αποτελεί μια μέθοδο για τη θεραπεία της νεύρωσης, της κατάθλιψης και των ψυχοσωματικών εκτροπών ή αναστολών. Δεν προσφεύγει στον προφορικό λόγο, αλλά προτείνει μια σωματική συμβολοποίηση των επιθυμιών, που έχει πολλά θεραπευτικά αποτελέσματα.

Επομένως, μέσω της πρωτόγονης έκφρασης, το υποκείμενο που χορεύει ανακαλύπτει την ιδιαίτερη έκφραση του, η οποία αντιπροσωπεύεται από το σώμα του. Ο τρόπος που με τον οποίο χορεύει, εκφράζει την δική του επιθυμία. Έχει το δικό του ύφος στην εκτελούμενη κίνηση, η οποία εγγράφεται σε συμβολικό επίπεδο. Η έλλειψή της βρίσκεται στη ρίζα της παθολογίας του ναρκισσισμού (δηλαδή της ψυχωτικής προβληματικής) και επηρεάζει, επίσης, το νευρωτικό υπόστρωμα, συνδέοντας τις ενορμήσεις με αρνητικές αναπαραστάσεις. Άρα τις καταδικάζει σε αποτυχία ή καταστροφή. (Τζωρτζάκη και Σμυρλή στο Δρίτσας, 2004)

Συμπερασματικά, η θεραπευτική διαδικασία συνίσταται στην πραγματοποίηση μιας αποσύνδεσης της παθογένειας, για να δημιουργηθεί μια νέα σύνδεση, που θα επιτρέπει τον θετικό επαναπροσανατολισμό της ενόρμησης. Αυτό, επιτυγχάνεται με την κινητοποίηση των συναισθημάτων προς το πρόσωπο του θεραπευτή μέσω της μεταβίβασης, η οποία συνοδεύεται από τη θετική αναδιάρθρωση και τη συμβολική αναδιοργάνωση. Με τη διαδικασία της εξιδανίκευσης, απομακρύνονται οι ενορμήσεις από τον αρχικό τους σκοπό και με αυτό τον τρόπο συμβάλλει, στη θετικοποίηση των αναπαραστάσεων που συνδέονται με αυτές.

Οι μηχανισμοί στους οποίους βασίζεται η θεραπευτική ενέργεια της πρωτόγονης έκφρασης, είναι να:

- διοχετεύουν τις ενορμήσεις και τους δίνουν διέξοδο μέσω μιας θετικής αποκωδικοποίησης, που επιτρέπει την κάθαρση τους,
 - προτείνουν έναν χώρο δημιουργικής ελευθερίας, που επιτρέπει στον καθένα να εκφραστεί ατομικά, επομένως να επαναλάβει μια δική του, συλλογική και αρχετυπική ιστορία με την οποία συνδέεται,
 - οδηγούν στην αποφόρτιση των ενορμήσεων, στην ικανοποίηση της επιθυμίας, που υλοποιείται διαμέσου της χορευτικής έκφρασης, με χρήση υποκατάστατου και με συμβολικό τρόπο συνήθως ασυνείδητο, μετατοπισμένο σε καλλιτεχνικό επίπεδο και
 - επιτρέπουν ένα διακριτικό παιχνίδι με την υπέρβαση μέσω της εξιδανίκευσης.
- (Billman, 1997)

2.2.2 Η Χοροκινητική Θεραπεία

Στη χοροκινητική θεραπεία, χρησιμοποιείται η αυθόρμητη κίνηση ως μέσον ατομικής έκφρασης, συνειδητοποίησης και αλλαγής. Επίσης, η εικόνα του σώματος έχει σχέση με το περιβάλλον. Οι κατευθυντήριες έννοιες προσανατολισμού (μπρος, πλάι, πίσω, πάνω, κάτω, κ.λπ.) στον εξωτερικό χώρο σχετίζονται με την εσωτερική αίσθηση του εαυτού. Όσο πιο διαταραγμένο είναι το άτομο, τόσο πιο αποδιοργανωμένες ή αποσυντονισμένες είναι οι κινητικές του συνήθειες. (Κουγιούφα στο Δρίτσας, 2004)

Ο Reich (1981) παρατήρησε, ότι η θωράκιση του χαρακτήρα, εμφανίζεται ταυτόχρονα ως ψυχολογική και μυϊκή άμυνα, σχηματίζοντας μια «πανοπλία» ενάντια στα εξωτερικά ερεθίσματα και τις απωθημένες ορμές.

Κατά τη χοροθεραπευτική διαδικασία, είναι δυνατή η συνειδητοποίηση των μυϊκών και σπλαχνικών αντιδράσεων σε ερεθίσματα εσωτερικά ή εξωτερικά. Επίσης, προσφέρεται η ευκαιρία για χαλάρωση, εκτόνωση, απελευθέρωση, κάθαρση, αναγνώριση επιλογών και προσωπική εξέλιξη. (Κουγιούφα στο Δρίτσας, 2004)

Βασικό στοιχείο της χοροκινητικής θεραπείας, είναι η δημιουργία ενός χώρου, όπου θα επικρατεί η ασφάλεια, σε φυσικό και ψυχολογικό επίπεδο. «Η αίσθηση του χώρου είναι

αλληλένδετη με την ψυχική διάθεση, όπως υποδεικνύει ετυμολογικά η λέξη «στεναχώρια» από το «στενός-χώρος», όπου συνδέεται η σχέση του «ανοικτού» και της ευημερίας.

Επόμενο σημείο αναφοράς, είναι η σωματογνωσία. Για τη διαμόρφωση της εικόνας του σώματος και των σωματικών ορίων, είναι βοηθητικά διάφορα παιχνίδια, στα οποία ονομάζουμε και αγγίζουμε ρυθμικά κάποια μέρη του σώματος. Παρόμοιες κιναισθητικές εμπειρίες, που αναφέρονται για τα μέρη του σώματος, λειτουργούν ως σωματικό και ψυχολογικό ζέσταμα. Επομένως, αυξάνουν την αίσθηση του εαυτού που περιέχει τον ψυχολογικό εαυτό και άρα συνειδητοποιείται η ολότητα.

Φαίνεται, ότι τα παιδιά αποκτούν αυτοπεποίθηση, παίζοντας με τη βαρύτητα, καθώς εμπιστεύονται το βάρος τους στο πάτωμα ή σε κάποιον άλλον και αφήνονται. Επιπλέον, αντλούνται στοιχεία από τα αρχικά στάδια ανάπτυξης, όπως το συμβιωτικό (κατά το οποίο το βρέφος είναι πλήρως εξαρτημένο από το αντικείμενο-μητέρα, η οποία το κρατά στην αγκαλιά της κρατώντας όλο του το βάρος). Ο τρόπος με τον οποίο η μητέρα φροντίζει το βρέφος και χειρίζεται το βάρος του καλλιεργεί σε αυτό την αίσθηση της αξίας του. (Sherborne, 2001)

Στα άτομα με αναπηρίες (με βασική διάγνωση τη νοητική στέρηση), η χορευτική κίνηση δεν είναι μόνο γυμναστική άσκηση και πεζή κίνηση, αλλά μια πιο ολοκληρωμένη μέθοδος, διότι εμπεριέχει τον ρυθμό και την έκφραση. Επίσης, η χορευτική κίνηση έχει ροή, με στόχο τη δημιουργία μιας εμπειρίας μεταμόρφωσης.

«Η κιναισθητική συμπεριφορά συνιστά θεμέλιο της αντίληψης, αλλά και αναγκαίο όρο μάθησης, πρωτίστως δε αντίληψης της ύπαρξης και αυτοσυνειδησίας του παιδιού». (Θεοδωρόπουλος Ι.Ε, 2002:118)

Στην χοροκινητική, τα παιδιά ανακαλύπτουν μέσα από αυτοσχεδιασμούς, την ατομική τους ταυτότητα και τον αληθινό εαυτό, καθώς αναδύεται μέσω του χορού μια βαθύτερη ουσία. Με απλές επαναλαμβανόμενες δραστηριότητες και εμπειρίες που ενισχύουν τον κινητικό έλεγχο και την αυτοπεποίθηση, ελαττώνεται η αντικοινωνική συμπεριφορά και αναπτύσσονται οι κοινωνικές δεξιότητες. (Κουγιούφα στο Δρίτσας, 2004)

2.2.3 Διαφορές ανάμεσα στην Πρωτόγονη Έκφραση και τη Χοροκινητική

Είναι γεγονός, ότι και τα δύο μοντέλα χοροθεραπείας αποτελούν ένα βοηθητικό μέσον διοχέτευσης συναισθημάτων του ψυχικού κόσμου. Ωστόσο, παρά τον θεραπευτικό τους

χαρακτήρα, που είναι κοινός, παρουσιάζουν κάποιες διαφορές ως προς τις τεχνικές τους. Οι πιο σημαντικές διαφορές, αφορούν την έμφαση στην ομάδα ή το άτομο και τη δομή της συνεδρίας.

Σύμφωνα με τους ειδικούς, στην πρωτόγονη έκφραση οι συνεδρίες πραγματοποιούνται πάντα σε ομάδα. Ο κάθε χορευτής, αποτελεί μέρος του συνόλου και κατά το μεγαλύτερο μέρος της συνεδρίας, ακολουθεί τις κινητικές και φωνητικές εντολές του θεραπευτή. Η συνεδρία πραγματοποιείται σε ένα αυστηρά δομημένο πλαίσιο, όπου όλα τα μέλη της ομάδας κάνουν τις ίδιες κινήσεις υπό τον ήχο κρουστών οργάνων. Η αποτελεσματικότητα του συστήματος οφείλεται στην αίσθηση της δύναμης και στην ανακούφιση που δημιουργεί η αίσθηση της ομάδας. Επίσης, οφείλεται στη συμμετρία της κίνησης, στη δύναμη του ρυθμού, στον ήχο των κρουστών και στους συμβολισμούς των συγκεκριμένων κινήσεων, που αντλούν τα στοιχεία τους από τις τεχνικές θεραπείας των πρωτόγονων λαών.

Αντιθέτως, στο μοντέλο της χοροκινητικής θεραπείας το κεντρικό στοιχείο είναι η ατομικότητα και η αυθεντικότητα στη κίνηση του καθένα. Αυτή, μέσω του συμβολισμού της, θα τον καθοδηγήσει στα δικά του, προσωπικά βιώματα. Σε αυτό το μοντέλο, ο θεραπευτής έχει περισσότερο το ρόλο παρατηρητή. Αποτυπώνει τις κινήσεις που ξετυλίγονται ενώπιόν του και τις καταγράφει νοερά, για να βοηθήσει μετά τον θεραπευόμενο να βρει τον συμβολισμό και το κοινό πλέγμα των κινήσεων του. (Αλκαλάη στο Δρίτσας, 2004)

Ο χοροθεραπευτής, που εφαρμόζει το χοροκινητικό μοντέλο, εκπαιδεύεται εντατικά στην παρατήρηση και ανάλυση κίνησης. Αυτό το σύστημα το διαμόρφωσε ο χορογράφος και θεωρητικός του χορού Rudolf Laban . Η άποψη του Laban (1980) ταυτιζόταν με τη θεωρία της ψυχανάλυσης, ότι οι κινήσεις είναι εκφράσεις γνωστικών και ψυχικών διεργασιών. Βασικό στοιχείο των ερευνών του ήταν οι έμφυτες κινητικές τάσεις του ατόμου. Αυτό που πρέσβευε, ήταν ότι η κίνηση του καθενός έχει μια ιδιαιτερότητα, που παραπέμπει στη μοναδικότητα της ιδιοσυγκρασίας του και της διαφορετικής του οπτικής για τον κόσμο. (Laban, 1980)

Επιπλέον, στο χοροκινητικό μοντέλο, ο θεραπευτής μέσα από συγκεκριμένες οδηγίες, ασκήσεις και παιχνίδια, με μουσική ή χωρίς, παρατηρητής ή συμμετέχων στο χορευτικό κατευθύνει τον/τους συμμετέχοντες στη δική τους κινητική δραστηριότητα. Όταν θα έχει διαμορφώσει μία εικόνα για την κινητική συμπεριφορά του θεραπευόμενου, θα ξεκινήσει και η προσπάθεια επέμβασης. Αναλόγως με τις ανάγκες του συγκεκριμένου πληθυσμού, ο στόχος μπορεί να είναι η διαμόρφωση, η εξέλιξη, η διεύρυνση, η διαφοροποίηση και η εξισορρόπηση ενός κινητικού προφίλ.

Στο μοντέλο αυτό, το μέρος της συνεδρίας που είναι λεκτικό (αν υπάρχει δυνατότητα λεκτικής επικοινωνίας) υπογραμμίζει τη σημασία του προσωπικής βιώματος. Κατά τη διάρκεια ή στο τέλος της συνεδρίας το/τα άτομα, αν επιθυμούν, τους επιτρέπεται να εκφράσουν λεκτικά τις σκέψεις, τα συναισθήματα, τις εικόνες που αποκαλύφθηκαν στη διάρκεια της κίνησης. Με τον τρόπο αυτό, εξαιτίας του αυτοσχεδιασμού και της αυθόρμητης κίνησης (έκφραση του ασυνείδητου), μεταβαίνει το άτομο μέσα από την προσωπική ερμηνεία στο συνειδητό επίπεδο.

Ωστόσο, οι χοροθεραπευτές γνωρίζουν και τα δύο συστήματα, ώστε να είναι σε θέση να εκμαιεύουν στοιχεία και τεχνικές και από τα δύο, αναλόγως με τις ανάγκες του συγκεκριμένου πελάτη / ομάδας. (Αλκαλάη στο Δρίτσας, 2004)

2.3 Η κίνηση ως μεταφορική έννοια: Θεραπεύοντας τις Χημικές Εξαρτήσεις

Η ομαδική χορευτική/κινητική θεραπεία στο πρόβλημα της χημικής εξάρτησης, βασίζεται στο έργο του Edward Khantzian (1985, 1986, Khantzian, Halliday, & McAuliffe, 1990), ο οποίος ανέπτυξε ένα μοντέλο ομαδικής, λεκτικής θεραπευτικής αγωγής για χρήστες ουσιών.

Εστιάζεται σε τέσσερα επίπεδα δυσκολίας κατά την διάρκεια της θεραπευτικής διαδικασίας: *την αυτοεκτίμηση, τα συναισθήματα, τις σχέσεις και την αυτοσυντήρηση.*

Η μέθοδος αντικατοπτρίζει τις προτάσεις του Khantzian, αλλά και άλλων ειδικών, στην προσέγγιση των αναγκών και των προβλημάτων των χρηστών. Δίνει έμφαση στις παρούσες εμπειρίες, χωρίς να αγνοεί το παρελθόν και προσπαθεί να ενδυναμώσει την επίγνωση του εαυτού και των άλλων. Παρέχει ευκαιρίες για την επίλυση προβλημάτων και τη λήψη αποφάσεων και βοηθά τα μέλη της ομάδας, να εξασκηθούν σε εναλλακτικούς τρόπους συμπεριφοράς, ώστε να ανταπεξέρθουν στα προβλήματα τους.

Μέσω της χοροθεραπείας τα εξαρτημένα άτομα, χωρίς να καταπιέζονται, έχουν τη δυνατότητα να αποδώσουν συμβολικά τις εμπειρίες τους. Αυτό που μπορεί να αποδώσουν οι θεραπευόμενοι μέσω του χορού, ο θεραπευτής μπορεί να το χρησιμοποιήσει μεταφορικά ως εικόνα στη συνεδρία. Ένας μεταφορικός συμβολισμός μπορεί να εξωτερικεύει τον εσωτερικό κόσμο. Για παράδειγμα, ένα εξαρτημένο άτομο μπορεί να παρουσιάζει μια εικόνα κατάθλιψης, με τα πόδια κολλημένα στο πάτωμα. Έτσι

μπορεί να ερμηνευθεί ως «συναισθηματικό μπλοκάρισμα» και να έρθει στην επιφάνεια για συζήτηση. (Sherry Rose στο Levy, 1995)

2.4 Η θεραπευτική προσφορά του χορού σε ηλικιωμένους

Άλλη μια πληθυσμιακή ομάδα που επηρεάζει θετικά ο χορός είναι οι ηλικιωμένοι. Για να διατηρηθεί το σώμα τους γερό, το μυαλό τους εύστροφο και για να παραμείνουν κοινωνικά δραστήρια, είναι ωφέλιμο, να υιοθετούν έναν ενεργό τρόπο ζωής. Εξάλλου: «Ο χορός, είναι μία από τις πιο δημοφιλείς δραστηριότητες για τους ηλικιωμένους». (Μαυροβουνιώτης, Αργυριάδου, 2008)

Έρευνες απέδειξαν, ότι οι ηλικιωμένοι που συμμετέχουν σε φυσικές δραστηριότητες, έχουν υψηλότερα επίπεδα ψυχικής διάθεσης και πνευματικής διαύγειας. Επίσης, είναι ικανοποιημένοι από τη ζωή τους, χαίρονται μεγαλύτερα διαστήματα ανεξαρτησίας και αυτονομίας και ζουν πιο ευτυχισμένοι. (Mahon , Searle, 1994)

Η άσκηση στα ηλικιωμένα άτομα, δεν έχει μόνο ως στόχο τη σωματική εκγύμναση, αλλά την πρόληψη και αντιμετώπιση διαφόρων παθήσεων, καθώς και την απελευθέρωση των συναισθημάτων και τη σύσφιξη σχέσεων. Ένας τρόπος για να επιτευχθούν όλα αυτά είναι η εξάσκηση μέσω του χορού. Ο χορός, είναι ένα βασικό μέσο θεραπευτικής παρέμβασης για τα ηλικιωμένα άτομα, καθώς επιφέρει θετικές σωματικές, ψυχοσυναισθηματικές και κοινωνικές επιδράσεις. (Κωνσταντινίδου, Χαραχούσου, & Καμπίτσης, 2002)

Σε σχετικές έρευνες, διατυπώνεται η άποψη ότι ο χορός βελτιώνει το ηθικό, μειώνει το αίσθημα της μοναξιάς και μπορεί να συμβάλει στην αποκατάσταση ορισμένων παθήσεων ή ψυχιατρικών και ψυχικών καταστάσεων. (Erwin-Grabner, Goodill, Hill, Von Neida, 1999).

Στο συναισθηματικό επίπεδο, ο χορός βοηθά τους ηλικιωμένους να αισθανθούν πιο χαρούμενοι και να ξεπεράσουν το θυμικά συναισθήματα, την απογοήτευση και την απώλεια. Παράλληλα, σε διανοητικό επίπεδο, ενισχύει τις γνωστικές δεξιότητες, το κίνητρο και τη μνήμη. (Μαυροβουνιώτης, Αργυριάδου, 2008)

Επιπλέον, με την εμπειρία της κίνησης στο χορό, δίνεται η δυνατότητα στον ηλικιωμένο, να αποκτήσει μία αίσθηση μοναδικότητας και να γνωρίσει καλύτερα, τον εαυτό του και την εσωτερική του ενέργεια. Επιπλέον, προσφέρει ισορροπία στη ζωή των ηλικιωμένων ατόμων και φέρνει ένα αίσθημα ολοκλήρωσης και ευεξίας (Birkel, 1998).

Η κοινωνική φύση του χορού προτρέπει τα ηλικιωμένα άτομα να κρατήσουν ο ένας τον άλλο, να αγγίζουν, να έρθουν σε επαφή και να λειτουργήσουν μαζί, σαν μια ομάδα. Αυτό είναι πολύ σημαντικό, καθώς πολλοί ηλικιωμένοι ζουν μόνοι και δεν έρχονται συχνά σε επαφή με άλλα άτομα. Πολλοί, που έχασαν τους συντρόφους τους, αισθάνονται για την χορευτική ομάδα όπως την οικογένειά τους.

Μεταξύ των ηλικιωμένων χορευτών, αναπτύσσονται φιλίες, μειώνεται ο φόβος, το άγχος και η ανασφάλεια της μοναξιάς. Καθώς βοηθούν και συμπαραστέκονται ο ένας στον άλλον, αποκτούν αισιοδοξία και διάθεση για τη ζωή (Hill, 2001).

Επιπλέον, στις ομάδες χορού, υπάρχει συλλογικότητα και κατανόηση καθώς οι συμμετέχοντες νιώθουν ότι ανήκουν κάπου. Όταν χορεύουν όλοι μαζί, ενδυναμώνεται η σύνδεση του ατόμου με την ομάδα, γεγονός που έχει επαληθευτεί σε πολλές ιστορικές και κοινωνικές περιόδους. (McNeill, 1995)

Είναι γεγονός, ότι η χοροθεραπεία έχει ευεργετική δράση και είναι ένα ισχυρό μέσο για αυτοπραγμάτωση. Ο χορός σχετίζεται και με το άκουσμα, τον ρυθμό, τους ήχους και την μουσική δρώντας σε συνδυασμό με αυτή.

ΚΕΦΑΛΑΙΟ 3:

Η Μουσική ως μέσον θεραπείας

3.1 Η αξία και η επίδραση της Μουσικής στον άνθρωπο

Η μουσική είναι μια ουσιαστικά συναισθηματική εμπειρία που μπορεί να συνοδεύσει τον άνθρωπο σε όλες τις εκδηλώσεις της ζωής του, να καθρεφτίσει όλες τις ψυχοσωματικές του καταστάσεις και να τον οδηγήσει ακόμη και σε βαθύτερες και ιδιαίτερα προσωπικές συγκινήσεις. (Ψαλτοπούλου στο Δρίτσας , 2003)

Η μουσική επιτρέπει να ξεπερνάμε τις καθημερινές φάσεις της συνείδησης και να ταξιδεύουμε σε μέρη απ' όπου είτε έχουμε αναμνήσεις είτε τα πλάθουμε με τη φαντασία μας. Αυτή η διαδικασία του να ξεπερνάμε τα εγκόσμια προκαλεί φυσικό-ψυχολογικές αντιδράσεις όταν οι άνθρωποι μετατοπίζονται σε διαφορετικές φάσεις συνείδησης. Όταν κάποιο άτομο χρησιμοποιεί τη μουσική για χαλάρωση, η αφηρημένη σκέψη του δεν είναι τόσο έντονη, αφού παραμένει σε ένα φυσιολογικό επίπεδο. Όπως συνεχίζει με τη διαδικασία χαλάρωσης το άτομο κινείται μέσα στα πέντε στάδια της συνείδησης: το κατώφλι της διευρυμένης αίσθησης, την ονειροπόληση, την αγαλλίαση, το διαλογισμό και την έκσταση. (Πολυχρονιάδου ,1989)

Σ' αυτά τα στάδια της συνείδησης ο χρόνος έχει διαφορετικό νόημα για το άτομο. Συχνά, κατά τη διάρκεια των συνεδρίων μουσικοθεραπείας οι άνθρωποι χάνουν την αίσθηση του χρόνου για εκτεταμένο χρονικό διάστημα, πράγμα που τους βοηθά να μειώσουν τα αισθήματα άγχους, αγωνίας, φόβου και πόνου.

Η μουσική ως θεραπευτικό μέσον μπορεί να παίζει σημαντικό ρόλο. Πρώτα-πρώτα παίζει το ρόλο ενός πολύ ευαίσθητου οδηγού για τη διερεύνηση της πολύπλοκης ατομικής κλίμακας των συγκινησιακών και συναισθηματικών αντιδράσεων του ατόμου, των συνειδητών και υποσυνείδητων προβληματισμών του. Διευκολύνει την προσέγγιση στο υποσυνείδητο και την ενεργοποίηση μπλοκαρισμένων ψυχοπαθολογικών καταστάσεων, που βρίσκουν διέξοδο μέσα από φαινόμενα κάθαρσης. (Πολυχρονιάδου,1989)

Επίσης παίζει το ρόλο ενός πολύ αποτελεσματικού διεγερτικού για την αφύπνιση και ενεργοποίηση των δημιουργικών δυνάμεων, που υπάρχουν σε κάθε άνθρωπο και που

μπορούν να ευνοήσουν τις προσπάθειες αναδιοργάνωσης. Μπορεί να ξυπνήσει το δημιουργικό δυναμικό, να δονηθεί η θετική ενέργεια, τα εποικοδομητικά στοιχεία της προσωπικότητας, τα συναισθήματα, η φαντασία, η δημιουργική εξυπνάδα του ανθρώπου. Προς τον σκοπό αυτό ακολουθείται μια μέθοδος ερεθισμού, παρόρμησης, και ευαισθητοποίησης.

Αυτή η αναδιοργάνωση της προσωπικότητας πάνω σε πιο υγιείς βάσεις, στην οποία στοχεύει μια ψυχοθεραπεία, απαιτεί αναδιοργάνωση των επιθυμιών, προσανατολισμό των ενεργειών του ατόμου προς νέους στόχους πιο προσιτούς, πιο σαφείς, πιο αποτελεσματικούς, καθώς και νέα διαμόρφωση των θέσεων του απέναντι στα μεγάλα αινίγματα της ζωής, τις αξίες, τη νοοτροπία του, τον τρόπο δράσης. (Ευδοκίμου - Παπαγεωργίου, 1999)

Η έμπρακτη ενασχόληση του ανθρώπου με τον κόσμο της μουσικής δεν πρέπει να θεωρείται πολυτέλεια και χαμένος καιρός, αντίθετα είναι κέρδος, γιατί τον πλουτίζει ψυχικά, τον κάνει αισθητικά πιο ευαίσθητο και τον αποτρέπει από το να γίνει θύμα της τραγικής ισοπέδωσης και ομοιομορφίας, στην οποία τον καταδικάζει ο σύγχρονος πολιτισμός. Είναι φανερό, πως μια αγωγή που φέρνει με έμπρακτο και βιωματικό τρόπο τον άνθρωπο από μικρή ηλικία σ' επαφή με τον κόσμο των ήχων, των αισθητικών μορφών και της ρυθμικής κίνησης, βοηθά αποτελεσματικά στην πραγματοποίηση των στόχων μιας ολοκληρωμένης παιδείας που αναφέρεται στην καλλιέργεια του σώματος, του πνεύματος και της ψυχής του νέου ατόμου, όπως υπήρξε η αρχαία ελληνική παιδεία (Πατσατζόπουλος et al. ,2003).

3.2 Η χρήση και η επίδραση της Μουσικής στη Θεραπεία

Η επίδραση της μουσικής στον άνθρωπο είναι αδιαμφισβήτητη.

Η λέξη μουσικοθεραπεία είναι σύνθετη και αποτελείται από την λέξη μουσική, η οποία περιλαμβάνει όλα τα ηχητικά ερεθίσματα τα οποία μπορούν να χρησιμοποιηθούν δημιουργικά, και από την λέξη θεραπεία, η οποία έχει την έννοια της επιστημονικά επιβεβαιωμένης ίασης μιας οποιασδήποτε πάθησης του ανθρώπινου οργανισμού. Κατά συνέπεια ο όρος μουσικοθεραπεία δηλώνει πως προσπαθούμε να επιτύχουμε την ίαση

μιας ασθένειας – πάθησης – ή την βελτίωση ή την εξάλειψη μιας δυσλειτουργίας του οργανισμού με την χρήση της μουσικής. (Ευδοκίμου - Παπαγεωργίου, 1999)

Η χρήση της μουσικής σαν μέσο θεραπευτικής προσέγγισης είναι πολύ παλαιά. Υπάρχουν μαρτυρίες για την θεραπευτική δύναμη της μουσικής σε κινέζικα, αραβικά, τουρκικά, ινδικά, ελληνικά συγγράμματα, μερικά από τα οποία χρονολογούνται εκατοντάδες χρόνια πριν την γέννηση του Χριστού.

Στην αρχαία Ελλάδα, η θεραπευτική δύναμη της μουσικής, αναφέρεται από τον Όμηρο τον Πυθαγόρα τον Πλάτωνα τον Αριστοτέλη τον Αθηναίο και από αρκετούς άλλους συγγραφείς. Τον Μεσαίωνα η μουσική εκτός από την θεραπεία των σωματικών και των ψυχικών παθήσεων χρησιμοποιείται και σαν μέσο προφύλαξης και διατήρησης της καλής υγείας. Από τον 19ο αι και μετά, δεδομένης της αλματώδους ανάπτυξης της ανατομίας, διεξάγονται εργαστηριακές έρευνες σχετικές με την επίδραση της μουσικής στην λειτουργία των διαφόρων συστημάτων του ανθρώπινου οργανισμού και εισάγεται ως θεραπευτική μέθοδος σε διάφορες κλινικές. Στην σύγχρονη ελληνική ιατρική ιστορία η μουσικοθεραπεία εφαρμόζεται ήδη από την πρώτη δεκαετία του 20^{ου} αιώνα από διάφορους ιατρούς σε πλήθος παθήσεων, μάλιστα υπάρχουν σαφείς αναφορές για τα «μουσικά συνταγολόγια» της εποχής. (Ευδοκίμου - Παπαγεωργίου, 1999).

Εκτός όμως από τον χώρο της «εσωτερικής ζωής», η μουσικοθεραπεία παρουσιάζει ιδιαίτερο ενδιαφέρον και σαν εργαλείο έρευνας της κοινωνικής ζωής, των σχέσεων του ατόμου με το σύνολο. Σ' αυτό το πεδίο ερευνούνται οι πολύπλοκοι και λεπτεπίλεπτοι μηχανισμοί επικοινωνιών και διαπροσωπικών σχέσεων, με τη χρήση τεχνικών που καλλιεργούν την ποιότητα της επαφής, του διαλόγου, της εναλλαγής, στον τομέα της κοινωνικής ζωής. (Πολυχρονιάδου, 1989)

3.3 Η Μουσικοθεραπεία ως διαγνωστικό και θεραπευτικό μέσο

Η μεθοδολογία της μουσικοθεραπείας μπορεί να χωριστεί σε δύο βασικά μέρη. Το πρώτο αφορά τη διάγνωση και το δεύτερο τη θεραπεία.

Στόχος στη διαγνωστική εργασία, είναι να ανακαλύψουμε την «ηχητική ταυτότητα» του ατόμου ή της ομάδας με την οποία θα εργαστούμε, δηλαδή το σύνολο των ήχων στους οποίους τα άτομα ή η ομάδα είναι ιδιαίτερα ευαίσθητοι.

Στόχος της διαγνωστικής εργασίας είναι ακόμη να καθορίσουμε το μεσάζον αντικείμενο, ή αντικείμενα, είτε πρόκειται για μια μουσική σύνθεση, είτε για ένα

μουσικό όργανο, είτε για κάποιο άλλο αντικείμενο, που θα γεφυρώσουν την απόσταση ανάμεσα στον θεραπευτή και στον «ασθενή».

Το δεύτερο μέρος αποτελείται από τις συναντήσεις της μουσικοθεραπείας κατά τις οποίες ο θεραπευτής προσπαθεί να ανοίξει κανάλια επικοινωνίας με τον ασθενή, αρχικά με στόχο την εκτόνωση και στην επόμενη φάση να του επιτρέψει ένα νέο άνοιγμα προς τη ζωή και την μελλοντική του ενσωμάτωση σε κάποιες κοινωνικές ομάδες. (Πολυχρονιάδου ,1989)

Επίσης η μουσικοθεραπεία χρησιμοποιείται ως μέθοδο θεραπευτική στους ανθρώπους ανεξάρτητα από την ηλικία, την ικανότητα ή τις μουσικές τους γνώσεις, ενώ αφορά σε ευρύτατο φάσμα ασθενειών. Καθώς η μουσική δρα σε τρία βασικά επίπεδα, το συγκινησιακό, το συνειρμικό και το μαθησιακό, οι μουσικοί θεραπευτές καλούνται να εξειδικευθούν και χρησιμοποιώντας κατάλληλο μουσικό υλικό, να ασχοληθούν με ασθενείς, προκειμένου να συνδράμουν στη βελτίωση της κατάστασης την οποία βιώνει ο ασθενής - πελάτης. (Καλογήρου, 2000)

Στοιχεία τα οποία λαμβάνονται υπ όψιν κατά την διαδικασία επιλογής του μουσικού υλικού είναι το είδος της μουσικής, το είδος των μουσικών οργάνων, η ερμηνεία της συγκεκριμένης εκτέλεσης του έργου, το προσωπικό ύφος του δημιουργού, το μουσικό υλικό που χρησιμοποιείται στο έργο, διάφορα πολιτισμικά κοινωνιολογικά και ανθρωπολογικά στοιχεία της ευρύτερης περιοχής επί της οποίας έδρασε ο δημιουργός και ο ερμηνευτής του έργου. Αναφέροντας ένα απλό παράδειγμα θα πούμε πως τα τύμπανα της ορχήστρας αρμόζουν περισσότερο σε άτομα εξωστρεφή με μεγάλα ενεργειακά αποθέματα, η χρήση της φωνής ενισχύει την αυτοεκτίμηση του υποκειμένου. (Πολυχρονιάδου ,1989)

3.4 Πεδίο και ενδείξεις εφαρμογής της Μουσικοθεραπείας

Οι εφαρμογές της μουσικοθεραπείας είναι πάρα πολλές.

Στην ψυχιατρική χρησιμοποιείται στη διάγνωση (επικουρικά) και την θεραπεία των νευρώσεων των ψυχώσεων, των συνδρόμων borderline και όλων σχεδόν των ψυχικών διαταραχών. Σε περιπτώσεις αυτισμού και συνδρόμου down έχει παρατηρηθεί σπουδαιότατη συνεισφορά ειδικά στην πρώτη περίπτωση.

Στην χειρουργική χρησιμοποιείται επίσης με μεγάλη επιτυχία στο προεγχειρητικό και μετεγχειρητικό στάδιο των ασθενών με ιδιαίτερα καλά αποτελέσματα στην καρδιοχειρουργική. Έχει επίσης εισαχθεί και στις μονάδες εντατικής θεραπείας, στους

θαλάμους των ασθενών. Στην νοσηλευτική χρησιμοποιείται πολύ συχνά στην ανακουφιστική φροντίδα του ασθενούς, στην κατ' οίκον νοσηλεία, κα. Είναι γνωστό ότι πάρα πολλές κλινικές κυρίως στις ΗΠΑ στην Γερμανία στην Αγγλία στην Γαλλία και στις Σκανδιναβικές χώρες, έχουν μόνιμα στελέχη με την ειδικότητα του μουσικοθεραπευτή. Στην οδοντιατρική χρησιμοποιείται ευρέως σε παγκόσμιο επίπεδο αρκετά δε και στην Ελλάδα.

Στην νευρολογία και εδώ με σημαντική επιτυχία χρησιμοποιείται σε διάφορες περιπτώσεις εγκεφαλικών παραλύσεων, σε νοητικές στερήσεις σε διάφορες μορφές δυσλεξίας κλπ. Στην γυναικολογία και την μαιευτική είναι γνωστή η ουσιαστική προσφορά της μουσικοθεραπείας καθ' όσον σε όλα τα Δυτικά κράτη επίσης στην Κίνα, την Ιαπωνία, τη Ρωσία, προτείνεται στις εγκύους η παρακολούθηση ειδικών χαλαρωτικών συνεδριών με την χρήση της μουσικής. (Shaboutin, 2005)

Στην γηριατρική εφαρμόζεται με πολλή μεγάλη επιτυχία και μεταξύ άλλων προσφέρει βελτίωση της οπτικό – ακουστικό – απτικής ικανότητας των ηλικιωμένων (κα όχι μόνον), στην βελτίωση της αντιληπτικής ικανότητας, στην βελτίωση του προσανατολισμού στον χώρο και στον χρόνο (ειδικά στο δεύτερο), στην αύξηση της ικανότητας κατηγοριοποίησης και μετέπειτα επεξεργασίας και συσχετισμού διαφόρων τύπων ερεθισμάτων . (Ευδοκίμου - Παπαγεωργίου, 1999)

Ανάλογα αποτελέσματα μπορεί κάποιος να διακρίνει σε περιπτώσεις αλκοολικών, τοξικομανών, φυλακισμένων ή προσφάτως αποφυλακισθέντων όπου μεταξύ άλλων και με τους κατάλληλους χειρισμούς βελτιώνει σημαντικά την κοινωνικότητα αυτών των ατόμων βοηθώντας τους έτσι στην γρηγορότερη επανένταξή τους.

Τέλος θα πρέπει να αναφέρουμε την τεράστια προσφορά της μουσικοθεραπείας στις παιδαγωγικές επιστήμες όπου η εφαρμογή της διευκολύνει όλες τις διαδικασίες μάθησης, προάγει την αυτογνωσία, διευκολύνει τον "χειρισμό" των ορίων από την μεριά του ιδίου του υποκειμένου κ.α. δεδομένου ότι ο θεραπευτικός και ο παιδαγωγικός χαρακτήρας της χρήσης της μουσικής διασταυρώνονται. (Bean, Oldfield, 2006)

Η μουσικοθεραπεία χρησιμοποιείται:

- ως όργανο ανάλυσης και ανασυγκρότησης του ψυχισμού,
- ως όργανο πειθαρχίας της σκέψης και της έκφρασης των συγκινήσεων,
- ως μέσον που υποβοηθά την έκφραση σε άτομα πολύ μπλοκαρισμένα, παίζοντας τον ρόλο του μεσολαβητή για μια νέα επαφή με την πραγματικότητα και για την αποκατάσταση διαπροσωπικών σχέσεων και επικοινωνίας,

- σε ένα πιο βαθύ επίπεδο διευκολύνει την αποκατάσταση των βασικών ρυθμών του οργανισμού και τον συγχρονισμό τους (μέθοδοι χαλάρωσης),
- συνιστά ερέθισμα που «ξυπνά» το δημιουργικό δυναμικό ενηλίκων και παιδιών, σε ατομικό αλλά και ομαδικό επίπεδο, όταν ενδιαφερόμαστε για τη συλλογική δημιουργικότητα και την ομαδική αντιληπτικότητα,
- η μουσική περιβάλλοντος βοηθά στη δημιουργία μιας πιο ευχάριστης ατμόσφαιρας και προδιαθέτει ευνοϊκότερα, ιδιαίτερα σε νοσοκομεία, γηροκομεία και άλλα ιδρύματα, αλλά και σε πολλούς εργασιακούς χώρους, όπου συχνά, κάτω από την επίδρασή της, που βελτιώνει τη διάθεση των εργαζομένων, παρατηρείται και βελτίωση της ποιοτικής και ποσοτικής παραγωγής.

Ακόμη η εφαρμογή της μουσικοθεραπείας:

- ενδείκνυται ιδιαίτερα σε περιπτώσεις ατόμων με φυσικές αναπηρίες, όπως τυφλά αλλά και κωφά άτομα (αρκεί να χρησιμοποιούμε στην περίπτωση αυτή ευαίσθητα μηχανήματα σε μεγάλη ένταση, ώστε να επιτρέπουν την αίσθηση της μουσικής και μέσα από την αφή κραδασμών),
- ενδείκνυται ιδιαίτερα για παιδιά με διανοητική καθυστέρηση, αρκεί να ξεχάσει ο θεραπευτής την χρονολογική ηλικία των παιδιών και τις δικές του εγκυκλοπαιδικές γνώσεις γύρω από τη διανοητική καθυστέρηση, ώστε να τα πλησιάσει απλά όπως οποιαδήποτε άλλα παιδιά,
- ενδείκνυται ακόμη για αλκοολικούς, γιατί βοηθά να ξεπεραστεί η εξάρτηση από το αλκοόλ,
- ενδείκνυται, ιδιαίτερα, για τα αυτιστικά παιδιά, όπως και για οποιοδήποτε άτομο που είναι ερμητικά κλεισμένο στον εαυτό του,
- χρησιμοποιείται, ακόμη, για την προετοιμασία του ασθενή σε οδυνηρές θεραπευτικές επεμβάσεις (χειρουργικές, οδοντιατρικές κ.λπ.)

και

- ενδεικτικά αναφέρεται, ότι με την κατάλληλη ηχητική προετοιμασία από τον έκτο μήνα της εγκυμοσύνης, επιτυγχάνεται στη Γαλλία ο ανώδυνος τοκετός. (Πολυχρονιάδου,1989)

Στην εποχή μας για την εφαρμογή της μουσικοθεραπείας σε κλινικό χώρο καθώς και για την εργαστηριακή έρευνα αυτής, απαιτείται η συνεργασία ειδικών επιστημόνων προερχομένων από διάφορες επιστήμες όπως της Ιατρικής, της Μουσικής, της Ψυχολογίας, της Κοινωνιολογίας, της Ψυχοακουστικής, της Πληροφορικής, συχνά και

σε ειδικές έρευνες επιπλέον απαιτείται και η συνεργασία της Βιοχημείας, της Φυσικής, της Τεχνολογίας Υλικών, της Περιβαλλοντολογίας . (Shaboutin, 2005)

3.5 Μέθοδοι Μουσικοθεραπείας

Η μουσικοθεραπεία μπορεί να γίνει είτε ατομικά είτε ομαδικά. Έτσι λέμε ότι έχουμε την ατομική ή την ομαδική μουσικοθεραπεία. Επίσης η στάση του υποκειμένου ονοματίζει άλλες 3 κατηγορίες κατάταξης.

Πρώτα η ενεργητική μουσικοθεραπεία στην οποία τα άτομα συμμετέχουν ενεργά παράγοντας μουσική με την φωνή τους, με το σώμα τους ή παίζουν μουσική με διάφορα μουσικά όργανα ή με διάφορα αντικείμενα τα οποία μπορούν να χρησιμοποιηθούν σαν μουσικά όργανα από την στιγμή που διεγείρμένα είναι σε θέση να βγάλουν ήχο.

Εν συνεχεία έχουμε την δεκτική ή παθητική μουσικοθεραπεία ή μουσικοθεραπεία αποδοχής. Σε αυτή την μέθοδο τα υποκείμενα ακούν διάφορα ηχητικά ερεθίσματα και μπορούν να εκφράσουν σκέψεις συναισθήματα είναι ελεύθερα να συμπεριφερθούν με οποιοδήποτε τρόπο αισθανθούν εκείνη την στιγμή.

Η τρίτη κατηγορία κατάταξης καλείται βιωματική μουσικοθεραπεία ακριβώς επειδή έχει έναν πιο δυναμικό και πολυδιάστατο χαρακτήρα. Σε αυτή, τα υποκείμενα έχουν έναν διαρκώς μεταβαλλόμενο ενεργητικό και παθητικό ρόλο συμμετέχοντας σε ένα δρώμενο όπου το μουσικό στοιχείο είναι δυνατόν να υπάρχει σε οποιαδήποτε μορφή και σε οποιαδήποτε αναλογία. (Πολυχρονιάδου ,1989)

3.6 Τεχνικές Μουσικοθεραπείας

Οι θεραπευτές χρησιμοποιούν διάφορες τεχνικές, ώστε να βοηθηθεί ο θεραπευόμενος και να εξωτερικεύσει τον ψυχικό του κόσμο, που έχει διαταραχθεί. Θα αναφερθούν παρακάτω αυτές οι τεχνικές μουσικοθεραπείας.

Στη μουσικοπαιδαγωγική τεχνική με τη «μέθοδο Dalcroze» (από τον Emile Dalcroze το 1905) καλείται το άτομο να νιώσει τα διάφορα συναισθήματα που του προκαλεί η μουσική, ενώ ταυτόχρονα το εκφράζει με το σώμα του. (Πολυχρονιάδου ,1989)

Στη συνέχεια, Ο Karl Orff το 1930, πρότεινε μια τεχνική που χαρακτηρίζεται από την αυθόρμητη αντίδραση στη μουσική με τον αυτοσχεδιασμό και είναι γνωστή ως τεχνική αμεσότητας. Αυτή η τεχνική, εκμεταλλεύεται τα τέσσερα είδη ήχων που παράγονται από τα χτυπήματα ποδιού, μηρών, παλάμης, δακτύλων, τα οποία αποτελούν διαφορετικά

επίπεδα τονικότητας και αρχίζουν από χαμηλά σε ψηλά. Οι ηχητικές κινήσεις βοηθούν τα άτομα να αισθανθούν τα ρυθμικά σχήματα. Ενώ χρησιμοποιείται ιδιαίτερα για παιδιά με νοητική στέρηση και αυτισμό. Η συνολική διαδικασία περιλαμβάνει την κίνηση, τον ρυθμό, τον ήχο, τη γλώσσα και τη μουσική έκφραση της εμπειρίας της ομάδας. (Orff,1980).

Ο Alfred Tomatis ισχυρίστηκε ότι όταν ο εγκέφαλος ενεργοποιείται από το αυτί, πραγματοποιείται «ενεργητική ακρόαση», γίνεται δηλαδή ο άνθρωπος ικανός να επιλέγει τους ήχους που φτάνουν στο αυτί του και να αποκωδικοποιεί σωστά το εννοιολογικό τους περιεχόμενο. Η τεχνική αυτή, επεξεργάζεται τις σχέσεις του ήχου με το ανθρώπινο αυτί κατά την εμβρυική περίοδο, όχι μόνο ως αισθητήριο οργάνου, αλλά και ως προς την επιθυμία του ατόμου να το χρησιμοποιεί, να ακούει, να επικοινωνεί και να μαθαίνει. Η ιδέα βασίστηκε στο ότι, η ακοή ξεκινά στην εμβρυική κατάσταση του ανθρώπου και είναι δέκτης όλων των ακουσμάτων σε σχέση με τη μητέρα. Το πρόγραμμα της ηχητικής ενεργοποίησης αρχίζει με μια παθητική φάση, κατά την οποία το αυτί εκπαιδεύεται μέσω φιλτραρισμένων ήχων. Στην επόμενη φάση, της ενεργητικής ακρόασης, δίνονται στο άτομο διάφορες οπτικοακουστικές ασκήσεις.

Η τεχνική εφαρμόζεται στα τρία παρακάτω επίπεδα.

- Στο λειτουργικό, όπου το άτομο μαθαίνει να ελέγχει τη φωνή του και τον λόγο ακούγοντας την φωνή του.
- Στο συναισθηματικό, όπου το άτομο οδηγείται σε μια ηχητική διαδρομή στο παρελθόν του ενδομήτριου περιβάλλοντος, διορθώνοντας τις αρνητικές ή ανολοκλήρωτες εμπειρίες.
- Στο επικοινωνιακό, όπου βοηθά το άτομο στην βαθύτερη κατανόηση όσων βρίσκονται κρυμμένα. (Ευδοκίμου - Παπαγεωργίου,1999)

Η Helen Bonny εφάρμοσε μια τεχνική που ονόμασε *Guided Imaginary in Music* (καθοδηγούμενη φαντασία στη μουσική), όπου περιλαμβάνει μουσική ακρόαση σε μια αναπαυτική θέση, με σκοπό να αφηθεί η φαντασία, τα σύμβολά και να εξωτερικευθούν τα συναισθήματα. Οι ασθενείς μετά τη μουσική ζωγραφίζουν εικόνες που αντικατοπτρίζουν τις εμπειρίες τους.

Μια ακόμα τακτική είναι ο αυτοσχεδιασμός, όπου αποτελεί άμεση δραστική έκφραση του συναισθήματος. Ο αυτοσχεδιασμός βοηθά στην απελευθέρωση των σκέψεων, των συναισθημάτων και της σωματικής κίνησης. (Ψαλτοπούλου στο Δρίτσας, 2003)

3.7 Χαρακτηριστικά Ομάδας Μουσικοθεραπείας

Στη βάση της μουσικοθεραπείας βρίσκεται η συγγένεια της μουσικής με την ανθρώπινη ψυχή. Ο ελεύθερος μουσικός αυτοσχεδιασμός παίζει σημαντικό ρόλο σε αυτή τη συναλλαγή με τον εαυτό μας και τους άλλους. (Bean, Oldfield, 2006)

Τα βασικά χαρακτηριστικά μιας ομάδας μουσικοθεραπείας είναι τα εξής:

α) Τα μέλη χρησιμοποιούν ποικιλία οργάνων (κρουστά, πνευστά, έγχορδα), τα οποία δεν απαιτούν ειδική τεχνική για να παιχτούν. Η επιλογή γίνεται ελεύθερα, δοκιμάζοντας.

β) Πρόκειται για ανταλλαγές μέσω ήχων, για επικοινωνία μέσω μουσικής:

- ο καθένας με τον εαυτό του

- το άτομο με την ομάδα

- τα άτομα μεταξύ τους

γ) Όλα τα μέλη παίζουν μαζί, ο καθένας με τον τρόπο του. Παρ' όλα αυτά το κοινό αποτέλεσμα έχει νόημα. Δεν δημιουργείται αυτό το ακατανόητο χάος όπως γίνεται όταν μιλάνε όλοι μαζί.

δ) Το κάθε μουσικό μοτίβο, η κάθε φράση μπορεί αμέσως να επηρεάσει τα άλλα μέλη και έχει άμεση επίδραση στην εξέλιξη ή στη φύση του μουσικού αυτοσχεδιασμού. πχ. σαν τη Free Jazz.

ε) Η διαδικασία του μουσικού αυτοσχεδιασμού δίνει τη δυνατότητα στα μέλη να συνδεθούν, να μπορεί ταυτόχρονα ο καθένας να εκφραστεί διαφορετικά και προσωπικά.

στ) Αυτό το ερευνητικό ταξίδι αυτογνωσίας γίνεται συλλογικά, απ' όλα τα μέλη της ομάδας. Επεξεργάζονται με μουσικό ή λεκτικό τρόπο θέματα όπως: εμπιστοσύνη, προσωπική εξέλιξη, απόρριψη, δυναμική ομάδας, ρόλοι, εξουσία και άλλα, τα οποία είναι οι βάσεις, των σχέσεων και τις ορίζουν.

ζ) Η μουσική δημιουργία είναι ένα εξαιρετικό κίνητρο για ζωή και φέρνει αισθητική ικανοποίηση. (Anna Bohmig στο Δρίτσας ,2003:49-50).

3.8 Η Σχέση θεραπευτή και θεραπευόμενου στα πλαίσια Μουσικοθεραπείας

Η ατμόσφαιρα που δημιουργεί η εφαρμογή της μουσικοθεραπείας επιδρά και στη σχέση μεταξύ θεραπευτή και ασθενή ή θεραπευτή και ομάδας.

Στην παρουσία των δύο υπεισέρχεται και ένας τρίτος παράγοντας, η μουσική, που θα αποτελέσει τον συνδετικό κρίκο μεταξύ τους. Ο θεραπευτής καλείται να τον χειριστεί

κατάλληλα. Γιατί μέσα από αυτόν η θεραπευτική τους σχέση θα «δέσει» περισσότερο ή λιγότερο αποτελεσματικά.

Θεραπευτής και ασθενής βρίσκονται στον ίδιο ηχητικό χώρο, έτσι δημιουργείται αναπόφευκτα μεταξύ τους μια σχέση ισότητας, που μέχρι ενός σημείου ανατρέπει τις συνθήκες της κλασσικής ψυχοθεραπείας και ευνοεί μια μεγαλύτερη επικοινωνία.

Με συνδετικό συγκινησιακό πόλο τη μουσική – στις τρεις φάσεις: της επιλογής του μουσικού κομματιού, της ακρόασης των αποτελεσμάτων – ασθενής και θεραπευτής ζουν μια κοινή συγκινησιακή περιπέτεια, που τους οδηγεί σε απίστευτα πλούσιες και συναισθηματικά φορτισμένες στιγμές αποκάλυψης του υποσυνείδητου. Μια περιπέτεια, που συμβολίζει τη συνάντηση δύο ατόμων ή μιας ομάδας, δια μέσου αυτού του συναρπαστικού μυστηρίου τέχνης, που είναι η μουσική. (Πολυχρονιάδου, 1989)

3.9 Ο κοινωνικός λειτουργός ως Μουσικοθεραπευτής

Η εκπαίδευση του Κοινωνικού λειτουργού στη μουσικοθεραπεία περιλαμβάνει κατά βάση μαθήματα ψυχολογίας και εξειδίκευση τουλάχιστον σε μια ψυχοθεραπευτική προσέγγιση. Απαιτούνται μαθήματα κλινικού μουσικού αυτοσχεδιασμού και γενικότερα στην εξειδικευμένη χρήση της μουσικής, μουσικοθεραπευτικές ομάδες με εκπαιδευτικό-θεραπευτικό στόχο, πρακτική εξάσκηση και εποπτεία. (Ψαλτοπούλου στο Δρίτσας , 2003)

Η διαδικασία επιλογής του ηχητικού υλικού είναι εξαιρετικά δύσκολη και πρέπει να γίνεται μόνον από ειδικευμένο μουσικοθεραπευτή – Κοινωνικό λειτουργό. Γίνεται εύκολα αντιληπτό πως αυτός θα πρέπει να είναι γνώστης της παγκόσμιας μουσικής και όχι μόνον της μουσικής της πατρίδας του ή της κλασσικής ή κάποιου άλλου μεμονωμένου είδους μουσικής. Εάν δεν γίνει σωστή επιλογή και χρήση του μουσικού υλικού τότε είναι δυνατόν να δημιουργηθούν σοβαρότατες επιπλοκές στην όλη διαδικασία οι οποίες μπορεί είτε βραχυπρόθεσμα είτε μακροπρόθεσμα να αποβούν καταστροφικές ή ακόμη και μοιραίες για το υποκείμενο.

«Χώρος, μουσική, γλώσσα, εικόνα είναι αιτίες, αισθητικές εντυπώσεις, που εξωθούν τον κινούμενο να εκφρασθεί». (Θεοδωρόπουλος Ι.Ε, 2002:121)

ΚΕΦΑΛΑΙΟ 4:

Η Θεραπεία μέσω Εικαστικών Τεχνών

4.1 Γενική θεώρηση της Εικαστικής Θεραπείας

Θεραπεία μέσω των εικαστικών σημαίνει χρήση των εικαστικών με θεραπευτικό τρόπο. Η θεραπεία αυτή γίνεται πρωτίστως με τη βοήθεια της εικαστικής τέχνης και της ψυχολογίας. Συγκεκριμένα, ζητείται από τους ασθενείς να εκφράσουν τα συναισθήματα, τα όνειρα και τα εσωτερικά τους βιώματα μέσω ποικίλων καλλιτεχνικών μέσων, όπως είναι η ζωγραφική, ο πηλός και άλλα εικαστικά μέσα. Το έργο τέχνης αναπαριστά τον αντικειμενικό κόσμο. Το άτομο που δημιουργεί προβάλλει πάνω στο έργο του κάποια μέρη του εαυτού του. Το έργο τέχνης εμπεριέχει εν προκειμένω αναπαραστάσεις και του εαυτού και του αντικειμένου.

Είναι γνωστό ότι η ψυχιατρική χρησιμοποίησε τα εικαστικά στα ιδρύματα, αρχικά για να κυλάει ο χρόνος ευχάριστα και εν συνεχεία ως ένα είδος ψυχαγωγίας, που εξελίχθηκε σε εργασιοθεραπεία. (Reisby στο Jennings ,1996)

Δημιουργική τέχνη σημαίνει *συνάντηση*. Οι καλλιτέχνες συναντούν τα τοπία, τις ιδέες ή τα εσωτερικά οράματα που θέλουν να εξωτερικεύσουν. Όσο δημιουργούν, απορροφώνται μέσα στα τοπία και γίνονται κομμάτι του έργου τέχνης. Ταυτόχρονα όμως βγαίνουν έξω απ' αυτό και προσπαθούν να το δουν από διάφορες προοπτικές. (Jennings,1996)

Με έναν μη γλωσσικό τρόπο, η δύναμη της τέχνης μπορεί να συμβολίσει τα ενδόψυχα αλλά και τα διαπροσωπικά γεγονότα. Ο καλλιτεχνικός συμβολισμός στην εικαστική θεραπεία αποδίδει την πραγματικότητα και την φαντασίωση, το συνειδητό και το ασυνείδητο, την σύνδεση ιδεών και το συναίσθημα. Όταν αποδοθεί με εικόνα το συναίσθημα που προκαλεί τον πόνο, μπορεί να διερευνηθεί και να διαχειρισθεί. (Rubin, 1997)

Σύμφωνα με την Tessa Dalley (1998) οι θεραπευτές, που χρησιμοποιούν την ψυχαναλυτική προσέγγιση, ενθαρρύνουν την απεικονιστική έκφραση της εσωτερικής εμπειρίας. Έτσι, η τέχνη αναγνωρίζεται ως μια διαδικασία αυθόρμητης αναπαράστασης, που οδηγεί σε αποδέσμευση του ασυνείδητου. Η εικαστική θεραπεία βασίζεται σε μια αρχή, ότι οι πιο θεμελιώδεις σκέψεις και τα συναισθήματα του ανθρώπου, που προέρχονται από το ασυνείδητο, βρίσκουν την έκφρασή τους περισσότερο στις εικόνες

παρά στις λέξεις. Έτσι, η καλλιτεχνική δραστηριότητα μπορεί να χρησιμοποιηθεί ως πολύτιμο μέσο θεραπευτικής αλλαγής.

4.2 Ο ρόλος του Μέσου και το Ελεύθερο Σχέδιο στην Εικαστική Θεραπεία

Η θεραπευτική αλλαγή μπορεί να γίνει με ποικίλες μεθόδους, όπως είναι αυτή των ελεύθερων σχεδίων. Πρόκειται για μέθοδο, που έχει την ιδιαιτερότητά της. Λειτουργεί ως γέφυρα μεταξύ του δημόσιου και του ιδιωτικού μας κόσμου. Πάντως η χρήση των ελεύθερων σχεδίων διαθέτει μια ελαστικότητα και δεν είναι απαιτητική. Αφήνει χώρο στην φαντασία του ατόμου, ώστε να μπορέσει να βιώσει «μια άλλη» πραγματικότητα. Με υλικά όπως το μολύβι, η κιμωλία και το χαρτί μπορεί να οδηγηθεί σε σημείο να εμβιώσει μια ονειρική κατάσταση.

Με τη βοήθεια αυτού του μέσου μπορεί, ενδεχομένως, να προέλθει η διόρθωση προγενέστερων αντιλήψεων και να αναφανεί μια νέα προσωπική αντίληψη. Αυτό μπορεί να συμβεί, χάρη στην εμπειρία της σύμπνοιας, που βιώνει το άτομο μαζί με το μέσον. «Έτσι, το άτομο κατορθώνει να ξανακερδίσει αρκετό από το χαμένο έδαφος της εμπειρίας του, να βρει στο μέσον την εύπλαστη κι όμως αδιάλλακτη διαφορετικότητα του, να βρει το «άλλο», που αναπόφευκτα τον είχε απογοητεύσει κάποτε στις πρώτες του προσπάθειες να επιτύχει τη σύμπλευση.» (Milner, 1998)

Η Milner (1998) αναφέρει, επίσης, πως κάτι ανάλογο κάνει η ψυχανάλυση μέσω του αναλυτή. Αυτός ενεργεί ως «εύκαμπτο μέσον», καθώς επιστρέφει στον ασθενή τις σκέψεις του με μια διαυγή μορφή, αντί να επεμβαίνει στις ανάγκες και στις ιδέες του. (Milner, 1998)

Σύμφωνα με ερευνητές, η μελέτη των ελεύθερων σχεδίων έδειξε επίσης ότι υπήρχε άλλη μια αντίφαση, που έπρεπε αναλυθεί. Αυτή σχετίζεται, με την τέχνη και τον ρόλο της στην έκφραση του εαυτού. Υπάρχει η προσωπική και υποκειμενική πλευρά της πραγματικότητας, όμως με τη χρήση του μέσου αλλάζει και αναπτύσσεται με την εξωτερική και πιο αντικειμενική πλευρά.

Ωστόσο, παρά το δεδομένο «χάσμα» ανάμεσα στην εσωτερική αντίληψη της πραγματικότητας και στην πιο αντικειμενική πλευρά, μπορεί να συμπλεύσει με τη βοήθεια της τέχνης. Παρά τις διαφορετικές αντιλήψεις των ανθρώπων και τις διαφορετικές φάσεις της κοινωνίας, «η τέχνη δεν είναι μόνο μια δημιουργημένη συγχώνευση μεταξύ αυτού που υπάρχει κι εκείνου που θα μπορούσε να υπάρξει είναι επίσης ένας επινοημένος τρόπος να δίνουμε στην εσωτερική υποκειμενική

πραγματικότητα μια εξωτερική μορφή προκειμένου να μπορέσουμε να τη μοιραστούμε, ώστε να ελεγχθεί και να επαληθευτεί». (Milner ,1998)

Με τη ζωγραφική δημιουργεί ο άνθρωπος το δικό του κενό. Επιλέγει το πλαίσιο του και κυριολεκτικά και μεταφορικά αφού μπορεί κανείς φτιάξει το μέγεθος του κενού, ένα συγκεκριμένο πλαίσιο, το οποίο πρέπει να γεμίσει, σύμφωνα με τα δικά του μέτρα, πρέπει δε να διαλέξει αυτό που θα γεμίσει. Πολλές όμως είναι οι συγκυρίες, από τις οποίες εξαρτάται αν θα βρει με τη ζωγραφική του τη δυνατότητα πλήρωσης ενός ευρύτερου κενού ή μιας ανάγκης, εάν θα εντοπίσει το κενό του και θα εκπληρώσει μια κοινωνική και μια προσωπική λειτουργία με τη ζωγραφική.

Στο σχέδιο σχεδιάζεις ό,τι σου αρέσει, αυτό δεν είναι τίποτα άλλο, από ένα σχέδιο, ένα χαρτί που μπορεί να σκιστεί. Στην ψυχανάλυση μπορεί κανείς να πει ό,τι του αρέσει, γιατί δεν είναι παρά λόγια και ο αναλυτής έχει εκπαιδευτεί να μην αντιδρά, όπως θα αντιδρούσε κάποιος στην αληθινή ζωή. Έχει επιλέξει να μείνει αμέτοχος και, επιπλέον, λειτουργεί ως ένα αληθινό πρόσωπο, το οποίο χρησιμεύει σαν γέφυρα μετάβασης από τα όνειρα στην αλήθεια , από τους μύθους στις ιστορίες. (Milner,1998)

4.3 Η σημασία των υλικών και των χρωμάτων στην Εικαστική Θεραπεία

Υπάρχουν πολλοί τρόποι, με τους οποίους μπορούμε να βοηθήσουμε ένα παιδί στο πλαίσιο της ατομικής θεραπείας μέσω των εικαστικών. Ορισμένοι έχουν σχέση με το περιβάλλον και άλλοι με το πρόσωπο. Ευκολότερα μπορεί να κατανοήσει και να περιγράψει κανείς τους πρώτους, στους οποίους συμπεριλαμβάνεται ο χειρισμός του χώρου, του χρόνου, της επίπλωσης, του φωτισμού και των υλικών, καθώς και η εισαγωγή πιθανών θεμάτων ή σχημάτων. Ο θεραπευτής επιλέγει, αν απλώς θα παρατηρεί, αν θα θέτει ερωτήσεις, αν θα συμμετέχει και ο ίδιος, ή αν θα δημιουργεί κάτι από κοινού με το παιδί. Πρέπει να παρέχονται περισσότερες δυνατότητες έκφρασης με άλλους τρόπους και να διατίθεται ο ανάλογος εξοπλισμός γι' αυτό, όπως γραφομηχανή, κασετόφωνο, μουσικά όργανα, κουκλάκια, παιχνίδια μινιατούρες και θεατρικά σκηνικά και κοστούμια.

Η εκδραμάτιση διευκολύνεται, εάν πάρουμε μια «πραγματική συνέντευξη» με ένα αληθινό ή ψεύτικο μικρόφωνο, ή εάν να παίξουμε κάποιο ρόλο σε ένα θεατρικό παιχνίδι. Τις περισσότερες φορές οι παραλλαγές της ακολουθούμενης τεχνικής καθορίζονται από την αίσθηση ότι το παιδί έχει «κολλήσει», ότι αδυνατεί να προχωρήσει αβοήθητο.

Ωστόσο, αυτά μερικές φορές καθορίζονται από την αίσθηση ότι θα αυξήσουν μια ήδη απρόσκοπτη ροή δημιουργικότητας (Rubin, 1997).

Απαραίτητο είναι, εξάλλου, να εξασφαλιστεί το φυσικό και ψυχολογικό περιβάλλον, το οποίο βοηθά τον άνθρωπο να γίνει ο εαυτός του. Πρέπει, επίσης, να υπολογίζονται τα υλικά, ο χώρος και ο χρόνος. Οφείλουμε να προσφέρουμε εναλλακτικούς τρόπους έκφρασης, όπως είναι η μουσική και το θέατρο, για όσους δεν μπορούν εύκολα να βρουν το δρόμο τους με τα χρώματα και τον πηλό. Για να καταστεί δυνατό να βοηθηθούν οι άνθρωποι στην ανακάλυψη του προσωπικού τους στίλ, πρέπει να αποδεχόμαστε και να αξιολογούμε ό,τι κάνουν ή λένε, αυτό που είναι αυθεντικό και πραγματικά δικό τους. Η ατομικότητα, η μοναδικότητα και η αυθεντικότητα πρέπει να επαινούνται και ανταμείβονται. Επίσης, χρειάζεται να παροτρύνονται και να ενισχύονται, όταν εμφανίζονται, η αυτονομία, η ανεξαρτησία της σκέψης και της δράσης και η διακινδύνευση

Υπάρχουν υλικά πολλών ειδών, μπορεί κανείς να ζωγραφίσει, να χρωματίσει, να πλάσει ή να κατασκευάσει κάτι. Τα παιδιά πρέπει να έχουν στη διάθεση τους λίγο από το κάθε υλικό, καθώς επίσης μια επιφάνεια και εργαλεία, ώστε να μπορέσουν να τα χρησιμοποιήσουν. Εφόσον οι ενήλικες φροντίζουν με αγάπη τα καλλιτεχνικά υλικά, τα παιδιά όχι μόνον θα τα χρησιμοποιήσουν, αλλά θα μάθουν και να τα σέβονται ως εργαλεία δουλειάς. Αν τα υλικά είναι διαθέσιμα και έτοιμα προς χρήση, τα παιδιά θα τα χρησιμοποιήσουν αυθόρμητα, χωρίς περιττές απογοητεύσεις και καθυστερήσεις κατά την πραγμάτωση της δημιουργικής τους παρόρμησης. (Jennings, 1996)

Χρειάζεται τα υλικά να είναι κατάλληλα για τα παιδιά, τα οποία πρόκειται να τα χρησιμοποιήσουν: να συμβαδίζουν με το στάδιο ανάπτυξης τους, το βαθμό συντονισμού, την προηγούμενη εμπειρία τους, τα ιδιαίτερα ενδιαφέροντα τους και τις ανάγκες τους. Είναι καλύτερα να μην είναι δομημένα, ώστε να προσφέρουν όσο το δυνατόν περισσότερες ευκαιρίες ιδιοσυγκρασιακής έκφρασης. Εφόσον υπάρχει μια μεγάλη ποικιλία υλικών, τα παιδιά θα μπορέσουν να ανακαλύψουν και να αναπτύξουν τα γούστα τους, τις προτιμήσεις τους και τις αγαπημένες τους μορφές έκφρασης.

Έχει μεγάλη σημασία η διαφορετική υφή των υλικών, γιατί συχνά φέρνει τον ασθενή σε επαφή με τα συναισθήματά του. Μερικά υλικά είναι κρύα και σκληρά, άλλα μαλακά και ζεστά. Ορισμένα είναι πολύ ελαστικά, άλλα έχουν ελάχιστη ευκαμψία. Συμβαίνει πολλοί ασθενείς από φόβο να επιμένουν σε ένα υλικό, ακόμη κι αν δεν τους αρέσει, γιατί έχουν εξοικειωθεί μαζί του. (Waller, 2001)

Τα διαφορετικά υλικά είναι πολύ σημαντικά στη θεραπεία μέσω των εικαστικών, ιδιαίτερα όταν γίνεται επεξεργασία του σώματος. Οι διαφορετικές μυρωδιές και η διαφορετική υφή φέρνουν τους ανθρώπους σε επαφή με ένα ευρύτατο φάσμα αισθημάτων. Πολύ συχνά οι άνθρωποι εμμένουν στα ίδια υλικά, γιατί φοβούνται μη χάσουν τον έλεγχο. Μερικές φορές προχωρούν μόνο, αν τους δώσεις ένα άλλο υλικό και τους ενθαρρύνεις να διακινδυνεύσουν. Μερικοί προχωρούν μόνοι τους και διακινδυνεύουν χρησιμοποιώντας κάποιο νέο υλικό ή αλλάζοντας καλλιτεχνικό στυλ.

Τα διάφορα καλλιτεχνικά μέσα έχουν τις δικές τους δομές και τα δικά τους όρια. Επομένως, όταν χρησιμοποιούνται στη θεραπεία τα ίδια τα υλικά, παίζουν σημαντικό ρόλο αναφορικά με το πως θα προσδώσει, για παράδειγμα, ο ασθενής εξωτερική τάξη στους εσωτερικούς φόβους και στο χάος.

Τα χρώματα χρησιμοποιούνται σε όλους τους πολιτισμούς, σε πολλούς μάλιστα έχουν και ιδιαίτερο νόημα. Ορισμένα χρώματα συνδέονται με το θάνατο και το πένθος, άλλα με τις γιορτές .

Ο τρόπος που συνδυάζει ο ασθενής τα χρώματα – ποια χρώματα κυριαρχούν, ποια απουσιάζουν, ποια καλύπτουν κάποιο άλλο χρώμα – παρέχει στο θεραπευτή ουσιώδεις πληροφορίες. Καμιά φορά ο θεραπευτής, έχοντας μάθει και αναπτύξει τη γνώση της τεχνικής από τον καλλιτέχνη που έχει μέσα του, ζητά από τον ασθενή να δουλέψει με ένα συγκεκριμένο χρώμα, ώστε να «πλοηγήσει» τη θεραπεία σε κάποια σημαντική κατεύθυνση. (Jennings ,1996)

4.3.1 Ο Χώρος

Ο χώρος δεν είναι μόνο μια διάσταση. Σε αυτόν συγκαταλέγονται και τα διάφορα μέρη, που θα χρησιμοποιηθούν για τα υλικά, τη δουλειά, την αποθήκευση και την τακτοποίηση, καθώς και οι επιφάνειες, πάνω στις οποίες τα παιδιά θα εργαστούν. Αν τα βασικά εκφραστικά μέσα και τα εργαλεία φυλάσσονται σε μόνιμα και γνωστά μέρη, τα παιδιά θα ξέρουν που θα τα βρουν, για να τα χρησιμοποιήσουν.

Όταν τα υλικά είναι τακτοποιημένα και οργανωμένα, τα παιδιά θα τα διαλέξουν πιο εύκολα. Επιπλέον, αν είναι τοποθετημένα έτσι, ώστε τα παιδιά να μπορούν να τα βρίσκουν και να τα χρησιμοποιούν από μόνα τους, δεν θα χρειάζεται υπερβολική παρέμβαση από τον ενήλικα. Τα παιδιά, όταν ασχολούνται με τα εικαστικά, χρειάζονται αρκετά μεγάλους, καλά φωτισμένους και ενιαίους χώρους, όμως σαφώς οριοθετημένους, ώστε, αν χρειαστεί, να μπορούν να κλείσουν. Χρειάζονται χώρους που να μπορούν να

τους λερώνουν, ή να τους αναστατώνουν, χωρίς να φοβούνται ότι θα δεχθούν επίπληξη από τους μεγάλους. Τα παιδιά κάνουν τις καλύτερες επιλογές χώρων και υλικών, ώστε να είναι κοντά ή μακριά, μόνα τους ή με άλλους. (Jennings ,1996)

4.3.2 Ο χρόνος

Ο χρόνος στην τέχνη έχει μια ειδική μορφή. Οι συναντήσεις γίνονται αρκετά συχνά και διαρκούν τόση ακριβώς ώρα, όση απαιτείται, ώστε τα παιδιά να μη χάνουν το ενδιαφέρον τους και να μπορούν να αφοσιώνονται στη δημιουργία. Αν τους προσφέρονται πάντα τα ίδια βασικά υλικά, τα παιδιά εξοικειώνονται μαζί τους, τα μαθαίνουν και έχουν την ευκαιρία να εξασκηθούν στη χρήση τους. Μόνο μέσω της εξάσκησης θα αποκτήσουν επιδεξιότητα και ικανότητα. Πρέπει, λοιπόν, να γνωρίζουν πόσο χρόνο έχουν στη διάθεσή τους και καλό είναι να τα προειδοποιούμε, όταν πλησιάζουμε προς το τέλος της συνεδρίας. Το τέλος είναι συχνά μια δύσκολη ώρα για τα μικρά παιδάκια, γι' αυτό πρέπει να τους μάθουμε τρόπους προσαρμογής σε τέτοιου είδους γεγονότα. (Jennings ,1996)

4.3.3 Η τάξη

Η τάξη, η σαφήνεια και η σταθερότητα της οργάνωσης των υλικών, των χώρων εργασίας και του χρόνου είναι στοιχεία πολύ χρήσιμα. Αυτό έχει μεγάλη σημασία για τα παιδιά, που δεν έχουν συναίσθηση της τάξης. Η προσωπική ή η συλλογική ενασχόληση με την τέχνη μπορεί να αποδειχθεί μια εντυπωσιακά ήρεμη οργανωτική εμπειρία. Ακόμη και στο πλαίσιο της ομάδας είναι δυνατό να δημιουργηθεί αυτή η ατμόσφαιρα. Είναι πιο πιθανό να συμβεί εκεί, που τα σώματα των παιδιών, οι χώροι εργασίας, τα υλικά και τα έργα τους είναι προστατευμένα από τους άλλους, που μπορεί να τα καταστρέψουν. Η ψυχολογική ασφάλεια είναι εξίσου σημαντική με τη φυσική προστασία, γιατί τα αισθήματα των παιδιών χρειάζονται το ίδιο είδος σεβασμού και φροντίδας, που έχουν ανάγκη το σώμα τους και τα έργα τους. (Jennings ,1996)

4.3.4 Η ασφάλεια

Για να υπάρχει ασφάλεια πρέπει να υπάρχουν πολλά είδη εκφραστικής δραστηριότητας που γίνονται αποδεκτά: παράξενη και ρεαλιστική, παλινδρομική και προοδευτική, με

θέματα θετικά ή αρνητικά. Ορισμένοι περιορισμοί συμβάλλουν στην προστασία των παιδιών από τις ίδιες τους τις παρορμήσεις. Για παράδειγμα, ενώ είναι «ασφαλές» να μουτζουρώνουν με την κιμωλία ή να ζωγραφίζουν καταστροφικές φαντασιώσεις, δεν είναι ασφαλές και δεν επιτρέπεται να μουτζουρώνουν άλλους ανθρώπους ή να καταστρέφουν το χώρο και τα υλικά. Όταν εργάζεται κανείς με τα παιδιά, οφείλει να τα προστατεύει, όποτε απαιτείται, από εξωτερικούς και από εσωτερικούς ψυχολογικούς κινδύνους, όπως είναι άνθρωποι και πρακτικές, που θα περιόριζαν ή θα ανέκοπταν τη δημιουργική τους ανάπτυξη. Οφείλει να λαμβάνει κανείς ιδιαίτερα υπόψη του τους κινδύνους που εμφανίζονται, όταν άλλοι επιβάλλουν στο παιδί εξωτερικές ιδέες και πρότυπα, ανατρέποντας ή παραλύοντας τις δικές του εικόνες ανάπτυξης. Ένα παράδειγμα, είναι εκείνοι που λένε στο παιδί τι να κάνει και πως να ενεργήσει, ή του προσφέρουν έτοιμα βιβλία ζωγραφικής και σχεδίου. (Rubin,1997)

4.3.5 Ο σεβασμός

Για σεβασμό προς το παιδί γίνεται λόγος, εφόσον του επιτρέπεται να επιλέξει ελεύθερα αν θα συμμετάσχει ή όχι, να πάρει μια επιφανειακή και γρήγορη «γεύση» ή να απορροφηθεί εντελώς, να διαλέξει μόνο του το μέσο έκφρασης και το θέμα του, να δουλέψει μόνο του ή με άλλους, να εξερευνήσει και να πειραματιστεί με το δικό του ρυθμό και με το δικό του τρόπο. Ο σεβασμός, επίσης, της μοναδικότητας του παιδιού φαίνεται, όταν επιτρέπουμε και βοηθούμε το καθένα χωριστά να εξερευνήσει και να ανακαλύψει το είδος της έκφρασης που του ταιριάζει, τους τρόπους που προτιμά, τα προσωπικά θέματα και το στιλ του. Ο σεβασμός των απόψεων του παιδιού φαίνεται από τον τρόπο που τα ακούμε και τα ρωτάμε, ενθαρρύνοντας τα να διατυπώσουν τις σκέψεις και τους συνειρμούς τους σχετικά με τη δημιουργική διαδικασία και με το έργο τους. Ο σεβασμός του παιδιού ως δημιουργού φαίνεται από τον τρόπο που το βοηθάμε να θέσει τους στόχους και τα πρότυπά του και να αξιολογήσει μόνο του πόσο καλά τα κατάφερε. Ο σεβασμός για τα απτά έργα του παιδιού, που είναι προεκτάσεις του εαυτού του, φαίνεται από τον τρόπο που τα αντιμετωπίζουμε και τα φυλάμε, από την αγάπη και από τη φροντίδα, με την οποία τα μοιραζόμαστε και τα δείχνουμε στους άλλους. (Rubin,1997)

4.3.6 Το ενδιαφέρον για το παιδί

Προέχει πάντα το ενδιαφέρον μας για το παιδί και τις προσωπικές του αναζητήσεις και δράσεις. Το ενδιαφέρον μας να μην είναι επίπλαστο και αναυθεντικό, αλλά απολύτως ειλικρινές, εάν θέλουμε όντως να συν-εργαστούμε μαζί του. Από τη φύση τους τα παιδιά είναι ευαίσθητα στην έλλειψη ειλικρίνειας. Εξάλλου το ενδιαφέρον μας πρέπει να εκδηλώνεται με λεπτή και διακριτική φροντίδα και παρακολούθηση, με πολλή προσοχή σε ό, τι το παιδί λέγει και με ευγενική λεκτική παρέμβαση. Δείχνει κανείς ενδιαφέρον, όταν βρίσκεται κοντά στο παιδί, για να του προσφέρει τη βοήθεια του σε όλη τη διάρκεια της δημιουργικής διαδικασίας, αν εκείνο ζητήσει ή δείξει ότι χρειάζεται τη βοήθεια, την υποστήριξη ή τον έπαινο του ενήλικα.

Οι άνθρωποι που ξέρουν πραγματικά να εκτιμούν εκφράσεις και εμπειρίες, όπως είναι η ευχαρίστηση από τη δημιουργική εργασία και την ανάπτυξη των παιδιών νοιώθουν ένα σπάνιο συναίσθημα. Ο γνήσιος και ειλικρινής ενθουσιασμός για τη συμμετοχή ενός παιδιού στη δημιουργική διαδικασία, ή για το έργο του, προσφέρει αυθεντική χαρά και στον ενήλικα που τον εκφράζει και στο παιδί που τον καρπώνεται.

Επίσης, η υποστήριξη των εσωτερικών δημιουργικών προσπαθειών του παιδιού εκφράζεται μέσω της συνεχούς εξασφάλισης των προαναφερθέντων συνθηκών. Έτσι, διαφέρει από την παθητική και ανεκτική στάση, η οποία παραπέμπει σε έλλειψη ενδιαφέροντος και φροντίδας από την πλευρά του ενήλικα. (Rubin, 1997)

Η υποστήριξη όλων των παιδιών απαιτεί και προϋποθέτει σωστή γνώση των φυσιολογικών σταδίων ανάπτυξης των καλλιτεχνικών δυνατοτήτων του παιδιού. Τότε μπορεί κανείς να τα βοηθήσει να «προχωρήσουν στο επόμενο βήμα». Προϋποθέτει εξάλλου και μεγαλύτερη γνώση της ιδιαίτερης αναπτυξιακής και ψυχολογικής κατάστασης του κάθε παιδιού, καθώς και του «πλαισίου αναφοράς» του, μέσα στο οποίο πρέπει να συναντηθεί κανείς μαζί του, αν θέλει να το στηρίξει δημιουργικά και αποτελεσματικά.

Η εξαγωγή συμπερασμάτων θα γίνει αφού μελετηθεί το υλικό και βρεθούν τα θέματα που επαναλαμβάνονται. Ενώ παράλληλα, θα πρέπει να εξετασθεί από τον θεραπευτή αν υπάρχουν συνδυασμοί και αλληλοσυνδέσεις μεταξύ όλων των συμπεριφορικών και συμβολικών δεδομένων. Μερικές φορές, ένα βασικό θέμα καλύπτει όλη την ώρα και επαναλαμβάνεται συνεχώς, όλο και πιο έντονο λιγότερο συγκαλυμμένο. Επίσης, πιθανώς να εμφανισθούν θέματα, τα οποία αλληλοσυνδέονται και στα οποία το παιδί φοβάται να

δώσει την απάντηση. Επομένως, η διαδικασία της εικαστικής θεραπείας αποτελεί μια μέθοδο έκφρασης αρνητικών εμπειριών.

Η υποστήριξη ενός παιδιού, του οποίου η ανάπτυξη έχει ανακοπεί, ή παρουσιάζει στασιμότητα, απαιτεί ιδιαίτερα προσεκτική κατανόηση και βοήθεια από την πλευρά του ενήλικα. Για παράδειγμα, η ενεργός συμμετοχή του ενήλικα στη δημιουργία ενός έργου τέχνης από ένα δειλό παιδί, υποδηλώνει συνάμα ότι του επιτρέπει ρητά να ασχοληθεί με αυτό. Για να υπάρξει πραγματική υποστήριξη της προσπάθειας του παιδιού να αναπτυχθεί μέσα από την τέχνη και να εξασκήσει την καλλιτεχνική του ικανότητα, ο ενήλικας πρέπει να αισθάνεται πραγματική *ενσυναίσθηση* και να το δείχνει στο παιδί με τον καλύτερο τρόπο, ώστε να ενισχύει την ανάπτυξη της έκφρασης του. (Rubin ,1997)

4.4 Οικογενειακή Εικαστική Θεραπεία

Τίθεται, όμως, το ερώτημα: πως θα στηριχθεί μια οικογενειακή εικαστική θεραπεία; Κατά κοινή ομολογία αυτή θα μπορούσε να βασιστεί σε μία από τις ακόλουθες θεωρίες θεραπείας της οικογένειας, ή σε κάποιο συνδυασμό τους. Οι θεωρίες αυτές είναι: η ψυχανάλυση, η βιοματική, η θεωρία του Bowen, η δομική, η στρατηγική, η επικοινωνιακή και η συμπεριφορική. Η εικαστική ψυχοθεραπεία είναι σωστό να εφαρμόζεται σε συνεργασία με όλες αυτές. Είτε ο θεραπευτής είναι ψυχίατρος, ψυχολόγος, κοινωνικός λειτουργός, είτε σύμβουλος γάμου και οικογένειας, οι σύμφυτες με αυτή την προσέγγιση μέθοδοι είναι δυνατόν να δρουν συμπληρωματικά προς την εφαρμοζόμενη θεραπεία. (Landgarten ,1999)

Οι εικαστικές δραστηριότητες μπορούν, ανεξάρτητα από το σημείο της εστίασης, να προσαρμοστούν στις πολλές πτυχές της οικογενειακής θεραπείας, όπως λόγου χάρη, στη σταδιακή αποκάλυψη των πρώιμων βιωμάτων των μετεχόντων, τη διερεύνηση της γονεϊκής οικογένειας, την εξέταση ιστοριών του παρελθόντος και του παρόντος, την ανάδυση ασυνείδητου υλικού, την ελάττωση των αμυνών, την απόκτηση ευαισθησίας, τη συναισθηματική βίωση εμπειριών, την κατανόηση αιτίας και αποτελέσματος, την παρατήρηση συνδιαλλακτικών φαινομένων, την επισήμανση δυσλειτουργικών προτύπων συμπεριφοράς, τη διαφοροποίηση των μελών της οικογένειας, την αποκάλυψη των συγκρούσεων, τη βελτίωση του συνόλου των γονεϊκών στάσεων και των δεξιοτήτων επίλυσης προβλημάτων, καθώς και την αντιμετώπιση της θλίψης και του πένθους. (Landgarten ,1999)

Οποσδήποτε απαιτείται μια πολύ προσεκτική έρευνα για να προσδιοριστούν οι αναλογίες και οι πλευρές της διαδικασίας, που έχουν μεγαλύτερη σημασία για τη διάγνωση. Αν περάσει πολύς χρόνος με τις δύο πρώτες φάσεις (ή αν η οικογένεια αργήσει να έρθει προς αναζήτηση στήριξης), προτείνουμε ένα χρονικό όριο για την τρίτη φάση, ώστε να βοηθήσουμε τους ανθρώπους να ξεκινήσουν, κι αν ακόμα δεν αποσαφηνιστούν οι συγκρούσεις, που θα γίνονταν εμφανείς, αν υπήρχε περισσότερος χρόνος.

Κάθε οικογένεια συνιστά, προφανώς, ένα ιδιαίτερο είδος φυσικής και αλληλεξαρτώμενης ομάδας, που έχει τα χαρακτηριστικά όλων των ομάδων και εξ αυτού του λόγου δεν είναι άξιο απορίας, ότι οι διαδικασίες που χρησιμοποιούνται για την αξιολόγηση των οικογενειών, μπορούν να χρησιμοποιηθούν παραγωγικά και σε άλλα είδη ομάδων. Ο θεραπευτής που θα ζητήσει, για παράδειγμα, από τα μέλη της ομάδας, σε διαφορετικές χρονικές στιγμές, να «αναπαραστήσουν την ομάδα» (Denny, 1972· Hare & Hare-1956· Rubin & Levy, 1975), θα αποκτήσει μια ιδέα για τις αντιλήψεις του κάθε ατόμου για ολόκληρη τη μονάδα. Όμοια, είτε αυθόρμητα, είτε μετά από αίτηση του θεραπευτή, τα μέλη της ομάδας μπορούν να συνεργαστούν σε ένα κοινό έργο, όπως είναι π.χ. μια τοιχογραφία, διαδικασία που αντανακλά τον τρόπο λήψης αποφάσεων και τις αλληλεπιδράσεις που υφίστανται στην ομάδα, όπως και στην οικογένεια. Είμαστε σε θέση να κατανοήσουμε τον τρόπο επικοινωνίας των ομάδων σε βαθύτερο συμβολικό επίπεδο με τον ίδιο τρόπο, που κατανοούμε το νόημα των ατομικών τελικών προϊόντων. (Rubin,1997)

Επιβάλλεται να «διαβάζουμε» τα μηνύματα των πινάκων που δημιουργούνται από οικογένειες και ομάδες με κάθε επιφύλαξη, όπως ακριβώς κάνουμε και όταν εργαζόμαστε με άτομα. Παρά το γεγονός ότι υπάρχουν πολλές πιθανές ερμηνείες για το νόημα των παραλείψεων, της παραμόρφωσης του μεγέθους και της τοποθέτησης προσώπου μέσα στον πίνακα της οικογένειας ή της ομάδας, καμιά δεν έχει τεκμηριωθεί ποτέ πειραματικά, και ίσως πρέπει να θεωρηθούν ως απλές διαισθητικές ιδέες, που χρειάζονται επιβεβαίωση ή απόρριψη βάσει πρόσθετων δεδομένων. (Rubin,1997)

4.4.1 Επεξεργασία οικογενειακών συστημάτων

Κάθε μέλος της οικογένειας εξετάζεται εντός του πλαισίου των διεργασιών της ομάδας, όπου διάφορες πράξεις πυροδοτούν ανάλογες αντιδράσεις. Το σύστημα

εξετάζεται μέσα από τον τρόπο, με τον οποίο η οικογένεια λειτουργεί ως μονάδα καθώς τα μέλη της δημιουργούν από κοινού ένα εικαστικό έργο.

Η αξία του εικαστικού έργου είναι τριπλή: η διεργασία αποτελεί ένα μέσο διάγνωσης, αλληλεπίδρασης και δοκιμής και το περιεχόμενο είναι ένας τρόπος απεικόνισης ασυνείδητων και συνειδητών επικοινωνιακών πράξεων, ενώ το προϊόν γίνεται αντιληπτό ως μια διαρκής ένδειξη της δυναμικής της ομάδας.

Η Landgarten αντιλαμβάνεται το αρχικό, από κοινού δημιουργημένο, εικαστικό έργο ως μια ακτινογραφία της βασικής δομής της οικογένειας (Landgarten, 1999). Από την πρώτη κιόλας συνεδρία, ο θεραπευτής είναι σε θέση να τροφοδοτήσει τα μέλη της οικογένειας με εύστοχες παρατηρήσεις, προς μεγάλη τους έκπληξη. Τα μέλη ξαφνιάζονται όταν ανακαλύπτουν ότι το εικαστικό τους έργο μπορεί να δώσει πληροφορίες για τους κανόνες και τα πρότυπα αλληλεπίδρασης τους.

Από τη στιγμή που οι θεραπευόμενοι θα μάθουν να κατανοούν το συσχετισμό του εικαστικού τους έργου με τον εαυτό τους, μπορούν να χρησιμοποιήσουν τη μεταφορική διάσταση των εικόνων και των έργων τους για τη θεραπεία τους. Ο παράγοντας αυτός έχει θετική επίδραση καθώς τείνει να επισπεύδει τη θετική μεταβίβαση που είναι ιδιαίτερα απαραίτητη στην οικογενειακή θεραπεία.

Είναι προφανές, ότι ο εικαστικός θεραπευτής εισάγει έναν «φορέα αλλαγής» (Bell, 1964) εισβάλλοντας στο σύστημα της οικογένειας, σε μια προσπάθεια να αναταράξει την παλαιά ισορροπία και να συμβάλει στην καλύτερη οργάνωση της. Ως παρέμβαση χρησιμοποιούνται οι οδηγίες για τη δημιουργία του εικαστικού έργου, οι οποίες ανταποκρίνονται στις ανάγκες της οικογένειας και περιλαμβάνουν τα κατάλληλα υλικά και μέσα.

Εξάλλου, ο θεραπευτής εστιάζει την προσοχή του σε διάφορα σημεία προκειμένου να συγκεντρώσει πληροφορίες για το σύστημα της οικογένειας. Για τον θεραπευτή κάθε χειρονομία και κάθε σημάδι παρέχει μια ένδειξη για το σύστημα της οικογένειας. Αυτός καλείται να παρατηρήσει τη σειρά που ζωγραφίζονται οι μορφές, το μέγεθος, τη θέση τους, τον τρόπο αλληλεπίδρασης των μελών και λήψης αποφάσεων, το επίπεδο εμπλοκής, την ανεξαρτησία - πρωτοβουλία, την συμβολή του καθενός σε κοινό έργο. Επίσης πρέπει να παρατηρεί, την επιλογή και χειρισμό των υλικών, τις αντιδράσεις των μελών, το στιλ της οικογένειας, την μεταβολή στον τρόπο προσέγγισης του έργου, την ευελιξία ή ακαμψία κάθε μέλους και άλλες λεκτικές και μη λεκτικές ανταλλαγές. Έτσι, λοιπόν, συγκεντρώνει πληροφορίες για τα ισχυρά και αδύνατα σημεία του Εγώ, τους

ρόλους, τις συμμαχίες, τα πρότυπα συμπεριφοράς, τους τρόπους επικοινωνίας και τη γενική μορφή του ύφους αλληλεπίδρασης της οικογένειας.

Από τη στιγμή που μια οικογένεια εμπλέκεται στη δημιουργία ενός εικαστικού έργου, έχει σημασία η συνεχής εγρήγορση του θεραπευτή για την επισήμανση έκδηλων και συγκαλυμμένων μηνυμάτων, που αποκαλύπτονται μέσα από το εικαστικό έργο, αλλά και των λεπτών αποχρώσεων που διαφαίνονται, όση ώρα τα μέλη της οικογένειας ασχολούνται με την ολοκλήρωση του εικαστικού έργου. Η δυσλειτουργία της οικογένειας είναι δυνατόν να φανεί τόσο κατά τη δημιουργία του εικαστικού έργου, όσο και στο περιεχόμενο του.

Σύμφωνα με τους ειδικούς έχουν παρατηρηθεί οι εξής έννοιες:

Αδιαφοροποίητη μάζα του Εγώ (Bowen, 1978): Αυτή μπορεί να παρατηρείται στο περιεχόμενο του εικαστικού έργου. Η έννοια αυτή αναφέρεται στα ασαφή όρια και στην έλλειψη διαφοροποίησης. Παράδειγμα αποτελεί το εικαστικό έργο, όπου «το ένα είναι επάνω στο άλλο», και είναι δύσκολο ή αδύνατο να εντοπίσει κανείς τη συμβολή του κάθε μέλους εξαιτίας της επικάλυψης, της συγχώνευσης και των συνδεδεμένων μορφών.

Τριγωνοποίηση (Bowen, 1978): Και αυτή μπορεί να είναι εμφανής. Εκδηλώνεται κατά τη δημιουργία του εικαστικού έργου, όταν δυο άτομα στρέφουν τη δυσαρέσκεια τους σε ένα τρίτο.

Το παιδί σε ρόλο γονέα (Boszormenyi-Nagy & Spark, 1973): Παρατηρείται όταν υπάρχει απρόσφορη αντιστροφή των ρόλων γονέα-παιδιού κατά τη δημιουργία του εικαστικού έργου.

Συζυγικό σχίσμα και συζυγική παραμόρφωση (Lidz, Cornelison, Fleck & Terry, 1957): Μπορεί να επισημανθεί μέσα από το εικαστικό έργο. Στο σχίσμα η ασυμβατότητα εμφανίζεται με σύγκρουση και εχθρότητα. Στην παραμόρφωση εμφανίζεται αρμονία, η οποία απεικονίζεται στο εικαστικό έργο του ζεύγους, μια και οι ρόλοι του είναι συμπληρωματικοί- η ανεξαρτησία του κυρίαρχου ατόμου συνδυάζεται απόλυτα με την εξάρτηση του/της συζύγου.

Ψευδο-αμοιβαιότητα (Wynne, Ryckoff, Day & Hirsch, 1958): Σε αυτή την περίπτωση παρατηρείται ένα οικογενειακό προσωπείο θετικών σχέσεων. Το συνεργατικό εικαστικό έργο των μελών της οικογένειας τείνει να είναι συμπληρωματικό και ευχάριστο. Η οικογένεια εμφανίζει ένα συμπαγές πρόσωπο για να αποφύγει πιθανές συνειδητές αποκλίσεις ή σχάσεις. Την ίδια στιγμή, η ευθυγράμμιση της οικογένειας στερεί από τα μέλη της το συναισθηματικό τους βάθος. Η οικογένεια αρνείται οποιαδήποτε απειλή ως

προς την ενότητα της, ενώ οι στενές και οικείες σχέσεις μεταξύ των μελών της παρακάμπτονται. Με αυτόν το τρόπο η μονάδα της οικογένειας καταφέρνει να διατηρεί μια ισορροπία. Κατά τη διάρκεια της θεραπείας παρατηρείται αντίσταση της οικογένειας στην αλλαγή (Brown, 1966), μια και τα μέλη της συνεργάζονται για τη διατήρηση της οικογενειακής ομοιόστασης (Jackson, 1957 και Satir, 1967).

Διπλή δέσμευση/Διπλά μηνύματα (Bateson, Jackson, Haley & Weakland, 1956· Sluzki & Ransom, 1976): Κατά τη δημιουργία του εικαστικού έργου είναι δυνατόν να αποκαλυφθούν διπλά μηνύματα. Πρόκειται για μια παθολογική, ασαφή επικοινωνία, η οποία παγιδεύει τα μέλη της οικογένειας μέσα από δυσνόητες και/ή αντιφατικές οδηγίες. Ένα διπλό μήνυμα εκπέμπεται τη στιγμή που η οικογένεια ασχολείται με το εικαστικό έργο. Το ένα μήνυμα κινείται σε επιφανειακό επίπεδο, ενώ το αντίθετο του καλύπτεται κάτω από την επιφάνεια. Το άτομο-αποδέκτης της διπλής επικοινωνίας βρίσκεται σε αδιέξοδο. Εάν ακολουθήσει την επιφανειακά εμφανή οδηγία, πρέπει να αρνηθεί τη συγκαλυμμένη παρότι έγινε πλήρως κατανοητή. (Landgarten, 1999:27-28)

Οι εικαστικοί θεραπευτές που ασχολούνται με οικογένειες βλέπουν να ξεδιπλώνονται μπροστά τους οι οικογενειακοί ρόλοι, οι συμμαχίες, τα πρότυπα επικοινωνίας και η ολοκληρωμένη μορφή (Gestalt) της οικογενειακής μονάδας. (Landgarten, 1999)

Ο θεραπευτής πρέπει απαραίτητως να κατανοεί τη διττή δύναμη της εικαστικής εμπειρίας. Πρώτα-πρώτα να αποσαφηνίζει, ότι τα συναισθήματα, που συναρτώνται με συγκεκριμένα ζητήματα, εντείνονται από την αμεσότητα του εικαστικού έργου. Επίσης, το ίδιο το προϊόν παρέχει συγκεκριμένα στοιχεία όχι μόνο στο θεραπευτή, αλλά και στο δημιουργό του και στα υπόλοιπα μέλη της οικογένειας. Πρέπει, συνεπώς, ο θεραπευτής να είναι προσεκτικός, μια και το εικαστικό έργο συχνά καθιστά εμφανές, σε συμβολικό επίπεδο, ένα υλικό που βρίσκεται σε λανθάνουσα κατάσταση.

Οι ειδικοί οφείλουν να επιδείξουν προσοχή στις τεχνικές, που ανακινούν έντονα συναισθήματα και προκαλούν διαπροσωπικές συγκρούσεις, ή αποκαλύπτουν μυστικά ατομικά και οικογενειακά. Κάθε θεραπευτής πρέπει να εξετάσει τη θεραπευτική αξία αυτών των καταστάσεων.

Ανεξάρτητα όμως από όλα αυτά, η εικαστική εμπειρία διευκολύνει την αλληλεπίδραση, την ανοιχτή στάση, την ευαισθησία και την υιοθέτηση νέων δεξιοτήτων. Παρέχει επίσης στην οικογένεια ένα πλαίσιο δοκιμής νέων ρόλων και νέου επικοινωνιακού ύφους, αφού οι θεραπευόμενοι μπορούν να έχουν την ευκαιρία της μεταξύ τους αντιμετώπισης με έναν καινούριο τρόπο μέσα από τη μη απειλητική εικαστική εμπειρία. Οι οικογένειες

μαθαίνουν γρήγορα ότι οι συμβολικές τους προσπάθειες στο πλαίσιο της εικαστικής θεραπείας ανοίγουν το δρόμο για την ανάληψη μεγαλύτερων πρωτοβουλιών στο σπίτι.

Ένα από τα απλούστερα κίνητρα, που έχει ο εικαστικός θεραπευτής για να ζητήσει από τα μέλη της οικογένειας να συνεργαστούν, είναι η δυνατότητα να αποδειχτεί διασκεδαστική η συνεργατική προσπάθεια. Αυτή η εγγενής στην εικαστική θεραπεία διάσταση, παρέχει στην οικογένεια ένα μέσο ανακάλυψης ορισμένων από τα δυνατά της σημεία και λειτουργεί ως καταλύτης για θετικές αλλαγές. (Landgarten, 1999)

4.5 Η Γνώση της Χρήση των Υλικών

Επισημαίνουμε ότι η χρησιμοποίηση των εικαστικών υλικών είναι σύμφυτη με την επιλογή του εικαστικού έργου. Εκτός από τη δημιουργική λειτουργία, τα υλικά εξυπηρετούν και άλλους σκοπούς (Landgarten, 1981). Για παράδειγμα, μπορούν να εξυψώσουν ή να αμβλύνουν τη συναισθηματική κατάσταση του θεραπευόμενου, να επηρεάσουν την ελευθερία της αυτοέκφρασης και να παρακάμψουν τις άμυνες. Γι' αυτό το λόγο το μέγεθος και οι ιδιότητες των υλικών λαμβάνονται προσεκτικά υπόψη. Τα υλικά θα μπορούσαν να τοποθετηθούν σε μια κλίμακα 10 σημείων, από τα λιγότερο έως τα περισσότερο ελεγχόμενα (βλ. τον παρακάτω πίνακα εικαστικών υλικών).

λιγότερο ελεγχόμενα	υγρός πηλός	γεφομοιγίες	μαλακή πλαστελίνη	λαδομοιγίες	μαρκαδόροι (λεπτοί)	κόλλες	σαλινοί πλαστελίνη	μαρκαδόροι (χοντροί)	ξύλομοιγίες	μολύβια	περισσότερο ελεγχόμενα
	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	

(Landgarten, 1999:30)

Στην οικογενειακή θεραπεία τα υλικά, τα οποία κατέχουν τις θέσεις από 3-8 της προαναφερθείσας κλίμακας, χρησιμοποιούνται πιο συχνά. Τα υλικά και ο χώρος για τη δημιουργία του εικαστικού έργου πρέπει να συνδέονται με τους αντικειμενικούς σκοπούς των κατευθυντηρίων οδηγιών. Για παράδειγμα, οι ασύνδετες οικογένειες εκφράζουν αυτή τη δυναμική στο εικαστικό τους έργο. (Minuchin, 1974) Σε κάποια στιγμή της θεραπείας τίθενται σε εφαρμογή εικαστικά σχέδια, που απαιτούν έναν

μικρό, περιχαρακωμένο χώρο, ώστε να εστιάσουν συμβολικά τη δημιουργική εργασία στη φυσική και ψυχολογική προσέγγιση της συγκεκριμένης οικογενειακής μονάδας. Αντίθετα, οι μη διαφοροποιημένες οικογένειες χρειάζονται μια ποικιλία εικαστικών υλικών και ξεχωριστών εικαστικών έργων, έτσι ώστε τα μέλη της οικογένειας να αποκτήσουν επίγνωση και να εργαστούν προς την κατεύθυνση της εξατομίκευσης τους. (Minuchin, 1974)

Όταν οι οικογένειες έχουν ανάγκη δομής και οριοθέτησης, χρησιμοποιούνται δίσκοι και κουτιά, αφού τα όρια προσδιορίζονται από τις ανυψωμένες πλευρές των αντικειμένων αυτών και τείνουν να προλαμβάνουν την εκδραμάτιση κατά τη δημιουργία του εικαστικού έργου. Σε άλλες περιπτώσεις, όπου οι κατευθύνσεις της θεραπείας αποβλέπουν στην αύξηση της εκτίμησης της οικογένειας μέσα από την άμεση ικανοποίηση ή την επίλυση προβλημάτων, είναι προτιμότερο να χρησιμοποιούνται υλικά που είναι εύκολα στη χρήση και βοηθούν τους θεραπευόμενους να ολοκληρώσουν το έργο τους το συντομότερο δυνατόν. Από την άλλη πλευρά, όπου η αναβολή της ικανοποίησης κρίνεται θεραπευτική, είναι καλύτερα να ανατίθεται μια εικαστική δραστηριότητα, που απαιτεί προσεκτικό σχεδιασμό και ευρύτερη εμπλοκή των μελών της οικογένειας. Σε αυτή την περίπτωση είναι προτιμότερη μια σύνθετη εικαστική δραστηριότητα που απαιτεί τη χρήση πολλών εικαστικών υλικών.

Ανεξάρτητα από τις κατευθύνσεις της θεραπείας, ο θεραπευτής παρατηρεί τον τρόπο που χρησιμοποιούνται τα υλικά καθώς και τις αντιδράσεις των ατόμων απέναντι σε αυτά. Αυτές οι παρατηρήσεις προσφέρουν επιπρόσθετες ενδείξεις για τις διαπροσωπικές συναλλαγές. Για παράδειγμα, κατά το στάδιο της αξιολόγησης, ένα παιδί μπορεί να εμφανίσει χαμηλή ανοχή σε ένα υλικό, που του είναι δύσκολο να χειριστεί. Οι αντιδράσεις της οικογένειας στις πράξεις του παιδιού φανερώνουν τον τρόπο, με τον οποίο αντιμετωπίζονται στο σπίτι παρόμοιες καταστάσεις. Εάν αποκαλυφθούν μη κατάλληλοι ρόλοι ή συμπεριφορές, ο θεραπευτής μπορεί να χρησιμοποιήσει το ίδιο ακριβώς υλικό στο μέλλον, έτσι ώστε να επανέλθει στο ζήτημα αυτό και να το αντιμετωπίσει. (Landgarten, 1999)

Συμπερασματικά, θα υποστηρίξαμε ότι ο εικαστικός θεραπευτής πρέπει απαραίτητως να έχει μια ολοκληρωμένη αντίληψη για τα εικαστικά υλικά, τις κατευθύνσεις της θεραπείας και τις απαιτούμενες διεργασίες. Ένας πρωταρχικός παράγοντας κατά το στάδιο της διάγνωσης και της θεραπευτικής αντιμετώπισης είναι η ευθύνη του εικαστικού ψυχοθεραπευτή να λειτουργεί ταυτόχρονα σε δυο επίπεδα. Το πρώτο

βασίζεται στη γνώση της κλινικής εικαστικής θεραπείας και το δεύτερο κινείται στο πλαίσιο της οικογενειακής θεραπείας. Οι δύο αυτές θεωρίες συνδυάζονται δημιουργικά κατά την εφαρμογή τους, βοηθώντας τις οικογένειες να αναλάβουν δράση για την εξάλειψη των συμπτωμάτων και τη βελτίωση της ποιότητας ζωής τους. (Landgarten ,1999)

4.6 Θεραπεία μέσω Εικαστικών σε ανάπηρα παιδιά

Τονίζουμε εδώ ότι η θεραπεία ανάπηρων παιδιών είναι, σε γενικές γραμμές, ίδια με τη θεραπεία εκείνων που φαίνονται και ενεργούν «φυσιολογικά», αλλά έχουν συναισθηματικά προβλήματα. Τα παιδιά με σωματικές ή αισθητηριακές αναπηρίες έχουν εμφανή προβλήματα. Ακόμη κι αν έχουν μια μη ορατή μειονεξία, όπως η νοητική καθυστέρηση, διαφέρουν αισθητά από τα άλλα παιδιά. Αλλά τα ανάπηρα παιδιά μοιάζουν με τα άλλα παιδιά ως προς τα ενδιαφέροντά τους για τα καλλιτεχνικά υλικά, την επιθυμία τους να είναι ανεξάρτητα, την ανησυχία τους να αποκτήσουν επιδεξιότητα και τα αισθήματα φόβου, ζήλιας και θυμού. (Rubin , 1997)

Επειδή όμως, «στερούνται» πολλά πράγματα, ακόμα κι όταν τους προσφέρεται η καλύτερη φροντίδα, είναι «πεινασμένα» και πιο πρόθυμα – τρέφουν μια λαχτάρα – για αισθητηριακές και δημιουργικές, καθώς και για συναισθηματικές και διαπροσωπικές εμπειρίες.

Εξαιτίας των περιορισμών που αντιμετωπίζουν στην όραση, την κινητικότητα, την αντίληψη, την κατανόηση ή τον έλεγχο, τα ανάπηρα παιδιά συνήθως απαιτούν περισσότερη δραστηριότητα και ενασχόληση από την πλευρά του θεραπευτή, ώστε αφενός να «συμπληρωθούν» τα κενά τους στα σημεία ,όπου υστερούν και, αφετέρου, να δημιουργηθεί μια ασφαλής και άνετη κατάσταση, απαραίτητη προϋπόθεση για την αποτελεσματική τους θεραπεία.

Συνεπώς, σε ένα τυφλό παιδί χρειάζεται να μιλάμε περισσότερο από ό,τι σε ένα παιδί που βλέπει, πρέπει να του λέμε τι υλικά υπάρχουν και πού βρίσκονται και να το καθησυχάζουμε με την παρουσία μας, μιλώντας του συνεχώς. Τα παιδιά αυτά έχουν ιδιαίτερα προβλήματα, όταν έρχονται αντιμέτωπα με τα αισθήματα και τις φαντασιώσεις τους σχετικά με τις αδυναμίες τους και, κυρίως, με το πώς και το γιατί τους συνέβη κάτι τέτοιο και πώς θα το χειριστούν στο παρόν και στο μέλλον. (Rubin,1997)

Η προμήθεια υλικών, τα οποία μπορούν να χειριστούν τα τυφλά παιδιά έχει μεγάλη σημασία, ενώ για να τα βοηθήσουμε να ξεκινήσουν, απαιτούνται περισσότερες οδηγίες

και παραδείγματα απ' ό,τι χρειάζονται τα παιδιά, που έχουν την όρασή τους, και διαθέτουν και περισσότερες δημιουργικές εμπειρίες.

Η χρήση καλλιτεχνικών υλικών, όπως είναι ο πηλός, ως φανταστικών υποκατάστατων, συμπληρωματικών αντικειμένων, ή ακόμη και για προστασία, είναι ,επίσης, πολύ συνηθισμένη στα τυφλά παιδιά. (Rubin ,1997)

4.7 Θεραπεία μέσω Εικαστικών σε γυναίκες με διατροφικές διαταραχές

Η Minde (1996) αναφέρει, ότι υπάρχει μια άποψη, κατά την οποία η κύρια αιτία της νευρικής ανορεξίας είναι η σχέση μητέρας και κόρης. Αυτή βέβαια είναι μια πολύ στενή αντίληψη για ένα τόσο πολύπλοκο πρόβλημα. Ο αντίκτυπος του πολιτισμού πάνω στις γυναίκες είναι πολύ πιο σημαντικός. Είναι πολύ ενδιαφέρον, ότι ενώ μερικές γυναίκες λιμοκτονούν και άλλες καταβροχθίζουν τεράστιες ποσότητες, όλες νιώθουν παχιές.

Ο θεραπευτής καλείται να λειτουργήσει, όταν εργάζεται με μια ομάδα τέτοιων ασθενών, με βάση μια αρχή: να τις συναντήσει *«εκεί που είναι»*. Συχνά αισθάνονται ότι παλεύουν μόνες τους και ότι δεν επιτυγχάνεται η *«συνάντηση»* τους με το θεραπευτή. Συχνά πολλές από αυτές τις ασθενείς είναι αρκετά σαφείς, μπορούν να μιλούν επιφανειακά για το πρόβλημα τους, δεν έχουν, ωστόσο, την παραμικρή επαφή με τα συναισθήματα τους. Σε πολλές από τις γυναίκες αυτές, που λειτουργούσαν πολύ ικανοποιητικά στη δουλειά τους κατέχοντας υψηλές θέσεις με μεγάλες ευθύνες, ήταν ευδιάκριτος ένας συνεχής εσωτερικός πόλεμος, καθώς αγωνίζονταν να επιζήσουν σε άλλους τομείς της ζωής τους.

Στις περιπτώσεις αυτές φαίνεται να μην υπάρχει σχέση ανάμεσα στους δύο κόσμους, δηλαδή να διατηρείς μια ωραία εξωτερική εικόνα, να εξασκείς επαρκώς ένα επάγγελμα, να κάνεις αυστηρή δίαιτα με απόλυτο αυτοέλεγχο και ταυτόχρονα να καταβροχθίζεις φαγητό και να το κάνεις εμετό. Οι συναισθηματικές ανάγκες προκαλούν πείνα, γίνονται εμετός ή καταβροχθίζονται μαζί με το φαγητό. Επειδή αρκετές από τις ασθενείς αυτές μιλούν πολύ, συχνά πίσω απ' τις λέξεις κρύβουν τους πραγματικούς φόβους τους και την έλλειψη αυτοεκτίμησης. Είναι εύκολο, όπως λέγεται, να καθίσεις στον *«πρώτο όροφο»* και να μιλήσεις με την ασθενή, ενώ στην πραγματικότητα εκείνη βρίσκεται στο *«υπόγειο»*.

Όμως, το έργο τέχνης γίνεται σημείο συνάντησης ανάμεσα στο θεραπευτή και στον ασθενή. Μπορούν να πάνε μαζί ένα ταξίδι στον *«κάτω κόσμο»* και να κατανοήσουν το κρυμμένο νόημα πίσω από μια πάλη που μπορεί να γίνεται εδώ και πολλά χρόνια. Ακόμη

κι αν οι ασθενείς αισθανθούν ότι έχουν μια εντελώς φυσιολογική σχέση με το φαγητό, εφόσον δεν αντιμετωπίσουν τα προβλήματα τους, συχνά θα εμφανίσουν και διάφορα άλλα συμπτώματα. Είναι ένας συνεχής αγώνας αναζήτησης ταυτότητας.

Έχει παρατηρηθεί, ότι ανορεκτικές γυναίκες καταβάλλουν προσπάθειες, για να μπορέσουν να δουλέψουν με ολόκληρο το σώμα. Αρκετές μπορούσαν να ζωγραφίσουν μόνο μισό πρόσωπο ή κάποια μέρη του σώματος. Ένιωθαν ότι με το υπόλοιπο δεν είχαν επαφή.

Τα διάφορα καλλιτεχνικά υλικά εξυπηρετούν ποικίλους σκοπούς κατά τη θεραπεία. Πολλές ανορεκτικές ασθενείς διαλέγουν κραγιόνια, γιατί νομίζουν ότι τα ελέγχουν πιο εύκολα. Εκείνο, όμως, που έχει μεγάλη σημασία, είναι να νιώθουν ασφαλείς με το θεραπευτή και ο θεραπευτής να μπορεί να κατανοήσει τους φόβους και τα βαθύτερα τους συναισθήματα. Μόνο τότε θα προχωρήσουν πιο πέρα και θα χρησιμοποιήσουν διάφορα υλικά. (Jennings ,1996)

Η Minde αναφέρει επίσης ότι μερικές φορές δίνει υλικά που θα προκαλέσουν την ασθενή να κάνει ένα σημαντικό βήμα ή να έρθει σε επαφή με τη χαρά του παιχνιδιού. Πολλές απ' αυτές τις γυναίκες νιώθουν ότι όταν ήταν παιδιά δεν τους επέτρεψαν να παίξουν, ότι ανέλαβαν νωρίς πολλές ευθύνες. Το παιχνίδι μπορεί να τους φαίνεται απειλητικό, αλλά μέσω των εικαστικών σιγά - σιγά έρχονται ξανά σ' επαφή με το παιχνίδι. Σε άλλες πάλι περιπτώσεις, ορισμένες από αυτές τις ασθενείς δεν έχουν όρια και δοκιμάζοντας τα διάφορα υλικά, καμιά φορά ξεκαθαρίζουν τα όρια στις σχέσεις τους.(Minde στο Jennings, 1996)

Η θεραπεία μέσω των εικαστικών και η δραματοθεραπεία, μαζί με ορισμένες μυθικές δομές, γίνονται τα «σημεία συνάντησης», όπου συναντώνται ο ασθενής και ο θεραπευτής.

Επομένως, για τον ψυχοσωματικό ασθενή που έχει μια πολύ εύθραυστη εικόνα του εαυτού του, εκείνο που είναι πάντα «νευρικό» είναι το στομάχι, «ευερέθιστα» τα έντερα και «σπασμένα» τα νεύρα, ποτέ όμως το ίδιο το άτομο (Helman στο Jennings,1996).

Προέχει να ζωγραφίσουν οι θεραπευόμενοι και τις δύο εικόνες, πρώτα το μέρος του σώματος που θεωρούν άρρωστο ή αδύναμο και στη συνέχεια ένα άλλο, το οποίο θεωρούν υγιές, ώστε να μπορέσουν να αναγνωρίσουν την «υγιή πλευρά» και να δημιουργήσουν μια γέφυρα θεραπευτικής ενέργειας που μπορεί να χρησιμοποιηθεί από το δυνατό προς το αδύναμο μέρος. Είναι, επίσης, πιθανό οι άνθρωποι να προσπαθήσουν

να δημιουργήσουν μόνο το δυνατό και γερό μέρος και να αρνηθούν ότι έχουν και πλευρές αδύναμες ή άρρωστες. (Jennings ,1996)

Είναι διαπιστωμένο, ότι πολλοί δυσκολεύονται να εγκαταλείψουν έναν «άρρωστο ρόλο» ή να πάψουν να είναι ανάπηροι. Νιώθουν ορατοί μόνον, αν είναι άρρωστοι. Αυτό μπορεί να φθάνει στην παιδική ηλικία, κατά την οποία αποδίδεται στα παιδιά ο ρόλος του αρρώστου και τα παιδιά ανακαλύπτουν τη δύναμη της αδυναμίας.

Εξάλλου, ένα θέμα που εμφανίζεται συχνά, είναι το θέμα της «βιονικής γυναίκας», που δεν επιτρέπει στον εαυτό της να αρρωστήσει. Το ότι δεν παραδέχεται ποτέ ότι δεν είναι καλά αποτελεί μέρος της πολλαπλής επιτυχίας της στη δουλειά και στην οικογένεια. Αυτός βέβαια είναι ένας ψεύτικος ρόλος και απαιτεί πολλή ενέργεια για να συνεχιστεί. Αν εσωτερικευθεί και διατηρηθεί για μεγάλη χρονική περίοδο, μπορεί να καταλήξει σε διατροφικές διαταραχές, αμέλεια του σώματος και παραμέληση των συνθηκών υγιεινής. (Jennings ,1996)

Μέσα από τα εικαστικά και το δράμα οι άνθρωποι ανακαλύπτουν πώς να παίζουν και, βοηθούμενοι να εξερευνήσουν διάφορους ρόλους ή να αναδιαμορφώσουν το ρόλο στον οποίο νομίζουν ότι έχουν κολλήσει, αρχίζουν σταδιακά να κατασκευάζουν την εικόνα του εαυτού τους. Η εικόνα σχηματίζεται κομματάκι- κομματάκι, σαν τα πάζλ. Μαθαίνουν να αφήνουν κατά μέρος τα κομμάτια, που δεν ανήκουν στην εικόνα τους. Δεν είναι μόνο η εικόνα που έχουν για τον εαυτό τους, αλλά και ο ρόλος που έχουν σε σχέση με την εικόνα αυτή, η οποία οδηγεί στη μεταμόρφωση και στην ωριμότητα. Ως άνθρωποι, όμως, δε θα έχουν ποτέ την εικόνα ολόκληρη και κάνουν το ταξίδι της ζωής για να ανακαλύψουν νέες πτυχές του εαυτού τους και του κόσμου. (Jennings ,1996)

4.8 Ο κοινωνικός λειτουργός στη Θεραπεία μέσω Εικαστικών

Ο κοινωνικός λειτουργός θα πρέπει να εκπαιδευθεί στην θεραπεία μέσω τέχνης όπου ακολουθείται η εικαστική θεραπεία.. Ως θεραπευτής, ακολουθεί τη διαδικασία, τις μεθόδους και τις αξίες του επαγγέλματος, σε συνδυασμό με τη βαθύτερη γνώση της ψυχοθεραπείας και της θεραπείας μέσω εικαστικών όπως περιγράφεται παραπάνω. Ο κοινωνικός λειτουργός που είναι θεραπευτής μέσω εικαστικών θα πρέπει να είναι γνώστης όλων των τεχνικών και των αμυντικών μηχανισμών που παρουσιάζονται κατά τη διάρκεια της διάγνωσης και της θεραπείας.

Επειδή υπάρχουν τόσες σωματικές απαιτήσεις από τους θεραπευτές μέσω των εικαστικών και από τους δραματοθεραπευτές, οι επαγγελματίες πρέπει να βρίσκουν χρόνο και χώρο να αναβιώνουν τα εικαστικά και το δράμα για τον εαυτό τους. Είναι επίσης πολύ σημαντικό να έχουν αρκετό «ελεύθερο χρόνο», ώστε το σώμα τους να έχει την ευκαιρία να αναγεννάται. Είναι εύκολο να αυτοματοποιηθείς χωρίς αρκετή φυσική τροφή και ανεφοδιασμό. (Jennings ,1996)

ΚΕΦΑΛΑΙΟ 5:

Το Θεραπευτικό Παιχνίδι: θεωρίες και αντιλήψεις

5.1 Γενική θεώρηση της Παιγνιοθεραπείας

Σύμφωνα με τον Winnicott καλό είναι να θυμόμαστε πάντοτε ότι το παιχνίδι είναι από μόνο του μια θεραπεία. Το να φροντίσουμε να είναι τα παιδιά ικανά να παίζουν, είναι καθαυτό μια ψυχοθεραπεία, που έχει άμεση και καθολική εφαρμογή και περιλαμβάνει την εδραίωση μιας θετικής κοινωνικής στάσης απέναντι στο παιχνίδι. (Winnicott,1979)

Ωστόσο, σύμφωνα με τον Winnicott (1979) ερμηνεία έξω από την ωρίμανση του υλικού είναι κατήχηση, και παράγει συμμόρφωση. Το αποτέλεσμα είναι ότι προκύπτει αντίσταση, όταν η ερμηνεία δίνεται έξω από την περιοχή του παιχνιδιού που παίζουν μαζί θεραπευόμενος και θεραπευτής. Όταν ο θεραπευόμενος δεν έχει την ικανότητα να παίζει, η ερμηνεία προκαλεί σύγχυση. Όταν υπάρχει αμοιβαίο παίξιμο, τότε η ερμηνεία, σύμφωνα με τις αποδεκτές ψυχαναλυτικές αρχές, μπορεί να προωθήσει τη θεραπευτική δουλειά. Για να γίνει η ψυχοθεραπεία, αυτό το παίξιμο πρέπει να είναι αυθόρμητο και όχι υπάκουο ή συγκαταβατικό. (Winnicott ,1979)

5.1.1 Θεραπεία μέσω Τέχνης στην Θεραπεία μέσω παιχνιδιού

Σημαντική είναι η συνεισφορά της λεγόμενης «θεραπείας μέσω τέχνης», που αναγνωρίζει τη δημιουργικότητα στο παιχνίδι των παιδιών. Συγκεντρώνεται στις δημιουργικές διαδικασίες του σχεδίου, της ζωγραφικής και της γλυπτικής. Τα παιδιά μπορούν να εξερευνήσουν και να παίζουν με καλλιτεχνικά υλικά, όπως και να τα χρησιμοποιήσουν για την δημιουργία μιας εικόνας.

Παραθέτουμε εδώ την άποψη της θεραπεύτριας μέσω τέχνης Susan Turner, για να αποσαφηνιστεί ο ρόλος ζωγραφικής και παιχνιδιού: «Είναι ένας τρόπος να αντικειμενοποιήσουν και να εκφράσουν σκέψεις και αισθήματα, να πειραματιστούν με σχέσεις, να ανακαλύψουν νέες προσεγγίσεις, ή να απορροφήσουν και να ξεπεράσουν παλιές εμπειρίες με το να δημιουργούν συμβολικές μορφές, στις οποίες οι εμπειρίες μπορούν με ασφάλεια να περιοριστούν, να τις αναβιώσουν και εν καιρώ να επουλωθούν. Επιπλέον, οι ισχυρές δηλώσεις μπορούν να γίνουν με μια ανεκτή μορφή, για παράδειγμα, η επιθετική, μη-ανεκτή συμπεριφορά μπορεί να εκφραστεί μέσω της ζωγραφικής, όπου και θα μπορεί να επιλυθεί. Η ανάγκη να υποκρίνονται μειώνεται και αυτό μπορεί να επιφέρει μια θετική αλλαγή στην ανάπτυξη και συμπεριφορά του παιδιού. Είναι, επίσης,

αλήθεια ότι αν το παιδί έχει ανάγκη να είναι καταστροφικό στην ζωγραφική του, τότε έχει επίσης την ευκαιρία να αντιδράσει και να αποκαταστήσει στην καλλιτεχνική του δουλειά αυτό που ένοιωθε την ανάγκη να καταστρέψει για κάποια περίοδο. Αυτό μπορεί να αποβεί χρήσιμο στο να καταστήσει ικανό το παιδί να ξεπεράσει τον φόβο να κατακλυστεί από αρνητικά συναισθήματα».

(Turner στο McMahon ,1992)

Ο ρόλος του θεραπευτή ακολουθεί τις μη-κατευθυνόμενες αρχές της Axline, συμπεριλαμβανομένων και των ορίων τους. Η Susan Turner στοχεύει στην παροχή άνετου και ασφαλούς σκηνικού, που όσο μακριά και αν βρισκόμαστε σωματικά είναι το ίδιο, και στο οποίο το παιδί νοιώθει ασφάλεια. Όπως πολύ περιπατητικοί λειτουργοί, η θεραπεύτρια δεν είχε την δυνατότητα να έχει ένα δωμάτιο ειδικά σχεδιασμένο για την συνεδρία της. Η ίδια τοποθετεί τα καλλιτεχνικά υλικά για το παιδί στην άκρη ενός μεγάλου πλαστικού φύλλου στο πάτωμα και κάθεται η ίδια σε μια κοντή καρέκλα σε κοντινή απόσταση.

Ας δούμε τις απόψεις της ίδιας, που μας αποσαφηνίζουν το ρόλο του θεραπευτή: «Ο θεραπευτής μέσω τέχνης εκπαιδεύεται στο να είναι ανήσυχος και ευαίσθητος στην αναγνώριση της συναισθηματικής φύσης των διαδικασιών ζωγραφικής/παιχνιδιού. Στην συνεδρίαση η παρέμβαση και η έμπρακτη συμμετοχή της διέφεραν ανάλογα με τις ανάγκες και την περίπτωση του παιδιού. Μπορεί να είναι αρκετό να νοιώσει ασφαλές το παιδί, ώστε να αποκαλύψει ισχυρά αισθήματα με συμβολικό τρόπο και να τα επεξεργαστεί εσωτερικά σε ένα ασυνείδητο ή συνειδητό επίπεδο χωρίς την παρέμβαση ή συζήτηση του θεραπευτή. Ο θεραπευτής διατηρεί τον σεβασμό της ικανότητας του παιδιού να λύσει τα δικά του προβλήματα.

Στην ζωγραφική, το παιδί αναλαμβάνει την ευθύνη να κάνει επιλογές και να θέσει αλλαγές. Ωστόσο, μερικές φορές στην θεραπεία το παιδί μπορεί να χρειαστεί μια πιο ενεργητική κατανόηση και αλληλεπίδραση με τον θεραπευτή όσον αφορά την επικοινωνία με το έργο ζωγραφικής / το παιχνίδι. Μπορεί να είναι απαραίτητο για τον θεραπευτή να κατονομάσει και να αντικατοπτρίσει τα αισθήματα / τους προβληματισμούς πίσω στο παιδί, ώστε να μην νοιώσει καταβεβλημένος, αλλά να αποκτήσει διορατικότητα και, με την υποστήριξη του θεραπευτή, να καταφέρει να ξεπεράσει τις συγκεκριμένες του δυσκολίες». (Turner στο McMahon ,1992)

5.2 Η δημιουργικότητα στην Παιγνιοθεραπεία

Στο παίξιμο, και μόνο σ' αυτό, το παιδί (αλλά και ο ενήλικος) είναι ικανό να είναι δημιουργικό και να χρησιμοποιεί όλη του την προσωπικότητα και μόνον, όταν είναι δημιουργικό το άτομο, ανακαλύπτει τον εαυτό του.

Άμεσα συνδεδεμένο μ' αυτό, είναι το γεγονός ότι μόνο στο παίξιμο είναι δυνατή η επικοινωνία - εκτός από την άμεση επικοινωνία που ανάγεται στην ψυχοπαθολογία, ή σε υπερβολική ανωριμότητα.

Συχνά στην κλινική δουλειά συναντούμε πρόσωπα, που θέλουν βοήθεια και που αναζητούν τον εαυτό τους, πρόσωπα που προσπαθούν να βρουν τον εαυτό τους στα προϊόντα των δημιουργικών τους εμπειριών. Αλλά για να βοηθήσουμε αυτούς τους ασθενείς, πρέπει να κατέχουμε σε βάθος τη σημασία της δημιουργικότητας. Είναι σαν να κοιτάζουμε ένα βρέφος στα πρώιμα στάδια της ανάπτυξής τους και μετά κάνουμε ένα άλμα στην παιδική ηλικία, όπου το παιδί παίρνει περιπτώματα ή κάποιο υλικό που έχει την υφή περιπτώσεων και μ' αυτό προσπαθεί να κάνει κάτι. Αυτό το είδος δημιουργικότητας είναι βάσιμο και πολύ κατανοητό, αλλά χρειαζόμαστε μια ξεχωριστή μελέτη της δημιουργικότητας σαν χαρακτηριστικού της ζωής και του συνολικού τρόπου ζωής. (Winnicott ,1979)

Η αναζήτηση μπορεί να έρθει μόνο από ακατάστατη άμορφη λειτουργία, ή ίσως από ένα στοιχειώδες παίξιμο, όπως σε μια ουδέτερη ζώνη. Μόνον εκεί, σ' αυτή τη μη ολοκληρωμένη κατάσταση της προσωπικότητας, μπορεί να εμφανιστεί εκείνο που περιγράψαμε σαν δημιουργικό. Αυτό, αν αντανάκλασθεί, αλλά μόνο αν αντανάκλασθεί, γίνεται μέρος της οργανωμένης ατομικής προσωπικότητας, και τελικά αυτό κάνει το άτομο «να είναι», να ανακαλυφθεί, τελικά το καθιστά ικανό να συμπεράνει την ύπαρξη του εαυτού του.

Από εδώ συνάγεται μεγάλο όφελος για τη θεραπευτική διαδικασία. Καλούμαστε να δώσουμε ευκαιρία για άμορφη εμπειρία και για δημιουργικές παρορμήσεις, κινητικές και αισθητηριακές, που είναι τα συστατικά του παιχνιδιού. Στη βάση του παιχνιδιού δομείται το σύνολο της βιοματικής ύπαρξης του ανθρώπου. Τότε δεν είμαστε πλέον ούτε εσωστρεφείς, ούτε εξωστρεφείς. Βιώνουμε τη ζωή στην περιοχή των μεταβατικών φαινομένων, στη συναρπαστική πρόσμιξη υποκειμενικότητας και αντικειμενικής παρατήρησης και στην ενδιάμεση περιοχή ανάμεσα στην εσωτερική πραγματικότητα του ατόμου και την κοινή πραγματικότητα του κόσμου, που για τα άτομα είναι εξωτερική. (Winnicott ,1979)

Έτσι εξακριβώνουμε εάν τα άτομα ζουν δημιουργικά και αισθάνονται ότι η ζωή είναι αξία να τη ζει κανείς, ή εάν δεν μπορούν να ζήσουν δημιουργικά και αμφιβάλλουν για την αξία της ζωής. Αυτή η μεταβλητή στις ανθρώπινες υπάρξεις συνδέεται άμεσα με την ποιότητα και την ποσότητα της πρόνοιας του περιβάλλοντος στο ξεκίνημα, ή στις πρώιμες φάσεις των εμπειριών ζωής κάθε βρέφους. (Winnicott, 1979)

5.3 Μηχανικά-αισθητήριο και ναρκισσιστικό παιχνίδι κατά την Αισθησιοκινητική περίοδο.

Είναι γνωστό, ότι στις πρώτες εβδομάδες το παιχνίδι ενός μωρού επικεντρώνεται στο ίδιο του το σώμα ή στο σώμα της μητέρας του σαν να ήταν δικό του. Η Peller (1964) το αποκαλεί *ναρκισσιστικό παιχνίδι*. Οι αρχικές εμπειρίες του είναι αισθητηριακές. Το βρέφος ανταποκρίνεται με όλο του το σώμα στον ήχο, όπως το ρυθμικό καρδιοχτύπι, ή όταν του μιλάνε ή του τραγουδάνε, στην *όσφρηση* και στην *γεύση*, του γάλατος της μητέρας και του σώματος της, στην *αφή* και στην *κίνηση*, η ζεστασιά της επαφής-άνεσης με το σώμα της μητέρας, την υφή των ρούχων, την αίσθηση όταν κουβαλιούνται ή λικνίζονται, την αίσθηση όταν τρέφονται και κάνουν τις ανάγκες τους, ή την αίσθηση του νερού όταν είναι στην μπανιέρα, και στην *όραση* του φωτός και του σκότους, της φωτεινότητας, του χρώματος και του μοτίβου, των προσώπων και της κίνησης. (Peller στο McMahon, 1992)

Ο Piaget (1951) περιγράφει την ανάπτυξη του *μηχανικά-αισθητήριου παιχνιδιού* από τις απαρχές του. Το βρέφος χρησιμοποιεί το στόμα του στις αρχικές του εξερευνήσεις, το *στοματικό στάδιο* του Freud. Ανακαλύπτει τα χέρια, έπειτα τα πόδια, και παίζει με αυτά, ανακαλύπτοντας πως μπορεί να φτάσει αντικείμενα, να τα κάνει να κουνηθούν, να τα πιάσει και να τα φέρει κοντά του ώστε να τα εξερευνήσει περισσότερο με το στόμα του ή και με τα δύο του χέρια. Το βρέφος χαίρεται ιδιαίτερα την επανάληψη μιας πράξης που έχει μάθει, όπως το δυνατό πιάσιμο ή το κροτάλισμα της κουδουνίστρας. Σε αυτό το *εκπαιδευτικό παιχνίδι* το βρέφος λαμβάνει ιδιαίτερη «χαρά με το να είναι το αίτιο» και γίνεται όλο και πιο επιδέξιο και γνώριμο με το αντικείμενο. Μερικές φορές το παιχνίδι γίνεται τελετουργικό, όσο μια πράξη επαναλαμβάνεται διαρκώς τόσο με συγκέντρωση, όσο και με χαρά. Για παράδειγμα, κρυφοκοιτάζοντας μέσα από μια τρύπα ή κυλώντας μια μπάλα.

Πρόκειται εδώ για μια μοναδική σχέση με το χρόνο: σε αυτό το στάδιο, το παιχνίδι αφορά μόνο το παρόν, αφού το βρέφος δεν έχει λόγια ή σύμβολα ή ακόμα και νοητικές

εικόνες, για να κωδικοποιήσει την εμπειρία του. Το παιδί χρησιμοποιεί τις αισθήσεις του και το σώμα του για να *αφομοιώσει* την εμπειρία του. Ο Bruner (1966) το αποκαλεί *αναπαραστατική σκέψη*. Τα βρέφος ανακαλύπτει εμπράκτως πράγματα σχετικά με τον πραγματικό κόσμο. Αυτό είναι δυνατόν να συμβεί μόνο όταν το αντικείμενο της εξερεύνησης είναι σχετικά καινούριο και όχι τρομακτικό. Το *εξερευνητικό παιχνίδι* μπορεί να λάβει μέρος εντός ασφαλών ορίων. Όσο τα αντικείμενα του παιχνιδιού γίνονται πιο γνώριμα, το βρέφος μετακινείται από το να ρωτάει (όχι, βέβαια, συνειδητά σε αυτό το στάδιο) τι μπορεί να κάνει αυτό το αντικείμενο, στο τι μπορώ να κάνω εγώ με το αντικείμενο αυτό. Ο Millar (1968) αποκαλεί αυτό το στάδιο *εκμεταλλευτικό παιχνίδι*. Το παιδί που έχει κατοχυρώσει τα σωματικά άκρα στο δικό του, αλλά και στις μητέρας του το σώμα, και των άκρων των αντικειμένων του πραγματικού κόσμου, βρίσκεται καθοδόν προς το στάδιο αυτό που ο Winnicott αποκαλεί *μεταβατικό παιχνίδι*.

Ο ρόλος της μητέρας εδώ είναι καταλυτικός: το παιχνίδι της μητέρας βοηθάει το μωρό της στην εύρεση αυτών των σωματικών, αλλά και νοητικών άκρων. Το πρώιμο παιχνίδι εστιάζεται γύρω από το τάϊσμα, το πλύσιμο και το ντύσιμο. Απόλυτα προσαρμοσμένη στο μωρό της η μητέρα το μιμείται, αντικατοπτρίζει τους ήχους του και τις κινήσεις του προσώπου του.

Ο Winnicott (1971) περιγράφει εν προκειμένω τη μητέρα που δίνει υπόσταση σε αυτό, που το μωρό είναι έτοιμο να ανακαλύψει. Το βρέφος, επισημαίνει ο ίδιος, βρίσκει αυτό το είδος παιχνιδιού ιδιαίτερα συναρπαστικό διότι του δίνεται η εμπειρία της παντοδυναμίας ή του μαγικού ελέγχου. Το βρέφος ξεκινά να *μιμείται* τις πράξεις της μητέρας. Για παράδειγμα, καθώς αυτή του παρουσιάζει παιχνίδια, με τα οποία περιμένεις την σειρά σου, όπως το «Κου – Πε – Πε» (Pat-a-cake) και το «Μπου – Τα» (Peep-boo). Για το βρέφος αυτά τα παιχνίδια περιλαμβάνουν τη διαδικασία της *φιλοξενίας* στον πραγματικό κόσμο και την έναρξη του *κοινωνικού παιχνιδιού*.

Η μητέρα επιταχύνει αρχικά το παιχνίδι, ώστε «να πιάσει» την αντίδραση του παιδιού και να την ενσωματώσει, ή αφήνει διαστήματα, στα οποία το παιδί μπορεί να λάβει μέρος και να δοκιμάσει με την σειρά του. Καθώς η μίμηση ενός παιδιού γίνεται όλο και πιο επιδέξια, η μητέρα βοηθά το παιδί στο να παίρνει την πρωτοβουλία. Για παράδειγμα, κρύβει το πρόσωπο του στο «Μπου-Τα», μέχρι το παιχνίδι να έχει αληθινή αμοιβαία ανταπόκριση. Αυτό βοηθά επιπλέον την *αφομοίωση*, ώστε το παιχνίδι να γίνει αυθόρμητο και μέρος του ρεπερτορίου του παιχνιδιού του παιδιού παρά της μητέρας. Η μητέρα σταδιακά αποστασιοποιείται, δεν προσπαθεί να ταιριάξει στις πράξεις του παιδιού της ή να εισάγει τις δικές της ιδέες, έτσι ώστε να εμπλουτίσει το παιχνίδι. Η

μητέρα και το παιδί συνεχίζουν να παίζουν μαζί, αλλά όλο και πιο αυξανόμενα ως ξεχωριστοί άνθρωποι, παρά ως ένα ενιαίο σύνολο.

Η αυξανόμενη συνειδητοποίηση των παιδιών ότι δεν είναι παντοδύναμα και ότι, όπως όλοι οι άνθρωποι, είναι εν τέλει μόνοι, οδηγεί σε νευρική κατάσταση. Το παιχνίδι βοηθάει τα παιδιά να αντέξουν αυτό το πράγμα, δίνοντας τους αυτονομία και μια αίσθηση, ότι έχουν τον έλεγχο καθώς παίζουν εντός μιας ασφαλούς περιοχής, που οριοθετείται μεταξύ του εαυτού τους και της μητέρας τους. Αυτός είναι ένας τρόπος γεφύρωσης του κενού ανάμεσα στον εσωτερικό κόσμο του παιδιού και την πραγματικότητα του εξωτερικού κόσμου. Στο «παιχνίδι υπό τον έλεγχο του παίκτη» οι φαντασιώσεις και ευρηματικότητες του παιδιού συνδέονται με αληθινούς ανθρώπους ή αντικείμενα. Ο Winnicott το θεωρεί αυτό ως την *απαρχή* κάθε δημιουργικότητας.

Αρχικά, το πρώτο πράγμα που δημιουργεί ένα παιδί είναι το *μεταβατικό αντικείμενο*, το μαλακό ύφασμα, η κορδέλα ή το παιχνίδι, τα οποία και λειτουργούν ως καταπραϋντικά, παρηγορητικά, προστάτες και φίλοι. Έχουν την δική τους ζωτικότητα ζεστασιάς, κίνηση, υφή και μυρωδιά, στοιχεία τα οποία και δεν πρέπει να αλλάξουν, παρά μόνο από το ίδιο το παιδί και στοιχεία τα οποία μπορούν να επιζήσουν την διεγερμένη αγάπη του και τον ακρωτηριασμό, όπως και την στοργή και τα αγκαλιάσματα.

Επειδή αυτό ακριβώς είναι κάτι που βρίσκεται εντός και εκτός του παιδιού, το μεταβατικό αντικείμενο υποστηρίζει το παιδί, που «είναι απασχολημένο στην αέναη ανθρώπινη αποστολή της συγκράτησης της εσωτερικής και εξωτερικής πραγματικότητας ως ξεχωριστών πραγμάτων, αλλά ταυτόχρονα συσχετισμένα μεταξύ τους». (Winnicott στο McMahon ,1992) Το ενταγμένο παιδί που δημιουργεί το δικό του μεταβατικό αντικείμενο έχει ήδη κάνει το πρώτο του βήμα στο συμβολικό παιχνίδι.

5.3.1 Ανένταχτα παιδιά

Που αποσκοπούν οι θεραπείες μέσω του παιχνιδιού; Ο στόχος των περισσότερων είναι να επιδιορθώσουν ή να αναδημιουργήσουν την διαδικασία της *ασφαλούς προσκόλλησης* (process of parent attachment) και της ικανοποίησης.

Ορισμένες φορές η μητέρα νοιώθει καταβεβλημένη από τον πόνο, που προκαλείται από τις προβολές θυμού του βρέφους. Αυτό μπορεί να συμβεί, αν η ίδια είναι επίσης ανήσυχη ή θυμωμένη και δεν έχει θετικά συναισθήματα για να στηριχθεί πάνω τους, ή όταν η ίδια δεν έγινε υποκείμενο προσκόλλησης και ικανοποίησης.

Οι Corey και Forryan (1987) αναφέρουν ένα κατάλογο από μητρικές ανταποκρίσεις. Πρόκειται για ένα είδος «κόσκινου», όπου η επικοινωνία διαπερνάει απευθείας. Σε αντίθετη περίπτωση η μητέρα γεμίζει με συναίσθημα άγχους.

Έρευνες που βασίστηκαν στην θεωρία της προσκόλλησης (Bowlby 1988), έχουν βοηθήσει στον προσδιορισμό της ανταπόκρισης παιδιών σε διάφορα είδη που δεν ικανοποιήθηκαν. Συμβαίνει συχνά σε μικρά παιδιά, όταν μένουν παρατημένα για μικρό διάστημα σε ένα άτομο, με το οποίο δεν είναι εξοικειωμένα, και έπειτα τα ξανασιμίζουν με την μητέρα τους. Παιδιά που είναι με ασφάλεια προσκολλημένα νοιώθουν άμεση ανακούφιση από την επιστροφή του γονιού. Άλλα δείχνουν ανασφάλεια ή αγωνιώδη προσκόλληση. Η προσκόλληση των παιδιών, που δείχνουν μεγάλη δυσφορία, με πολύ κλάμα και η προσκόλληση μετά την επιστροφή της μητέρας, περιγράφεται *ανασφαλής προσκόλληση*, η οποία υποδιαιρείται σε: α) *προσκόλληση με άγχος και αποφυγή* και σε β) *προσκόλληση με άγχος και αντίσταση*.

Σημαντικά είναι όσα η Lynne Murray (1997) επισημαίνει σχετικά με τα ευρήματα των George, Kaplan και Main, που συνδέουν την *ανασφαλή προσκόλληση* του παιδιού στην ικανοποίηση της ίδιας της μητέρας, όπως αποκαλύπτεται από τις παιδικές τις αναμνήσεις και τα παρόντα αισθήματα της. Μητέρες οι οποίες δεν έχουν ξεπεράσει τον θρήνο ενός θανάτου, ή κάποια άλλη απώλεια, γέννησαν μωρά με αποδιοργανωτική προσκόλληση. Μητέρες, οι οποίες έδειξαν απαξίωση για τα παιδικά τους χρόνια και τα ανέφεραν σαν κάτι αποκομμένο, γέννησαν μωρά με χαρακτηριστικά ανασφαλούς προσκόλλησης.

Ένα ασυγκράτητο παιδί βιώνει τα αρνητικά συναισθήματα ως κάτι αβάσταχτο και συνεχίζει να τα προβάλλει και σε άλλους, για να βρει κάποια ανακούφιση. Όταν παιδί έχει κολλήσει σε μια θέση παράνοιας, έχει μια μειωμένη αίσθηση του εαυτού του. Όπως περιγράφει η Dockar-Drysdale (1968), τέτοια παιδιά παραμένουν *ανένταχτα* ή *παγωμένα (frozen)*, αποκομμένα περισσότερο από τις μητέρες τους, δεν πρόκειται για μια φυσιολογική απομάκρυνση λόγω ανάπτυξης. Αυτά τα παιδιά είναι ανίκανα να συγκροτήσουν μια σχέση στη βάση της αμοιβαίας ανταπόκρισης. Ο μεγαλύτερος φόβος τους είναι η εκμηδένιση. Μπορεί να προσπαθήσουν να διατηρήσουν ό,τι έχει απομείνει από τον εαυτό τους με το να εκμηδενίζουν άλλους, τόσο πνευματικά, όσο και σωματικά.

Εκτός των *παγωμένων* παιδιών, η Dockar-Drysdale περιγράφει άλλες δύο μορφές *ανένταχτων* παιδιών. Τα «*παιδιά του Αρχιπελάγους*» (*Archipelago*) λειτουργούν

απομονωμένα σε μια νησίδα του Εγώ, χωρίς να είναι συνδεδεμένα με ένα συνεκτικό εαυτό. Τα παιδιά «Ψευδό-Εαυτού» λειτουργούν με μια προσωπίδα, η οποία κρύβει και προστατεύει την εσωτερική αναταραχή. Η εργασία της Dockar-Drysdale, που συμβάλλει στην παροχή πρωταρχικών εμπειριών που χάθηκαν στα ανένταχτα παιδιά, έθεσε τα θεμέλια για τις περισσότερες σημερινές εργασίες των θεραπευτικών κοινοτήτων. (McMahon, 1992)

5.3.2 Οι ανάγκες παιχνιδιού των ανένταχτων παιδιών

Τα παιδιά που, για οποιοδήποτε λόγο, δεν έχουν εμπειρία της ασφαλούς προσκόλλησης και ικανοποίησης κατά το πρώτο έτος της ζωής τους δεν έχουν φτάσει στην ένταξη. Τους λείπει η ικανότητα για συμβολικό παιχνίδι και, συνεπώς, δεν μπορούν να το χρησιμοποιήσουν στην θεραπεία. Οι ανάγκες τους για παιχνίδι είναι πιο θεμελιώδεις. Χρειάζονται την λεγόμενη πρωταρχική εμπειρία. Αυτή μπορεί να την προσφέρει η μητέρα τους, αν η ίδια προσφέρει επαρκή υποστήριξη και βοήθεια, όπου το παιχνίδι συνιστά ένα σημαντικό κομμάτι θεραπείας.

Η παλινδρόμηση στο παιχνίδι σχηματίζει ένα σημαντικό μέρος της πρωταρχικής εμπειρίας και μπορεί να βοηθήσει στην επαναφορά χαμένων αισθητήριων εμπειριών. Αυτά τα παιδιά χρειάζονται κουβέρτες, μαξιλάρια, μαλακούς καναπέδες, πουφ και μικρούς εσώκλειστους χώρους, όπως χάρτινες κούτες, για να κουλουριαστούν εντός τους. Επίσης χρειάζονται ζεστό γάλα και μπιμπερό, μαλακά παιχνίδια και αρκουδάκια. Η Dockar-Drysdale (1968) προτείνει, επίσης, άμμο, νερό, φύσημα σαπουνόφουσκας και υλικά για ζωγραφική με τα δάχτυλα, μαριονέτες με μορφή γαντιού, παραμύθια για δυνατή ανάγνωση, καθρέπτης και ένα μεγάλο βάζο με έγχρωμες καραμέλες. (McMahon, 1992)

Οι αισθήσεις ενός παιδιού μπορούν να αναζωογονηθούν μέσω κατάλληλων εμπειριών και προγραμμάτων παιχνιδιού. Οι Prescott και Jones (1975) προτείνουν ένα «δείκτη απαλότητας» για την εκτίμηση των ανταποκρίσεων αισθησιασμού-αφής σε προσχολικό περιβάλλον. Όσο πιο απαλό είναι το περιβάλλον, τόσο πιο πολλά περιλαμβάνει, όπως πλαστελίνη, νερό, ζωγραφική με τα δάχτυλα, πυλό ή λάσπη ή άμμο, εντός των οποίων τα παιδιά μπορούν να βρίσκονται, χώμα για να σκάψουν, χορτάρι για να καθίσουν πάνω, αγκαλιές (ανθρώπων που κρατούν παιδιά), κούνιες, κουνιστές πολυθρόνες, άνετα και ζεστά έπιπλα, μια κουρελού ή ένα χαλί, ή και ζώα, τα οποία μπορούν να κρατήσουν.

Αλλά και η μαγειρική και το φαγητό, η συσχέτιση των μυρωδιών, ακούσματα ή δημιουργία ρυθμών και μουσικής, το τραγούδι τους (ή το να τους τραγουδούν άλλοι), η αναζήτηση χρωμάτων, η διερεύνηση της υφής, το βάνιμο και η ζωγραφική, όλα αυτά, μπορούν να βοηθήσουν και να φέρουν τα παιδιά όλων των ηλικιών σε ένα τέτοιο επίπεδο, ώστε με τις αισθήσεις τους να νοιώσουν πραγματικά ζωντανά.

Εκτός του αισθητήριου παιχνιδιού, τα ανένταχτα παιδιά χρειάζονται το αντίστοιχο παιχνίδι αμοιβαίας ανταπόκρισης και των παιχνιδιών «*αναμονής την σειρά σου*» της βρεφικής ηλικίας. Για μεγαλύτερα σε ηλικία παιδιά αυτά τα παιχνίδια μπορούν να είναι τραγούδια δράσης, ομοιοκαταληξία ή θέατρο με τα δάχτυλα, συμπεριλαμβανόμενης της κίνησης του σώματος ή της επαφής. Μπορούν να περιλαμβάνουν κάθε είδος παιχνιδιού, αρκεί ο ενήλικας να λαμβάνει μέρος και να υποστηρίζει, αντί να πνίγει οποιαδήποτε πρωτοβουλία του παιδιού. Ο ενήλικας χρειάζεται τις ικανότητες μιας «επαρκούς» μητέρας, ενός βρέφους.

Τα ανένταχτα παιδιά δεν είναι έτοιμα να παίξουν και να *μοιραστούν* με άλλα παιδιά. Χρειάζονται να παίξουν σε ατμόσφαιρα ασφάλειας, που προσφέρει μια οριοθετημένη σχέση με μια μητρική φιγούρα. Ο ενήλικας θα πρέπει να είναι ικανός να επιβιώσει την επαναλαμβανόμενη εκμηδένιση από το παιδί και να συνεχίσει να λειτουργεί ως *περιοριστής*, συναισθανόμενος πως ό, τι κάνει αφορά τα συναισθήματα του παιδιού, που θα τα επιστρέφει με μια πιο υποφερτή μορφή.

Καθώς το παιδί κινείται προς την ένταξη, ο ενήλικας ετοιμάζει την ασφαλή περιοχή, στην οποία το παιδί θα μπορέσει να ανακαλύψει τον εαυτό του μέσω του παιχνιδιού. (McMahon, 1992)

5.4 Το παιχνίδι στην ηλικία της Αυτονομίας- Αμφιβολίας

Σε αυτό το στάδιο του Erikson, τα παιδιά κανονικά φτάνουν στην ένταξη προς το τέλος του πρώτου έτους της ζωής τους. Επειδή έχουν επαρκή θετικά συναισθήματα για τον εαυτό τους, δεν χρειάζεται να προβάλλουν και να αποβάλλουν αρνητικά συναισθήματα. Η ικανότητα των παιδιών να ανταπεξέλθουν στο «μη γνώριμο» βοηθείται από τις αναπτυσσόμενες διανοητικές τους δυνατότητες. Έχουν την ικανότητα πια, να συγκρατούν εικόνες στο μυαλό τους. Αυτή η *εικονική σκέψη* είναι ένα μέσο ανάμνησης της μητέρας, όταν αυτή λείπει. Βοηθά επίσης το παιδί, να κάνει χρήση της καθυστερημένης μίμησης στο παιχνίδι.

Στο δεύτερο και τρίτο έτος της ζωής, κατά το *πρωκτικό στάδιο* του Freud, τα παιδιά μαθαίνουν να ελέγχουν την σωματική λειτουργία της εξάλειψης. Ο Erikson το παρατήρησε στο ευρύτερο πλαίσιο της εκμάθησης του παιδιού να κρατάει και να αφήνει, καθώς παλεύει με τις αντιμαχόμενες ανάγκες της εξάρτησης και ανεξαρτησίας. Όταν το επιτυγχάνει αυτό το παιδί, εγκαθιδρύει μια αίσθηση *αυτονομίας* που ξεκινά την αρχή του αυτοελέγχου και τη δύναμη της θέλησης.

Η αποτυχία οδηγεί σε μια αίσθηση *ντροπής* και *αμφιβολίας του εαυτού του*. Το παιχνίδι συνεχίζει σε ασφαλή περιοχή ανάμεσα στο παιδί και την μητέρα ή την μητέρα-αναπληρωτή. Τα παιδιά είναι ελεύθερα να παίζουν μόνο όταν νοιώθουν ασφαλή και προστατευμένα στον γνώριμο κόσμο τους. Η ποιότητα του παιχνιδιού τους, παρατηρείται από την ικανότητα τους να χαλαρώνουν και να απορροφούνται από αυτό που κάνουν, από την συγκέντρωση και την περιέργεια τους, από την ικανότητα τους να αναπτύσσουν θεματικά παιχνίδια. Με όλα τα παραπάνω δείχνουν πόσο έχουν καταφέρει να αποκτήσουν μια αίσθηση αυτονομίας. (McMahon, 1992)

5.4.1 Η εξέλιξη στο αισθητήριο και σωματικό παιχνίδι στην ηλικία της Αυτονομίας- Αμφιβολίας.

Το αισθητήριο παιχνίδι συνδέεται με το σωματικό παιχνίδι. Τα παιδιά συνεχίζουν να χρησιμοποιούν συνολικά το σώμα τους ζώντας μια απίθανα ευρύτατη ποικιλία εμπειριών, που τους παρέχει ο κόσμος: η ζεστασιά και το κρύο, το νερό σε μια μπανιέρα ή σε μια πισίνα, το πλατσούρισμα λάσπης, η άμμος που γλιστράει ανάμεσα στα δάχτυλα των χεριών και του ποδιού, το ανακάτεμα πεσμένων φύλλων, το θαύμα της μπογιάς και των χρωμάτων με τα δάχτυλα, η μυρωδιά του φαγητού, του χορταριού, της ασφάλτου σε έναν ζεστό δρόμο και της βενζίνης, του σκληρού εδάφους, των μαλακών κρεβατιών και ρούχων, του ανέμου και της βροχής, της μουσικής και του τραγουδιού, των βιβλίων με εικόνες και των παραμυθιών.

Καθώς τα παιδιά αποκτούν την ικανότητα του περπατήματος, του τρεξίματος, του πηδήματος και της ανάβασης, αποκτούν μεγάλη χαρά από το παιχνίδι εξάσκησης των νέων ικανοτήτων συμπεριλαμβανομένης και της σωματικής κίνησης. Η αυτοπεποίθηση και η αυτοεκτίμηση αυξάνονται, καθώς τα παιδιά επιδεικνύουν τον έλεγχο του εαυτού τους εντός του περιβάλλοντος τους. Αυτό συνιστά συνάμα πηγή ιδιαίτερης ικανοποίησης, όταν το μικρό τους σωματικό μέγεθος συχνά τα καθιστά ανεπαρκή σε έναν κόσμο γιγάντων. (McMahon, 1992)

Τα παιδιά στην ηλικία περίπου των δύο ετών συχνά παίζουν σε οικοδομές και γκρεμίζουν υλικά τους. Ο Erikson θεωρεί αυτό ακριβώς ως την έκφραση κυριαρχίας του παιδιού στο χώρο, σε μια ηλικία, όπου, μόλις πρόσφατα, έχει μάθει να στέκεται όρθιο, χωρίς να ταλαντεύεται. Ο θρίαμβος έγκειται στον έλεγχο της καταστροφής από το παιδί. Αν κάποιος άλλος καταστρέψει την οικοδομή, τότε το παιδί στεναχωριέται πολύ, καθώς βλέπει τον εαυτό του στη θέση της ευάλωτης οικοδομής. (Erikson στο McMahon, 1992)

5.4.2 Η εξέλιξη στο εξερευνητικό και κοινωνικό παιχνίδι στην ηλικία της Αυτονομίας- Αμφιβολίας.

Το εξερευνητικό και το εκμεταλλευτικό παιχνίδι συνεχίζονται και εξελίσσονται. Τα θέματα του παιχνιδιού των παιδιών ενός και δύο ετών συχνά αφορούν την εξάρτηση και την αυτονομία, τον χωρισμό και την ατομίκευση. Για παράδειγμα, τοποθετούν αντικείμενα σε κλειστά βάζα και, όπως ο Γκαρής στο παραμύθι Γουϊνι το Αρκουδάκι, τα ξαναβγάζουν έξω, ή αλλιώς αφορούν παιχνίδια Κρυφτού. Η Brenda Crowe (1980) περιγράφει υπέροχα θέματα παιχνιδιών, που αφορούν αντίθετες ενέργειες όπως: μέσα/έξω, πάνω/κάτω, ώθηση/έλξη, γέμισμα/εκκένωση, απόκρυψη/έρευνα, πράξη/επαναφορά, παρατήρηση/επίδειξη. Τα παιδιά συχνά μιλούν δυνατά καθώς παίζουν (ο μονόλογος του Piaget). Στην θεραπεία μέσω παιχνιδιού ο λειτουργός μπορεί να πράξει το ίδιο για το παιδί. Τα παιδιά παίζουν επίσης με τη γλώσσα, χαίρονται ιδιαίτερα με τους ήχους των λέξεων και τους νέους συνδυασμούς τους.

Το κοινωνικό παιχνίδι αναπτύσσεται μέσα από τα παιχνίδια με την μητέρα, ενώ περιμένει τη σειρά του σε ενεργητικά παιχνίδια, όπως είναι το Κρυφτό, όπου συχνά περιλαμβάνεται ο αιφνιδιασμός, γεγονός που συνιστά αντικατοπτρισμό της διαδικασίας χωρισμού-ατομίκευσης (Hoxter, 1977). Πολλά παιδιά απολαμβάνουν παιχνίδι σκληρού κουτρουβαλισμάτος με τον πατέρα τους ή μεγαλύτερα αδέρφια (Cohen, 1987).

Εκτός του χώρου της οικογένειας, τα παιδιά παίζουν παράπλευρα και όχι μαζί με παιδιά παρόμοιας ηλικίας. Σε αυτό το παράλληλο παιχνίδι τα παιδιά μπορεί να φανούν ότι παίζουν μαζί, αλλά οι αρχές του κάθε παιχνιδιού έκαστου παιδιού βρίσκονται στην δική του φαντασίωση. Γράφει η Peller: «Άλλα παιδιά που φαινομενικά είναι συγκεντρωμένα στο παιχνίδι είναι στην πραγματικότητα μαριονέτες. Η ανταπόκριση τους δεν φυτεύεται σαν σπόρος πίσω στο ίδιο το παιχνίδι, παρά μόνο πέφτει παράπλευρα» (Peller, στο Haworth 1964). Τα παιδιά λένε τις σκέψεις τους δυνατά καθώς

παίζουν, αλλά είναι ένας συλλογικός μονόλογος, στον οποίο ο καθένας μιλάει για τις δικές του πράξεις. Μπορεί να αντιλαμβάνονται το τι κάνουν ή λένε τα υπόλοιπα παιδιά και η επαφή μπορεί να προκύψει μέσω του παιχνιδιού με το ίδιο αντικείμενο. Αλλά τα παιδιά απευθύνονται στην μητέρα τους, όταν θέλουν το άλλο παιδί να κάνει κάτι. (McMahon, 1992)

5.4.3 Η εξέλιξη στο συμβολικό παιχνίδι ή παιχνίδι προσποίησης στην ηλικία της Αυτονομίας- Αμφιβολίας .

Το παιχνίδι γνώρισε διαχρονικά μεγάλη εξέλιξη. Η πιο σημαντική στο παιχνίδι των παιδιών είναι το συμβολικό παιχνίδι ή παιχνίδι προσποίησης, που υποστηρίζεται από την ανάπτυξη της ικανότητας της γλώσσας. Το μεταβατικό αντικείμενο είναι η πρώτη πραγματική δημιουργία του παιδιού. Είναι ένα συμβολικό αντικείμενο, το οποίο υπάρχει στον πραγματικό κόσμο, αλλά με τις ιδιότητες που του προσδίδονται από τον εσωτερικό κόσμο του παιδιού. Αυτό αντικαθιστά την μητέρα και να παρηγορεί το παιδί κατά την απουσία της. Πρόκειται για ένα ο τρόπο, με τον οποίο το παιδί γίνεται η μητέρα: για παράδειγμα, το παιδί κατά την διάρκεια του παιχνιδιού μπορεί να πει στο παιχνίδι του που έχει μορφή κουνελιού, τι να κάνει (Skynner και Cleese 1983). Αυτό, επίσης, βοηθάει στην ανακούφιση της ταραχής του αποχωρισμού. Εξ αρχής, το συμβολικό παιχνίδι αναπτύσσεται σε ένα αναγνωρίσιμο πρότυπο. Στην περίπτωση ανάπτυξης που ακολουθεί, οι ηλικίες βασίζονται σε αυτές που δόθηκαν από τον Sheridan (1975).

Κατά το πρώτο τους έτος, τα παιδιά έχουν ήδη ξεκινήσει να χρησιμοποιούν την μίμηση στο παιχνίδι αμοιβαίας ανταπόκρισης με την μητέρα. Επεξεργάζονται αυτό το παιχνίδι με λεπτομέρεια. Για παράδειγμα, καθώς αντιγράφουν την παράσταση των οικιακών εργασιών. Αυτές οι μιμήσεις αφομοιώνονται και ανακαλούνται, που σημαίνει ότι γίνονται εσωτερικές εικόνες.

Είναι γνωστό επίσης, ότι το πρώτο παιχνίδι προσποίησης τείνει να περιλαμβάνει την ανακαλούμενη μίμηση των γνώριμων οικιακών καταστάσεων. Περίπου στους 15 μήνες, τα παιδιά δείχνουν τον προσδιορισμό μέσω της χρήσης, ή τον αναπαραστατικό καθορισμό ενός γνώριμου αντικειμένου, Χαρακτηριστικό είναι το παράδειγμα, όταν βάζουν ένα άδειο κύπελλο στα χείλη τους. Περίπου στους 18 μήνες, προκύπτει το παιχνίδι *αυτό-προσποίησης*. Το παιδί εκτελεί μια προσποιητή πράξη, όπως όταν προσποιείται ότι πίνει ή κοιμάται. Το επόμενο στάδιο είναι η προσποίηση κούκλας. Τα παιδιά αρχίζουν να κουβαλούν παντού μια κούκλα ή ένα παιδικό αρκουδάκι, το οποίο το

κρατούν με τον σωστό τρόπο όρθιο, αντί να το κρατούν από το ένα πόδι, όπως έκαναν ωρύτερα, όπως ο Christopher Robin στο παραμύθι Γουίνι το Αρκουδάκι. Μπορεί να ταΐζουν το αρκουδάκι ή να το βάζουν για ύπνο. Καθώς το αρκουδάκι «ζωντανεύει» μπορούν να το κάνουν να ταΐζεται μόνο του.

Τα παιδιά αρχίζουν να παίρνουν τον ρόλο άλλων, με μια πρόοδο από ενέργειες και απλούς ρόλους σε καταστάσεις. Για παράδειγμα, ένα παιδί μπορεί να προσποιείται ότι οδηγεί κάνοντας συγκεκριμένες ενέργειες, κάτι που εν συνεχεία εξελίσσεται σε παιχνίδι: *«είμαι η μαμά και οδηγώ το αυτοκίνητο»*. Αυτό το στάδιο παιχνιδιών ρόλου μερικές φορές λέγεται *αποκεντρωμένη συμβολική προσποίηση*, καθώς το παιδί γίνεται λιγότερο εγωκεντρικό. Αυτό ακολουθείται από διαδοχική προσποίηση. Το παιδί αναπτύσσει καταστάσεις προσποίησης, όπως *«είμαι η μαμά και οδηγώ το αυτοκίνητο για να πάω για ψώνια»*. Οι διαδοχικές προσποιήσεις γίνονται όλο και μεγαλύτερες σε διάρκεια και λεπτομέρεια. Στο τρίτο έτος, τα παιδιά μπορούν να εκτυλίξουν μια περίπλοκη διαδοχική προσποίηση. Για παράδειγμα, ξεντύνουν το αρκουδάκι τους, του κάνουν μπάνιο και το βάζουν για ύπνο. Σε αυτό το αυθόρμητο παιχνίδι το παιδί συνήθως παίζει μόνο του, παρότι μερικές φορές μπορεί να κάνει συχνές αναφορές σε μια ενήλικη μορφή, από την οποία εξαρτάται.

Συχνά τα παιδιά μπορεί να χαίρονται με την συμμετοχή τους σε παιχνίδια προσποίησης ή παιχνίδια, που ξεκίνησαν οι γονείς ή μεγαλύτερα σε ηλικία αδέρφια. Αυτά τα παιχνίδια μπορούν να δημιουργήσουν έξαψη και φόβο, όπως και γέλιο, όπως π.χ. συμβαίνει σε παιχνίδια κυνηγητού σαν εκείνο των Λιονταριών που Βρυχώνται, που έκανε ο Valentine (1956) με το νήπιο γιό του. Μπορούν να συμπεριλαμβάνουν εξάρσεις φαντασίας ή ανομοιογενείς ρόλους, όπως στην περιγραφή του Cohen (1987) το γέλιο της ενός έτους κόρης του, όταν η μητέρα της ρούφαγε την κούκλα της. Μια γκριμάτσα ή ένα παιχνίδι προσώπου συχνά εκφράζει κοινωνική προσποίηση (Garvey 1977), ως αμοιβαία αναγνώριση της προσποίησης.

Η ευρηματική ή όπως αποδίδεται κάποτε ως η «σαν να» ποιότητα παιχνιδιού εξελίσσεται παράλληλα. Το πρώτο στάδιο είναι η προσποίηση με χρησιμοποίηση αληθινών αντικειμένων. Ακολουθεί η προσποίηση με παιχνίδια- αντικείμενα, συνήθως στο μέγεθος του παιδιού. Εν συνεχεία έχουμε τη χρήση παιχνιδιών μινιατουρών ή παιχνιδιών σε κλίμακα, όπως κούκλες σε κουκλόσπιτο και ζώα. Το παιχνίδι προσποίησης, που χρησιμοποιεί ένα αντικείμενο, όπως για παράδειγμα η προσφορά ενός αόρατου γεύματος, περιλαμβάνει έναν ακόμα μεγαλύτερο βαθμό συμβολισμού. Στο υψηλότερο επίπεδο του συγκαταλέγεται η χρήση συμβολικών αντικειμένων με πολύ

μικρή ομοιότητα με το πραγματικό αντικείμενο. Για παράδειγμα, η προσποίηση τηλεφωνικής κλήσης με τη χρήση ενός κώνου παγωτού. Η χρήση πολλαπλών συμβολικών αντικειμένων σε ένα περίπλοκο διαδοχικό παιχνίδι δείχνει ένα υψηλό επίπεδο συμβολικού παιχνιδιού.

Με το συμβολικό παιχνίδι τα παιδιά επιδιώκουν την ώρα της ανησυχίας να βρουν ένα νόημα σχετικά με τον κόσμο, στον οποίο ζουν, παίζοντας τον τρόπο με τον οποίο αυτό λειτουργεί και αναζητώντας τη δική τους θέση σε αυτόν. Έτσι αυξάνουν αυξάνοντας την αυτοπεποίθηση τους και την αυτονομία ή την αίσθηση της πλήρους γνώσης. Υπό αυτή την έννοια: «Το παιχνίδι είναι η βρεφική μορφή της ανθρώπινης ικανότητας να αντιμετωπίζει με την εμπειρία, με το να δημιουργεί πρότυπες καταστάσεις και με το να αποκτά πλήρη γνώση της πραγματικότητας μέσω των πειραμάτων και του σχεδιασμού» (Erikson στο McMahon, 1992). Τα παιδιά χρησιμοποιούν το παιχνίδι, επίσης, για να τα βοηθήσει στο να ανταπεξέλθουν σε δύσκολες καταστάσεις, στις οποίες ένοιωσαν φόβο, άγχος ή οργή. Για τα περισσότερα παιδιά η προσωπική τους εμπειρία παιχνιδιού είναι επαρκής για την παροχή αυτό-θεραπείας. (McMahon, 1992)

5.5 Το παιχνίδι στο στάδιο του Οιδιπόδειου συμπλέγματος

Με την αναπτυσσόμενη αίσθηση αυτονομίας και ταυτότητας του παιδιού, έρχεται και η ανάγκη για την κατανόηση των ρόλων και των σχέσεων εντός της οικογένειας και η σύνδεση τους, με τους ρόλους στον κόσμο. Το παιδί στο στάδιο μεταξύ των ηλικιών τριών και πέντε ετών, πιθανώς να παλεύει με τα δυνατά συναισθήματα του *Οιδιπόδειου συμπλέγματος* στο οποίο τα όρια των γενεών ξεκαθαρίζονται. Τα συναισθήματα αγάπης και επιθυμίας για τον γονιό του αντίθετου φύλου εμφανίζονται και συνεπώς εμφανίζεται και αντιπαλότητα για τον γονιό του ίδιου φύλου.

Όταν τα παιδιά νοιώσουν ότι η σεξουαλική και διανοητική τους περιέργεια έχει γίνει αποδεκτή και αξιολογήθηκε από την οικογένεια τους, τότε αναπτύσσουν μια αίσθηση *πρωτοβουλίας*, ένα συναίσθημα κατεύθυνσης και σκοπού. Ο κόσμος είναι πλέον στα πόδια τους. Αν αντιμετωπίζονται με συνεχή αποθάρρυνση και αποδοκιμασία, τότε θα αναπτύξουν μια αίσθηση αναξιότητας και *ενοχής*, μια συνείδηση που μπορεί να γίνει ένα βαρύτατο φορτίο, ειδικά όταν τροφοδοτείται από λανθασμένες ερμηνείες της κατάστασης. (McMahon, 1992)

5.5.1 Η εξέλιξη στο αισθητήριο, σωματικό και εξερευνητικό παιχνίδι κατά το στάδιο του Οιδιπόδειου συμπλέγματος.

Το παιχνίδι στην ηλικία της πρωτοβουλίας συνεχίζει και αναπτύσσονται πολλές πρώιμες θεματικές. Το *μηχανικό αισθητήριο* και το *δημιουργικό παιχνίδι* εμφανίζονται στο παιχνίδι με φυσικά υλικά όπως η άμμος και το νερό, η λάσπη και ο πηλός, στην ζωγραφική και στην ζωγραφική με τα δάκτυλα, στο τραγούδι και την μουσική, στο παιχνίδι με τις λέξεις και τους ήχους.

Το *σωματικό παιχνίδι* συσχετίζεται με την εξάσκηση νέων δεξιοτήτων, καθώς τα παιδιά αποκτούν την ικανότητα να τρέξουν, να αναρριχηθούν, να χοροπηδήσουν, να χορέψουν, να κολυμπήσουν, να οδηγήσουν τρίκυκλο, και να πετάξουν, να κλωστήσουν και να πιάσουν μια μπάλα. Το σωματικό παιχνίδι πολλές φορές ενσωματώνεται σε ενεργητικά κοινωνικά παιχνίδια προσποίησης και σε άτυπα παιχνίδια.

Στο *εξερευνητικό παιχνίδι* τα παιδιά εξερευνούν και κάνουν χρήση αντικειμένων και λύνουν προβλήματα παιχνιδιών. Μέσω του παιχνιδιού τους, τα παιδιά αναπτύσσουν την γνώση τους για τον φυσικό κόσμο, γνωρίζοντας έννοιες όπως ο χώρος, ο χρόνος και η αρίθμηση, η συντήρηση της ποσότητας και του όγκου, της αιτίας και του αποτελέσματος, και αυξάνουν την αίσθηση της αυτοπεποίθησης και κυριαρχίας τους. (McMahon ,1992)

5.5.2 Η εξέλιξη στο συμβολικό παιχνίδι ή παιχνίδι προσποίησης κατά το στάδιο του Οιδιπόδειου συμπλέγματος.

Ο συμβολισμός στο παιχνίδι προσποίησης αποκτά λεπτομέρεια καθώς οι επινοημένοι άνθρωποι και αντικείμενα συσχετίζονται με την ανάπτυξη μιας πολύπλοκης φανταστικής θεματικής από το παιδί. Μια θεματική μπορεί να διατηρηθεί, αλλά τα παιδιά συχνά αλλάζουν θεματικές αστραπιαία καθώς οι σκέψεις τους λειτουργούν σε κατάσταση συνεχούς αλλαγής γνώμης όταν παίζουν. Για παράδειγμα, ένα παιδί λέει ότι είναι η μαμά που κάνει μπάνιο στο μωρό, κρατώντας μια κούκλα εντός ενός κουτιού με φανταστικό νερό και χρησιμοποιώντας ένα τουβλάκι για σαπούνι. Λίγα λεπτά μετά το κουτί πλέον είναι ένα τραπέζι και το τουβλάκι φαγητό για την οικογένεια.

Με το να παίζουν τον ρόλο των άλλων, τα παιδιά όχι μόνο δεν ξεκινούν να κατανοούν πως οι υπόλοιποι μπορεί να νοιώθουν, αλλά επίσης αποκτούν μια καλύτερη ιδέα για τον

εαυτό τους και τον δικό τους ρόλο και ταυτότητα εντός της οικογένειας. (McMahon ,1992)

Και στο απομονωμένο αλλά και στο ομαδικό παιχνίδι προσποίησης, τα παιδιά μπορούν με ασφάλεια να εκφράσουν τα συναισθήματα και τις ανησυχίες τους. Μερικά παιδιά έχουν φανταστικούς φίλους οι οποίοι είναι σημαντικοί ως σύντροφοι ή αποδιοπομπαίοι τράγοι ώστε να αντιπροσωπεύουν τον διασπασμένο κακό εαυτό τους καθώς ξημερώνει η ηλικία της ενοχής.

Αυτές οι διαφορετικές πιθανότητες προειδοποιούν τον παρατηρητή ότι παρότι το παιχνίδι του παιδιού *μπορεί* να είναι μια άμεση απομίμηση μια πράξης που έχει γίνει, πολλές φορές δεν έχει όμως καμία σχέση.

Τα παιδιά σε αυτό το στάδιο παλεύουν με την δυσκολία να διακρίνουν την διαφορά μεταξύ πραγματικότητας και φαντασίας. Η τηλεόραση, οι βιντεοκασέτες και τα παραμύθια σε βιβλία μπορούν να φανούν σαν πραγματικά γεγονότα. Μερικές φορές ακόμα και οι ιστορίες που τα ίδια τα παιδιά επινοούν, ή οι ιστορίες των φανταστικών τους συντρόφων, γίνονται μια λανθασμένη πραγματικότητα. Ακόμα και τότε, το περιεχόμενο των φαντασιώσεων των παιδιών αντικατοπτρίζει τις εμπειρίες τους ή τα συναισθήματα τους. (McMahon ,1992)

5.5.3 Η εξέλιξη στο κοινωνικό παιχνίδι προσποίησης κατά το στάδιο του Οιδιπόδειου συμπλέγματος

Το δραματικό παιχνίδι με άλλα παιδιά αναπτύσσεται σε αυτό το στάδιο. Αρχικά είναι *παιχνίδι συναναστροφής* (Isaacs 1933) όπου το κάθε παιδί είναι αφοσιωμένο στο δικό του φανταστικό θέμα και απασχολημένο σε έναν συλλογικό μονόλογο, παρότι μπορεί να υπάρχει ένα κοινό αντικείμενο παιχνιδιού που έχει σαν αποτέλεσμα την συντονισμένη δράση.

Το *συνεργατικό παιχνίδι προσποίησης* συνήθως ξεκινά με οικιακές θεματικές, όπως να κάθονται για γεύμα, να πηγαίνουν για αγορές ή για ύπνο και να είναι άρρωστα, παιχνίδια στα οποία οι παίκτες παίρνουν διαφορετικούς ρόλους, όπως της μητέρας, του πατέρα και του μωρού.

Τα παιδιά συχνά κατασκευάζουν αποθήκες από οποιοδήποτε υλικό είναι διαθέσιμο, και εξαφανίζονται εντός τους για να προσποιηθούν ή να χαχανίσουν παρέα. Στο οικιακό παιχνίδι προσποίησης απασχολούνται και τα αγόρια αλλά και τα κορίτσια, και είτε το ένα, είτε το άλλο μπορεί να παίζει τους γνώριμους μητρικούς ρόλους.

Οι ρόλοι είναι λιγότερο διαφοροποιημένοι στα άτυπα παιχνίδια τρεξίματος, κυνηγητού και κρυφτού, παρότι μπορεί να υπάρξουν ηγέτες και ακόλουθοι. Αυτά τα παιχνίδια παίζονται πιο συχνά από αγόρια και συχνά έχουν συμβολικές θεματικές όπως τέρατα, Καουμπόης και Ινδιάνοι, Σούπερμαν, ή όποια άλλη είναι η τελευταία μόδα. Το υποβόσκων παιχνίδι είναι ίδιο, η αμοιβαία φαντασίωση, που συχνά έχει να κάνει με την *αποφυγή απειλής*- για παράδειγμα, ο θάνατος ενός τέρατος ή το σβήσιμο μιας φωτιάς. Μπορεί να έχει να κάνει με την ανάγκη για συναισθήματα αυτονομίας και ελέγχου σε μια ηλικία όπου τα αγόρια ξεκαθαρίζουν την ταυτοποίηση σεξουαλικών ρόλων αλλά έχουν έλλειψη ισχύος εντός των δικών τους οικογενειών. (McMahon, 1992)

5.6 Το παιχνίδι στην ηλικία της Παραγωγικότητας ή Ανεπάρκειας.

Ο Freud περιέγραψε τα έτη μεταξύ πέντε ή έξι χρόνων και της εφηβείας ως περίοδο *λανθάνουσας σεξουαλικότητας*. Οι σεξουαλικοί ρόλοι και οι οικογενειακές σχέσεις έχουν ριζωθεί στα καθιερωμένα πρότυπα. Οι δυνατές παρορμήσεις είναι σχετικά αδρανείς. Η αναπτυξιακή λειτουργία των παιδιών συνίσταται στο να καταφέρουν να ενταχθούν στον κόσμο εκτός της οικογένειας και συγκεκριμένα στο σχολικό χώρο και την συνομήλικη ομάδα. Είναι η βιομηχανική εποχή του Erikson στην οποία τα παιδιά μαθαίνουν τις δεξιότητες του πολιτισμού τους. Αν τα υποχρεώσουν να νιώσουν ανεπαρκή σε σχέση με άλλα παιδιά, μπορεί να αναπτύξουν αισθήματα κατωτερότητας, τα οποία επηρεάζουν την ανάπτυξη των δεξιοτεχνιών τους.

Το κοινωνικό παιχνίδι με συνομήλικους τους μπορεί να συμβάλει σε αυτά τα αισθήματα. Επίσης αυτό μπορεί και ο βαθμός επιτυχίας τους στις σχολικές εργασίες ή οι εμπειρίες τους στο σπίτι και την γειτονιά. Μπορεί να θαυμάζουν ενήλικες, εκτός των γονιών. Η γνώμη αυτών για το παιδί μπορεί να επηρεάσει την αυτοεκτίμησή του.

Η φυλετική και πολιτιστική ταυτότητα των παιδιών μπορεί να επηρεαστεί καθοριστικά. Τα παιδιά μαθαίνουν πως οι υπόλοιποι αντιλαμβάνονται το χρώμα του δέρματος τους, την καταγωγή των γονιών τους, τη γλώσσα ή την προφορά, με την οποία μιλάνε. Η Maxime (1986) αντιλαμβάνεται την φυλετική ταυτότητα του παιδιού ως ξεχωριστή διάσταση της προσωπικής ταυτότητας. Χρησιμοποιεί τη θεωρία σχέσης - αντικειμένων της Melanie Klein, για να κατανοήσει τη δυσκολία ενός μαύρου παιδιού στην εγκαθίδρυση μιας ικανοποιητικής ταυτότητας του εαυτού του σε έναν πλειοψηφικά λευκό πολιτισμό. Τα μαύρα παιδιά μπορούν να ενδοπροβάλλουν τις αρνητικές εικόνες

της κοινωνίας σχετικά με την μελανότητα και να χρησιμοποιούν τον προβολικό προσδιορισμό ταυτότητας, ώστε να «είναι» λευκοί. Έπειτα, χρειάζονται βοήθεια στην επίτευξη μιας θετικής μαύρης ταυτότητας. Οι διανοητικές και γλωσσολογικές δεξιότητες σε αυτό το στάδιο περιλαμβάνουν και τον αλφαριθμητισμό. Η κατανόηση και η έκφραση μπορούν να φαίνονται αρκετά υπερεκλεπυσμένα, επικαλύπτοντας το γεγονός ότι έννοιες, που υποκρύπτονται στην γλώσσα, μπορούν να μη γίνουν κατανοητές με ενήλικο τρόπο. Όσο ο κόσμος είναι γύρω τους γνώριμος και οι ενέργειες του τους παρέχουν νόημα, τα παιδιά θα χρησιμοποιούν την απτή λειτουργική σκέψη, κατανοώντας την αιτία και το αποτέλεσμα, μέσω των παρατηρήσεων που κάνουν στον κόσμο. Σπάνια είναι ικανά να σκεφθούν αφηρημένα.

Η διεισδυτική σκέψη θα επιμένει εκεί, που η αιτία και το αποτέλεσμα δεν θα μπορούν να γίνουν ξεκάθαρα κατανοητά και η εγωκεντρικότητα των παιδιών θα σημαίνει, ότι συχνά αντιλαμβάνονται τους εαυτούς τους ως την αιτία των γεγονότων. (McMahon, 1992) Για παράδειγμα, μπορεί να κατηγορούν τους εαυτούς τους για το θάνατο ενός γονέα, ή για το χωρισμό μιας οικογένειας σε περίπτωση διαζυγίου. Μπορούν να καθησυχάσουν με απλές απτές εξηγήσεις των λόγων που συνέβησαν τα γεγονότα. Χαρακτηριστικό παράδειγμα είναι τα υιοθετημένα παιδιά. Αυτά μπορούν να κατανοήσουν ότι οι βιολογικοί γονείς τους ήταν «πολύ απασχολημένοι», «πολύ άρρωστοι», «νεκροί», «φτωχοί» ή «είχαν πάρα πολλά παιδιά» (Brodzinsky στο McMahon, 1992).

Περίπου στην ηλικία των οκτώ ετών πολλά παιδιά αρχίζουν να αντιλαμβάνονται την πολυπλοκότητα των σχέσεων και χρειάζονται πιο λεπτομερείς εξηγήσεις. Ο Brodzinsky παρατηρεί ότι τα παιδιά αρχίζουν να βλέπουν ότι οι σχέσεις δεν είναι απόλυτες, αλλά τελούν υπό όρους. Αρχίζουν, επίσης, να κατανοούν τα πιθανά αισθήματα και συναισθήματα των άλλων ανθρώπων. Αν οι καταστάσεις και τα αισθήματα μπορούν να αλλάξουν, τότε μπορούν επίσης να αναστραφούν. Ο Piaget σημείωσε ότι η εκτίμηση της δυνατότητας αναστροφής σημαδεύει τη μετάβαση του παιδιού από την διαισθητική στην απτή σκέψη.

Τα παιδιά που έχουν υποφέρει κάποια απώλεια πρέπει να εισέλθουν στη διαδικασία του «προσαρμοστικού θρήνου» (Brodzinsky στο McMahon, 1992). Αυτή μπορεί να περιλαμβάνει μια περίοδο διαταραγμένης συμπεριφοράς στο σπίτι ή στο σχολείο, καθώς τα παιδιά περνούν από τα στάδια του κλονισμού, της άρνησης, της διαμαρτυρίας και της απόγνωσης, ώστε να καταλήξουν σε μια νέα ένταξη. Η κατανόηση τους παραμένει

συσχετισμένη με απτά γεγονότα και καταστάσεις. Μόνον όταν φτάνουν στην εφηβική ηλικία, θα μπορέσουν να κατανοήσουν πλήρως αφηρημένες έννοιες. (McMahon ,1992)

5.6.1 Η εξέλιξη στο αισθητήριο, σωματικό και εξερευνητικό παιχνίδι στην ηλικία της Παραγωγικότητας ή Ανεπάρκειας

Τα αισθητήρια και δημιουργικά παιχνίδια συγγενεύουν με τις δημιουργικές τέχνες και τη μουσική. Το εξερευνητικό παιχνίδι υπόκειται σε ισχυρές κοινωνικές επιρροές, με τα αγόρια και τα κορίτσια να αποκλίνουν στα ενδιαφέροντα τους, τα οποία συγκεντρώνονται στις τεχνικές και τεχνολογικές δεξιότητες, που απαιτούνται στην μεταβιομηχανική κοινωνία. Οι ηλεκτρονικοί υπολογιστές, τα κατασκευαστικά παιχνίδια και τα χόμπι, όπως η δημιουργία μοντέλων σε κλίμακα, η μαγειρική ή η ραπτική, φέρνουν τα παιδιά πιο κοντά σε ενήλικες ασχολίες. Το σωματικό παιχνίδι περιλαμβάνει την ευχαρίστηση και την πρακτική των νέων δεξιοτεχνιών, όπως το κουτσό, το πατίνι, το ποδήλατο και η ιππασία, αλλά και το χορό, τη γυμναστική και το ποδόσφαιρο. (McMahon ,1992)

5.6.2 Μοναχικό και κοινωνικό παιχνίδι προσποίησης και παιχνίδια με κανόνες

Το κοινωνικοδραματικό παιχνίδι αυξάνεται σε εκλεπτυσμό με την ανάπτυξη των κοινωνικών δεξιοτεχνιών, που επιτρέπουν τη συνεργασία και τον συντονισμό των ρόλων. Η στενή σχέση μεταξύ των παικτών είναι απαραίτητη. Κάθε παιδί παραμένει εντός του καταμερισμένου ρόλου του και υποστηρίζει τα υπόλοιπα παιδιά, που έχουν τον δικό τους ρόλο. Τα παιχνίδια μπορούν να περιλαμβάνουν πιο ρεαλιστικές λεπτομέρειες από ό,τι προηγουμένως, όπως και εξάρσεις της φαντασίας (Garvey στο McMahon ,1992). Η δημιουργία κατασκευών, παιχνιδιών περιπέτειας ή μυστικών κοινοτήτων, λειτουργεί σε παραβολή με οικιακά παιχνίδια γάμου, σχολείου και νοσοκομείου. Παλαιότερα θέματα παιχνιδιού όπως το κρυφό και η αναζήτηση, το κυνηγητό και ο αιφνιδιασμός, συνεχίζουν με την πρόσθεση ενός νέου θέματος, του κυνηγού και του κυνηγήματος των καλών εναντίων των κακών (Hoxter στο McMahon ,1992).

Τα παιχνίδια μπορούν να έχουν μεγάλες λεπτομέρειες και να συνεχίζουν από μέρα σε μέρα, παρότι το παιχνίδι παραμένει αυθόρμητο και μπορεί να απογειωθεί σε ασχεδίαστες κατευθύνσεις. Συχνά ο σχεδιασμός και η προετοιμασία του παιχνιδιού καταλαμβάνουν όλο το χρόνο και το επιδιωκόμενο παιχνίδι μπορεί να μη γίνει τελικώς. Για παράδειγμα,

ο σχεδιασμός ρόλων και κουστουμιών, ή κούκλων για μια παράσταση, μπορεί να καταλήξει να γίνει το πραγματικό παιχνίδι, αντί της τελικής αναπαράστασης, η οποία μπορεί να είναι πρόχειρη ή ανύπαρκτη.

Η ομαδική προσποίηση μπορεί να είναι πολύ ικανοποιητική για ένα παιδί, αλλά υπάρχει, επίσης, η πιθανότητα του εκνευρισμού και της σύγκρουσης, της άσκησης ισχύος και του αισθήματος καταπίεσης, που προκύπτουν από την κοινωνική φύση του παιχνιδιού. Υπάρχει άλλος ένας κίνδυνος. Στα μεγαλύτερα παιδιά τα όρια, που περιβάλλουν το παιχνίδι και που το καταστούν ασφαλές, είναι πιο εύκολα να παραβιαστούν. Η παρουσία ενήλικα μπορεί να είναι διακριτική, ή να λείπει εντελώς. Το ομαδικό παιχνίδι μπορεί να χάσει το χώρο του ανάμεσα στην φαντασίωση και στον πραγματικό κόσμο και να γίνει, όπως περιγράφεται στο βιβλίο *Lord of the Flies*, και τα δύο, δηλαδή φαντασίωση, συχνά με αποδιοπομπαίους τράγους ή απαίσια πραγματικότητα.

Τα παιχνίδια με κανόνες πραγματοποιούνται εδώ πολύ συχνά, όπως παιχνίδια κυνηγητού (π.χ. αμπάριζα), το τραγούδι και παιχνίδια με κουδούνια, παιχνίδια με μέτρημα και κρυφτό, παιχνίδια με σκοινάκι, με βόλους και πολυάριθμα επιτραπέζια ή παιχνίδια με κάρτες. Ο Piaget θεωρούσε ότι από την ηλικία των επτά ετών τα παιχνίδια με κανόνες αντικαθιστούν κυρίως τα παιχνίδια ευρηματικότητας, παρόλο που άλλοι, όπως ο Opie (1969), έχουν σημειώσει ότι και τα δύο είδη παιχνιδιών συνεχίζουν πλάι-πλάι ή σε συνδυασμό. Μερικοί κανόνες γράφονται και παραδίνονται. Άλλοι είναι αυθόρμητοι. Αυτό το είδος παιχνιδιού ταιριάζει με την ανάγκη του παιδιού για εκμάθηση και πρακτική των κανόνων της κοινωνικής ζωής εκτός της άμεσης οικογένειας, ώστε να γίνει, εν τέλει, ένα πλήρες μέλος της κοινωνίας. Η Peller (1964) ισχυρίζεται ότι η έμφαση στην ένταξη στην ομάδα και στην εντιμότητα, στους αυστηρούς κανόνες και στην έντονη επιθυμία για επανάληψη ή επανέναρξη του παιχνιδιού, τα οποία είναι χαρακτηριστικά του μετά-οιδιπόδειου παιχνιδιού, είναι ο τρόπος των παιδιών για να ανταπεξέλθουν στην νευρικότητά τους, καθώς αμφισβητούν τις ικανότητές τους για πρώτη φορά. Παραμένει παιχνίδι, αρκεί αυτός να είναι ο αυτοσκοπός και οι παίκτες να είναι περιορισμένοι μόνο από την ανάγκη να συνεργαστούν για την επιτυχία του παιχνιδιού. Όταν ένα στοιχείο παρόρμησης ή η ανάγκη για νίκη αντικαταστήσει το παραπάνω, τότε παύει να είναι παιχνίδι, όπως θα συμφωνήσουν πολλά παιδιά, τα οποία αντιπαθούν τα σπορ. (Peller στο McMahon, 1992)

Το μοναχικό παιχνίδι επιβιώνει και συνεχίζει, παρέχοντας ένα τελευταίο καταφύγιο για καθαρά αφομοιωτικό παιχνίδι. Τα παιδιά μπορούν να παίξουν περίπλοκα ευρηματικά παιχνίδια με κούκλες και παιχνίδια με μορφή ζώων. Τα παιχνίδια λόγου με μινιατούρες,

όπως τα κουκλόσπιτα, παιχνίδια με μορφές ζώων, Lego, φιγούρες ανθρώπων, αυτοκίνητα, διαστημόπλοια, και πολυάριθμα άλλα οχήματα και μηχανές, τουβλάκια, κύβους και υλικά κατασκευής, μπορούν να γίνουν εξαιρετικά λεπτομερή και να προωθούνται από μέρα σε μέρα. Σε αυτό το παιχνίδι τα παιδιά είναι οι σκηνοθέτες όλων εκείνων που συμβαίνουν σε αυτούς τους μικρούς κόσμους. Η εσωτερική γαλήνη μπορεί να επαναφερθεί μετά από «περιόδους σκληρών στιγμών στις κοινωνικές θάλασσες», όπως τονίζει ο Erikson. Τα βιβλία και οι ιστορίες, όπως και η τηλεόραση, είναι ζωτικά μέσα, ενδιάμεσο διάστημα, ανάπαυσης για πολλά παιδιά. Τους δείχνουν, επίσης, ένα τρόπο για να εισέλθουν σε κόσμους προσποίησης. Μπορούν να βοηθήσουν τα παιδιά να κατανοήσουν την πραγματική τους κατάσταση και να δοκιμάσουν διαφορετικές λύσεις με ασφάλεια. Μέσω της ταυτοποίησης με ισχυρά παιδιά ιστοριών μπορεί να ανακτηθεί η χαμένη αίσθηση αυτονομίας και επάρκειας τους. (McMahon, 1992)

5.7 Παιδιά που χρειάζονται βοήθεια μέσω παιχνιδιού

Υπάρχουν παιδιά που έχουν βιώσει άσχημες καταστάσεις. Παιδιά, των οποίων οι ζωές έχουν διαταραχθεί μέσω εμπειριών χωρισμού και απώλειας σε αυτό το στάδιο της ανάπτυξης τους, μπορούν να επωφεληθούν από την βοήθεια μέσω παιχνιδιού. Μπορεί να μην έχουν την δυνατότητα να αντέξουν μόνα τους έντονη θλίψη και άγχος. Μπορεί να υποφέρουν από συναισθηματική αμέλεια ή κακοποίηση, ή άλλου είδους συναισθηματική ζημία, από τις οποίες τα οποία προκαλούνται οδυνηρά αισθήματα ντροπής και αμφισβήτησης, που έχουν ως αποτέλεσμα την αποτυχία στην απόκτηση μιας αίσθησης αυτονομίας. Ίσως να είναι ανίκανα να παίξουν, επειδή δεν βρίσκουν την ασφάλεια ενός γνώριμου περιβάλλοντος, που παρέχεται από την μητέρα. Μπορεί να υποφέρουν από διαταραχή παιχνιδιού και να είναι ανίκανα να παίξουν εξαιτίας των ισχυρών συναισθημάτων οργής και έντονου άγχους που προκαλούνται.

Η χρήση του παιχνιδιού, μαζί με άλλες μορφές υποστήριξης, που αποβλέπουν στην επιδιόρθωση της εξάρτησης μητέρας-παιδιού, βοηθάει πολλά παιδιά και τις οικογένειες τους. Μερικά παιδιά μπορούν να επωφεληθούν από το παιχνίδι, στο οποίο μπορούν να αναπαριστούν γεγονότα και να εκδηλώνουν τα εσωτερικά τους αισθήματα με συμβολική μορφή, παρουσία ενός ενηλίκου που εμπιστεύονται. Σε παλιότερες εποχές, όπως τονίζει ο Erikson, αυτός ο ενήλικας θα μπορούσε να είναι η γιαγιά ή κάποια αγαπημένη θεία. Σήμερα είναι πιο πιθανό να είναι ένας επαγγελματίας λειτουργός. Σε αυτό το στάδιο, τα παιδιά δεν έχουν συνείδηση του συμβολισμού του παιχνιδιού τους. Δεν είναι σε θέση να

διακρίνουν πως αυτός ο συμβολισμός τα βοηθάει, ώστε να βγάλουν νόημα από τις εμπειρίες τους και να ανταπεξέλθουν στη νευρική τους. Δεν έχουν φτάσει το στάδιο του προσδιορισμού γνώσεων και εμπειριών, και είναι δύσκολο να μπορέσει ο ενήλικας να τα βοηθήσει μέσω της διερμηνείας, ή της αποσαφήνισης του συμβολισμού, παρόλο που μπορεί να είναι πιθανό να μπορούν να εργαστούν χρήσιμα εντός του συμβολισμού.

Η αίσθηση της πλήρους γνώσης, η οποία παρέχεται από το συμβολικό παιχνίδι, μαζί με την ασφάλεια που προσφέρεται από τον ενήλικα, μπορούν να βοηθήσουν το παιδί στην αποκατάσταση της εσωτερικής αρμονίας και στη βελτίωση της προετοιμασίας του για την αντιμετώπιση των περίπλοκων σχέσεων του επόμενου σταδίου. (McMahon, 1992)

Τα περισσότερα παιδιά βρίσκουν το μοναχικό παιχνίδι επαρκές για την αυτό-θεραπεία. Όμως παιδιά, των οποίων οι ζωές δοκιμάστηκαν απότομα, μπορεί να χρειαστούν τη βοήθεια μιας ενήλικης παρουσίας καθώς παίζουν. Το παιχνίδι τους μπορεί να είχε σταματήσει, ή να «κόλλησε», να έγινε επαναλαμβανόμενο και αμυντικό, να καλύπτει αντί να αντιμετωπίζει οδυνηρά αισθήματα. Όπως και στα παλιότερα στάδια, ο ενήλικας μπορεί να ενεργοποιεί το συμβολικό παιχνίδι βοηθώντας τη διαδικασία της αυτό-θεραπείας.

Παιδιά που έχουν επάρκεια διανοητικών και λεκτικών δεξιοτεχνιών μπορούν να σκεφτούν για τα αισθήματα που εξέφρασαν συμβολικά και να τα εξηγήσουν με λόγια. Αυτό το στάδιο επίνοιας ενεργοποιεί έναν συνειδητό αναδρομικό αντικατοπτρισμό των εμπειριών τους. Ωστόσο, αν οι εμπειρίες των παιδιών, που αφορούν τη φθορά και τη στέρηση ανάγονται σε πολύ παλιότερα χρόνια, τότε ενδέχεται να χρειαστούν να κοιτάξουν πίσω σε πολύ πρώιμα στάδια βοήθειας μέσω παιχνιδιού.

Το παιχνίδι μπορεί να είναι εξαιρετικά χρήσιμο σε παιδιά με δυσλεξία και καθυστέρηση γλώσσας ή άλλες νοητικές ή σωματικές αναπηρίες, που περιορίζουν την ικανότητα τους να συζητήσουν σχετικά με τα αισθήματα και τις εμπειρίες τους.

Το παιχνίδι μπορεί να χρησιμοποιηθεί απλώς και για την διευκόλυνση της επικοινωνίας με τα παιδιά. Η Clare Winnicott (1964) παρατήρησε ότι τα παιδιά χαλαρώνουν και λειτουργούν πιο αυθόρμητα πολύ πιο εύκολα, όταν τόσο τα ίδια, όσο και ο ενήλικας συγκεντρώνονται σε ένα «τρίτο αντικείμενο».

Η ανάπτυξη των κοινωνικών δεξιοτεχνιών και της κοινωνικής επιρροής από την ομάδα συνομηλίκων καταστούν δυνατή την εργασία της θεραπευτικής ομάδας σε αυτό το στάδιο. Η δραματοθεραπεία μπορεί επίσης να βοηθήσει. Οι τεχνικές παιχνιδιού μπορούν να καταστήσουν μια ομάδα πιο ευχάριστη, ώστε τα παιδιά να είναι πιο χαλαρά και

αυθόρμητα. Παιχνίδια, που έχουν δομηθεί κατόπιν προσεκτικής σκέψης, μπορούν να βοηθήσουν τα παιδιά να αντιμετωπίσουν δύσκολα αισθήματα με την υποστήριξη συνομηλίκων, που είχαν παρόμοιες εμπειρίες. Αυτές οι ομάδες προσγειώνουν το παιχνίδι γερά στην πραγματικότητα. Πολύ συχνά η ομαδική εργασία μπορεί να λάβει την μορφή της ομαδικής φαντασίωσης, όπου ο μόνος σύνδεσμος με την πραγματικότητα παρέχεται από τον αρχηγό της ομάδας, ο οποίος έχει την τεράστια ευθύνη της διαβεβαίωσης ότι η φαντασίωση θα κατευθυνθεί προς μια θεραπευτική και όχι καταστροφική πορεία. (McMahon ,1992)

5.8 Το Παιχνίδι στην εφηβική ηλικία

Τα δυνατά αισθήματα της πρώιμης παιδικής ηλικίας βγαίνουν στην επιφάνεια ξανά κατά την εφηβεία. Οι τρόποι με τους οποίους αντιμετωπίστηκαν οι πρώιμες λειτουργίες ανάπτυξης αντικατοπτρίζονται στη συμπεριφορά. Θέματα εμπιστοσύνης, προσκόλλησης και χωρισμού, ικανοποίησης, αυτονομίας και ντροπής, αμφισβήτησης, πρωτοβουλίας και ενοχής, όλα αυτά, επανεμφανίζονται κατά την εφηβική λειτουργία ανάπτυξης, που κατοχυρώνει μια αίσθηση ταυτότητας. Η αποτυχία σε όλα αυτά οδηγεί σε σύγχυση ρόλων (Erikson στο McMahon ,1992).

Οι έφηβοι μοιάζουν περισσότερο με τους ενήλικες διανοητικά, και έχουν αποκτήσει μια αναπτυσσόμενη ικανότητα για αφηγημένη ή αποκομμένη σκέψη. Ακόμα όμως και έτσι, το μεγαλύτερο μέρος της καθημερινής τους σκέψης συνεχίζει να έχει ρίζες της σε απτές εξηγήσεις των γεγονότων.

Το παιχνίδι συνεχίζεται, αλλά εκφράζεται, ως επί το πλείστον, μέσω ενήλικων μορφών, όπως των δημιουργικών τεχνών, των αθλημάτων και των σωματικών δραστηριοτήτων, της διανοητικής περιέργειας, εντός νέων σεξουαλικών σχέσεων και εντός των δραστηριοτήτων των κοινωνικών ομάδων των συνομηλίκων τους.

Εξαιτίας της ανάγκης τους να επιδείξουν στον εαυτό τους και στους συνομηλικούς τους, ότι έχουν γίνει μέλη του ενήλικου κόσμου, οι έφηβοι συχνά απορρίπτουν σθεναρά αυτές, που θεωρούν πιο παιδικές μορφές παιχνιδιού, οι οποίες απειλούν να τους επιστρέψουν σε κάποιο στάδιο, που αγωνίζονται να αφήσουν πίσω τους.

Παιχνιδιάρικες φαντασιώσεις και ονειροπόληση μπορούν να απορροφήσουν συναισθηματική ενέργεια. Υπάρχει συχνά πρόσβαση σε πιο βαθειά αισθήματα μέσω συμβούλου ή θεραπείας, στην οποία θα μιλήσουν μέσω του παιχνιδιού. Η θεραπεία μέσω τέχνης, ωστόσο, μπορεί να προβεί πολύ εξυπηρετική. Μερικές φορές η χρήση

δομημένων παιχνιδιών μπορεί να ξεκινήσει και να διευκολύνει την επικοινωνία μεταξύ ενός νεαρού ατόμου και ενός ενηλίκου. Οι παιχνιδιάρικες μέθοδοι εντός μιας ομαδικής εργασίας, όπως είναι η δραματοθεραπεία, μπορεί να αποδειχθούν πολύ δυνατές.

Το παιχνίδι μπορεί να είναι ένας τρόπος βοήθειας νεαρών ανθρώπων με ανώριμη σκέψη, τα οποία βρίσκουν τους εαυτούς τους να κατοικούν εντός παράξενων σωμάτων που ωριμάζουν σε ηλικία. Η περιγραφή αυτή περιλαμβάνει εφήβους με δυσκολίες εκμάθησης ή νοητικές αναπηρίες ή αρρώστιες ή γλωσσικές δυσλειτουργίες. Μπορεί να είναι επίσης παιδιά που είναι τόσο συναισθηματικά φθαρμένα από τα πρώιμα χρόνια της ζωής τους, ώστε να είναι αναγκαίος ο υποτροπιασμός σε προηγούμενα στάδια για να διευκολυνθούν, ώστε να ξαναχτίσουν την αίσθηση του εαυτού τους. (McMahon, 1992)

5.9 Οι ανάγκες παιχνιδιού των ενηλίκων

Πολλοί ενήλικες πιστεύουν ότι το παιχνίδι είναι κάτι παιδαριώδες και θα συμφωνούσαν με τον Piaget ότι το παιχνίδι εξαφανίζεται σιγά-σιγά προς το τέλος της παιδικής ηλικίας, όπου και αντικαθίσταται από την εργασία και ψυχαγωγία του πραγματικού κόσμου.

Ωστόσο, οι ενήλικες έχουν ανάγκες για παιχνίδι πέραν της ψυχαγωγίας εκτός εργασίας. Το αντιλαμβανόμαστε και το κατανοούμε όλοι, ότι το παιχνίδι δεν υπάρχει απλά για να συμπληρώνουμε τον χρόνο μας, πριν ξεκινήσει η ουσιαστική εργασία και η μάθηση, αλλά είναι ένα απαραίτητο στοιχείο της ανάπτυξης και της λειτουργίας μας ως ολοκληρωμένων ανθρώπων. (McMahon, 1992)

Όπως έχουμε δει, εξάλλου, το παιχνίδι είναι αυθόρμητο και δημιουργικό, ελεύθερο από τις αναστολές, που προκαλεί ο φόβος της αποτυχίας.

Πολλές διαφορετικές διαστάσεις του παιδικού παιχνιδιού μπορούν να παρατηρηθούν εντός της ενήλικης δημιουργικότητας. Το αισθητήριο παιχνίδι αντικατοπτρίζεται στη ζωγραφική και τη μουσική, στη φροντίδα κατοικίδιων και στην αισθησιακή και σεξουαλική αφή και αγάπη. Σαν γονείς μπορούμε να μοιραστούμε ξανά πολλές από τις αισθησιακές ευχαριστήσεις της παιδικής ηλικίας. Αυτό συμβαίνει, για παράδειγμα, όταν οι γονείς φτιάχνουν με τα παιδιά ένα κάστρο από άμμο σε μια παραλία, μόνο που εν τέλει τα παιδιά κάνουν κάτι τελείως διαφορετικό ενώ οι γονείς συνεχίζουν να παίζουν μαζί με μια αίσθηση πληρότητας. Το παιχνίδι και το γέλιο με τα παιδιά τους ικανοποιεί τις ανάγκες για παιχνίδι και των δύο πλευρών, δηλαδή και των γονιών, αλλά και των παιδιών.

Το σωματικό παιχνίδι μετατρέπεται κατά τα ενήλικα χρόνια σε αθλητισμό και σωματικές δραστηριότητες. Το παιχνίδι φαντασίας και το παιχνίδι προσποίησης μετατρέπονται σε ονειροπόληση, σκέψη και, ίσως, σε δημιουργική γραφή. Το εξερευνητικό παιχνίδι μπορεί να μετατραπεί σε σκέψη και παιχνίδι με ιδέες που βασίζονται στην επιστήμη και την τεχνολογία. Ο μεγάλος φυσικός επιστήμονας, Richard Feynman, αναφέρει ότι πάγωσε η κάθε του ικανότητα να διεξάγει έρευνα, όταν του ανέθεσαν μια θέση εργασίας, όπου ένοιωθε ότι ανέμεναν από αυτόν μεγάλα αποτελέσματα. Μόνο όταν τον καθυσάχασαν, ότι το ίδιο το πανεπιστήμιο θα αναλάμβανε όλα τα ρίσκα, απέκτησε ξανά την ικανότητα να παίζει με τις ιδέες του. Οι πρώτες ιδέες του για τις νέες θεωρίες του, μάλιστα, είχαν ως έναυσμα τη στιγμή που παρατήρησε το έμβλημα του πανεπιστημίου να ταλαντεύεται πάνω σε ένα δίσκο που στροβιλίζονταν.

Η ανάλυση παρέχει μια χρήσιμη συνοπτική περιγραφή της ενήλικης νοητικής κατασκευής κατατάσσοντάς την σε μέρη: *Γονέα, Ενήλικα και Παιδί*.

- Ο Γονέας έχει συμπεριφορές, αξίες, γνώμες και αντιλήψεις που μαθεύτηκαν, όπως και ικανότητα να φροντίζει για τον εαυτό του, αλλά και για τους άλλους.

- Ο Ενήλικας λειτουργεί με την λογική σκέψη, κυρίως δε στη λήψη αποφάσεων.

- Το Παιδί χαρακτηρίζεται από «συναισθηματικές ανταποκρίσεις σε καταστάσεις, όπως και δημιουργικότητα, αυθορμητισμό, διαισθητική σκέψη και πρώιμες συμπεριφορές που μαθεύτηκαν» (Pitman στο McMahon, 1992).

Υπάρχει εν προκειμένω και το «παιδί με ανάγκες» (Echenbaum και Orbach 1983), που αντιπροσωπεύει τις συνεχόμενες συναισθηματικές ανάγκες των ενηλίκων για αγάπη και φροντίδα. Ως ενήλικες διατηρούμε τη διάσταση του παιδιού στον ψυχισμό μας, συμπεριλαμβανομένου και του χώρου που διαθέτουμε για αυθόρμητη δημιουργική συμπεριφορά ή παιχνίδι. Όπως παρατηρεί η Brenda Crowe (1983): «Σε κάθε ηλικία το παιχνίδι δεν είναι αυτό, που πράττουμε εκείνη τη στιγμή, αλλά αυτό που αισθανόμαστε, μέσα από αυτό που πράττουμε. Το παιχνίδι πολλές φορές δεν είναι καν μια πράξη. Το παιχνίδι είναι ένα αίσθημα». (McMahon, 1992)

Αν υπάρχει ανταπόκριση στις ανάγκες των ενηλίκων για παιχνίδι, με τρόπους ευεργετικούς για τον εαυτό τους και όχι καταστροφικούς ή ανεύθυνους προς άλλους, τότε η ευτυχία και η αυτοπεποίθηση των ενηλίκων μπορεί να αυξηθεί και, αν είναι γονείς, τότε και τα παιδιά τους θα επωφεληθούν από αυτό.

Οι γονείς που έχουν ελάχιστη ικανότητα να αναγνωρίσουν και να ανταποκριθούν στις ανάγκες των παιδιών τους για παιχνίδι, αλλά και τις άλλες τους ανάγκες, συχνά είναι οι

ίδιοι, που δεν είχαν ανεπάρκεια έναντι των αναγκών τους κατά την παιδική τους ηλικία. Έμαθαν να προσαρμόζονται, να συμμορφώνονται και να είναι καλοί, ή να επαναστατούν απέναντι σε καταπιεστικές απαιτήσεις. Έμαθαν να κρύβουν βαθειά τα αισθήματα πόνου και απώλειας τους, κατασκευάζοντας λεπτομερείς άμυνες, για να αρνηθούν στους εαυτούς τους και σε άλλους το γεγονός ότι έχουν πληγωθεί. Κατά την διάρκεια αυτής της διαδικασίας αποκόπτουν τους εαυτούς τους από τους άλλους, προλαμβάνοντας επιπλέον πόνο για τους εαυτούς τους, αλλά και εκμηδενίζοντας την ικανότητα τους να προσφέρουν στα ίδια τα παιδιά τους την φροντίδα και την αγάπη, που οι ίδιοι τόσο επώδυνα είχαν στερηθεί.

Μερικές φορές ο αυθορμητισμός του παιχνιδιού παραμένει, αλλά χρησιμοποιείται ανεύθυνα, για το συμφέρον των ενηλίκων και όχι των παιδιών τους. Ο Nover (1985) περιγράφει το παιχνίδι «τώρα θα σε πιάσω!» ενός γονιού με το μωρό του. Οι γονείς μπορούν να περιπαίζουν με τα παιδιά τους σε μια κατάχρηση ισχύος. Μπορούν να παίζουν με τα παιδιά τους, σαν να ήταν αντίπαλα αδέρφια τους.. Το παιχνίδι μπορεί να είναι ένας σημαντικός τρόπος ανεύρεσης του αυθορμητισμού των ίδιων των γονέων εντός του αυτού τους και να χρησιμοποιηθεί από τους ίδιους, έτσι ώστε να ανταποκριθούν στις ανάγκες τους, αλλά και σε εκείνες των παιδιών τους (McMahon ,1992)

5.10 Προσεγγίσεις στο θεραπευτικό παιχνίδι.

Ορισμένοι ειδικοί έχουν αναπτύξει διάφορες μεθόδους παιγνιοθεραπείας και ακολουθούν ανάλογα μοντέλα ψυχοθεραπείας, αυτές αναλύονται στη συνέχεια

5.10.1 Η μέθοδος της Melanie Klein

Η Melanie Klein έχτισε εξολοκλήρου τη τεχνική της για την ανάλυση μέσω του παιχνιδιού. Ήταν η πρώτη που συνειδητοποίησε τις τεχνικές δυσκολίες μιας και μέχρι τότε οι περισσότεροι αναλυτές πίστευαν ότι τα παιδιά δεν αντιλαμβάνονται την ασθένεια και τη ανάγκη για βοήθεια, και επομένως ήταν αδύνατο να προσδοκάται η συνεργασία τους.

Το παιχνίδι είναι ένας φυσικός τρόπος του παιδιού να εκφράζεται και άρα θα αποτελέσει το μέσο που θα χρησιμοποιηθεί ως γέφυρα επικοινωνίας. Αυτή η άποψη της Klein έθεσε την αρχή για τη δημιουργία μίας καινούργιας θεραπευτικής διαδρομής. Για το παιδί το παιχνίδι δεν είναι απλώς παιχνίδι είναι έργο. Αποτελεί ένα μέσο εξερεύνησης

και κυριαρχίας του άγχους, των φόβων, και του πόνου. Με τη δραματοποίηση των φαντασιώσεων του το παιδί εκφράζεται και διεργάζεται τις συγκρούσεις του. Η ίδια θεωρούσε ότι υπό τις κατάλληλες συνθήκες, το παιχνίδι και η όποια λεκτική επικοινωνία του παιδιού, έχει παρόμοιο ρόλο με αυτό των ελεύθερων συνειρμών στους ενηλίκους.

Επίσης, θεωρούσε ότι τα παιχνίδια, τα άλλα αντικείμενα της αίθουσας, όπως και η ίδια η θεραπεύτρια αποτελούσαν μεταβατικά αντικείμενα. Όταν για παράδειγμα ένα παιδί παίζει με ένα παιχνίδι, όπως με μία κούκλα, αυτό μετατρέπεται αυτόματα σε μεταβατικό αντικείμενο, επειδή το παιδί μεταθέτει σε αυτό τα συναισθήματα που αρχικά κατευθύνονταν σε κάποιο σημαντικό του πρόσωπο. Η Klein, έδωσε έμφαση στην ερμηνεία, χωρίς να θεωρεί απαραίτητο το διάστημα που απαιτείται μέχρι να αναπτυχτεί η θεραπευτική σχέση με το παιδί (Cattanach, 1992).

5.10.2 Η μέθοδος της Anna Freud

Η Anna Freud ανέπτυξε μία μέθοδο ψυχαναλυτικής ψυχοθεραπείας των παιδιών, παρατηρώντας το παιχνίδι τους. Στόχος της ήταν, να ανακαλυφθούν τα ασυνείδητα κίνητρα πίσω από το φανταστικό παιχνίδι, τα σχέδια και τις ζωγραφιές τους. Στη συνέχεια όταν η θεραπευτική σχέση με το παιδί εδραιωνόταν, διατύπωνε ερμηνείες σχετικά με το περιεχόμενο του παιχνιδιού του. Σημαντικό για αυτή, αντίθετα με τη Klein, ήταν η προσκόλληση του παιδιού στον θεραπευτή. Θεωρούσε ότι θα είχε επιτυχία η ψυχοθεραπεία, μόνο όταν το παιδί θα την εμπιστευόταν απολύτως. (Gerald, 2004)

5.10.3 Μη - κατευθυνόμενη θεραπεία μέσω παιχνιδιού

Η μη κατευθυνόμενη προσέγγιση της Axline βασίζεται στην αντίληψη ότι το παιδί έχει τη δυνατότητα να λύσει το ίδιο τα προβλήματα του, εάν το περιβάλλον της σχέσης με το θεραπευτή προσφέρει την απαραίτητη ασφάλεια και σταθερότητα

Αναφέρει η ίδια συγκεκριμένα: «Η θεραπευτική αξία αυτού του είδους ψυχοθεραπείας βασίζεται πάνω στο γεγονός, ότι το παιδί θα βιώσει τον εαυτό του ως ικανό, υπεύθυνο άτομο, σε μια σχέση που προσπαθεί να συνδέσει στον εαυτό του δύο βασικές αλήθειες: ότι δηλαδή κανείς δεν ξέρει πραγματικά τόσα πολλά για τον εσωτερικό κόσμο κανενός ανθρώπινου όντος, όπως ξέρει το άτομο τον ίδιο τον εαυτό του και ότι η υπεύθυνη ελευθερία μεγαλώνει και αναπτύσσεται μέσα του.(Axline V. 1969:57)

Η Axline (1985) θέτει τις παρακάτω οκτώ αρχές μη κατευθυνόμενης θεραπείας μέσω παιχνιδιού.

1) *«Ο θεραπευτής πρέπει να αναπτύξει μια ζεστή, φιλική σχέση με το παιδί, στην οποία η καλή αμοιβαία συμπάθεια καθιερώνεται όσο το δυνατόν συντομότερα».*

Εξηγεί στο νέο παιδί ότι μπορεί να παίζει με οποιοδήποτε από τα πράγματα στο δωμάτιο παιχνιδιού, ή να τα χρησιμοποιήσει με οποιοδήποτε τρόπο επιθυμεί. Ο ίδιος ο θεραπευτής δεν προτείνει στο παιδί να κάνει κάτι συγκεκριμένο. Αν το παιδί μείνει σιωπηλό, τότε και ο θεραπευτής το αποδέχεται και παραμένει επίσης σιωπηλός.

2) *«Ο θεραπευτής δέχεται το παιδί ακριβώς όπως είναι».*

Ο θεραπευτής πρέπει να είναι ουδέτερος. Ο έπαινος και η ενθάρρυνση είναι τόσο ανάρμοστα, όσο η κριτική και η αποδοκιμασία, εφόσον και τα δύο υπονοούν κρίση. Εάν το παιδί ζωγραφίσει έναν όμορφο πίνακα, δεν θα το επαινέσει, διότι η γνώμη του παιδιού μετράει και όχι του θεραπευτή.

3) *«Ο θεραπευτής κατοχυρώνει ένα αίσθημα ανεκτικότητας στην σχέση τους, ώστε το παιδί να νοιώθει ελεύθερο να εκφράσει τα αισθήματα του ολοκληρωτικά».* Το παιδί χρειάζεται να νοιώθει ελεύθερα.

4) *«Ο θεραπευτής δουλεύει στην αναγνώριση των αισθημάτων που εκφράζει το παιδί και αντικατοπτρίζει αυτά τα αισθήματα πίσω στο παιδί με τέτοιο τρόπο, που να αποκτά ενόραση σχετικά με τη συμπεριφορά του».*

5) *«Ο θεραπευτής διατηρεί βαθύ σεβασμό για την ικανότητα του παιδιού να επιλύσει τα ίδια του τα προβλήματα, αν του δοθεί τέτοια ευκαιρία. Η ευθύνη στην επιλογές και στην θέσπιση αλλαγών είναι του παιδιού».*

6) *«Ο θεραπευτής δεν προσπαθεί να κατευθύνει τις πράξεις ή τη συζήτηση του παιδιού με κανένα τρόπο. Το παιδί οδηγεί το δρόμο. Ο θεραπευτής ακολουθεί».*

7) *«Ο θεραπευτής δεν προσπαθεί να επισπεύσει τη διαδικασία της θεραπείας. Είναι μια σταδιακή διαδικασία και αναγνωρίζεται ως τέτοια από τον θεραπευτή».*

8) «Ο θεραπευτής εδραιώνει μόνον εκείνους τους περιορισμούς, που είναι απαραίτητοι, ώστε να γειώσει τη θεραπεία στον κόσμο της πραγματικότητας και να αντιληφθεί το παιδί την ευθύνη του στην σχέση». (Axline στο McMahon, 1992)

Η αντίληψη της απόκτησης ευθύνης από το παιδί για τον ίδιο τον εαυτό του είναι κρίσιμη στην προσέγγιση της Axline. Αποτελεί το θεμέλιο της προσδοκίας της για την ανάληψη της πρωτοβουλίας από το παιδί και της επιλογής του τρόπου χρήσης του χρόνου στο δωμάτιο παιχνιδιού. Όπως και στο παιχνίδι, η ελευθερία είναι δυνατή μόνο εξαιτίας των ασφαλών ορίων της καταστάσεως. Τα όρια αποτελούνται από τον χρόνο, μια ώρα, συνήθως εντός του πενθημέρου και του χώρου, του δωματίου παιχνιδιού και των υλικών που είναι εντός αυτού. Το παιδί δεν επιτρέπεται να προκαλέσει σωματικό πόνο στο ίδιο τον εαυτό του, ή στο θεραπευτή, ωστόσο κάποια όρια μπορούν να τεθούν σχετικά με την καταστροφή των υλικών. Αυτά τα όρια δεν αναφέρονται στην έναρξη, αλλά εξηγούνται στο παιδί, αν προκύψει η ανάγκη. Ο θεραπευτής Βοηθάει το παιδί να καταλάβει, ότι η ώρα στο δωμάτιο παιχνιδιού είναι μόνο μέρος της ζωής και ότι ο πραγματικός κόσμος επιβάλλει άλλους περιορισμούς και όρια, στα οποία πρέπει να προσαρμοστεί ό,τι και αν αισθάνεται.

Η μη κατευθυνόμενη θεραπεία μέσω παιχνιδιού, που βασίζεται στις αρχές της Axline, μπορεί να αγγίξει αποτελεσματικά τα αισθήματα εκείνα, που το παιδί δεν είχε αντιληφθεί και να τα συνειδητοποιήσει τώρα το ίδιο, ώστε να μπορέσει να τα αντιμετωπίσει. Ωστόσο, ο θεραπευτής δεν ερμηνεύει άμεσα το παιχνίδι, αλλά παραμένει εντός του συμβολισμού που εκφράζεται στο παιχνίδι, μέχρι το παιδί να είναι έτοιμο να προχωρήσει μπροστά.

Εφόσον η θεραπεία κινείται με το ρυθμό και την κατεύθυνση του παιδιού, είναι απίθανο να ζημιωθεί επιπλέον ένα παιδί, που αποκαλύπτει δύσχρηστα αισθήματα, τα οποία ούτε το παιδί, αλλά πιθανώς ούτε και ο θεραπευτής είναι έτοιμοι να χειριστούν. Ο ενήλικας, ωστόσο, χρειάζεται να είναι σε εγρήγορση σχετικά με τα περιοχές, που το παιδί αποφεύγει. Αυτή η μέθοδος είναι ανυπολόγιστης αξίας στη διάγνωση, όπου ο λειτουργός έχει περιορισμένες πληροφορίες σχετικά με το πώς αισθάνεται το παιδί και ποιο είναι το πρόβλημα για το ίδιο το παιδί.

Η μη κατευθυνόμενη θεραπεία μέσω παιχνιδιού είναι ειδικά κατάλληλη για χρήση από λειτουργούς, οι οποίοι δεν έχουν κάνει ψυχοδυναμική εκπαίδευση. Το μειονέκτημα της είναι ότι μπορεί να φανεί μια πολύ αργή διαδικασία και μπορεί να είναι πολύ λίγοι οι

λειτουργοί, που έχουν χρόνο να προσφέρουν για αυτήν. Παρέχει, ωστόσο, μια μεγάλη ελπίδα ανάρρωσης σε κάποια βαθεία διαταραγμένα παιδιά. (McMahon, 1992)

5.11 Εστιασμένες τεχνικές θεραπείας μέσω παιχνιδιού

Οι πρώιμες μορφές εστιασμένων τεχνικών θεραπείας μέσω παιχνιδιού, όπως η απελευθερωμένη θεραπεία, επικεντρώνονταν σε συγκεκριμένες αγωνίες. Τα σχετικά υλικά παιχνιδιού προσφέρθηκαν σε συχνά διαστήματα, ώστε τα παιδιά να μην νιώσουν καταβεβλημένα από τους φόβους τους, με το να τους προκαλούν επαναλαμβάνοντας συνεχώς την αναπαράσταση της κατάστασης. Για παράδειγμα, σε ένα παιδί, που φοβάται να χρησιμοποιήσει το «γιογιό» του, προσφέρονται κούκλες και «γιογιό» για να παίζει.

Σήμερα η χρήση εστιασμένης τεχνικής θεραπείας μέσω παιχνιδιού ποικίλει περισσότερο. Εκεί, όπου ο λειτουργός έχει κάποια γνώση του τι συνέβη στην ζωή του παιδιού, μπορούν να προσφερθούν στο παιδί συγκεκριμένα υλικά παιχνιδιού, όπως οικογένειες από κούκλες, οι οποίες δίνουν την δυνατότητα στο παιδί να αναπαραστήσει ξανά τα γεγονότα ή να δείξει τι θα ήθελε να είχε συμβεί. Άλλα και ένας δεινόσαυρος με ανοιχτό στόμα, ένα φορτηγάκι με συρταρωτή πόρτα, που μπορεί να χωρέσει κόσμο και έπιπλα, μια μυώδη φιγούρα και ένα αστυνομικό όχημα, ώστε να βοηθήσει τα παιδιά να αναπαραστήσουν αισθήματα οργής και να αναπαραστήσουν την εμπειρία απώλειας και χωρισμού τους. (Jewett στο McMahon, 1992)

Εναλλακτικά, ο λειτουργός μπορεί να είναι πιο ενεργητικός, όσον αφορά την σκηνοθεσία του παιχνιδιού, είτε άμεσα είτε πιο διακριτικά. Ο εργάτης μπορεί να παρουσιάσει θέματα παιχνιδιού μέσω της συμμετοχής σε παιχνίδι προσποίησης, είτε ζητώντας από τα παιδιά να μιλήσουν στις φιγούρες ή στις κούκλες, με τις οποίες παίζουν ή ζωγραφίζουν και να τους ζητήσουν να μιλήσουν σαν τη φιγούρα ή να γράψουν γράμματα σε αυτές. Τέτοιες μέθοδοι μορφολογικής ψυχολογίας περιγράφονται από την Oaklander (1978) και η χρήση τους εξαπλώνεται, όπως, για παράδειγμα, στην εργασία της Madge Bray (1991). Η θεωρία πίσω από αυτές τις μεθόδους είναι, ότι είναι πολύ πιο χρήσιμο να βοηθηθούν τα παιδιά να αντιμετωπίσουν τα παρόντα αισθήματα τους, παρά να επιστρέψουν σε παλιότερες τραυματικές εμπειρίες.

Η Oaklander προτείνει πολλές τεχνικές φαντασίωσης και προβολής. Για παράδειγμα, μπορεί να ζητηθεί από τα παιδιά να ζωγραφίσουν την οικογένειά τους ως σύμβολα ή ζώα, να ταξιδέψουν σε ένα φανταστικό ταξίδι, ίσως σε μια φαντασίωση ξενάγησης, και να σχεδιάσουν το δωμάτιο τους, ή το μέρος στο οποίο καταλήγουν, να δημιουργήσουν το

δικό τους κόσμο στο χαρτί, ή ένα συγκεκριμένο αίσθημα, χρησιμοποιώντας μόνο σχήματα, γραμμές, καμπύλες και χρώματα, ή να σχεδιάσουν τους εαυτούς τους ως μπουμπούκια τριαντάφυλλων, ή σαν μια βάρκα σε μια καταιγίδα. Στα μεγαλύτερα παιδιά μπορεί να ζητηθεί να επιλέξουν ένα παιχνίδι στο δωμάτιο και μετά να φανταστούν, ότι τα ίδια είναι το παιχνίδι, περιγράφοντας πως και τι χρησιμοποιούν, τι κάνουν και με τι μοιάζουν και τι θέλουν να κάνουν τα ίδια. Ο λειτουργός μπορεί να στήσει μια δομημένη κατάσταση, όπως μια οικογενειακή σκηνή στο κουκλόσπιτο και να ειπωθεί στο παιδί, για παράδειγμα, ότι όλοι διαφωνούν και να ερωτηθεί τι γίνεται έπειτα από αυτό το γεγονός. (Oaklander στο McMahon,1992)

Μια άλλη τεχνική προβολής είναι να ζητηθεί από ένα παιδί να σχεδιάσει ένα σπίτι (που συμβολίζει την μητέρα), ένα άτομο (τον πατέρα) και ένα δέντρο (το παιδί). (Sluckin στο McMahon,1992)

Η χρήση ενός «τρίτου αντικειμένου» είναι μια στρατηγική, που χρησιμοποιούν πολλοί κοινωνικοί λειτουργοί, ειδικά αυτοί που ασχολούνται μακροχρόνια με τη φροντίδα παιδιών. Πολλές τεχνικές παιχνιδιού χρησιμοποιούνται σήμερα για να δώσουν τη δυνατότητα στο λειτουργό και στο παιδί να γνωρίσει ο ένας τον άλλο, να βοηθήσουν στην αποκάλυψη των αισθημάτων του παιδιού και να επιτρέψουν την έκφραση τους. Οι χάρτες της φύσης, οι γενεαλογικοί χάρτες ή τα εικονογραφημένα οικογενειακά δέντρα, τα διαγράμματα διακίνησης και σχέδια διευθέτησης χρόνου χρησιμοποιούνται ευρέως. Τα επιτραπέζια παιχνίδια και τα παιχνίδια με κάρτες, που συχνά εφευρίσκουν οι λειτουργοί, ώστε να ανταποκριθούν με μια συγκεκριμένη ανάγκη, είναι δημοφιλή. Το παιδί πρέπει να ενθαρρύνεται να σχεδιάσει ή να ζωγραφίσει την οικογένεια του ή κάποια πλευρά της ζωής του. Οι καθαρτικές τεχνικές, συμπεριλαμβανομένων των τεχνικών ύδατος, τελετών κεριών για συνεδρία που αφορά θλίψη, και σχεδιασμένες συνεδρίες που αφορούν οργή, χρησιμοποιούνται από τους λειτουργούς, που είναι προετοιμασμένοι να χειριστούν ισχυρά αισθήματα (Jewett 1984, Owen και Curtis 1988, Redgrave 1987 στο McMahon,1992).

Τα βιβλία βιογραφικών ιστοριών είναι γνώριμα στους περισσότερους κοινωνικούς λειτουργούς, αλλά υπάρχουν επίσης πολυάριθμα παιχνίδια με κανόνες, παιχνιδιάρικες αποστολές και καταστάσεις, οι οποίες έχουν επινοηθεί για να βοηθήσουν τα παιδιά να κατανοήσουν το παρελθόν, το παρόν και το μέλλον τους. Πολλές από αυτές τις προσεγγίσεις εστιάζουν στις δυσκολίες των παιδιών στον πραγματικό κόσμο και

ανησυχούν λιγότερο για θέματα εσωτερικής διαμάχης, παρότι που βοηθούν τα παιδιά να διαχωρίσουν τη διαφορά μεταξύ πραγματικότητας και φαντασίωσης. Ασχολούνται με τα συνειδητά και σχεδόν συνειδητά αισθήματα, αντί με τα βαθιά κρυμμένα ασυνείδητα. McMahon (1992)

Μερικές εστιασμένες προσεγγίσεις αγγίζουν τα όρια του μη-κατευθυνόμενου παιχνιδιού. Σε μια μορφή δραματοθεραπείας ο λειτουργός λέει στο παιδί «*Ότι γίνει τώρα θα γίνει επειδή θέλεις εσύ να γίνει. Εγώ θα παίζω μαζί σου όσο θέλεις, αλλά πρέπει να μου πεις τι να κάνω*» (Newson 1983: 17). Ο λειτουργός κάθεται στο πάτωμα και περιμένει να του ζητηθεί να συμμετάσχει στο παιχνίδι. Παρέχονται παιχνίδια με την μορφή τηλεφώνου για τη διευκόλυνση επικοινωνίας. Αν δε ζητηθεί από τον λειτουργό να συμμετάσχει μετά από το πέρας δέκα λεπτών, τότε ο λειτουργός μπορεί να πάρει το τηλέφωνο και να ζητήσει από το παιδί να «έρθει για τσάι» ή «να έρθει στο κατάστημα».

Διαφορετικά το παιδί είναι ελεύθερο να σκηνοθετήσει το παιχνίδι και τους ανθρώπους, εντός ασφαλών ορίων. Ο στόχος του Newson είναι να προσφέρει στο παιδί την απόλυτη προσοχή και την εμπειρία του να έχει τον έλεγχο, όπως και τις σχετικές νέες εμπειρίες και την ευκαιρία να συμβολίσει και να επικοινωνήσει αισθήματα και προβληματισμούς μέσω του παιχνιδιού. (Newson στο McMahon, 1992)

5.12 Ο ρόλος του Κοινωνικού λειτουργού στη Παιγνιοθεραπεία

Όλα τα παιδιά χρειάζονται το παιχνίδι, αλλά δε χρειάζονται όλα τα παιδιά θεραπεία μέσω παιχνιδιού. Τα περισσότερα παιδιά δε χρειάζονται επιπλέον βοήθεια για την αντιμετώπιση των θετικών και αρνητικών συγκυριών της ζωής τους. Το δικό τους αυθόρμητο παιχνίδι, σε συνδυασμό με την ικανοποίηση μιας «επαρκούς» μητρικής στοργής, είναι αρκετά για να τα καταστήσουν ικανά «να αντέξουν μικρές θύελλες».

Ωστόσο, σε μερικά παιδιά συμβαίνουν πάρα πολλά πράγματα στη ζωή τους, όπως χωρισμοί, απώλειες, κακοποίηση, επαναλαμβανόμενες διαταραχές, αλλαγές στα μέλη της οικογένειας και στην κατοικία, αλλαγές των κηδεμόνων και των πρότυπων με τα οποία έχουν προσκολληθεί. Τέτοιου είδους γεγονότα αδυνατούν να τα αντιμετωπίσουν αβοήθητα. Μερικά παιδιά, όταν έχουν αγωνία και είναι θυμωμένα, μπορούν να τα αντιμετωπίσουν επαρκώς, αν τους δοθεί η ευκαιρία να μοιράσουν τα αισθήματα τους με έναν ενήλικα, που δείχνει κατανόηση και θα μπορέσει να τα βοηθήσει, ώστε να κατανοήσουν τί ακριβώς έχει συμβεί και να ξεκαθαρίσουν την παρεξήγηση, που προκύπτει συχνά, όπως για παράδειγμα, ότι το ίδιο το παιδί φταίει.

Οι τεχνικές παιχνιδιού μπορούν να είναι ένας καλός τρόπος βοήθειας στην εξέλιξη αυτών των συζητήσεων.

Τα παιδιά που υπέφεραν από μια πρωτοφανή αλλά απομονωμένη αναστάτωση στην ζωή τους, μπορούν να ανταποκριθούν γρήγορα στη θεραπεία μέσω παιχνιδιού, επιταχύνοντας τη διαδικασία της ανάκτησης, η οποία σε άλλη περίπτωση διαρκεί πάρα πολύ χρόνο και παρεμβαίνει σε άλλες πτυχές της ανάπτυξης. Εκεί, όπου οι εμπειρίες διήρκησαν επί μεγάλη περίοδο χρόνου και ήταν ζημιογόνες, τα παιδιά συχνά είναι υπερβολικά ταραγμένα, για να ξεκινήσουν την χρήση του αυθόρμητου παιχνιδιού θεραπευτικά. Για τα ίδια μια εκτεταμένη εμπειρία θεραπείας μέσω παιχνιδιού μπορεί να φανεί ωφέλιμη. Παιδιά, στα οποία δεν υπήρξε παροχή «επαρκούς» μητρικής στοργής κατά τα βρεφικά τους χρόνια, παραμένουν ανένταχτα, εκτός αν δεχτούν ικανοποίηση και πρωταρχική φροντίδα, στην οποία το παιχνίδι κατέχει ένα σημαντικό μέρος.

Άλλα παιδιά, που μπορούν να επωφεληθούν από προσεγγίσεις παιχνιδιού και θεραπείας μέσω παιχνιδιού, είναι ορισμένα νεαρά παιδιά με συναισθηματικά προβλήματα, των οποίων οι γλωσσικές δεξιότητες δεν έχουν εξελιχθεί επαρκώς, μεγαλύτερα παιδιά με δυσκολίες στη χρήση της γλώσσας και προαιρετικά άλαλα παιδιά (αυτά δηλαδή που έχουν επιλέξει να μην μιλάνε). Επίσης, παιδιά με αναπτυξιακές καθυστερήσεις και δυσκολίες εκμάθησης, ακόμα και στην εφηβεία, μπορούν να επωφεληθούν από την θεραπεία μέσω παιχνιδιού.

Η ικανότητα του λειτουργού στη λήψη αποφάσεων σχετικά με το είδος βοήθειας, που χρειάζεται ένα παιδί, είναι ύψιστης σημασίας. Μέσω της παρατήρησης του παιχνιδιού του παιδιού, ο λειτουργός μπορεί να εκτιμήσει την κατάσταση της προσκόλλησης και του ανικανοποίητου του παιδιού και να καθιερώσει τα επίπεδα ανάπτυξης του παιδιού.

Τα λιγότερα τραυματισμένα παιδιά μπορούν να παίξουν αυθόρμητα στο επίπεδο ανάπτυξης, που αρμόζει στην ηλικία τους. Άλλα μπορούν να παίξουν σε ένα πολύ παλιότερο στάδιο ανάπτυξης ή μπορεί να έχουν χάσει την ευκαιρία να βιώσουν συγκεκριμένους τύπους εμπειριών παιχνιδιού. Είναι συχνά σημαντικό να διευκρινιστεί, αν το παιδί μπορεί να κάνει χρήση του συμβολικού παιχνιδιού. Η διαγνωστική ακρίβεια εξαρτάται από την γνώση του λειτουργού σχετικά με το πώς παίζουν τα παιδιά σε συγκεκριμένη ηλικία, κοινότητα και πολιτισμό.

Από την χρήση επανεμφανιζόμενων θεμάτων παιχνιδιού από το παιδί, οι κοινωνικοί λειτουργοί μπορούν να μάθουν ποιες πλευρές της ζωής του δημιουργούν τη μεγαλύτερη δυσκολία. Από τη συναισθηματική ένταση, που εκφράζεται μέσα από το παιχνίδι, γίνεται εφικτή η ταυτοποίηση περιοχών έντονης δυσφορίας. (Για παράδειγμα, όλα τα παιδιά

συνήθως ζηλεύουν ένα νέο μωρό και αυτό μπορεί να φανεί, όταν σφίγγουν μια κούκλα με τη μορφή μωρού. Παιδιά που έχουν πληγωθεί έντονα μπορεί να σφίξουν ή να χτυπήσουν την κούκλα πιο δυνατά, πιο συχνά και με μεγαλύτερη προβολή θυμού).

Μερικά παιδιά μπορεί να παίζουν αμυντικά, δηλαδή να κρύβουν αντί να αποκαλύπτουν τα αληθινά τους αισθήματα. Άλλα μπορούν να υποφέρουν από την διαταραχή του παιχνιδιού. Η έκταση της διαταραχής και τα γεγονότα του παιχνιδιού, που οδηγούν στο παραπάνω, μπορούν να δώσουν στον κοινωνικό λειτουργό μια ιδέα για τις περιοχές δυσκολίας. Παιδιά που έχουν τραυματιστεί βαριά, ίσως αρχικά να μην είναι καθόλου ικανά να παίξουν. (McMahon ,1992)

Ο κοινωνικός λειτουργός θα πρέπει να φροντίζει για τα απαραίτητα μέσα όπως το χώρο όπου θα είναι το παιγνιοδωμάτιο ώστε να παρέχει όλα τα υλικά, να θέτει τα όρια στον χρόνο και να διαμορφώνει συμβόλαιο. Επίσης θα πρέπει να βασίζεται στις αρχές της Axline (1985) όπως δόθηκαν παραπάνω.

ΚΕΦΑΛΑΙΟ 6:

Η Δραματοθεραπεία, το Ψυχόδραμα και η εμπλοκή τους με το Παιχνίδι

6.1 Γενική θεώρηση της Δραματοθεραπείας

Η θεατρική τέχνη και η δραματοθεραπεία ασχολούνται με σκέψεις, συναισθήματα, ιδέες και εικόνες που διατυπώθηκαν κι εκφράστηκαν με έργα και με λόγια. Με άλλα λόγια: «Μέσω της ηθοποιίας αποκτούμε τη δύναμη να δράσουμε και να αποτολμήσουμε» (Jennings 1992) Μέσα από τη δομή των θεατρικών έργων, τα τελετουργικά και τους μύθους, μπορούμε να χρησιμοποιήσουμε κυρίαρχα σύμβολα και αρχέτυπα, που συνδέουν την εσωτερική μας εμπειρία με εκείνη του εξωτερικού κόσμου.

Οι δομές αυτές περιέχουν ασφαλώς τις εμπειρίες μας, ενώ συνάμα με αυτές πραγματοποιείται μια εξερεύνηση και, πιθανώς, μια αλλαγή. Το περιεχόμενο που εκφράζεται με τα κυρίαρχα σύμβολα, τα αρχέτυπα και τις πολυεπίπεδες θεατρικές μεταφορές μας φέρνει αντιμέτωπους μ' αυτό που δεν αντιμετωπίζεται, μας κάνει να κοιτάζουμε το δικό μας σκοτάδι και τις σκιές των άλλων μέσα σε μια ποικιλία αστερισμών. Τα λόγια και τα έργα οδηγούν σε πολλών ειδών κινήσεις. Σε κινήσεις της αντίληψης και σε κινήσεις του σώματος. (Jennings 1996)

Όλες οι πτυχές της θεατρικής τέχνης – η φωνή, η κίνηση, ο αυτοσχεδιασμός στο παίξιμο του ρόλου, το κείμενο και η παράσταση - , σε συνδυασμό με τις μάσκες, τα κουστούμια, το φωτισμό και τη σκηνοθεσία, αποτελούν για το δραματοθεραπευτή απαραίτητες προϋποθέσεις και προσφέρονται με τον τρόπο που ταιριάζουν καλύτερα σε κάθε ασθενή. (Jennings ,1996)

Η έμπνευση, η δημιουργία, ο πειραματισμός, η απόρριψη, η βελτίωση και η αναδημιουργία συγκλίνουν, διαλύονται και τελικά ισορροπούν και συνθέτουν μια παράσταση. Οι ίδιες αυτές διεργασίες αποτελούν και τον πυρήνα της θεατρικής τέχνης στην υπηρεσία της θεραπείας. Η θεατρική τέχνη, εφαρμοσμένη με πολύ συγκεκριμένους τρόπους , αποτελεί την ουσία της δραματοθεραπείας και της άσκησης της. (Jennings,1996)

Παίρνει τη μορφή της θεατρικής τέχνης και την προσφέρει στους ασθενείς και στους πελάτες, είτε για να διατηρήσουν την υγεία τους, είτε για να επεξεργαστούν διάφορες διαταραχές και προβλήματα. Για το λόγο αυτό αυτή η μέθοδος μπορεί να εφαρμοστεί και στην πρόληψη και στη θεραπεία. Η δραματοθεραπεία δεν είναι μια καινούρια θεραπευτική τεχνική. Τη συναντάμε στις αρχαίες θεραπευτικές τελετουργίες και στις

θεατρικές παραστάσεις πολλών πολιτισμών. Όμως, τα τελευταία τριάντα χρόνια έκανε ξανά την εμφάνιση της ως σύγχρονη θεραπευτική πρακτική. (Jennings ,1996)

Η ικανότητα του ανθρώπου όχι μόνο να αποδέχεται, αλλά και να δημιουργεί αυτό που στην πραγματικότητα δεν είναι εκεί, μέσω ενός φανταστικού δράματος, αποτελεί τον πυρήνα της δραματοθεραπείας.

Η δραματοθεραπεία χρησιμοποιεί τη σύνδεση της φαντασίας με την πραγματικότητα για να επέμβει στον τρόπο, με τον οποίο ζουν οι άνθρωποι. Έτσι δημιουργείται ένα σύνορο ανάμεσα παρέυρεσης στην ομάδα της θεραπείας και στον εξωτερικό κόσμο.(Jones, 2003)

Μπορούμε, έτσι, να βιώσουμε συναισθήματα, συγκινήσεις και ενέργειες, που δεν είναι δυνατές στην καθημερινή ζωή. Τα μεγάλα έργα, οι μύθοι και οι θρύλοι περιέχουν θέματα, που αγγίζουν τον καθένα μας και δρουν ως μέσα εξερεύνησης της ατομικής και οικογενειακής ζωής των ανθρώπων. Το θέατρο προσφέρει μια εξ αποστάσεως διεργασία, που μας βοηθάει να ελέγξουμε το βίωμα, αλλά και να το δούμε από διαφορετικές προοπτικές. (Jennings ,1996)

Μέσα από τη δομή των θεατρικών έργων, τα τελετουργικά και τους μύθους μπορούμε να χρησιμοποιήσουμε κυρίαρχα σύμβολα και αρχέτυπα, που συνδέουν την εμπειρία του εσωτερικού και του εξωτερικού μας κόσμου.

Ο θεραπευόμενος στη δραματοθεραπεία μπορεί:

- να φέρει υλικό από τελετουργίες, που υπήρξαν σημαντικές στη ζωή του και οι οποίες βιώνονται ως προβληματικές,
- να δημιουργήσει απεικονίσεις δραματικού τύπου αυτών των εμπειριών, προκειμένου να επεξεργαστεί και να επιλύσει το πρόβλημά του,
- να δημιουργήσει τις δικές του τελετουργίες δραματικού τύπου, προκειμένου να χειριστεί το προσωπικό του υλικό.

Ο δραματοθεραπευτής μπορεί :

- να βοηθήσει τους θεραπευόμενους να αναδημιουργήσουν τις εμπειρίες τελετουργίας, που είναι προβληματικές, έτσι ώστε να μπορέσει να αντιμετωπίσει τη δυσκολία που εκείνοι συνάντησαν.
- να εργαστεί με τους θεραπευόμενους στην κατασκευή των δικών τους δραματικών τελετουργιών, χρησιμοποιώντας την πολιτισμική γλώσσα τελετουργίας της ομάδας ή του ατόμου. (Jones ,2003)

Ασχολούμαστε, δηλαδή, με την τέχνη και με την τεχνική του θεάτρου, με στόχο να βιώσουν οι θεραπευόμενοι νέες εννοήσεις, νέα βιώματα και νέες προοπτικές όσον αφορά τον κόσμο ως σύνολο και τη σχέση τους μαζί του. Ο ασθενής βρίσκει ένα μεγαλύτερο φάσμα έκφρασης αναπτύσσοντας το σώμα και τη φωνή και μέσα από τη δραματοποίηση μπορεί να βιώσει και να επικοινωνήσει, να μεταδώσει θέματα που προηγουμένως δε μπορούσε. (Jennings ,1996)

6.2 Σε ποιους απευθύνεται η δραματοθεραπεία

Η δραματοθεραπεία εφαρμόζεται τόσο ομαδικά όσο και ατομικά σε θεραπευτικές δομές όπως κλινικές, νοσοκομεία και εξειδικευμένες μονάδες (π.χ. ειδικά ιδρύματα εφήβων). Επίσης προσφέρεται ως ομαδική ή ατομική θεραπεία εκτός ιδρυμάτων. Η όλη διαδικασία εφαρμόζεται και σε ενήλικες και σε παιδιά.

Οι δραματοθεραπευτές προσλαμβάνονται από κέντρα οικογενειακής μέριμνας, σωφρονιστικά κέντρα και αναμορφωτήρια, σχολεία ειδικής αγωγής και εκπαιδευτικά ιδρύματα, κέντρα για νέους με προβλήματα συμπεριφοράς, κέντρα ψυχικής υγείας και κοινωνικής επανένταξης, κοινοτικά κέντρα και προγράμματα απεξάρτησης από τη χρήση αλκοόλ και ναρκωτικών ουσιών. Η ομαδική ή η ατομική δραματοθεραπεία προσφέρεται στα άτομα μιας κοινότητας, τα οποία αντιμετωπίζουν συναισθηματικές δυσκολίες. Τα άτομα αυτά είτε παραπέμπονται στο αρμόδιο κέντρο, κατόπιν συστάσεως από τον προσωπικό/οικογενειακό τους γιατρό ή από κάποιο κοινωνικό λειτουργό, είτε απευθύνονται εκεί τα ίδια. (Jones ,2003)

6.3 Τα Εκφραστικά Σχήματα της Δραματοθεραπείας

Τα εκφραστικά σχήματα της δραματοθεραπείας είναι η χρήση:

- αυτοσχέδιων ή βάσει σεναρίου ρόλων και χαρακτήρων ή το παίξιμο του ίδιου του εαυτού μέσα σε μια έντεχνη πραγματικότητα, με σκοπό τη διερεύνηση εμπειριών ζωής,
- υλικών, όπως αντικείμενα, μικρά παιχνίδια και κούκλες ή φιγούρες κουκλοθέατρου, ώστε οι συμμετέχοντες να δραματοποιήσουν και να επεξεργαστούν προβληματικά συναισθήματα, σχέσεις ή εμπειρίες,
- του σώματος σε μορφές του Δράματος, όπου μέσα από τη μεταμφίεση, τη μάσκα, τη μιμική ή την τέχνη της παράστασης επιτυγχάνεται η διερεύνηση του εαυτού, της εικόνας, της σχέσης,

- σεναρίων, ιστοριών και μύθων που επιδιώκουν να ξαναζωντανέψουν και να ερμηνεύσουν θέματα, προσωπικά προβλήματα ή αρχετυπικό υλικό με απώτερο σκοπό τη διερεύνηση προβλημάτων

και επίσης είναι:

- η δημιουργία τελετουργιών Δράματος με σκοπό τη θεραπευτική επεξεργασία εμπειριών ζωής και
- η μετάβαση σε διαφορετικά στάδια ανάπτυξης μέσω του Δράματος, με σκοπό τη δημιουργία καινούριων τρόπων λειτουργίας και σχέσεων με τον ίδιο τον εαυτό και με τους άλλους. (Jones ,2003)

6.4 Βασικές διαδικασίες και η βασική δομή της Δραματοθεραπείας

Τον πυρήνα της δραματοθεραπείας συνθέτει ένας αριθμός βασικών διαδικασιών. Σημαντικές ανάμεσά τους είναι η «δραματική προβολή» και η «μεταμόρφωση». Μέσα από τη δραματική προβολή ο συμμετέχων εμπλέκεται συναισθηματικά και νοητικά στην αντιμετώπιση των προβλημάτων μέσω μορφών Δράματος, όπως είναι οι χαρακτήρες, τα υλικά του παιχνιδιού ή το κουκλοθέατρο.

Η μεταμόρφωση περιγράφει τους τρόπους με τους οποίους αλλάζει η αντίληψη του συμμετέχοντα ύστερα από την εξωτερίκευση της προβληματικής του εμπειρίας κατά τη διάρκεια της δραματοθεραπευτικής συνεδρίας. Αυτή η αλλαγή συντελείται χάρη στη χρήση των διαδικασιών του Δράματος, των οποίων σκοπός είναι να εκφραστεί και να ερευνηθεί (να μεταμορφωθεί) ο ψυχισμός του συμμετέχοντα. (Jones , 2003)

Ένα συνηθισμένο σχήμα για τη διεξαγωγή μιας δραματοθεραπευτικής συνεδρίας συνίσταται σε μια βασική δομή, η οποία χωρίζεται σε πέντε μέρη.

- Προθέρμανση
- Εστίαση
- Κύρια δραστηριότητα
- Κλείσιμο και έξοδος από το ρόλο
- Ολοκλήρωση

Η διάρκεια καθενός από τα παραπάνω μέρη ποικίλει ανάλογα με τον τρόπο, με τον οποίο η κάθε ομάδα χρησιμοποιεί τη δραματοθεραπεία. (Jones , 2003)

Η προθέρμανση είναι μια δραστηριότητα που βοηθά το άτομο ή την ομάδα να προετοιμαστεί για τη δραματοθεραπευτική εργασία. Συχνά παίρνει τη μορφή ποικίλων

ασκήσεων, που σχετίζονται με τα συναισθήματα της ομάδας ή και με τον τρόπο, με τον οποίο η ομάδα χρησιμοποιεί τις διαδικασίες του Δράματος ή το λόγο. (Jones, 2003)

Επιπλέον, όπως αναφέρει ο Jones (2003), η προθέρμανση στη δραματοθεραπεία επιδιώκει να βοηθήσει τα άτομα να αρχίσουν να σκέφτονται το περιεχόμενο, πάνω στο οποίο μπορεί να δουλέψουν κατά τη διάρκεια της θεραπείας.

6.4.1 Δραματική προβολή

Η δραματική προβολή στο πλαίσιο της δραματοθεραπείας είναι η διαδικασία, μέσω της οποίας οι συμμετέχοντες προβάλλουν πλευρές του εαυτού τους ή της εμπειρίας τους πάνω σε δραματικό υλικό ή πάνω στην εκδραμάτιση και εξωτερικεύουν έτσι βαθύτερες συγκρούσεις. Δημιουργείται και αναπτύσσεται, λοιπόν, μέσω της δράσης μια σχέση ανάμεσα στην εσωτερική κατάσταση του συμμετέχοντα και στην εξωτερική δραματική φόρμα. Η δραματική προβολή επιτρέπει εξάλλου και την πρόσβαση σε δραματικές διαδικασίες ως μέσο διερεύνησης του υλικού του συμμετέχοντα.

Η δραματική έκφραση δημιουργεί μια καινούρια αναπαράσταση του υλικού του συμμετέχοντα. Η προβολή, γενικώς, καθιστά δυνατή την πραγματοποίηση ενός δραματικού διαλόγου ανάμεσα στην εσωτερικά καθηλωμένη κατάσταση ή υλικό του συμμετέχοντα και στην εξωτερική έκφραση της συγκεκριμένης κατάστασης ή υλικού.

Η δραματική έκφραση επιτρέπει την αλλαγή μέσα από τη δημιουργία άποψης, μαζί με την ευκαιρία για διερεύνηση και βαθιά επίγνωση μέσα από την εκδραμάτιση του προβαλλόμενου υλικού. Ο συμμετέχων μπορεί να επιτύχει μια καινούρια σχέση με το υλικό μέσα από την έκφραση και τη διερεύνηση.

Από όλη αυτή τη διαδικασία μπορεί να προκύψει η εκ νέου αφομοίωση του προβαλλόμενου υλικού του συμμετέχοντα στο πλαίσιο της καινούριας πλέον σχέσης (Jones, 2003)

Ως μέλη του κοινού είναι δυνατόν να ταυτιζόμαστε με τα χαρακτηριστικά κάποιας από τις προσωπικότητες επί σκηνής, είτε μέσω κίνητρου, είτε μέσω εμπειρίας, είτε μέσω στάσης. Εκείνο που συνοδεύει μια τέτοια διαδικασία ενδέχεται να είναι μια προβολή. Προβάλλουμε τα δικά μας κίνητρα, συναισθήματα και εμπειρία στο καλούπι, που μας παρέχει ο ηθοποιός. Ως αποτέλεσμα της υπόθεσης και της δράσης που παρακολουθούμε, είναι πιθανό να αλλάξουμε τη σχέση μας με τα προβαλλόμενα συναισθήματα μας κατά

τη διάρκεια της εμπλοκής μας στην παράσταση ή μετά από αυτήν. Η εν λόγω αλλαγή, με τη σειρά της, είναι πιθανό να επηρεάσει το πώς κατανοούμε τα μέρη του εαυτού μας, που είχαν εμπλακεί στην προβολή, αλλά και το τι αισθανόμαστε γι' αυτά.

Ένα μέρος της σχέσης μας με τους ερμηνευτές και την παράσταση μπορεί να είναι το «παίξιμο» αυτών ακριβώς των προβαλλόμενων συναισθημάτων. Μέσα από το παίξιμο μπορεί να βγει στην επιφάνεια μια δυναμική ανάμεσα στις δικές μας προβαλλόμενες επιθυμίες και στη δύναμη των γεγονότων επί σκηνής. (Jones ,2003)

6.4.2 Προβολικές τεχνικές

Η δραματική προβολή στη δραματοθεραπεία μπορεί να κάνει την εμφάνισή της με αρκετούς τρόπους. Υπάρχουν πλευρές της που χρησιμοποιούνται κυρίως σε σχέση με τα τεστ, τη διάγνωση και την αξιολόγηση. Άλλες πλευρές, πάλι, σχετίζονται με τεχνικές και προσεγγίσεις στο πλαίσιο της εργασίας, όπως αυτή εξελίσσεται. Όλοι οι τομείς, πάντως, είναι δυνατόν να ομαδοποιηθούν στη δημιουργία προβολικών δραματικών μέσων, στη χρήση αυτών των μέσων και, τέλος, στους τρόπους με τους οποίους εξάγεται νόημα από την εμπειρία. Τα δραματικά μέσα περιλαμβάνουν το δραματικό παιχνίδι με αντικείμενα, τη «γλυπτική», τον αυτοσχεδιασμό όσον αφορά την κίνηση και το χαρακτήρα, το κουκλοθέατρο, το σενάριο και την εργασία με μάσκες. (Jones ,2003)

6.4.3 Το κουκλοθέατρο

Το κουκλοθέατρο στη δραματοθεραπεία μπορεί να θεωρηθεί μια προέκταση του συγκεκριμένου είδους εργασίας με αντικείμενα. Στο πλαίσιο της δραματοθεραπείας, η κούκλα του κουκλοθέατρου μπορεί να γίνει ένα μέσο για προβολή με τον ίδιο περίπου τρόπο που μπορεί να το κάνει κι ένα αντικείμενο. Τα εξωτερικά χαρακτηριστικά και οι φαντασιακές ιδιότητες της κούκλας οδηγούν σε έναν τρόπο συμμετοχής ο οποίος βρίσκεται ανάμεσα στο αντικείμενο και στη χρήση αυτοσχεδιασμού. Η κούκλα μπορεί να θεωρηθεί μια εξέλιξη της συμβολικής χρήσης των αντικείμενων στο παιχνίδι. Έτσι, στην προβολική χρήση η κούκλα μπορεί να συνιστά μια εξέλιξη της χρήσης αντικειμένων αντί για μια εντελώς διαφορετική πρακτική.

Ύστερα από όλα αυτά, θα πρέπει να επισημάνουμε και την ύπαρξη σημαντικών διαφορών. Το σώμα του συμμετέχοντα ενδέχεται να εμπλέκεται ως έχει, δηλαδή με τη φυσική του υπόσταση. Για παράδειγμα,

το χέρι του εμπλέκεται με μια κούκλα που φοριέται σαν γάντι. Με άλλες κούκλες, όπως αυτές που κινούνται με ξυλάκια, η σχέση υφίσταται μέσω του χειρισμού τους με τη βοήθεια του συγκεκριμένου μηχανισμού. Η φιγούρα του θεάτρου σκιών κατευθύνεται επίσης με ξυλάκια, όμως ο χειριστής μπορεί να τη δει όταν βρίσκεται ανάποδα στη οθόνη, και δεν μπορεί να δει την μπροστινή της όψη. Τέτοιου είδους συμμετοχή επηρεάζει την προβολική εργασία. Όσον αφορά τις κούκλες του κουκλοθέατρου που φοριούνται στο χέρι, η σωματική κίνηση του χειριστή (έχει το χέρι του μέσα στην κούκλα) θα τον εμπλέξει σε μια στενή σχέση, η οποία εντείνει την ενσυναίσθηση ανάμεσα στο χειριστή και στην κούκλα. Όσον αφορά τις κούκλες με τα ξυλάκια, η φυσική παρουσία των ξύλινων αυτών προεκτάσεων που κινούν τα μέλη τους σημαίνει ότι ο χειρισμός είναι διαρκώς ορατός και ότι ο χειριστής έχει σαφή αίσθηση της δυνατότητας του να κουνά τα μέλη τους διατηρώντας ταυτόχρονα την απόσταση του. Αυτό δημιουργεί οπωσδήποτε ένα μείγμα συναισθημάτων αναφορικά με την ενσυναίσθηση και την απομάκρυνση.

Οι κούκλες πολύ μεγάλων διαστάσεων, με μέγεθος το οποίο ξεπερνά αυτό του χειριστή, μπορεί να αλλάξουν την προβολική σχέση. Προσφέρουν προβολικό δυναμικό σε τομείς όπως η αίσθηση των συμμετεχόντων που αισθάνονται εξουδετερωμένοι, ή τα ζητήματα που σχετίζονται με τη γονεϊκή εξουσία.

Μια κούκλα μπορεί να κινείται με τρόπο που τα περισσότερα αντικείμενα στο παιχνίδι δε μπορούν. Υπάρχουν συγκεκριμένοι πολιτισμικοί συνειρμοί των τρόπων, με τους οποίους οι κούκλες «συμπεριφέρονται». Αυτό σημαίνει ότι ο συμμετέχων συνήθως θα έχει προσδοκίες, οι οποίες θα διαφέρουν από τον τρόπο που ο ίδιος θα σχετιζόταν με το παιχνίδι με αντικείμενα. Αυτές οι προσδοκίες αφορούν θέματα όπως η έντονη ανάγκη να «ζωντανέψει» η κούκλα μέσα από το Δράμα, η παραγωγή φωνής, η απόδοση ανθρώπινων χαρακτηριστικών ή χαρακτηριστικών ζώων. Η συμμετοχή στην ενασχόληση με κούκλες είναι δυναμικά ισχυρή, όσον αφορά τη δραματική ενσυναίσθηση, γεγονός το οποίο ενδέχεται να είναι ισχυρότερο από τους περισσότερους τρόπους εργασίας με αντικείμενα παιχνιδιού. Επομένως, η κούκλα στο πλαίσιο της προβολικής εργασίας μπορεί να θεωρηθεί μια μορφή, που προκαλεί έντονη ενσυναίσθηση και λιγότερη απόσταση από το παιχνίδι με αντικείμενα, που ενέχει δραματικές δυνατότητες και που επιτρέπει μια σαφή διαδικασία σωματικής σχέσης (π.χ. το χέρι, το ξυλάκι χειρισμού, η σκιά).

Συμπεραίνουμε, λοιπόν, ότι η ποιότητα προβολής των συμμετεχόντων πάνω στην κούκλα μπορεί να διαφέρει από την προβολή πάνω σε αντικείμενα. (Jones ,2003)

6.4.4 Οι Μάσκες

Ο Βέλγος ζωγράφος Ensor, ο οποίος αναγνωρίζεται ως εφευρέτης-πρόδρομος του εξπρεσιονισμού, έχει περιγράψει τη μάσκα ως ένα άδειο κέλυφος, προορισμένο να κρύψει μέσα του ένα μαλακό πλάσμα. Η άποψη αυτή μοιάζει πολύ με την ιδέα, πάνω στην οποία βασίστηκε η χρήση της μάσκας στη δραματοθεραπεία. Όσον αφορά τη σχέση της με τη δραματική προβολή, υπάρχουν τρία βασικά σημεία, που πρέπει να λάβουμε υπόψη. Το πρώτο είναι ότι, όπως και στη εργασία με αντικείμενα, η μορφή της μάσκας επηρεάζει το υλικό που προβάλλεται από τον συμμετέχοντα πάνω της. Γι' αυτό, μια κενή μάσκα θα δώσει στο συμμετέχοντα τη δυνατότητα να προβάλει ένα συγκεκριμένο είδος εμπειρίας. Με τον ίδιο τρόπο, μια μάσκα κλόουν ενδέχεται να φέρει στην επιφάνεια κάποιο άλλο είδος εμπειρίας, ενώ η μάσκα, την οποία φιλοτέχνησε ο ίδιος ο συμμετέχων, μπορεί, με τη σειρά της, να φέρει στην επιφάνεια ένα εντελώς διαφορετικό είδος εμπειρίας.

Το δεύτερο σημείο έχει να κάνει με ένα παράδοξο, στο οποίο αναφέρεται ο Brook, σύμφωνα με το οποίο «η μάσκα είναι η έκφραση κάποιου χωρίς μάσκα» (Brook, 1988). Η δημιουργία ενός δεύτερου δέρματος, διότι περί αυτού πρόκειται ουσιαστικά, σημαίνει ότι ο συμμετέχων μπορεί να παρουσιάσει ένα μέρος του εαυτού του μέσα από τη μάσκα. Η μάσκα δημιουργεί στο συμμετέχοντα την αίσθηση ότι δεν είναι πραγματικά ο εαυτός του, αλλά μάλλον η μάσκα, η οποία μιλά και κινείται. Το γεγονός τούτο δίνει τη δυνατότητα στο συμμετέχοντα να προβάλει σε αυτήν συναισθήματα ή τρόπους συμπεριφοράς, που έχουν να κάνουν συγκεκριμένα με την πλευρά του εαυτού του, η οποία τονίζεται από την προσωπικότητα της μάσκας. Η μάσκα δημιουργεί μια ελευθερία, ώστε να βρει έκφραση το υλικό, που θα είχε καταπνιγεί από τον ίδιο το συμμετέχοντα στο πλαίσιο της συνηθισμένης παρουσίασης της ταυτότητας του. Γι' αυτό, η μάσκα μπορεί να δώσει στο συμμετέχοντα τη δυνατότητα να προβάλει πλευρές του εαυτού του, οι οποίες είναι συχνά απαρνημένες ή κρυμμένες. Με λίγα λόγια, εκείνο που στην ουσία κάνει τελικά η μάσκα είναι να αποκαλύψει, να φανερώσει.

Το τρίτο σημείο αφορά τον τρόπο, με τον οποίο η μάσκα ενθαρρύνει την προβολή μιας συγκεκριμένης πλευράς της προσωπικότητας ή της εμπειρίας του συμμετέχοντα. Η

επιλεκτική ιδιότητα της μάσκας —η σταθερή μορφή της— σημαίνει ότι παρουσιάζεται μόνιμα μία μόνον όψη, κι όχι η διαρκώς μεταβαλλόμενη όψη του φυσικού προσώπου. Το αποτέλεσμα είναι ότι τονίζεται μία πλευρά ή όψη του συμμετέχοντα, ενώ οι υπόλοιπες αποκλείονται. Αυτό σημαίνει ότι ο συμμετέχων καλείται να παρουσιάσει μια εστιασμένη, τονισμένη πλευρά του εαυτού του.

Η μάσκα ενθαρρύνει την επικέντρωση σε μια συγκεκριμένη πλευρά του εαυτού, μαζί με μια έμφαση στην έκφραση εκείνων των πλευρών του εαυτού, στις οποίες η έκφραση έχει συνήθως απαγορευτεί. (Jones ,2003)

6.4.5 Σενάριο και πλοκή

Στη δραματοθεραπεία οι συμμετέχοντες μπορούν είτε να χρησιμοποιήσουν ένα κείμενο που προϋπάρχει, είτε να γράψουν το δικό τους και να δουλέψουν πάνω σε αυτό. Και στις δύο περιπτώσεις τα κείμενα υφίστανται μια επεξεργασία, έτσι ώστε ο συμμετέχων να μπορέσει να βρει τους δικούς του συνειρμούς, το δικό του νόημα και τη δική του ερμηνεία. Η διαδικασία αυτή μπορεί να εξελιχθεί σε αυτοσχεδιασμό ή σε εργασία πάνω στο κείμενο, που να διερευνά περαιτέρω το συνειρμό. Η έμφαση επικεντρώνεται λιγότερο στην πρόθεση του συγγραφέα ή του θεραπευτή και πολύ περισσότερο στα θέματα ή τα νοήματα, που ο συμμετέχων νιώθει ότι είναι σημαντικά. Εικόνες, αλληλεπιδράσεις χαρακτήρων, αντιδράσεις σχετικά με το κείμενο, όλα μπορούν να αποτελέσουν μέρος της διεργασίας αυτής. (Jones , 2003)

Το ενδιαφέρον εστιάζεται στους τρόπους, με τους οποίους ο συμμετέχων μπορεί να χρησιμοποιήσει το κείμενο ως υλικό, πάνω στο οποίο θα προβάλει τους βαθύτερους προβληματισμούς του, έτσι ώστε να το χρησιμοποιήσει ως μέσο διερεύνησης του εαυτού. (Jones ,2003)

6.5 Το σώμα στη δραματοθεραπεία

Στη δραματοθεραπεία το σώμα ενός συμμετέχοντα διαδραματίζει ανάλογο ρόλο. Σε μια συνεδρία δραματοθεραπείας ο συμμετέχων ενδέχεται να φορά μια μάσκα ή να έχει το σώμα του καλυμμένο με ένα ύφασμα ή να αναπαριστά το σώμα του βαμμένο με μπογιά ή να παρουσιάζει διαφορετική σωματική ταυτότητα, ενόσω υποδύεται το χαρακτήρα ή το ρόλο ενός άλλου. (Jones ,2003)

Επιπλέον, οι δραματικές δραστηριότητες είναι δυνατόν να έχουν εκπαιδευτική διάσταση, από τη στιγμή που ο αυτοσχεδιασμός βοηθά στην ανάπτυξη νέων δεξιοτήτων σε σχέση με τη φωνή και τη χειρονομία. Μέσα από τη δραματική προβολή οι συμμετέχοντες εμπλέκονται προσωπικά στις προσωποποιήσεις και στις μιμήσεις που δημιουργούν. Ο συμμετέχων μπορεί να αναπτύξει μια νέα σχέση τόσο με το σώμα του, όσο και με τον τρόπο που σχετίζεται με τους άλλους μέσω αυτού. Στο δραματικό σώμα του δίνονται διαφορετικές ελευθερίες, από αυτές που εκχωρούνται στο σώμα της καθημερινότητας του. Η σχέση του συμμετέχοντα με το σώμα του μεταμορφώνεται από την εκδραμάτιση στο πλαίσιο της δραματοθεραπείας. Μέσα από τη σύνδεση ζωής-Δράματος η εργασία στη δραματοθεραπευτική ομάδα μπορεί να επηρεάσει τη ζωή του συμμετέχοντα, ο οποίος ενδέχεται να αρχίσει να αφομοιώνει πλευρές της καινούριας σχέσης, που δημιουργεί με το σώμα του στο πλαίσιο της δραματοθεραπείας, μεταφέροντας τις και στην καθημερινή του ζωή. (Jones ,2003)

6.5.1 Μεταμόρφωση του σώματος

Η μεταμόρφωση του σώματος στο πλαίσιο της δραματοθεραπείας είναι μέρος της νέας ταυτότητας, που το άτομο αποκτά μέσω μιας δραματικής δραστηριότητας. Αυτή η ταυτότητα γίνεται αντιληπτή από τους άλλους και βιώνεται από το συμμετέχοντα μέσω του σώματος του, καθώς ο ίδιος παίρνει μέρος στη διαδικασία της ενσωμάτωσης. Ο συμμετέχων μπορεί να υιοθετήσει ένα διαφορετικό χαρακτήρα μέσω της μίμησης ή μπορεί να μεταβάλει κάπως τη συνηθισμένη του ταυτότητα. Η αλλαγή ενδέχεται να συνδέεται με τη χρήση του σώματος για την αναπαράσταση κάποιου πράγματος ή κάποιας ιδιότητας, όπως, για παράδειγμα, το σώμα του συμμετέχοντα μπορεί να αναπαριστά την κίνηση του νερού, ή να προσωποποιεί τον «πειρασμό». (Jones , 2003)

6.5.2 Προϋποθέσεις για τη μεταμόρφωση του σώματος

Προκειμένου να επιτευχθεί η μεταμόρφωση σε μια διαφορετική προσωπικότητα στο πλαίσιο της δραματοθεραπείας, το άτομο χρειάζεται να διαθέτει ένα συγκεκριμένο φάσμα δεξιοτήτων και ικανοτήτων. Για να μπορέσει ο συμμετέχων να υιοθετήσει μια άλλη ταυτότητα, είναι απαραίτητο να «κατοικήσει» επαρκώς το δικό του σώμα. Αυτό σημαίνει ότι θα πρέπει να αναγνωρίσει τα μέρη του σώματός του ως δικά του και να

προσδιορίζει την ταυτότητα του σώματός του ως τον εαυτό του. Ο συμμετέχων χρειάζεται, επίσης, να μπορεί να μετακινείται εντός και εκτός του ρόλου χωρίς σύγχυση ή συναισθηματική δυσκολία. Επιπλέον, πρέπει να βρίσκεται σε ένα τέτοιο στάδιο ανάπτυξης, ώστε να είναι ικανός να υιοθετήσει ένα χαρακτήρα, μια διαφορετική ταυτότητα ή διαφορετικά χαρακτηριστικά. (Jones , 2003)

6.6 Το παιχνίδι στη δραματοθεραπεία

Όταν μιλάμε για παιχνίδι στη δραματοθεραπεία, εννοούμε τις διαδικασίες στις οποίες παίρνουν μέρος τόσο παιδιά, όσο και ενήλικες. Το παιχνίδι κατέχει και αυτό τη θέση του στο σύνολο της εργασίας, που διεξάγεται στο πλαίσιο της δραματοθεραπείας, υπό την έννοια ότι, σύμφωνα με το τυπικό, εμπλέκει τους συμμετέχοντες σε διάφορες μορφές του, ως μέρος του ευρύτερου δραματοθεραπευτικού προγράμματος. Αυτό συμβαίνει σε πρακτικό επίπεδο, καθώς πολλές φάσεις της προθέρμανσης περιλαμβάνουν μορφές παιχνιδιού, όπως οι ομαδικές δραστηριότητες παιχνιδιού. Η εργασία της δραματοθεραπείας ενδέχεται να χρησιμοποιεί δραστηριότητες και διαδικασίες παιχνιδιού ως ένα είδος θεραπευτικής παρέμβασης. Επίσης, σε εννοιολογικό επίπεδο, μπορεί κανείς να πει ότι η δραματοθεραπεία εμπλέκει τους συμμετέχοντες σε μια παιγνιώδη σχέση με τον εαυτό τους, με τα άλλα μέλη της ομάδας και με την πραγματικότητα.

Μπορεί, εντούτοις, να υποστηριχθεί ότι το παιχνίδι στη δραματοθεραπεία δεν είναι το ίδιο, με αυτό στο οποίο εμπλέκεται αυθόρμητα ένα παιδί στο συνηθισμένο του περιβάλλον. Στη δραματοθεραπεία διακρίνονται και τονίζονται ιδιαίτερα κάποιες όψεις της κατανόησής μας, για τον τρόπο με τον οποίο λειτουργεί το παιχνίδι. Η αντίληψη ότι στο πλαίσιο της δραματοθεραπείας ανακατασκευάζεται εξ ολοκλήρου μια κατάσταση φυσικού παιχνιδιού είναι εσφαλμένη. Το παιχνίδι στη δραματοθεραπεία λαμβάνει χώρα μέσα σε συγκεκριμένα όρια και πλαίσια, τα οποία διαφέρουν από αυτά, στα οποία παίζει συνήθως ένα παιδί. (Jones , 2003)

6.6.1 Παιχνίδι και παιγνιώδης διάθεση

Η δημιουργική επίτευξη της «παιγνιώδους διάθεσης» στη δραματοθεραπεία αποτελεί συχνά τον πυρήνα της θεραπευτικής εργασίας. Η πρόσβαση στο παιχνίδι μπορεί να διαμορφώσει έναν τρόπο συμμετοχής βασισμένο στον αυθορμητισμό και είναι δυνατόν

να χαράξει τις κατευθυντήριες γραμμές, για να γίνει δημιουργικός ένας συμμετέχων. Αυτή η διαδικασία είναι πιθανό να θεωρηθεί θεραπευτική. Η πρόσβαση στο παιχνίδι ενδέχεται να αποτελεί το βασικό στόχο της θεραπείας, υπό την έννοια ότι η δημιουργία αυθορμητισμού μπορεί να είναι θεραπευτική. Η παιγνιώδης διάθεση στη δραματοθεραπεία μπορεί να δώσει στο συμμετέχοντα τη δυνατότητα να εμπλακεί αυθόρμητα σε καταστάσεις, που αφορούν τον εαυτό του, τους άλλους και τη ζωή γενικότερα. Η ομάδα ή το άτομο έχουν, έτσι, την ευκαιρία να ασχοληθούν δημιουργικά και με παιγνιώδη διάθεση με υλικό, το οποίο είναι προβληματικό. Επιπλέον, ανατρέπεται μια προηγούμενη κατάσταση, όπου οι συμμετέχοντες, αντιμετωπίζοντας τα προβλήματα τους, δε μπορούσαν να κάνουν τίποτε άλλο, από το να παραμείνουν εγκλωβισμένοι και μη δημιουργικοί. (Jones , 2003)

6.6.2 Το παιχνίδι ως διαδικασία

Ο συμμετέχων εισέρχεται σε μια ειδική κατάσταση παιχνιδιού μέσα από τη δημιουργία παιγνιώδους ατμόσφαιρας. Η συνεδρία της δραματοθεραπείας αποτελεί ένα χώρο, ο οποίος έχει παιγνιώδη σχέση με την πραγματικότητα. Η σχέση χαρακτηρίζεται από μια πιο δημιουργική, ελαστική στάση απέναντι στα γεγονότα, τις συνέχειες και τις επικρατούσες ιδέες. Αυτό δίνει στο συμμετέχοντα τη δυνατότητα να υιοθετήσει μια παιγνιώδη, μια πειραματική στάση, τόσο απέναντι στον εαυτό του, όσο και απέναντι στις εμπειρίες της ζωής του.

Επίσης, το παιχνίδι εκλαμβάνεται ως μέρος του εκφραστικού συνεχούς, ως ένα τμήμα του Δράματος. Ως τέτοιο συνιστά μια συγκεκριμένη γλώσσα (π.χ. παιχνίδι με αντικείμενα, με παιχνίδια, ομαδικά παιχνίδια), η οποία μπορεί να συνδέεται με τον τρόπο, με τον οποίο ο συμμετέχων διερευνά ή εκφράζει το υλικό του στη δραματοθεραπεία.

Το περιεχόμενο του παιχνιδιού στη δραματοθεραπεία περιλαμβάνει συνήθως παιχνίδι με αντικείμενα και συμβολικά παιχνίδια, προβολική εργασία με παιχνίδια για τη δημιουργία κόσμων σε μικρογραφία, ελεύθερο αυτοσχεδιαστικό παιχνίδι, προσποιητό παιχνίδι, το οποίο έχει να κάνει με την υιοθέτηση χαρακτήρων.

Η κατηγορία «παιχνίδι» έχει, επίσης, έναν αναπτυξιακό άξονα. Αυτός ο άξονας συνδέεται συχνά με τη γνωστική, τη συναισθηματική ή τη διαπροσωπική ανάπτυξη. Για ορισμένους συμμετέχοντες η θεραπεία συνίσταται στη μετακίνηση προς ένα νέο επίπεδο

ανάπτυξης. Λόγου χάρη, για ένα συμμετέχοντα με σοβαρές μαθησιακές δυσκολίες η θεραπευτική εργασία ενδέχεται να επιδιώκει τη μετακίνηση από το ένα επίπεδο στο άλλο. Θα μπορούσε να είναι μια μετακίνηση από το μοναχικό παιχνίδι στο παιχνίδι συνεργασίας. Η εν λόγω αλλαγή θα συνεπαγόταν μια θεραπευτική εναλλαγή στον τρόπο, με τον οποίο ο συμμετέχων μπορεί να αλληλεπιδρά με τους ανθρώπους και με το περιβάλλον του. Αρχίζει να αποκτά γνώση των άλλων και να χρησιμοποιεί αντικείμενα στις αλληλεπιδράσεις του με αυτούς, αντί να εμπλέκεται σε μια μοναχική δραστηριότητα.

Για άλλους συμμετέχοντες το παιχνίδι ενδέχεται να αποτελέσει έναν τρόπο επιστροφής σε ένα αναπτυξιακό στάδιο της παιδικής ηλικίας, στο οποίο είχαν αντιμετωπίσει ένα πρόβλημα ή ένα εμπόδιο. Η διαδικασία του παιχνιδιού στο πλαίσιο της δραματοθεραπευτικής συνεδρίας στοχεύει στην εκ νέου ενασχόληση με αυτή την πλευρά του εαυτού και της ζωής του συμμετέχοντα. Παράλληλα, επιδιώκει την υποστήριξη του και την εκ νέου διαπραγμάτευση του συγκεκριμένου σταδίου ανάπτυξης. (Jones ,2003)

6.7 Η προσέγγιση του δραματοθεραπευτή

Οι εκφράσεις και οι προθέσεις των συμμετεχόντων, όπως αυτές εμφανίζονται μέσα από σχήματα του Δράματος, είναι δυνατόν να λειτουργούν με βάση πολιτισμικές παραδόσεις, που διαφέρουν από εκείνες του θεραπευτή. Οι Ciornai και Canda υποστηρίζουν την άποψη, ότι οι θεραπευτές, που χρησιμοποιούν την τέχνη ως θεραπεία, είναι απαραίτητο να «προσφέρουν τις υπηρεσίες τους με έναν τρόπο που να είναι ευπρόσιτος και με νόημα για τον συμμετέχοντα». Αυτό συνεπάγεται την ανάγκη ο θεραπευτής να είναι «πολιτισμικά ενήμερος», να ορίζει την εργασία μέσα σε ένα πλαίσιο, το οποίο να χαρακτηρίζεται από ορθή πολιτισμική γνώση, θετική εκτίμηση για την πολιτισμική ποικιλία, πρακτικές διαπολιτισμικές δεξιότητες επικοινωνίας και, τέλος, οικειότητα με σχετικά καλλιτεχνικά εκφραστικά σχήματα και παραδόσεις (Canda, Ciornai στο Jones ,2003)

Ο δραματοθεραπευτής, ο οποίος αποφασίζει να χρησιμοποιήσει το παιχνίδι, πρέπει να λάβει σοβαρά υπόψη του τις πολιτισμικές διαφορές. Η χρήση κούκλων, αντικειμένων, χώρου και συσχετισμού διαφέρει από πολιτισμό σε πολιτισμό. Ο Feitelson (1977) έχει αναφερθεί στους διαφορετικούς ρόλους των παιχνιδιών και των αντικειμένων σε ορισμένες κοινωνίες της Μέσης Ανατολής και της Αφρικής, καθώς και στους

Βορειοαφρικανούς και Ευρωπαίους μετανάστες στην Ιερουσαλήμ. Η εργασία με ένα παιδί, που προέρχεται από μια οικιακή ομάδα ή έναν πολιτισμό, όπου τα αντικείμενα δεν παίζουν πρωταρχικό ρόλο στο παιχνίδι, θα πρέπει να γίνεται με διαφορετικό τρόπο απ' ό,τι με ένα παιδί, το οποίο δεν έχει τέτοιου είδους υπόβαθρο. (Jones ,2003)

6.8 Το νόημα των συμβόλων στη Δραματοθεραπεία

Στη δραματοθεραπεία ένα σύμβολο αποτελεί έναν τρόπο συνάντησης με ασυνείδητο υλικό, καθώς και έναν τρόπο διαπραγμάτευσης ανάμεσα στην εσωτερική σύγκρουση, την εξωτερική έκφραση και μια πιθανή επίλυση.

Το σύμβολο στη δραματοθεραπεία έχει ανάγκη από δύο στοιχεία: μια σωματική μορφή και ένα ιδιαίτερο είδος συσχετισμού. Περιλαμβάνει τη δημιουργία μιας δραματικής έκφρασης, η οποία είναι συμβολική. Αυτή είναι μια εικόνα, μια κίνηση, μια έκφραση ή μια ενσωμάτωση, η οποία, ενώ έχει μια συγκεκριμένη μορφή, διαθέτει ευρύτερη ερμηνευτική σημασία στη σχέση της με το συμμετέχοντα. (Jones ,2003)

Σε ορισμένες θεατρικές παραδόσεις, όπως το θέατρο καμπούκι, μια σύσπαση του στόματος ή μια χειρονομία έχει εσκεμμένα συμβολική σημασία. Οι κινήσεις και οι στάσεις του σώματος λειτουργούν πρωταρχικά ως συμβολικά σημάδια με προκαθορισμένους κώδικες ερμηνείας. Έτσι, για παράδειγμα, η κίνηση των ματιών μπορεί να συμβολίζει «τη σελήνη». Συνεπώς, ένας τρόπος, με τον οποίο μπορεί να λειτουργήσει το σύμβολο, είναι ως φόρμα που αντιπροσωπεύει κάτι άλλο. Δεν είναι απαραίτητο να διαθέτει οποιαδήποτε φυσική ομοιότητα με το αντικείμενο που αντιπροσωπεύει. Ένα σύμβολο μπορεί επίσης να αντιπροσωπεύει μια περίπλοκη ιδέα ή έννοια: για παράδειγμα, ο Χριστός συμβολίζει τη συμπόνια, το σφυροδρέπανο τον κομμουνισμό κ.α.(Jones, 2003)

Τα σύμβολα μπορεί επίσης να λειτουργήσουν με πιο έμμεσο τρόπο. Σύμφωνα με τον Jung (1959), ένα σύμβολο διαθέτει πολλά πιθανά συμπλέγματα νοήματος· γι' αυτό και η προσπάθεια επιλογής ενός νοήματος ως τελικού ή οριστικού συνιστά παρερμηνεία της δύναμης του συμβόλου. Όπως παρατηρεί ο Eco, το περιεχόμενο του συμβόλου αποτελεί ένα «γαλαξία πιθανών ερμηνειών». Το σύμβολο δηλώνει ότι υπάρχει κάτι, που θα μπορούσε να ειπωθεί, «Αυτό το κάτι όμως δε μπορεί να εκφραστεί οριστικά, μια για πάντα. Αλλιώς το σύμβολο θα σταματούσε να το λέει» (Eco στο Jones 2003).

Για τον Freud και τον Jung το ασυνείδητο και τα όνειρα αποτελούν πλούσια πηγή συμβόλων, η οποία μπορεί να χρησιμοποιηθεί από τα άτομα προκειμένου να αποκτήσουν

επίγνωση των τραυματικών εμπειριών ή της θλίψης τους στο πλαίσιο της ψυχανάλυσης. Το έργο του Freud *The Interpretation of Dreams* (1900), το οποίο άσκησε μεγάλη επιρροή, εστιάζεται στις διαδικασίες της συμβολικής απεικόνισης.

Σύμφωνα με τη Miller στη φροϋδική σκέψη «ένα σύμβολο αποτελεί την καταφανή έκφραση μιας ιδέας, που είναι λίγο-πολύ κρυφή, συγκρατημένη». Η Miller θεωρεί ότι το σύμβολο είναι κρίσιμο για τον τρόπο που το ασυνείδητο σχετίζεται με τον έξω κόσμο. Αντιπροσωπεύει «ένα είδος υπηρεσίας μεταφορών», που κινείται ανάμεσα στους φορείς της εσωτερικής ζωής των φαντασιώσεων του ψυχισμού και σε όλα όσα συμβαίνουν εκεί έξω». (Miller στο Jones, 2003)

Έτσι, στην ψυχοθεραπεία το σύμβολο είναι κάτι που εκφράζεται ασυνείδητα μέσα από ένα όνειρο, έναν ελεύθερο συνειρμό ή τη ζωγραφική. Θεωρείται ένα είδος επικοινωνίας, που αφορά ένα απωθημένο τραύμα ή ένα πρόβλημα. Κατά την ψυχοθεραπεία επιδιώκεται η αποσαφήνιση αυτής της επικοινωνίας και μέσα από αυτή τη διαδικασία ο συμμετέχων επιτυγχάνει τη βαθύτερη γνώση του εαυτού του, η οποία οδηγεί στη θεραπευτική αλλαγή.

Η δραματοθεραπεία αναγνωρίζει το μεγάλο εύρος δυνατοτήτων, που προσφέρουν οι συμβολικοί τρόποι συσχετισμού και τα σύμβολα στη θεραπεία. Το σύμβολο μπορεί να χρησιμοποιηθεί για να δημιουργήσει και να εκφράσει ποικίλα θέματα. Η εμφάνιση ενός δράκου στην απέναντι όχθη μιας ρεματιάς, στο πλαίσιο μιας συνεδρίας, μπορεί να αντιπροσωπεύει πολλά σημαντικά νοήματα για ένα ή περισσότερα μέλη της ομάδας. Ο συμβολισμός που θα αναπτυχθεί μέσα σε μια θεραπευτική ομάδα, μπορεί να έχει σημαντικές επιπτώσεις στον τρόπο με τον οποίο ένα άτομο με μαθησιακές δυσκολίες έρχεται σε επαφή και κατανοεί τον κόσμο γύρω του.

Ο συμβολικός δεσμός ανάμεσα στον κόσμο του Δράματος και στον πραγματικό είναι ζωτικής σημασίας για την αποτελεσματικότητα της δραματοθεραπείας. (Jones,2003)

6.9 Το παίξιμο ενός ρόλου στη Δραματοθεραπεία

Η Jennings αναφέρει πως μας είναι αναγκαίο να μπορούμε να παίξουμε ένα ευρύ ρεπερτόριο ρόλων στη ζωή μας. Το παίξιμο ενός ρόλου χρησιμοποιείται ως μέσο εκμάθησης κοινωνικών δεξιοτήτων, διεκδίκησης, και εμπορικού δαιμονίου, γενικά παραπέμπει σε ό,τι μπορεί να χαρακτηριστεί «δράμα της καθημερινής ζωής». (Jennings ,1996)

Οι συμμετέχοντες είναι δυνατόν να δημιουργήσουν ρόλους, που έρχονται αντιμέτωποι με πραγματικές συναισθηματικές καταστάσεις. Κλαίνε, νιώθουν θυμό, ελπίδα, κι αυτά όλα δεν τα βιώνουν ως κάτι προσποιητό. Δακρύζουν αληθινά. Ξεσπούν με αληθινό θυμό. Ταυτόχρονα βρίσκονται μέσα σε μια έντεχνη κατάσταση, κι αυτό μπορεί να συμβαίνει ενώ παίζουν κάποιο ρόλο ή χρησιμοποιούν κάποιο παιχνίδι. Οι πιο απίστευτες, εξωπραγματικές ιστορίες, όπως το τζίνι και ο δαίμονας της θάλασσας, το κάστρο και η αμαζόνα, μπορούν να είναι ταυτόχρονα πεποιημένες αλλά και να σχετίζονται με τις πιο ενδόμυχες πραγματικότητες της ψυχής του ατόμου.

Ο Robert Landy, δείχνει ότι το δράμα δεν αποτελεί μόνο μια μεταφορά της καθημερινότητας, αλλά παρέχει και ένα μέσο ενδοσκόπησης και προσωπικής ανάπτυξης.

Στο φάσμα της ανθρώπινης εμπειρίας, ο ρόλος μάς επιτρέπει να καθορίσουμε εννοιολογικά την προσωπικότητα, την οποία ο Landy αντιλαμβάνεται ως σύστημα ρόλων. Γι αυτό και υποστηρίζει ότι η συναισθηματική ευεξία εξαρτάται από την ικανότητα του ατόμου να διαχειριστεί ένα πολύπλοκο και συχνά αντιφατικό σύνολο ρόλων, και παράλληλα δείχνει τον τρόπο με τον οποίο ο ρόλος προσφέρει μια ιδιαίτερα αποτελεσματική μέθοδο για την επεξεργασία σημαντικών προσωπικών προβλημάτων στο πλαίσιο της θεραπείας μέσω Δράματος. (Landy, 2001)

Στη δραματοθεραπεία το παράδοξο ότι «αυτό που είναι επινοημένο είναι επίσης πραγματικό» είναι καθοριστικό για την αποτελεσματικότητά της ως θεραπείας. Η ενσάρκωση του ρόλου μέσα στη δραματοθεραπευτική ομάδα αποτελεί μέρος της πραγματικότητας του συμμετέχοντα. Η εμπειρία του Δράματος έχει επίκεντρο τον συμμετέχοντα και τη ζωή του. Διαφέρει από την καθημερινότητα, αλλά αποτελεί έναν εξίσου έγκυρο τρόπον ώστε ο συμμετέχων να μπορέσει να βιώσει τις διαφορετικές όψεις του *ποιος και πως* είναι. (Jones, 2003)

Το παίξιμο ενός ρόλου είναι μια διαδικασία, μέσω της οποίας ο συμμετέχων εισέρχεται σε αυτό που παραπέμπει ο ρόλος. Αυτό μπορεί να συμβεί αυθόρμητα: ένας συμμετέχων μπορεί απλώς να αρχίσει να παίζει ένα ρόλο. Κατά παρόμοιο τρόπο, ο δραματοθεραπευτής μπορεί να προσκαλέσει το συμμετέχοντα να «δείξει» ή να παίζει κάτι, αντί να το περιγράψει λεκτικά. Αυτό μπορεί συνήθως να συμβεί στο πλαίσιο μιας ομάδας, η οποία διαθέτει εμπειρία και δεξιότητες στο Δράμα ή στη δραματοθεραπεία.

Παράγοντες που διευκολύνουν την ανάληψη ενός ρόλου είναι:

- το χρονικό διάστημα ικανότητας συγκέντρωσης των συμμετεχόντων,

- το στάδιο ανάπτυξης της χρήσης του Δράματος από τους συμμετέχοντες,
- το επίπεδο συμμετοχής και επένδυσης συναισθημάτων,
- η ποιότητα της δημιουργικής συμμετοχής και των δεξιοτήτων,
- το πολιτισμικό υπόβαθρο των συμμετεχόντων σε σχέση με τις παραδόσεις του θεάτρου και του Δράματος, που αφορούν την υιοθέτηση και εκτέλεση ρόλων
και
- η ιστορία της ομάδας, η όποια προηγούμενη εμπειρία «εργασίας» με το ρόλο.

Σε κάποιες περιπτώσεις ένα άτομο ενδέχεται να αρχίσει την εκδραμάτιση μιας κατάστασης με αυτό τον τρόπο, αλλά να μη διαθέτει αρκετή ορμή για να διατηρήσει το ρόλο. Αυτή η έλλειψη ορμής συνήθως οφείλεται είτε σε ένα είτε σε περισσότερα από τα εξής: έλλειψη ενδιαφέροντος, έλλειψη συναισθηματικής συμμετοχής, υπερβολική συναισθηματική συμμετοχή, σύγχυση ή αίσθηση αποπροσανατολισμού σε σχέση με την κατεύθυνση της εκδραμάτισης, έλλειψη συγκέντρωσης ή δεξιοτήτων, ή κάποιο ψυχολογικό ζήτημα που παρουσιάζεται ως αντίσταση στην είσοδο ή στην παραμονή στο ρόλο.

Η είσοδος στο ρόλο επιδιώκει να βοηθήσει τους συμμετέχοντες, ώστε «να μουν» στο ρόλο και να διατηρήσουν την ορμή του.

Πριν τη συμμετοχή στη διαδικασία ανάληψης ρόλου αξιολογείται η σχέση που έχει το άτομο ή η ομάδα με την «εργασία» ρόλου. Αυτό αφορά τομείς, όπως είναι το επίπεδο ανάπτυξης της ικανότητας του συμμετέχοντα να χρησιμοποιήσει το Δράμα και τους ρόλους. (Jones , 2003)

6.10 Η σημασία του χώρου στη Δραματοθεραπεία

Ο χώρος της δραματοθεραπείας, όπως και το θέατρο, πρέπει να χρησιμοποιείται μόνο γι' αυτό το σκοπό. Μπορεί να έχει μέγεθος ενός μεγάλου δωματίου ή ενός μικρού θεάτρου, ανάλογα με το περιβάλλον, στο οποίο βρίσκεται. (Jennings ,1996)

Η αίθουσα της δραματοθεραπείας πρέπει να είναι ζεστή και να έχει το πάτωμα στρωμένο, ώστε οι άνθρωποι να ξαπλώνουν ή να κάθονται χωρίς να κρυώνουν (η επένδυση από φελλό ή ξύλο είναι ιδανική). Ο χώρος πρέπει να μπορεί να μετατρέπεται εύκολα, ώστε να χρησιμοποιούνται διάφορα επίπεδα. Πολύ χρήσιμοι επίσης είναι οι κύβοι και οι μικρές εξέδρες, όπως και η σκαλωσιά που χρησιμοποιούν οι φωτιστές.

Πρέπει επιπλέον να υπάρχει μια μικρή κονσόλα με επιλογές φωτισμού (προβολείς και σποτ) καθώς και ροοστάτες. (Jennings ,1996)

Στον εξοπλισμό της δραματοθεραπείας πρέπει να συμπεριλαμβάνονται βασικά καλλιτεχνικά υλικά και μια συλλογή μουσικών οργάνων, καθώς επίσης ένα πικ-απ και ένα κασετόφωνο με καλά ηχεία, μαξιλάρια για το πάτωμα, κουβέρτες κι ένα βεστιαίο με διάφορα θεατρικά ενδύματα και περίτεχνα κοστούμια.

Όταν οι άνθρωποι είναι γνώστες της θεατρικής διαδικασίας, τους ενθαρρύνουμε να φορούν ρούχα, τα οποία μπορούν να προσαρμοστούν πάνω τους αναλόγως. Για παράδειγμα, μπορούν να έρχονται στην ομάδα με φόρμες και μακό μπλουζάκια, πάνω στα οποία μπορεί να φτιαχτεί ένα κοστούμι, αν χρειαστεί. (Jennings ,1996)

6.11 Δραματοθεραπεία και Ψυχόδραμα

Ενώ η δραματοθεραπεία, στο μεγαλύτερο μέρος της, αναπτύσσεται μέσα στο πλαίσιο της δραματικής πραγματικότητας, συχνά με υλικό από έργα, θρύλους και μύθους που μιλούν για τον άνθρωπο, το ψυχόδραμα σε γενικές γραμμές επεξεργάζεται τη ζωή ενός μόνον ατόμου, εξετάζοντας τα πραγματικά γεγονότα ή καταστάσεις που συνέβησαν στο παρελθόν του ασθενούς, που όμως συμβαίνουν και στο παρόν και, ίσως, συμβούν ξανά στο μέλλον. Το μεγαλύτερο μέρος του θεραπευτικού έργου του ψυχοδράματος πραγματοποιείται με την ομοίωση, δηλαδή με την αναδημιουργία ενός επεισοδίου, με διαφορετικά μέλη της ομάδας να παίζουν τους ρόλους άλλων, πολύ σημαντικών ατόμων στη σκηνή. Στο ψυχόδραμα γίνεται χρήση πολλών δραματικών τεχνικών, προκειμένου να εξερευνηθούν οι σκηνές, συμπεριλαμβανομένων της αντιστροφής των ρόλων και της άδειας καρέκλας. Το άτομο αποκτά συναισθηματική απόσταση από το υλικό του, μόνον εφόσον χρησιμοποιηθεί μια τεχνική, όπως η αντιστροφή των ρόλων, που θα το βοηθήσει να παίξει το ρόλο του άλλου.

Το ψυχόδραμα αποτελεί έναν πολύ ισχυρό τρόπο επεξεργασίας μέσα από μια γκάμα δημιουργικών δομών και μεθόδων, πολλές από τις οποίες ο δημιουργός του, ο Jacob Moreno, τις δανείστηκε από το θέατρο. Θεωρείται μια ισχυρή μορφή ψυχοθεραπείας, που χρησιμοποιεί τις τεχνικές που ανέπτυξε ο Moreno παρακολουθώντας επαγγελματίες ηθοποιούς. (Jennings ,1996)

Υπάρχουν κι άλλες μέθοδοι που βασίζονται στη δράση, οι οποίες χρησιμοποιούν δραματικές τεχνικές, όπως η Θεραπεία Gestalt, ο Νευρογλωσσικός (ή

Νευρογλωσσολογικός) Προγραμματισμός και η Συναλλακτική Ανάλυση. (Jennings, 1996)

6.12 Δραματοποίηση

Όλες τις συγκρούσεις που λαθροβιώνουν ναρκωμένες μέσα μας, το θέατρο μας τις αφυπνίζει και τις αποκαθιστά με όλες τους τις δυνάμεις και στις δυνάμεις αυτές δίνει ονόματα, που εμείς τα επευφημούμε σαν σύμβολα. (Κοντογιάννη, 1989)

Αν εξετάσουμε τους αρχαίους και τους συγχρόνους πολιτισμούς σε όλο τον κόσμο, θα διαπιστώσουμε ότι το «θέατρο» (όπου περιλαμβάνεται και το δράμα) αποτελεί μέρος της κοινωνικής και της ατομικής ζωής και ότι αφενός εκφράζει θέματα αλλαγής και αφετέρου αποτελεί τμήμα αυτής της αλλαγής. Το θέατρο επιτρέπει την πραγματοποίηση της ανάπτυξης και της αλλαγής. Η ιστορία του θεάτρου χαρτογραφεί τις επαναστάσεις, τις εξεγέρσεις, τον κύκλο της ζωής, τη θεραπεία και τις δραματικές ιεροτελεστίες. Σήμερα θα μπορούσαμε να πούμε ότι τα περισσότερα από τα παραπάνω έχουν θεραπευτικές ιδιότητες με τη σύγχρονη έννοια του όρου. (Jennings, 1996)

Η δραματική ιεροτελεστία, μια από τις πιο παλιές μορφές δράματος, δίνει στις κοινωνίες την ευκαιρία να επιβεβαιώσουν την πίστη και τις σχέσεις τους, να εξερευνήσουν τα θέματα του καλού και του κακού και να βιώσουν κυρίαρχα σύμβολα, εικόνες και μεταφορές που επηρεάζουν τα άτομα και τις ομάδες σε πολλά επίπεδα. (Jennings, 1996)

Στους χώρους της θεατρικής δημιουργίας μπορούμε να συμπράξουμε όλοι χωρίς να έχουμε τις ειδικές γνώσεις, που απαιτούνται για τη συμμετοχή μας σε άλλες μορφές τέχνης. Το βασικό υλικό το οποίο θα χρησιμοποιήσουμε και θα επεξεργαστούμε είναι ο ίδιος ο εαυτός μας, είναι το σώμα και το πνεύμα μας. Η θεατρική πράξη γίνεται έτσι το πεδίο δράσης ενός παιχνιδιού, κατά την εφαρμογή του οποίου θα κινητοποιηθούν μηχανισμοί, ώστε σώμα και πνεύμα να συλλειτουργήσουν, για να προκαλέσουν συνδυαστικά ένα αρμονικό αποτέλεσμα. Στη διάρκεια αυτής της διαδικασίας ανακαλύπτουμε δυνατότητες, που δεν είχαμε την ευκαιρία να εντοπίσουμε στο παρελθόν. (Γαλάντης στο Δρίτσας, 2003)

Η απόλαυση μέσα απ' το σώμα, τις αισθήσεις, την κίνηση, το ρυθμό, σε συνδυασμό με το λόγο ή την ποίηση, μα και τους έναρθρους φθόγγους, τις κραυγές, τα ξεφωνητά, τα θραύσματα λόγου, το ρυθμικό λόγο, το τραγούδι, τον ψαλμό, οδηγεί το παιδί στο δέσιμο

των σημαινόντων με το σώμα του και γενικότερα στην εγγραφή εξωτερικών γνωστικών στοιχείων στο σώμα. (Κοντογιάννη, 1989)

6.12.1 Δραματοποίηση στα παιδιά

Τα παιδιά μέσα από το θέατρο επικοινωνούν, μοιράζονται, εξελίσσονται, γνωρίζουν τον κόσμο στον οποίο ζουν. Το δράμα ενισχύει την αυτοέκφραση, τον αυτοέλεγχο, και τη συνεργασία, την ικανότητα συγκέντρωσης. Ενώ παράλληλα, προσφέρει στα παιδιά δυνατότητες κοινωνικοποίησης, συνεργασίας, δημιουργικής εργασίας, αισθητικής καλλιέργειας, ανάπτυξης φαντασίας, γλωσσικής ανάπτυξη, συμβολικής έκφρασης, ψυχικής εκτόνωσης, μυο-κινητικού ελέγχου. (Ελενα, Τριανταφυλλοπούλου, 2007)

Η δραματοποίηση έχει πολύ επωφελείς συνέπειες για τα παιδιά και θα καταγράψουμε εδώ ορισμένες από αυτές.

- 1) Το παιδί μπορεί να αποκτήσει ιδιαίτερη σχέση με το ίδιο του το σώμα. Οδηγείται στην ανατομία της κίνησης, συνειδητοποιεί τις διάφορες λειτουργίες, που γίνονται μέσα στο σώμα του, καθώς και την ύπαρξή του στο χώρο. Βρίσκει το ρυθμό του. Εμπλουτίζει την κινητικότητα και την παραστατικότητα του.
- 2) Μεταλλάσσει τη σχέση του με τους άλλους. Συνεργάζεται, υποχωρεί, υπολογίζει, σέβεται, μπαίνει στη θέση του άλλου.
- 3) Μεταλλάσσει, επίσης, τη σχέση του με τον εαυτό του. Ξεπερνά τις αναστολές του, δοκιμάζει νέες εμπειρίες, αναπτύσσεται το αυτοσυναίσθημά του, καθώς και η δημιουργική του φαντασία. Οι αισθήσεις του ευαισθητοποιούνται και οδηγείται σε πιο σύνθετες νοητικές λειτουργίες.
- 4) Μεταλλάσσει εξάλλου και το χωροχρόνο του με τη δυνατότητα κίνησης του τόσο στο φανταστικό χώρο και στην πραγματικότητα, όσο και στο χρόνο.
- 5) Ευαισθητοποιείται όσον αφορά τις τέχνες. Έχει την ευκαιρία να τις πλησιάσει, να τις γευτεί και να γίνει δημιουργός τους.
- 6) Οδηγείται στη βιωματική γνώση και το σώμα του γίνεται ζωντανός τόπος γραφής.
- 7) Διευρύνει το πεδίο της γλώσσας του, ενώ ταυτόχρονα το συνδέει και με το σώμα του.
- 8) Διευρύνει, επίσης, την ενδοχώρα του. Μέσα απ' τη διαδικασία αυτή ενισχύεται η ανεύρεση της ταυτότητας του, η διεύρυνση και ανανέωση των συμβόλων του, η έκδραση απ' τις συγκρούσεις του, η εκτόνωση απ' τις φορτίσεις του, η συμβολική πραγμάτωση των επιθυμιών του.

9) Το παιδί, τέλος, διανοίγεται σε δυνατότητες απόλαυσης, ενθουσιασμού και χαράς, μέσα από τις οποίες πραγματώνει το είναι του. (Κοντογιάννη, 1989)

6.13 Το Θεατρικό παιχνίδι στο σχολικό πλαίσιο

Το θεατρικό παιχνίδι είναι μια προπαρασκευή του παιδιού για μια δημιουργική περίοδο, ένα μέσο απελευθέρωσης της φαντασίας του, επικοινωνίας και καλλιέργειας (κατανόησης) των ανθρωπίνων σχέσεων.

Η «κίνηση» γίνεται ένα μέρος της έκφρασης. Η «στάση» μια δήλωση. Μέσα από την κίνηση και τη στάση το παιδί έχει τη δυνατότητα να εκπέμψει στο χώρο του, στο κοινωνικό περιβάλλον του (στην ομάδα) άπειρα μηνύματα.

Η αίσθηση της κίνησης γίνεται μέσο απόκτησης της γνώσης. Η γνώση που διαποτίζεται με φαντασία, γίνεται δημιουργική, παραγωγική. Το θεατρικό παιχνίδι είναι ένας τρόπος να επικοινωνούμε και μέσα από τα αισθήματά μας. (Κουρετζής, 1991)

Το εκπαιδευτικό θέατρο έχοντας ως επίκεντρο τη διερεύνηση και ανάλυση της ανθρώπινης συμπεριφοράς, αποτελεί έναν ενεργητικό και αποτελεσματικό τρόπο διδασκαλίας και μάθησης, αλλά και μια αυτόνομη μορφή τέχνης. (Ελενα, Τρυανταφυλλοπούλου, 2007)

Το παιδί μέσα από το θεατρικό παιχνίδι ανακαλύπτει παίζοντας μόνο του ένα ρόλο διαλέγοντας έτσι, έμμεσα, έναν τρόπο επικοινωνίας και έκφρασης. Διαλέγει έναν τρόπο «ερμηνείας» περισσότερο από διαίσθηση, παρά γιατί κάποιος ενήλικας του δίδαξε *τι και πως και γιατί* να τον παίζει. Αποκτά μια στάση, προβαίνει σε μια προσωπική θέαση. Αυτή η διαίσθηση όσο βαθαίνει, όσο πλουτίζεται, όσο γίνεται μέσο επικοινωνίας και συμμετοχής μέσα σε μια κοινή δράση, παίρνει άλλες διαστάσεις, που καταναγκάζουν όλη την ψυχοσωματική του συγκρότηση και σκέψη. (Κουρετζής, 1991)

Όταν η φαντασία απελευθερωθεί, όταν η ευαισθητοποίηση αυξηθεί, όταν το μυαλό και η καρδιά ανοίξουν, αυτή η παρόρμηση μετατρέπεται σε δημιουργία.

Στο θεατρικό παιχνίδι το παιδί έχει τη δυνατότητα να διαφοροποιεί τη συμπεριφορά του, να βγαίνει έξω από τους κατεστημένους τρόπους συμπεριφοράς, που το καθηλώνουν και του δεσμεύουν τη φαντασία. Βλέπει να προχωράει στη «μεταμόρφωση» ορισμένων προσώπων και καταστάσεων και στη δημιουργία, χωρίς έντονους ανταγωνισμούς, συλλογικά και μέσα σ' ένα χώρο, όπου η συμπεριφορά του δε γίνεται αντικείμενο αξιολόγησης, κριτικής και απόρριψης. Είναι μια τεχνική για την εξελικτική

πορεία του παιδιού, γιατί δίνει άμεσες ευκαιρίες για δημιουργική έκφραση, που δεν τις παίρνει από άλλες παιδαγωγικές πρακτικές. (Κουρετζής, 1991)

Τα εκπαιδευτικά προγράμματα, τα κοινωνικά προβλήματα, οι αρνητικές, πολλές φορές, οικολογικές και περιβαλλοντικές συνθήκες, μέσα στις οποίες ζει και «εκπαιδεύεται» το παιδί, η έλλειψη χώρων και χρόνου για παιχνίδι, καθιστούν καθημερινά πιο αγχώδη τη ζωή του παιδιού, ιδιαίτερα στις μεγάλες πόλεις. Δεν αφήνουν περιθώρια για όνειρα, για δημιουργικές πρωτοβουλίες, για μια επικοινωνία ανθρώπινη, χωρίς ανταγωνισμούς και έντονες αντιπαραθέσεις. (Κουρετζής, 1991)

Αναλυτικότερα, το θεατρικό παιχνίδι λειτουργώντας σαν εμπεδωτικό εργαλείο βοηθάει το παιδί να λειτουργεί και να εκφράζεται:

- α. να καταργεί τη σχέση «επιτυχία – αποτυχία»,
- β. να ενδιαφέρεται για την ουσιαστική αντιμετώπιση των προβλημάτων,
- γ. να ενθαρρύνεται στην έρευνα, παρατήρηση, αυτοσυγκέντρωση,
- δ. να οδηγείται σε «λύσεις» προσωπικές,
- ε. να βιώνει τις γνώσεις και να βελτιώνει το λεξιλόγιό του,
- στ. να εκπληρώνει την επιθυμία του για δράση και δημιουργία, επικοινωνία και αποδοχή μέσα από τη διαδικασία της δυναμικής ομάδας,
- ζ. να παίζει ένα δρώμενο και να εκτονώνεται, να βρίσκει πολλές δυνατότητες για απόλαυση και χαρά, που ανανεώνουν και πραγματώνουν κάτι από το «Είναι» του,
- η. να συνεργάζεται, να πλησιάζει ουσιαστικά το «άλλο», όχι ανταγωνιστικά ή «αξιολογικά», αλλά μέσα από τις διαδικασίες μιας συλλογικής δημιουργικής πράξης,
- θ. να αποδέχεται με βάση την ψυχολογία της αλληλεπίδρασης και τη δυναμική που εξασκεί η ομάδα όρια και περιορισμούς, που δεν του θέτουν αυταρχικά κάποιοι ενήλικες, αλλά από εσωτερική την ανάγκη τους ανακαλύπτει και τους εφαρμόζει το ίδιο το παιδί,
- ι. να συμβάλλει, ώστε η «τάξη» ή το «τμήμα» να μετατρέπεται σε ομάδα,
- ια. να ενθαρρύνεται να ανακαλύψει ικανότητες και εμπειρίες, τις οποίες θα αναπτύξει στο κοινό παιχνίδι με την ομάδα. Μέσα απ' αυτή τη συνύπαρξη θα μάθει πως να αντιμετωπίζει μια σειρά από συναισθήματα και πως να πλησιάζει τους άλλους μέσα απ' αυτά,
- ιβ. να προκαλέσει μέσα από το θεατρικό παιχνίδι το δάσκαλο, ώστε να δει πίσω από το «μαθητή» και γνωρίζοντάς το να βοηθήσει καλύτερα ,

ιγ. να εκφράσει ενδόμυχες επιθυμίες του, αλλά και προβλήματα που μπορούν να εκφραστούν μέσα από το θεατρικό παιχνίδι με τους ανάλογους ρόλους – που μόνο του το παιδί ανακαλύπτει- ή μέσα από «ομάδες ρόλων», όπου αυτόβουλα εντάσσεται.

Το θεατρικό παιχνίδι μπορούμε να το τοποθετήσουμε μέσα στο πλαίσιο της εφαρμοσμένης ψυχολογίας με διπλή ιδιότητα:

- με την ιδιότητα που έχει να δίνει στα παιδιά ευκαιρίες για εξωτερίκευση, προσφέροντας σ' εκείνον που ενδιαφέρεται για την ψυχολογική ανίχνευση του παιδιού ένα εργαλείο, για να συλλέξει τα στοιχεία που αναζητάει και
- ταυτόχρονα, το θεατρικό παιχνίδι ενεργεί σαν ρυθμιστικός παράγοντας του συναισθηματικού φόρτου, των εντάσεων, της επιθετικότητας κ.λπ. Η διοχέτευση της εσωτερικής έντασης μέσα στο θεατρικό παιχνίδι χαλαρώνει, απελευθερώνει μέρος της δημιουργικότητας του παιδιού και προκαλεί εσωτερικές εξισορροπήσεις.

Για να λειτουργήσει δημιουργικά το παιδί, πρέπει να υπάρξουν παράγοντες ανάδυσης και ανάδειξης της προσωπικότητάς του. Για να λειτουργήσει «ζωντανά» το θέατρο, ο «ηθοποιός» πρέπει να αντιμετωπιστεί σαν δημιουργική προσωπικότητα.

Οι μεθοδολογίες της θεατρικής πράξης και της παιδαγωγικής θεάτρου, οι οποίες έχουν σαν σκοπό την ανάπτυξη και εξέλιξη της ικανότητας της έκφρασης, της επικοινωνίας, του παιχνιδιού (παιχνιδιού), συμβάλλουν ταυτόχρονα στη δημιουργία της προσωπικότητας. Μέσα από αυτή τη διάσταση και τη σχέση βλέπουμε την προσέγγιση του παιδιού με την τέχνη του θεάτρου. (Κουρετζής, 1991)

ΚΕΦΑΛΑΙΟ 7:

Συμπεράσματα και Προτάσεις για μελλοντική έρευνα

Συμπεράσματα

Ø Η θεραπεία μέσω τέχνης μπορεί να επιφέρει θετικά αποτελέσματα σε πολλές διαταραχές, όπως είναι νοητική στέρηση, αυτισμός, αναπτυξιακές διαταραχές, σωματικές και κινητικές διαταραχές, ψυχολογικές διαταραχές (πένθος, διαζύγιο, κοινωνική απομόνωση, φοβίες, επιθετικότητα, παραβατικότητα), σε άτομα εξαρτημένα, σε άτομα με διπλή διάγνωση, σε άτομα με διατροφικές διαταραχές, σε κακοποιημένα άτομα, καθώς και στην οικογενειακή θεραπεία.

Ø Οι έρευνες και η επιστημονική αξιολόγηση ειδικών, δείχνουν τη χρησιμότητα των διαγνωστικών και θεραπευτικών μέσων ως προς τις ανάγκες του θεραπευόμενου, όπως κυρίως εντοπίζονται στην έκφραση συναισθημάτων και στην εκτόνωση, στην αυτογνωσία και στην επικοινωνία . Γιατί δεν είναι αυτοσκοπός η άρτια καλλιτεχνική εκτέλεση, αλλά η χρήση των καλλιτεχνικών μέσων με σκοπό την ψυχοσωματική απελευθέρωση.

Ø Το παιχνίδι έχει σημαντικό ρόλο από τα πρώτα στάδια της ζωής του ανθρώπου. Εν συνεχεία αντικαθίσταται από πιο δομημένες μορφές τέχνης, ώστε να καλυφθούν οι ανάγκες του για δημιουργία. Στην θεραπεία μέσω τέχνης κρίνεται αναγκαία η ανάκληση σ' αυτή τη πρώιμη περίοδο της ανάπτυξής του, όπου το παιχνίδι είχε κεντρικό ρόλο στην εξέλιξή του. Το παιχνίδι χρησιμοποιείται για να αποκατασταθεί η αίσθηση του ανικανοποίητου και η έλλειψη προσκόλλησης σε κάποιο πρόσωπο σημαντικό για το παιδί.

Ø Απαραίτητη προϋπόθεση για τον θεραπευτή είναι να έχει εκπαιδευτεί στην θεραπεία μέσω τέχνης και να είναι ειδικευμένος, να έχει κάνει ο ίδιος ψυχοθεραπεία αλλά και να εποπτεύεται για την καλύτερη απόδοσή του και τον χειρισμό των τεχνικών (π.χ. ταύτιση, αντιμεταβίβαση, προβολή).

Ø Η θεραπεία μέσω τέχνης μπορεί να αξιοποιηθεί και να εφαρμοστεί στη συμβουλευτική, ή σε συνδυασμό με άλλες προσεγγίσεις και μοντέλα όπως με την ψυχαναλυτική προσέγγιση, την ανθρωποκεντρική προσέγγιση, τη συστημική θεραπεία, την ομαδική διαντιδραστική θεραπεία κ.α.

Ø Η σχέση του θεραπευτή με τον θεραπευόμενο με τη θεραπεία μέσω τέχνης βοηθά να ξεκλειδώσει τον εσωτερικό κόσμο του, που λαθροβιώνουν άλυτα θέματα τα οποία του προκαλούν άγχος, πόνο και φοβίες.

Ø Τα σύμβολα στην τέχνη αναδύουν όσα δεν μπορεί ο θεραπευόμενος να εκφράσει με λόγια και έτσι έρχεται πιο κοντά στην αυτο-αποκάλυψη.

Ø Η ανάγκη του ανθρώπου για δημιουργία και ψυχική πληρότητα υπάρχει από τα πρώτα στάδια της ζωής του και υπήρχε σε κάθε κοινωνικό πλαίσιο, ακόμα και από την αρχή της ύπαρξής του. Η τέχνη δωρίζει στον άνθρωπο αυτή την δυνατότητα και του δίνει την ευκαιρία να γίνει κοινωνός. Η θεραπεία μέσω τέχνης «δανείζεται» την τέχνη και μας δίνει την ευκαιρία να «ξεκλειδώσουμε» το ανθρώπινο συναίσθημα.

Ø Η θεραπεία μέσω τέχνης στην Ελλάδα είναι πιο διαδεδομένη στον ιδιωτικό τομέα και λιγότερο σε κρατικούς φορείς, ωστόσο, όπου έχει αξιοποιηθεί, έχει θετικά και θεαματικά αποτελέσματα, όπως στο πρόγραμμα "18 Άνω" του Ψυχιατρικού Νοσοκομείου Αθηνών, ή όπως στην μονάδα "Ατραπός" του ΟΚΑΝΑ

Ø Η τέχνη αντικατοπτρίζει σε κάθε χρονική και εξελικτική περίοδο της κοινωνίας το πολιτισμό της και τη κουλτούρα της, όπως αυτή καθρεφτίζεται μέσα από τα έργα των καλλιτεχνών (π.χ. κίνημα Bauhaus, pop art, αφηρημένη τέχνη). Αυτή μας δίνει στοιχεία για να κατανοήσουμε την εκάστοτε κοινωνική πραγματικότητα.

Προτάσεις

Έπειτα από τη μελέτη και τα συμπεράσματα προκύπτουν οι παρακάτω προτάσεις:

Ø Εξαιτίας της απουσίας κρατικών προγραμμάτων, για την εκπαίδευση και την κατάρτιση των Κοινωνικών Λειτουργών στην θεραπεία μέσω τέχνης, θα ήταν εύστοχη η οργάνωση και η εφαρμογή μεταπτυχιακών σπουδών για απόφοιτους των Α.Τ.Ε.Ι..

Ø Άλλο ένα τρωτό σημείο του κρατικού φορέα είναι η αδρανής στάση του σε ερευνητικό επίπεδο. Θα ήταν ιδιαίτερα χρήσιμη η δημιουργία ειδικού ερευνητικού φορέα με τη σύσταση εξειδικευμένης επιστημονικής ομάδας. Όπου θα μπορούσε να στηριχθεί και μέσω κάποιου κοινωφελούς ιδρύματος.

Ø Ιδιαίτερα χρήσιμη θα ήταν η ένταξη της θεραπείας μέσω τέχνης με ειδικευμένο προσωπικό, σε περισσότερες μονάδες ψυχικής υγείας, ιδιαίτερα όσες ασχολούνται με παιδιά και με μειονεκτούντα άτομα.

Ø Για να γίνει ευρύτερα γνωστή η θεραπεία μέσω τέχνης στην Ελλάδα θα ήταν χρήσιμο να πραγματοποιούνται συχνότερα σεμινάρια, ημερίδες και επιμορφώσεις με χαμηλότερο κόστος συμμετοχής για τους ενδιαφερόμενους, ειδικότερα για φοιτητές επαγγελματιών ψυχικής υγείας και παιδαγωγούς.

Ø Η θεραπεία μέσω τέχνης μπορεί δράσει ως αντιδιαστολή ή συμπληρωματικά με τη χορήγηση φαρμακευτικής αγωγής.

ΒΙΒΛΙΟΓΡΑΦΙΑ

ΕΛΛΗΝΙΚΗ ΒΙΒΛΙΟΓΡΑΦΙΑ

1. Βοσνιάδου Στέλλα (1999). *Εισαγωγή στην Ψυχολογία, Κοινωνική Ψυχολογία, Κλινική Ψυχολογία*. Β' τόμος. Αθήνα: Gutenberg.
2. Γεωργίου Θεόδωρος (2001). *Αισθητική θεωρία και μοντέρνα τέχνη*. Αθήνα: Futura.
3. Δρίτσας Θανάσης (2003). *Μουσικοκινητικά Δρώμενα*. Αθήνα: Επιστήμης Κοινωνία.
4. Δρίτσας Θανάσης (2004). *Η Τέχνη ως Μέσον Θεραπευτικής Αγωγής*. Αθήνα: Επιστήμης Κοινωνία.
5. Έλενα Ελένη, Τριανταφυλλοπούλου Κατερίνα (2007). *Το Εκπαιδευτικό Θέατρο στο νηπιαγωγείο και το δημοτικό*. Αθήνα: Πατάκη.
6. Ευδοκίμου - Παπαγεωργίου Ράνια (1999). *Δραματοθεραπεία, Μουσικοθεραπεία. Η επέμβαση της τέχνης στην ψυχοθεραπεία*. Δ' έκδοση. Αθήνα: Ελληνικά Γράμματα.
7. Θεοδωρόπουλος Ιωάννης Ε. (2002). *Αποσωμάτωση (παιδαγωγική σπουδή της σωματικότητας)*. Αθήνα: Κορφή.
8. Καλούρη Ράνυ (2008). *Τέχνη και δημιουργική ανάπτυξη των παιδιών*. 2^η έκδοση. Αθήνα: Έλλην.
9. Κοντογιάννη Άλκηστις (1989). *Το βιβλίο της δραματοποίησης*. Αθήνα: Άλκηστις.
10. Κοντογιάννη Άλκηστις (2000). *Η δραματική τέχνη στην εκπαίδευση*. Αθήνα: Ελληνικά Γράμματα.
11. Κουρετζής Λάκης (1991). *Το Θεατρικό Παιχνίδι*. Αθήνα: Καστανιώτη.
12. Λέτσιος Κωνσταντίνος (2001). *Το ψυχόδραμα. Η επιστήμη της ομάδας στην ψυχοθεραπευτική προοπτική*. Αθήνα: Ελληνικά Γράμματα.
13. Μαγουλιώτης Απόστολος (1991). *Ζωγραφική Γλυπτική Χαρακτική*. Αθήνα: Gutenberg.
14. Μάτσα Κατερίνα (2008). *Ψυχοθεραπεία και Τέχνη στην Απεξάρτηση. Το «παράδειγμα» του 18 Άνω*. Αθήνα: Άγρα.
15. Μάτσα Κατερίνα (2006). *Η περίπτωση Ευρυδίκη*. Αθήνα: Άγρα.
16. Ναυρίδης Κλήμης (2005). *Ψυχολογία των Ομάδων, Κλινική Ψυχοδυναμική Προσέγγιση*. Αθήνα: Παπαζήση.
17. Πατσατζόπουλος Κ., Στάμου Λ., & Λυμπερόπουλος Σ. (2003). *Μουσικοκινητική Αγωγή*. Αθήνα: Ο.Ε.Δ.Β.

18. Πρίνου – Πολυχρονιάδου Λιάνα (1989). *Μουσική και Ψυχολογία. Εισαγωγή στη Μουσικοθεραπεία*. Β' έκδοση. Αθήνα: Θυμάρι.
19. Ραΐση – Βολανάκη Τατιάνα (1996). *Όταν οι κούκλες ζωντανεύουν*. Αθήνα: Ελληνικά Γράμματα.

ΜΕΤΑΦΡΑΣΜΕΝΗ ΞΕΝΟΓΛΩΣΣΗ ΒΙΒΛΙΟΓΡΑΦΙΑ

1. Arnheim R. (2007). *Οπτική σκέψη*, (μετάφραση Ποταμιάνος Ιάκωβος, Βρυώνη Γιώτα). Θεσσαλονίκη: University Studio Press.
2. Axline Virginia (1985). *Ένα παιδί αναζητάει τον εαυτό του*, (μετάφραση), Αθήνα: Τάμασος.
3. Barus – Michel Jacqueline (2005). *Κοινωνίες σε κρίση και αναζήτηση του νοήματος*, (επιμέλεια Ναυρίδης Κ, Χρηστάκης Ν). Αθήνα: Ελληνικά Γράμματα.
4. Bean John, Oldfield Amelia (2006). *Μαγικός Αυλός*, (μετάφραση Αδαμοπούλου Χριστιάνα). Αθήνα: Νήσος.
5. Billman France Schott (1997). *Όταν ο χορός θεραπεύει*, (μετάφραση Χρυσικοπούλου Λίτσα). Αθήνα: Ελληνικά Γράμματα.
6. Billman France Schott (1997). *Χοροθεραπεία με την Πρωτόγονη Έκφραση*, (μετάφραση Αναστασοπούλου Α., Μωραΐτου Λ.), Β' έκδοση. Αθήνα: Τρόπος Ζωής.
7. Dalley Tessa, Case Caroline, Schaverien Joy, Weir Felicity, Halliday Dianna, Nowell Hall Patricia, (1995). *Θεραπεία μέσω τέχνης*, (μετάφραση Σκαρβέλη Γιάννα). Αθήνα: Ελληνικά Γράμματα.
8. Fromm Erich (1974). *Ο άνθρωπος για τον εαυτό του, Έρευνα στην ψυχολογία της Ηθικής*, (μετάφραση Θεοδωρακάτος Δημήτρης). Αθήνα: Μπουκουμάνη.
9. Fromm Erich (1974). *Η υγιής κοινωνία*, (μετάφραση Θεοδωρακάτος Δημήτρης). Αθήνα: Μπουκουμάνη.
10. Gerald K., Gerald D. (2004). *Συμβουλευτική ψυχολογία στα παιδιά*,(μετάφραση Μεταξάς Σ.). Αθήνα: Ελληνικά Γράμματα.
11. Jennings Sue, Minde Ase (1996). *Μάσκες της Ψυχής*, (μετάφραση Σκαρβέλη Γιάννα). Αθήνα: Ελληνικά Γράμματα.
12. Jones Phil (2003). *Δραματοθεραπεία, Το θέατρο ως τρόπος ζωής και θεραπείας*, (μετάφραση Μηλιώνη Δάφνη, Βιτούλα Όλγα). Αθήνα: Ελληνικά Γράμματα.
13. Jung Carl Gustav (1990). *Βασικές Αρχές της Ψυχοθεραπείας*, (μετάφραση Αναγνώστου Λευτέρης). Αθήνα: Επίκουρος.

14. Landgarten Helen B (1999). *Οικογενειακή Εικαστική Θεραπεία*, (μετάφραση Αναγνωστοπούλου Ν.). Αθήνα: Ελληνικά Γράμματα.
15. Landy Robert J. (2001). *Προσωπικότητα και προσωπείο :ο ρόλος στο δράμα, τη θεραπεία και την καθημερινότητα*, (μετάφραση Γιαπιτζάκη - Κατσόγιαννου Σοφία, Κρασανάκης Στέλιος). Αθήνα : Ελληνικά Γράμματα.
16. Maslow Abraham H. (1995). *Ψυχολογία της Ύπαρξης*, (μετάφραση Ανδρεοπούλου Σοφία). Αθήνα: Δίοδος.
17. Miler Marion (1998). *Όταν δεν μπορείς πια να ζωγραφίσεις, Εμπόδια στην ψυχική δημιουργικότητα*, (μετάφραση Αναγνωστοπούλου Ν.). Αθήνα: Ελληνικά Γράμματα.
18. Ogden Th. (2004). *Προβλητική ταύτιση και ψυχοθεραπευτική τεχνική*, (μετάφραση Μαλιδέλης Δ.). Αθήνα: Νοόγραμμα.
19. Racker Heinrich (2007). *Μεταβίβαση και αντιμεταβίβαση*, (μετάφραση Ζερβός Κώστας). Αθήνα: Καστανιώτη.
20. Reich Wilhelm (1981). *Η ανάλυση του χαρακτήρα 1, Η τεχνική*, (μετάφραση Σιδέρης Νίκος). Αθήνα: Καστανιώτη.
21. Rubin Judith Aron (1997). *Θεραπεύοντας τα παιδιά μέσα από την Τέχνη*, (μετάφραση Αναγνωστοπούλου Ν.). Αθήνα: Ελληνικά Γράμματα.
22. Waller Diane (2001). *Ομαδική Διαντιδραστική Art Therapy, Η χρησιμότητά της στην εκπαίδευση και στη θεραπεία*, (μετάφραση Ελευθερίου Βάγια). Θεσσαλονίκη: University Studio Press.
23. Winnicott D.W. (1979). *Το παιδί, το παιχνίδι και η πραγματικότητα*, (μετάφραση Κωστόπουλος Γιάννης). Αθήνα: Καστανιώτη.
24. Yalom Irvin (2006). *Εισαγωγή στη θεωρία και πράξη της ομαδικής ψυχοθεραπείας*, (μετάφραση Ανδριτσάνου Ε., Κακατσάκη Δ.). Αθήνα: Άγρα.

ΞΕΝΟΓΛΩΣΣΗ ΒΙΒΛΙΟΓΡΑΦΙΑ

1. Axline Virginia (1969). *Play Therapy*. New York: Ballantine books.
2. Bowlby J. (1988). *A secure base: Parent, child attachment and healthy human development*. New York: Basic Books.
3. Cattanach A. (1991). *Play therapy with abused children*. London: Jessica Kingsley.
4. Gilroy Andrea (2006). *Art therapy, research and evidence – Basic practice*. London: Sage Publications.

5. Hill H. (2001). *Invitation to the dance. Dance for people with dementia and their careers*. Scotland: Stirling.
6. Laban R. (1980). *The mastery of Movement*. Mackdonald and Evans.
7. Lester James D. (1996). *Writing Research Papers, a complete guide*. 8th edition. New York: Harper Collins College Publishers.
8. Levy Fran J., Pines Fried Judith, Leventhal Fern (1995). *Dance and Other Expressive Art Therapies, when words are not enough*. London: Routledge.
9. Malchiodi Cathy A. (2007). *The Art Therapy Sourcebook*. New York: Mc Graw Hill.
10. Mc Mahon Linnet (1992). *The handbook of Playtherapy*. London: Routledge.
11. Mc Neill W.H. (1995). *Marching Together in Time: Dance and Drill in Human History*. Cambridge, MA: Harvard University Press.
12. Murray Lynne, Cooper Peter J. (1997). *Postpartum Depression and Child Development*. New York: Guilford Press.
13. Ollman Betrell (1993). *Dialectical Investigations*. London: Routledge.
14. Ollman Betrell (2003). *Dance of Dialectics*. Chicago: University of Illinois Press.
15. Orff G. (1980). *The Orff Music Therapy, Active furthering of the development of the child*, (Murray M.). London: Scott & Co. Ltd.
16. Sherborne Veronica (2001). *Developmental Movement for Children*. London: Worth Publishing.
17. Turner V. (1974). *Dramas, Fields and Metaphors: Symbolic Action in Human Society*. New York: Cornell University Press.
18. Valett Robert E. (1974). *The Remediation of Learning Disabilities, a handbook of psychoeducational resource programmes*. California, Belmont: Lear Siegler, Inc. /Fearon Publishers. p.p. 35.
19. Yalom Irvin (1983). *In-Patient Group Psychotherapy*. New York: Basic Books.

ΑΡΘΡΟΓΡΑΦΙΑ ΠΕΡΙΟΔΙΚΩΝ

1. Birkel D.A.G. (1998). Aging brain, aging mind, Activities for the older adult: Integration of the body and the mind. *JOPERD*. Vol 69, No 9, pp.23-28.
2. Cooper L. & Thomas H. (2002). Growing old gracefully: Social dance in the third age. *Ageing & Society*. 22, pp. 689-708.
3. Διοσκουρίδης Σταύρος (2009). Εξάρτηση, Απεξάρτηση. Πώς να ζητήσεις βοήθεια και πώς να βοηθήσεις. *Lifo*, 29/10 – 04/11, σσ.73.

4. Erwin-Grabner T., Goodill S.W., Hill E.S., Von Neida K. (1999). Effectiveness of Dance/Movement therapy on reducing test anxiety. *American Journal of Dance Therapy*. 21, pp.19-33.
5. Καλογήρου Α. (2000). Η μουσική ως θεραπευτικό μέσο. *Hitech*, τεύχος Αυγούστου, σσ. 154 – 155.
6. Κωνσταντινίδου Μ., Χαραχούσου Υ., Καμπίτσης Χρ. (2002). Η χοροθεραπεία ως μια τεχνική ψυχοθεραπευτικής παρέμβασης για τα άτομα τρίτης ηλικίας. *Γυναίκα και Αθληση*, 1(1), σσ.37-49.
7. Mahon M., Searle M. (1994). Leisure Education: It's Effect on Older Adults. *JOPERD*. Vol 65, No 4, pp. 36-41.
8. Μαυροβουνιώτης Φώτιος, Αργυριάδου Ειρήνη (2008). Χορός, Ηλικιωμένα Άτομα και Ψυχοσωματική Υγεία. *Αναζητήσεις στη Φυσική Αγωγή & τον Αθλητισμό*, τεύχος Νοεμβρίου, τόμος 6 (2), σσ.222 – 231.
9. Ναυρίδης Κλήμης (2006). Διαμεσολάβηση και μεταβατικότητα στην αναλυτική, ομαδική θεραπεία. *Ψυχολογία*, τεύχος Μαρτίου, τόμος 13, σσ. 18 – 19.
10. Τριβόλη Δέσποινα (2008). Σε πρώτο πρόσωπο: «Δεν μιλούσα μόνο άκουγα». *Lifo*, τεύχος 25/9 – 01/10, σσ.36-37.
11. Τσακνιά Εύη (2009). Η τέχνη της Διαφυγής, *Γαλέρα*, τεύχος Απριλίου, σσ. 76 -77.

ΑΡΘΡΟΓΡΑΦΙΑ ΣΕ PROCEEDING ΣΥΝΕΔΡΙΩΝ

1. Λάζου, Α. (1989). Η Ομαδικότητα του Αρχαίου Χορού ως συμβολή στην ψυχοσωματική ισορροπία του ανθρώπου. *Πρακτικά 3ου Διεθνούς Συνεδρίου για την έρευνα του χορού*. σσ. 59-68. ΔΟΛΤ. Αθήνα

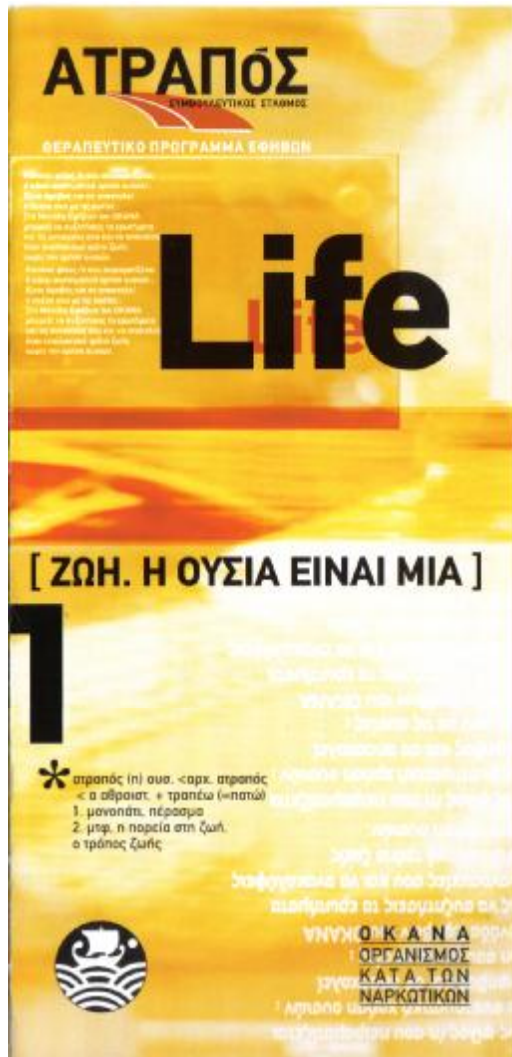
ΔΙΑΔΙΚΤΥΑΚΕΣ ΠΗΓΕΣ

1. Κρασανάκης ΣΤ. (2010), Αλκοόλ και τέχνη - Θεραπευτικές παρεμβάσεις και καλλιτεχνικές διαφυγές.
<http://www.encephalos.gr/full/46-2-07g.htm>. Πρόσβαση την 26η Φεβρουαρίου 2010, 17:00.
2. Περάκης Κ. Νίκος (1999), Μουσικοθεραπεία.
<http://www.altlife.gr/index.cfm?content=leftcat&catID=1&contentID=44>.
Πρόσβαση την 22^η Οκτωβρίου 2009, 15:00.

ΠΑΡΑΡΤΗΜΑ Α.

Ενημερωτικά φυλλάδια μονάδων που εφαρμόζουν την Θεραπεία Μέσω Τέχνης.

ΑΤΡΑΠΟΣ (ΟΚΑΝΑ)



“ΕΦΗΒΕΙΑ

Η περίοδος της εφηβείας σηματοδοτείται από έντονες βιολογικές, κοινωνικές και ψυχολογικές αλλαγές μέσα από τις οποίες ο έφηβος προσπαθεί να διαμορφώσει την δική του ταυτότητα.

Κάποιες φορές στο πλαίσιο αυτής της προσπάθειας προκύπτουν σοβαρά προβλήματα, όπως η χρήση ψυχοδραστικών ουσιών. Στο σημείο αυτό είναι αναγκαία η θεραπευτική παρέμβαση. Ο ΟΚΑΝΑ δημιούργησε Μονάδες Εφήβων με σκοπό την προώθηση ενός εναλλακτικού μοντέλου ζωής που δεν περιλαμβάνει τη χρήση ουσιών.

ΕΙΔΙΚΟΤΕΡΟΙ ΣΤΟΧΟΙ ΤΩΝ ΜΟΝΑΔΩΝ ΕΦΗΒΩΝ

Η έγκαιρη παρέμβαση σε εφήβους στα αρχικά στάδια της χρήσης.

Η απεξάρτηση από τη χρήση σε συνδυασμό με την υιοθέτηση ενός νέου και δημιουργικού τρόπου ζωής.

Η παροχή ψυχολογικής στήριξης και ειδικών υπηρεσιών σε εξαρτημένους νέους για την μείωση της βλάβης και την πλήρη απεξάρτηση



Η ΜΟΝΑΔΑ ΕΦΗΒΩΝ ΠΑΡΕΧΕΙ ΥΠΗΡΕΣΙΕΣ

ΣΕ ΕΦΗΒΟΥΣ

Συμβουλευτικός Σταθμός

- Ενημέρωση για τις επιπτώσεις της χρήσης και για τους τρόπους αντιμετώπισης
- Ψυχολογική υποστήριξη των εφήβων και των οικογενειών τους
- Κινητοποίηση των εφήβων για διακοπή της χρήσης

Θεραπευτικό πρόγραμμα

- Ατομικές και ομαδικές συναντήσεις εφήβων με στόχο την προσωπική τους ανάπτυξη (καλλιέργεια δεξιοτήτων για την επίλυση συγκρούσεων και ανάδειξη δυνατοτήτων για την αποτελεσματική διαχείριση προβλημάτων)
- Ομαδικές δημιουργικές δραστηριότητες (καλλιτεχνικές, ψυχαγωγικές, αθλητικές κ.α.)

Κοινωνική Επανάταξη

- Εμφύκωση των εφήβων στην προσπάθειά τους για μια νέα πορεία
- Επανασύνδεση των νέων με την εκπαιδευτική ή επαγγελματική τους ζωή σε συνδυασμό με την απεμπλοκή τους από παράνομες πράξεις
- Συμβουλευτική σε θέματα επαγγελματικού προσανατολισμού
- Υποστήριξη για την επαγγελματική τους αποκατάσταση



Η ΜΟΝΑΔΑ ΕΦΗΒΩΝ ΠΑΡΕΧΕΙ ΥΠΗΡΕΣΙΕΣ

ΣΕ ΓΟΝΕΙΣ

Ενημέρωση για τις ουσίες και τις επιπτώσεις της χρήσης τους (ψυχολογικές, σωματικές και κοινωνικές). Ενίσχυση των γονέων στο ρόλο τους, με στόχο την υποστήριξη και κινητοποίηση των εφήβων για διακοπή της χρήσης. Οικογενειακές συναντήσεις με στόχο την αποτελεσματική διαχείριση & επίλυση των οικογενειακών κρίσεων. Ομαδικές συναντήσεις γονέων με στόχο την αμοιβαία υποστήριξη και την ανταλλαγή κοινών εμπειριών και προβληματισμών.

ΣΕ ΕΙΔΙΚΟΥΣ *

Πληροφόρηση και ευαισθητοποίηση ειδικών και επαγγελματιών που έρχονται σε επαφή με τους νέους, με στόχο τη δημιουργία ενός υποστηρικτικού περιβάλλοντος.

Η ΜΟΝΑΔΑ ΕΦΗΒΩΝ «ΑΤΡΑΠΟΣ» ΤΟΥ ΟΚΑΝΑ ΑΠΕΥΘΥΝΕΤΑΙ

Σε εφήβους έως 20 ετών, ανεξαρτήτως φύλου, θρησκείας, εθνικότητας, που κάνουν πειραματική, περιοδική ή συστηματική χρήση νόμιμων και/ή παράνομων ψυχοδραστικών ουσιών. Σε οικογένειες εφήβων που κάνουν χρήση ουσιών και στο ευρύτερο περιβάλλον τους. Σε φορείς της ευρύτερης κοινότητας (π.χ. σχολεία, αθλητικοί χώροι κλπ.) που έρχονται σε επαφή με εφήβους και αντιμετωπίζουν περιστατικά χρήσης ουσιών, με στόχο την ανάπτυξη δικτύων συνεργασίας

Ενημερωτικά φυλλάδια μονάδων που εφαρμόζουν την Θεραπεία Μέσω Τέχνης.

ΠΡΟΝΟΗ (ΟΚΑΝΑ)



ΚΕΝΤΡΟ ΠΡΟΛΗΨΗΣ ΧΡΗΣΗΣ
ΕΞΑΡΤΗΣΙΟΓΟΝΩΝ ΟΥΣΙΩΝ
ΔΗΜΟΥ ΚΗΦΙΣΙΑΣ-ΟΚΑΝΑ
«ΠΡΟΝΟΗ»

ΟΜΑΔΑ ΕΠΙΚΟΙΝΩΝΙΑΣ ΕΦΗΒΩΝ



Σε συνεργασία με τον
ΟΡΓΑΝΙΣΜΟ ΚΑΤΑ ΤΩΝ ΝΑΡΚΩΤΙΚΩΝ

Είσαι σε μία φάση της ζωής σου που έχεις αρχίσει να προβληματίζεσαι για το μέλλον και την επιλογή επαγγέλματος; Νιώθεις να σε κατακλύζουν οι υποχρεώσεις του σχολείου, να σε θαραίνουν οι προσδοκίες των γονιών σου για σένα; Έχεις την ανάγκη για μια πιο ουσιαστική επικοινωνία με τους γονείς και τους φίλους σου;

Προβληματίζεσαι για τη σεξουαλικότητά σου και το σώμα σου; Χρειάζεσαι περισσότερο χρόνο να κάνεις τα πράγματα που σου αρέσουν; Δεν νιώθεις ούτε παιδί ούτε ενήλικας; Ε, τότε καλώς ήρθες στον κόσμο της εφηβείας!

Η συμμετοχή σου στην «Ομάδα Επικοινωνίας Εφήβων» στην «Προνόη», θα σε βοηθήσει να μοιραστείς προβληματισμούς και συναισθήματα που μπορείς να έχεις για τα παραπάνω θέματα.

Συγκεκριμένα στην ομάδα θα σου δοθεί η δυνατότητα:

- ✓ Να συζητήσεις με συνομηθίμους σου σχετικά με τις ανάγκες, τις αγωνίες και τα συναισθήματα της ηλικίας σου.
- ✓ Να κατανοήσεις καλύτερα τον εαυτό σου.
- ✓ Να προβληματιστείς σχετικά με τη διαφορετικότητα σου και την ομοιότητά σου σε σχέση με τους άλλους.

- ✓ Να αναγνωρίζεις τις ικανότητές σου, αλλά και τις αδυναμίες, τους φόβους και τις αναστολές σου.
- ✓ Να βοηθηθείς για να καταλάβεις τις σχέσεις με τους γονείς σου, τις παρέες σου και όλους τους άλλους που εσύ θεωρείς σημαντικούς.
- ✓ Να ενημερωθείς για τις εξαρτησιογόνες ουσίες και την προέγγυή τους, όπως τσιγάρο, αλκοόλ, ναρκοκιμά.

Η ομάδα απευθύνεται σε εφήβους από 12 έως 18 ετών και πραγματοποιείται στο χώρο του Κέντρου Πρόληψης Χρήσης Εξαρτησιογόνων Ουσιών
<ΠΡΟΝΟΗ>.

Έχει διάρκεια από 10 έως 15 δίωρες συναντήσεις. Ο αριθμός των εφήβων που συμμετέχουν μπορεί να φτάσει μέχρι τα 15 μέλη. Οι συναντήσεις θα γίνονται σε ημέρα και ώρα που από κοινού θα συμφωνήσουμε, σε εβδομαδιαία ή δεκαπενθήμερη βάση.

Στην «Ομάδα Επιμοινωνίας Εφήβων» παράλληλα, θα σου δοθεί η δυνατότητα να εκφραστείς δημιουργικά μέσα από ζωγραφική, μουσική, θεατρικό παιχνίδι κι έτσι να αναπτύξεις νέους τρόπους επιμοινωνίας και έκφρασης με την ομάδα.



Εάν θέλετε να μάθετε περισσότερα για τα σεμινάρια των ειρήνων, καλέστε μας από Δευτέρα έως Παρασκευή 8:00-1430 στο τηλέφωνο του κέντρου 210-8082673 ή στείλτε μας
E-mail: pronoi@otenet.gr

Πάρον 2 & Χρήστου Λαδά, 145 62 Κηφισιά



Σε συνεργασία με τον
ΟΡΓΑΝΙΣΜΟ ΚΑΤΑ ΤΩΝ ΝΑΡΚΩΤΙΚΩΝ

Ενημερωτικά φυλλάδια μονάδων που εφαρμόζουν την Θεραπεία Μέσω Τέχνης.

Η ΣΤΡΟΦΗ (ΚΕ.ΘΕ.Α.)

Κέντρο Συμβουλευτικής Ερήθων τηλ: 210 8820277

«Έχουν χυθεί πολλοί,
μη χυθείς κι εσύ»



Στροφή



Κέντρο Συμβουλευτικής Ερήθων

Η Στροφή λειτουργεί από το 1988 βοηθώντας πάρα πολλά παιδιά.

Αν είσαι 15-20 ετών και κάνεις χρήση μπορείς να πάρεις τηλέφωνο στο 210 8820277 και να έρθεις εδώ, την οδό Πιπίνου 107,



* Οι υπηρεσίες του Κέντρου παρέχονται δωρεάν



Στο Κέντρο μπορείς να έρχεσαι εθελοντικά για να ενημερωθείς για την **Στροφή** και να πάρεις βοήθεια όταν το θέλεις για να σταματήσεις τη χρήση. Μέχρι τότε μπορείς να έρχεσαι και να μάθεις τους κινδύνους της χρήσης, πώς θα ξεπεράσεις τα στερεότυπα, πώς θα προφυλαχτείς από τα ασφαλικά μεταβολικά νοσήματα και να φροντίσεις την υγεία σου - με ιατρικές εξετάσεις.

επίσημο μέλος: Πύρα Μασολογάνη, Σέρρα Τζουζάνη



τηλ. Εργασιών 210 6820277
Πιπίνου 107, 104 46, Αθήνα
kse-strofi@ath.fathnci.gr

Ακόμα, εδώ θα μπορείς να συζητάς για θέματα που σ'απασχολούν, να παίξεις ευχάριστα παιχνίδια σ' ένα καθαρό περιβάλλον και να πίνεις καφέ με παιδιά της ηλικίας σου που προσπαθούν να κόψουν τις ρουτίες ή που έχουν σταματήσει τη χρήση και μπορούν να καταλάβουν τις δυσκολίες που αντιμετωπίζεις.



Τέλος, αν είσαι κορίτσι υπάρχει μια ομάδα ειδικά για σένα, η **Ομάδα Κοριτσιών**, με πράγματα που σ'ενδιαφέρουν:

σεμινάρια για γυναικεία θέματα,
βόλτες για καφέ, aerobics κ.λ.π.



Αυτά λοιπόν για το Κέντρο και αν θελήσεις να συνεχίσεις στην Κοινότητα σε περιμένουν και άλλα ενδιαφέροντα πράγματα :



... και όλα αυτά, μαζί με καλούς φίλους

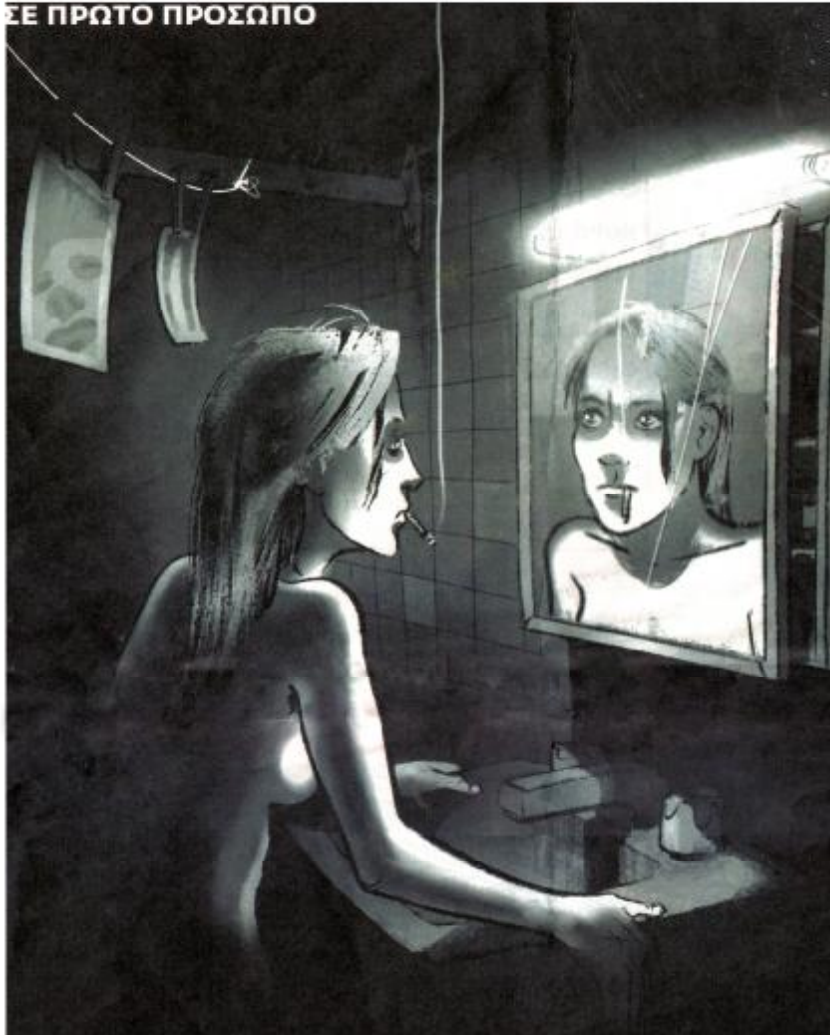
ΠΑΡΑΡΤΗΜΑ Β.

Άρθρα που αφορούν την εφαρμογή της Θεραπείας Μέσω Τέχνης.

Εφημερίδα LIFO 25 Νοεμβρίου 2008

36 LIFO 25.09-01.10.2008

ΣΕ ΠΡΩΤΟ ΠΡΟΣΩΠΟ



«Δεν μιλούσα, μόνο άκουγα»

Την **Ατραπό**, μονάδα εφήβων και νέων του **OKANA** που αρχίζει πιλοτικά το πρώτο δημόσιο δωρεάν πρόγραμμα σωματικής αποτοξίνωσης για νέους, στηρίζει η **Χάρης Αλεξίου** με τη συναυλία που δίνει τη Δευτέρα στο Κατράκειο Θέατρο. Ένα από τα παιδιά της Ατραπού, η **Νατάσσα**, μίλησε στη **Δέσποινα Τριβόλη** για την περιπέτεια των ναρκωτικών και την ελπίδα που βρήκε στη μονάδα.

Γεννήθηκα στο Γκούσκ της Πολωνίας. Ημώνα από χρόνια όταν φύγαμε οι γονείς μου για την Ελλάδα και με αφήσανε με τον παππού μου. Από τα 12 έκανα χρήση με πασέ, μετά από λίγα χρόνια πέρασα στην ηρωίνη. Στην αρχή το έκανα από περιέργεια, μήπως, πειραματισμό. Τότε να είχα την ανάγκη να είμαι διαφορετική μόνο σε μία κοινωνία που λίγο ή πολύ μας ήθελε όλους ίδιους. Υπήρχαν δευτεγής ουσίες παντού, στα σχολεία, στους δρόμους, στα club. Τον ήρωή μου την παυλόση ένας μεγαλύτερος πορ στέκε και έπαιρνε. Στο 14 ημώνα πλέον εξαρτημένη.

Οι γονείς μου έμαθαν ότι κάτι τρέχει και γύρισαν και με πήρανε. Δεν ήθελα να φύγω. Κανείς δεν θέλει να φύγει από την πατρίδα, ειδικά στην αρχή που είναι ακόμα στα γλυκά. Όταν έφτασα στην Αθήνα ήμουν 16 ετών. Μου φάνηκε πολύ περσιόγη, φίλα, γνωστό, τηλέφωνα, τίπισα. Από το ένα κομμάτι στο άλλο. Με τους γονείς μου δεν είχα σχέση για πολλά χρόνια κι έπαιρνε να είμαστε μαζί όλοι, από την αρχή. Έμαθα πρώτα τη γλώσσα, έδωσα εξετάσεις γραπτά, προφορικά, μετά μπήκα στο πανεπιστήμιο, στη φιλοσοφική. Μόνο μπήκα, ακόμα εκεί είμαι. Διαλέχτη την ηρωίνη. Δοσάτο τον καρπό. Όσοις θέλει να βρει βόλκα. Είναι εύκολο να βρεις ηρωίνη στην Αθήνα ελλάσα. Ημώνα σε φάση που δεν ήθελα με τίποτα να απομακρυντώ την οικογένεια ότι όλα πήγαιναν καλά. Δεν είχα συναισθηματοποίηση ότι είχα πρόβλημα. Οι γονείς μου το βλέπανε ότι συνέχισα και δεν βέβαινε να το παραδεχτούν. Μετά βέβαια φαινόταν πως τόσο έντονα ότι ήμουν χρήστης - ανέφερα ότι έκανα χρήση και στο σπίτι, μπροστά τους. Το παιρνάει παιδεύσαν με άνοχη χαρτιά μου. Με απειλούσαν ότι αν δεν έκανα κάτι θα με έδιωχναν από το σπίτι. Δεν ήθελα να σταματήσω.

Ψήφισα μέσα του **OKANA** να βρω με ένα τεστάρωμα και με στείλανε εδώ, στην Ατραπό, γιατί ήμουν ακόμα μικρή. Με φάθηκε πολύ περίεργα - ήμωνα 18 χρόνια σχεδόν και μέχρι τότε κανείς δεν είχε βάλει όρια στη ζωή μου, δεν είχα τίποτα σταθερό. Έμεινα στην Ατραπό 8-9 μήνες, αλλά σκέφτη να κάνω ηρωίνη - οι θεραπευτές θεωρούν πως το πρόγραμμα δεν με βοηθούσε πια. Μετά έκανα τον κύκλο μου. Πήγα σχεδόν σε ό,τι υπήρχε στην Αθήνα. Πήρα παρακαμένη σε κλειστή κοινωνία, ούτε ένα μήνα δεν κράτησα, ξαναβρήκα, πήγα σε άλλο πρόγραμμα, έμεινα κάμποσες, πήγα στους Ν.Α. Σκέφτη να κάνω χρήση στο σπίτι του παππού. Έφαγα ένα ερέθισμα απ' έξω, να βρω κάπου να στηριχτώ. Παρήμωσα ότι κάτι άλλο θα με έκανε να σταματήσω, όχι εγώ η ίδια.

Κάποια στιγμή με διάβασε από το σπίτι. Οι γονείς μου πια είχαν αλλάξει και τα λόγια γιατί είχα κλέψει το σπίτι δυο τρεις

φοράς κι εγώ παίρνω τα πάντα - 6, η υπήρξα μέσα. Μόνο το πέντημο και το ψευδί μου αφήνω. Έμεινα στους δρόμους κοντά στην πλατεία Βικτωρίας, μέσα στα κρότα για 2-2,5 ώρες. Ήταν πολύ δύσκολα γιατί ήμουν εντελώς μόνη μου και, οι παλιές εθάρτες στον χώρο χρέστης αλλάζονταν. Κάποια πήνι φοβάται, κάποια περπατούν. Το μόνο που ουσιαστικά ουσιαστικά είναι η πρώτη. Αφού έβγαζε ποσώντες, κλεβόντες σταδίστες ποσώντες κι εγώ αγορά. Ποσώντες, κλεβόντες.

Έμεινα μια άσχημη ώρα σε ένα σπίτι. Ήμουν σε μια κατάσταση πολύ τραγική κι έπρεπε να έρθει να με μαζέψει η μάνα μου. Μιλώσαμε, της είπα ότι θα δοκιμάσω με την προοπτική να είμαι σπίτι. Πάρα δεν εγώ καταλάβει ότι έπρεπε να το κάνω για μένα αυτό - ήταν κάτι καθημέρο, ώστε να βολέψω πάνω σπίτι και να 'γω ποσόν, φαγητό, κλπ. Πήρα τηλέφωνο στην Ατραπό. Διαπιστώσαν ότι κάτι έχω αφήσει στη μέση. Γύρισα με πολύ νύχτα. Εγώ φάγα κι εγώ.

Έβγαλα τα βιβλία μου να τα καταφέρω. Ανοίχτηκα και έβγαλα ένα και το αρχικό και τα βιβλία μου ουσιαστικά. Στην αρχή νομίζεις πως έχεις ένα πρόβλημα να βγάλεις και μετά βγαίνουν χιλιάδες.

Υποστήριξα δυο τρεις φορές μέσα στο χρόνο κι από τότε είμαι 2,5 χρόνια καθαρή. Είναι πράγματα που δεν τα 'χα πει, είναι τόσες που σου βγαίνουν αλλιώς ή απόδεν κάποιος πατέρας και σου μένουν

παραδοχάρια, ώστε να φύγεις όποτε δοσολογείται.

Στην αρχή δεν μιλούσα, μόνο άκουγα. Εδώ στην ατραπό μου δεν έχω εμπιστοσύνη, πως να εμπιστευτώ τους άλλους; Όταν μιλούσε σε ένα θεραπευτικό πρόγραμμα μετά από χρήση χρόνου είναι ένα μαρτύριο που γεννιέται και πρέπει να μάθει να περπατάει από την αρχή, να δοκιμάσει τα όριά του.

Φ

Είπες πάλι σχολείο για να θυμηθώ λίγο το ελληνικό μου, έρχομαι εδώ γιατί κάποιος βάλω κι εγώ στη θεραπεία και δουλεύω και ως πωλήτρια σε ένα μαγαζί με καλλυντικά. Μου αρέσει που είναι χρήσιμο, που είναι κάτι, που μάθα με τους πελάτες. Οι κηρύττες μου δεν έβρουν ότι ήμουν χρήσιμη, δεν νομίζω ότι θα με έλεγαν «ησυχάζω», αλλά νομίζω πως δεν θα με εμπιστευόταν αν το μάθουν.

Έχω κάνει κινήσεις παρέρω, είμαι ξεκάθαρη από την αρχή για το παρελθόν μου γιατί μεταφράζονται τα πράγματα. Κάποιος μου λέει «μηδέν που το έχεις καταφέρει, δεν σου φαίνεται». Άλλοι μου λέει «δεν μπορείς να φύγεις από αυτό. Πάντα θα σε κοιτάζουν». Είναι κακότατα. Έχω και το φόβο μου που τι έγραφα ότι για το παρελθόν μου και με βοηθάει και με υποστηρίζει.

Όταν βάλω χρήσεις αιδώνομαι κατανό-

ηση, συμπόνοια αλλά και μια υποστήριξη, γιατί το 'χα χέσει κι εγώ αυτό. Πάντα βοηθάω. Αν έχει πέσει κάποιος, αν βοηθήσει, αμέσως θα φωνάξω κάποιον, θα κλάω κάτι. Βλέπεις ανθρώπους που περπατούν και τον φτάνουν, όπως μας έφταναν κι εμάς.

Μέσω της θεραπείας νομίζω πως καλύτερα πως δεν είναι όλα που δοκιμάζουν την υσολα και παθαίνουν εξάρτηση. Μια εξάρτηση από την υσολα είναι και μια αδυναμία να σταθείς στα δικά σου πόδια. Χάνεται σε μια πραγματικότητα δική σου, που φαίνεται τόσο αληθινή, αλλά δεν έχει καμία σχέση με την πραγματικότητα. Χάνεις και την αίσθηση του χρόνου. Όλα παίρνουν άλλη διάσταση. Έχουν περίοδο 7 χρόνα και για σένα είναι σαν 14. Σε όσα παιδιά κάνουν χρήση θα ήθελα να πω το εξής: «Ο εθισμός μας έχει κλειδί το μυαλό σε καθεύει κοινωνία». Συμπεριφορές και διαφορετικά. Υπάρχουν πολλά παιδιά που τον αυτό που τους κι εγώ. Πληρώσει μου έτσι ώστε να σου δώσουμε και να πάρουμε τη θέση σου αγκαλιά. Θα σε αγαπάμε και θα σε φροντίζουμε μέχρι που να μάθεις να αγαπάς τον εαυτό σου». Έτσι μου λέγαν και μένα και χαράζωσαν που το άκουσα.

1 Η Ατραπό είναι ένα κέντρο ψυχολογικής και θεραπευτικής υποστήριξης.

INFO:

Σταθμός της Ατραπού είναι η παροχή ψυχολογικής υποστήριξης, εκπαιδευτική και θεραπευτική εστίαση και είναι και των οικογενειών τους με στόχο την πλήρη απεξάρτησή τους από τις ουσίες. Η Χώρα Αλάβου και ο Μήδμητης Σταθμός θα δώσουν ουσιαστικά στις 28 Σεπτεμβρίου στο Κατάρτιο Θέατρο Νίκαιας, έως 15 ευρώ από τα Μετροστάθια και το Θεματικό Κέντρο Νίκαιας, Χρηστικός επικοινωνίας είναι η LIFO.

Η ΑΠΕΞΑΡΤΗΣΗ

Η Κατερίνα Μάτσα εξηγεί τις φάσεις, τις μεθόδους και τις δυσκολίες κατά τη διάρκεια της απεξάρτησης. Είναι τρεις: της ευαισθητοποίησης, της ψυχολογικής απεξάρτησης και της κοινωνικής επανένταξης.

Οι άνθρωποι που έρχονται εδώ ήρθαν με τη θέλησή τους. Τους παρατρύνουν ή τους αναγκάζουν κάποιοι άλλοι να έρθουν;

Στο «18 Άνω» έρχονται σε ένα μεγάλο ποσοστό επειδή άκουσαν για μας από φίλους και από γνωστούς. Ένα μικρό ποσοστό, γύρω στο 14-15%, τους φέρνει η οικογένεια. Και αυτό το ποσοστό είναι εντυπωσιακό ότι διαφοροποιείται ανάμεσα στα αγόρια και στα κορίτσια. Τα κορίτσια έρχονται σε ένα ποσοστό του 7%. Αυτό σημαίνει ότι η οικογένεια έχει απορρίψει το κορίτσι πολύ πιο εύκολα από ό,τι το αγόρι. Το 'χει πετάξει στον δρόμο πολύ πιο νωρίς. Η τοξικομανής γυναίκα είναι διπλά στιγματισμένη. Γι' αυτό, από το 1996 μέχρι τώρα, λειτουργούμε ένα πρόγραμμα για γυναίκες που απασχολεί μόνο γυναικείο προσωπικό, αφού αυτές οι γυναίκες έχουν συνήθως κακοποιηθεί φυσικά και σεξουαλικά. Επίσης, εδώ και λίγα χρόνια λειτουργούμε και ένα πρόγραμμα για μητέρες τοξικομανείς που μπαίνουν στο πρόγραμμα μαζί με τα παιδιά τους. Παιδιά που έχουν μεγαλώσει στις πλατείες, ζώντας καταστάσεις χρήσης και που έχουν μεγάλη ανάγκη φροντίδας. Στο «18 Άνω» υπάρχουν ψυχολόγοι και βρεφονησιόκομοι, ώστε τα παιδιά να μένουν μέσα και στη φάση της επανένταξης στον ειδικά διαμορφωμένο ξενώνα, στο κτίριο της Συγγρού-Φιέ. Έχουμε παρατηρήσει πως τα παιδιά αυτά είναι πολύ επιβαρυνμένα και είναι πολύ πιθανό να αναπτύξουν και αυτά διάθεση για χρήση, οπότε, αν μεγαλώσουν σε καλές συνθήκες, πιθανότατα θα μπορούν να πάρουν τη ζωή τους στα χέρια τους, μακριά από τις ουσίες.

Ποιο είναι το χρονικό πλαίσιο της απεξάρτησης;

Στο «18 Άνω» είναι περίπου δύο χρόνια. Από την πρώτη στιγμή που ο χρήστης εντάσσεται μέχρι που αποχαιρέτα και την επανένταξη. Στο κλειστό μένουν μέσα επτά μήνες τα αγόρια και εννέα μήνες οι μητέρες. Αλλά, μέχρι να το αποφασίσει να εγκαθίσει και μέχρι να το τελειώσει, περνούν δύο χρόνια. Στην ουσία δεν είναι πολύ. Είναι πάρα πολύ δύσκολη η αλλαγή. Είναι πραγματοποιήσιμη και είναι καταπληκτικό να ζεις το θαύμα της αλλαγής, αλλά χρειάζεται χρόνος και υπομονή. Πρέπει, δηλαδή, να δουλέψει μια θεραπευτική ομάδα πολλών θεραπευτών με διαφορετικούς ρόλους σε ένα θεραπευτικό συνεχές για να μπορέσει ένας άνθρωπος να αλλάξει τον τρόπο ζωής του.

Ποια φάση από τις τρεις έχει το μεγαλύτερο ρίσκο;

Η πρώτη, γιατί πρέπει να σταθεροποιήσουν την απόφασή τους. Τα παιδιά αυτά έχουν μια πολύ μεγάλη συναισθηματική αστάθεια. Γι' αυτό χρειάζεται πάρα πολλή βοήθεια στην πρώτη φάση, ώστε να εμπνεύσουμε την ελπίδα. Την πίστη ότι θα τα καταφέρει. Αν ο θεραπευτής το πιστεύει, θα του την περάσει αυτή την πίστη. Αλλιώς, ο εξαρτημένος αμφιταλαντεύεται και μπορεί να διακόψει. Υπάρχουν πολλές διακοπές στην πρώτη φάση. Εμείς, όμως, δεν απογοητεύομαστε. Λέμε πως έχει θέση πάντα στο πρόγραμμα. Σε οποιαδήποτε φάση και να διακόψει, μπορεί να ξαναρχίσει.

Δηλαδή, σε δύο χρόνια ο άνθρωπος έχει βρει και μια δουλειά;

Αυτό που επιδιώκουμε στη φάση της επανένταξης, που είναι η τρίτη και τελευταία, είναι να δοθεί μεγάλη έμφαση στην έρευνα εργασίας και στις σπουδές. Ειδικά στο δεύτερο, διότι αυτός ο άνθρωπος που μπήκε στα ναρκωτικά δεν είναι ο συνηθισμένος. Είχε πολλές ικανότητες και πολλές απαιτήσεις από τον εαυτό του και τον κόσμο και δεν μπορούσε να ανταποκριθεί σε αυτές. Έτσι χάρηκε μέσα στο χάσμα, ανάμεσα σε αυτό που απαιτούσε από τον εαυτό του και σε αυτό που πίστευε ότι αξίζει. Θεωρούμε λοιπόν πως μέσα

από την επανένταξη πρέπει να του δοθούν οι δυνατότητες να λειτουργήσει στην κοινωνία με έναν τρόπο που να του αρέσει, που να του κάνει, να έχει αξία στα μάτια του για να μπορέσει να εκτιμήσει τον εαυτό του. Επιδιώκουμε να μπουν σε σχολές που είτε είχαν παρατήσει, είτε δεν είχαν προλάβει να εισαχθούν σε αυτές. Ταυτόχρονα, εμείς έχουμε και σχολείο και ειδικό για τον επαγγελματικό προσανατολισμό και ο καθένας επιλέγει τι θα κάνει και τον τομέα που θέλει να σπουδάσει. Προσπαθούμε να του δοθούν υποτροφίες. Η επανένταξη είναι μια δύσκολη φάση. Ο θεραπευόμενος παρακολουθεί το πρόγραμμα, δουλεύει ή σπουδάζει ή και τα δύο. Επίσης, συμμετέχει σε πολλές καλλιτεχνικές δραστηριότητες. Μέσα από αυτές κάποιοι επιλέγουν κιόλας τη δουλειά που θα κάνουν. Αυτές τις μέρες, για παράδειγμα, είμαστε πολύ χαρούμενοι γιατί δύο παιδιά μας έδωσαν εξετάσεις και πέρασαν σε δραματικές σχολές.

Τι είναι τα Ανοιχτά Προγράμματα και ποιοι μένουν;

Άνθρωποι που σπουδάζουν και δουλεύουν και δεν χρειάζεται να μπουν σε προγράμματα εσωτερικής διαμονής. Τα ανοιχτά προγράμματα λειτουργούν απόγευμα μετά τις δουλειές ή τις σπουδές του καθενός. Περιλαμβάνουν ατομική ψυχοθεραπεία, ομαδική ψυχοθεραπεία, δραματοθεραπεία και άλλα.

Γιατί χρησιμοποιείται η τέχνη στη θεραπεία;

Τα παιδιά έχουν έναν σκοτεινό και άγνωστο γι' αυτά ψυχικό κόσμο. Χρειάζεται η ψυχοθεραπεία σαν αποκρυπτογράφηση ώστε να έρθουν στο φως όλα αυτά τα φοβερά πράγματα που έχουν ζήσει. Πολλές φορές, μέσα από αυτήν τη διαδικασία μπορεί να ανακαλύψουν οι ίδιοι το ταλέντο τους. Η τέχνη τους επιτρέπει να εκφράζουν συναισθήματα. Τους φέρνει κοντά με τους άλλους. Τους επιτρέπει να έρχονται σε επαφή με τον ίδιο τον πολιτισμό του ανθρώπου. Προϊόν της κρίσης του πολιτισμού είναι και η τοξικομανία. Η τέχνη είναι ακριβώς το προϊόν της εξέλιξης του πολιτισμού. Τους φέρνει σε επαφή με την ιστορία. Έτσι ανακαλύπτουν την ανθρώπινη υπόστασή τους. Η τέχνη παίζει καταλυτικό ρόλο στη θεραπεία. Η θεραπεία γίνεται τέχνη και η τέχνη θεραπεία στην τοξικομανία. Με βάση πάντα τη φιλοσοφία του «18 Άνω». Είναι κάτι που πραγματικά τους μεταμορφώνει.

Ποια άλλα κέντρα απεξάρτησης υπάρχουν, πώς λειτουργούν και ποιες οι διαφορές με το «18 Άνω»;

Ο ΟΚΑΝΑ έχει ελάχιστα στεγνά προγράμματα, που δεν λειτουργούν δηλαδή με υποκατάσταση. Επομένως, δεν μιλάμε για απεξάρτηση. Μιλάμε για συντήρηση με έναν νόμιμο τρόπο. Είναι μια μεγάλη κουβέντα. Είναι προσωπική η επιλογή του προγράμματος από κάθε τοξικομανή. Δεν έχω εγώ δικαίωμα να του υποκαταστήσω την επιλογή του. Αυτό, όμως, που μπορώ να πω είναι ότι με τον ένα τρόπο συντηρεί την εξάρτησή του (ΟΚΑΝΑ), ενώ με το «18 Άνω» του προτείνω την απεξάρτηση, δηλαδή την αλλαγή του εαυτού του και του τρόπου ζωής του. Έτσι που να μην έχει ανάγκη να πάρει ουσίες. Είναι πολύ μεγάλη διαφορά. Επίσης, τα προγράμματα του ΚΕΘΕΑ είναι στεγνά και υπάρχουν και κάποιες ομάδες, όπως αυτές του Φοίβου Ζαφειρίδη, που είναι ομάδες αυτοβοήθειας, όπου ο ένας στηρίζει τον άλλον. Και αυτές έχουν αποτέλεσμα γιατί επεκτείνονται. Παράλληλα με αυτά υπάρχουν και προγράμματα που δεν ξέρουμε πώς λειτουργούν. Είναι ημιπαράνομα, με την ανοχή του κράτους. Φυτρώνουν χωρίς άδεια του ΟΚΑΝΑ και είναι και πανάκριβα, τη στιγμή που κανείς δεν ξέρει τι γίνεται εκεί μέσα. Πληρώνουν οι άνθρωποι, τη στιγμή που τα έγκυρα προγράμματα δεν τους κοστίζουν τίποτα.



ART THERAPY

Έργα που δημιουργήσαν άτομα που συμμετείχαν στο πρόγραμμα «8 Άνοι». Όπως υποστηρίζει η κ. Μάτσα: «Η τέχνη τους επιτρέπει να εκφράζουν συναισθήματα. Τους φέρνει κοντά με τους άλλους. Τους επιτρέπει να έρχονται σε επαφή με τον ίδιο τον πολιτισμό του ανθρώπου. Προϊόν της κρίσης του πολιτισμού είναι και η τοξικομανία. Η τέχνη είναι ακριβώς το προϊόν της εξέλιξης του πολιτισμού. Τους φέρνει σε επαφή με την ιστορία. Έτσι ανακαλύπτουν την ανθρώπινη υπόστασή τους».



Εφημερίδα: «Τύπος Κηφισιάς στα Βόρεια Προάστια», 19 Δεκεμβρίου 2007.
 Από τις δραστηριότητες και την εμπειρία μου στην Πρακτική Άσκηση στο Κέντρο Πρόληψης
 Κατά των Ναρκωτικών του Δήμου Κηφισιάς.

ΚΕΝΤΡΟ ΠΡΟΛΗΨΗΣ ΠΡΟΝΗ

ΠΑΙΔΙΚΗ ΓΙΟΡΤΗ ΜΕ ΔΗΜΙΟΥΡΓΙΕΣ ΚΑΙ ΕΚΠΑΛΞΕΙΣ

Με ένα πρωτότυπο τρόπο ελάττωσε τα γλυκά της τα εμψυχούμενα Χριστούγεννα το κέντρο πρόληψης Πρόνη, το μέλη του οποίου διακοσμήσαν με αυθεντικά με τους κοσμητοβελώνες του κέντρου μια πολύ όμορφη επίσημη εορταστική στο μικρό παιδί. Το "Προσέλασε το σπίτι του Αι Βασίλη" είναι μια καλλιτεχνική δράση που πραγματοποιεί ο πρόεδρος του Κέντρου Πρόληψης Προνή η με σκοπό την εκπαίδευση των γονιών και παιδιών, που βοηθάει μια πρόληψη τόσο σε κλίμα να αναπτύσσονται τα θέματα και να ενταχισθούν για τα προγράμματα προληπτικού παιδείας, εθιμοθωρία και αυτοεκτίμηση, που αφορούν την οικογένεια. Στο πλαίσιο της γιορτής, που πραγματοποιήθηκε στα διαγράμματα της Πρόληψης τα παιδιά επιδόθηκαν σε δημιουργίες που περιελάμβαναν ζωγραφιά, μαρμάρις κτισμάκια, ποσειδώνια και



Μέλη του Κέντρου Πρόληψης Προνή: Μαρίνα Παπαγιαννοπούλου, Αρχοντούλα Αποστολαίου, Αγγελική Παύλη και Ελισάβετ Αλεξίου

ζωγραφισμένα. Μάλιστα, με τη βοήθεια των αδελφών της Πρόληψης, τα παιδιά ηγήσαν σε πλήθος και σε παρασκευασμένων κούκουλων και σε σπορά και μαγισιάς μιας κολοκύθας. Η γιορτή, που ξεκίνησε το πρωί της παραμονής Κυριακής και διαρκεί ως πριν το σπινάλιο, σπαράξε από ολόκληρη

την περιοχή αφού χαρακτηρίστηκε στο πλούσιο κλίμα και ζωνόμο. Η παιδεία της Πρόληψης Αγγελική Παύλη και τα μέλη της ελπίσαν την υλοποίησή τους για την καλύτερη γιορτή και από μαζικότερη της πιο θερμάς σχέσης τους για τα Χριστούγεννα του ερχομίου.



Τα μέλη και οι εθελοντές του Κέντρου Πρόληψης «ΠΡΟΝΗ» ποζάρουν στον «7Κ»

Το μικρό παιδί ελάττωσε τα γλυκά της εμψυχούμενα Χριστούγεννα



ΠΑΡΑΡΤΗΜΑ Γ.

Εικόνες με ασκήσεις Θεραπείας μέσω Τέχνης.

Από το βιβλίο *The Remediation of Learning Disabilities* (σελίδα 35), όπου βοηθούν στην αυτοέκφραση, την αυτοεκτίμηση και την δημιουργία, με χρήση μάσκας, μουσικών οργάνων και χορό.

