



ΠΑΝΤΕΙΟ ΠΑΝΕΠΙΣΤΗΜΙΟ
ΚΟΙΝΩΝΙΚΩΝ & ΠΟΛΙΤΙΚΩΝ ΕΠΙΣΤΗΜΩΝ

ΠΑΝΤΕΙΟ ΠΑΝΕΠΙΣΤΗΜΙΟ
ΚΟΙΝΩΝΙΚΩΝ ΚΑΙ ΠΟΛΙΤΙΚΩΝ ΕΠΙΣΤΗΜΩΝ
ΤΜΗΜΑ ΚΟΙΝΩΝΙΟΛΟΓΙΑΣ
ΜΠΣ ΚΟΙΝΩΝΙΟΛΟΓΙΑΣ
ΚΑΤΕΥΘΥΝΣΗ: ΚΟΙΝΩΝΙΚΟΣ ΑΠΟΚΛΕΙΣΜΟΣ & ΜΕΙΟΝΟΤΗΤΕΣ

ΔΙΠΛΩΜΑΤΙΚΗ ΕΡΓΑΣΙΑ

ΜΕΛΕΤΗ ΤΗΣ ΣΥΜΠΕΡΙΦΟΡΑΣ ΤΩΝ ΨΥΧΙΚΑ ΠΑΣΧΟΝΤΩΝ
ΚΑΙ Η ΤΕΧΝΗ ΩΣ ΘΕΡΑΠΕΥΤΙΚΟ ΜΕΣΟ

Τσιλιμίγκρα Ευαγγελία (Α.Μ.:0314Μ016)

Τριμελής Επιτροπή:

Λυδάκη Άννα (Επιβλέπουσα)

Γεωργοπούλου Παναγιώτα (Μέλος)

Οικονόμου Χαράλαμπος (Μέλος)

Αθήνα 2017

Το γήρασμα του σώματος και της μορφής μου
είναι πληγή από φρικτό μαχαίρι.
Δεν έχω εγκαρτέρησι καμιά.
Εις σε προστρέχω Τέχνη της Ποίησης,
που κάπως ξέρεις από φάρμακα·
νάρκης του άλγους δοκιμές, εν Φαντασία και Λόγω.

Είται πληγή από φρικτό μαχαίρι.—
Τα φάρμακά σου φέρε Τέχνη της Ποίησης,
που κάμνουνε —για λίγο— να μη νοιώθεται η πληγή.

ΜΕΛΑΤΧΟΛΙΑ-Ι.ΚΛΕΑΝΔΡΟΥ

ΠΙΝΑΚΑΣ ΠΕΡΙΕΧΟΜΕΝΩΝ

ΜΕΡΟΣ Α΄

ΕΥΧΑΡΙΣΤΙΕΣ

ΕΙΣΑΓΩΓΗ.....1-3

ΚΕΦΑΛΑΙΟ 1^ο : ΨΥΧΙΚΗ ΠΑΘΗΣΗ ΚΑΙ ΚΟΙΝΩΝΙΚΗ ΑΝΤΙΜΕΤΩΠΙΣΗ

Α. Ψυχική πάθηση και ψυχική υγεία: Ορισμοί.....4-8

Β. Κοινωνικές θεωρίες και ερμηνείες για τα κοινωνικά αίτια των ψυχοσωματικών παθήσεων....8-13

Γ. Ιστορική αναδρομή στην κοινωνική και επιστημονική θεώρηση της ψυχικής πάθησης.....13-16

Δ. Επιστημονική αντιμετώπιση του ψυχικά ασθενή στη σύγχρονη δυτική κοινωνία.....16-17

Ε. Κοινωνική Αντιμετώπιση του ψυχικά ασθενούς σε διαφορετικά κοινωνικά πλαίσια.....17-20

ΚΕΦΑΛΑΙΟ 2^ο: ΤΕΧΝΗ ΚΑΙ ΚΟΙΝΩΝΙΑ

Α. Τι είναι τέχνη και ποιός ο ρόλος και η σημασία της για την κοινωνία? Φιλοσοφικές προσεγγίσεις20-24

Β. Τέχνη και κοινωνία– Κοινωνιολογικές προσεγγίσεις για το σκοπό της τέχνης.....24-27

Γ. Η αναγκαιότητα της τέχνης – Η κοινωνική της επίδραση.....27-28

Δ. Ο χορός εντός του κοινωνικού πλαισίου : Κοινωνική – ανθρωπολογική προσέγγιση28-29

ΚΕΦΑΛΑΙΟ 3^ο: ΤΕΧΝΗ ΚΑΙ ΘΕΡΑΠΕΙΑ

Α. Τέχνη και ψυχανάλυση: θεωρητικές προσεγγίσεις.....30-32

B. Τέχνη και ψυχανάλυση – Η περίπτωση του Σουρεαλισμού.....	33-38
Γ. Δημιουργικότητα και ψυχή : Η τέχνη ως ψυχική διεργασία.....	38-40
Δ. Η τέχνη ως μέσο θεραπείας	41- 43
<u>ΚΕΦΑΛΑΙΟ 4^ο: ΣΥΝΔΕΣΗ ΨΥΧΗΣ ΚΑΙ ΣΩΜΑΤΟΣ & ΠΩΣ Ο ΧΟΡΟΣ ΧΗΣΙΜΟΠΟΙΕΙΤΑΙ ΩΣ ΜΕΣΟ ΘΕΡΑΠΕΙΑΣ</u>	
A. Σώμα και ψυχή : Οι ψυχικές διεργασίες και η σωματική τους επίδραση	43-46
B.Ο χορός και η κίνηση στα πλαίσια της θεραπείας: Ιστορική αναδρομή.....	46- 48
Γ. Η σύγχρονη χοροθεραπεία.....	48- 49
Δ. Θεραπευτικά στοιχεία την κίνησης.....	49-50
E. Χοροθεραπεία και ψυχανάλυση: Κοινά και διαφορές.....	50-52
ΣΤ. Σαμανισμός:Ο πρόγονος της χοροθεραπείας	52-54
-Σαμανισμός και θεραπεία	55-56

ΜΕΡΟΣ Β'

Ο ΧΟΡΟΣ ΩΣ ΜΕΣΟ ΨΥΧΙΚΗΣ ΘΕΡΑΠΕΙΑΣ: ΜΙΑ ΠΟΙΟΤΙΚΗ ΕΡΕΥΝΑ

1. Ο ΣΧΕΔΙΑΣΜΟΣ ΤΗΣ ΕΡΕΥΝΑΣ	
1.1 Η τέχνη ως μια εναλλακτική μέθοδος στη θεραπεία των ψυχικών παθήσεων.....	57-58
1.2. Αντικείμενο και στόχοι της έρευνας	58-59
1.3. Βιβλιογραφική ανασκόπηση προηγούμενων ερευνών για το υπό μελέτη θέμα.....	59-61
1.4. Μεθοδολογία έρευνας και δειγματοληψία.....	61-62
1.5. Προσδιορισμός βασικού ερευνητικού ερωτήματος και ερευνητικών ερωτημάτων	63-63
1.6. Ερευνητικοί άξονες και οδηγός συνέντευξης.....	63-65
2. Η ΥΛΟΠΟΙΗΣΗ ΤΗΣ ΕΡΕΥΝΑΣ	
2.1. Δυσκολίες κατά την εφαρμογή της έρευνας.....	65-66
2.2 Μέθοδος συλλογής στοιχείων	66-67

3.2 Ανάλυση δεδομένων	67-67
3. ΠΑΡΟΥΣΙΑΣΗ ΑΠΟΤΕΛΕΣΜΑΤΩΝ	
3.1. Θεματικές κατηγορίες και υποκατηγορίες.....	68-70
3.2. Θεματική Ανάλυση	71-73
- 1 ^η Θεματική κατηγορία: Βασικές σπουδές ερωτώμενου χοροθεραπευτή.....	73-74
- 2 ^η θεματική κατηγορία: Θεραπευτικές προσεγγίσεις.....	74-75
- 3 ^η θεματική κατηγορία: Ιστορικά στοιχεία.....	75-76
-4 ^η θεματική κατηγορία : Χώροι εργασίας	75-75
- 5 ^η θεματική ενότητα: Θεραπευόμενοι.....	76-78
- 6 ^η θεματική ενότητα: Δυσκολίες κατά την εφαρμογή.....	78-80
- 7 ^η θεματική ενότητα: Εφαρμογή χοροθεραπείας.....	81-86
- 8 ^η θεματική ενότητα: Αξιολόγηση χοροθεραπείας ως ψυχοθεραπευτική διαδικασία....	86-88
- 9 ^η θεματική κατηγορία: Σύγκριση χορού ως τέχνη και χοροθεραπείας.....	89-91
- 10 ^η θεματική Ενότητα: Επαγγελματικά προβλήματα και ελλείψεις	91-93
- 11 ^η θεματική ενότητα: Προτάσεις βελτίωσης.....	93-94
4. ΣΥΜΠΕΡΑΣΜΑΤΑ-ΠΡΟΤΑΣΕΙΣ ΠΟΛΙΤΙΚΗΣ	
4.1. Συμπεράσματα.....	94-97
4.2. Προτάσεις πολιτικής σχετικά με την χοροθεραπεία στην Ελλάδα.....	97-98
ΒΙΒΛΙΟΓΡΑΦΙΑ	99-100
ΠΑΡΑΡΤΗΜΑ ΣΥΝΕΝΤΕΥΞΕΩΝ	

ΕΥΧΑΡΙΣΤΙΕΣ

Θα ήθελα να εκφράσω τις θερμές ευχαριστίες μου στην επιβλέπουσα καθηγήτριά μου κα Άννα Λυδάκη για την εμπιστοσύνη, την έμπνευση και την καθοδήγησή της στον συναρπαστικό κόσμο της κοινωνικής επιστήμης και της ποιοτικής έρευνας. Ευχαριστώ επίσης τους συμφοιτητές μου Ελένη Ζύγα και Τσότσο Χρήστο για την ενθάρρυνση, τη συμπαράσταση και τη βοήθειά τους κατά τη διάρκεια εκπόνησης της διπλωματικής μου εργασίας. Θα ήθελα ακόμη να ευχαριστήσω τους συναδέλφους μου Αναστασία Σ., Ντίνα Μ., Σπύρο Γ. και Γιώργο Δ. για την ηθική υποστήριξη, τη βοήθειά τους σχετικά με τη βιβλιογραφική μου έρευνα καθώς και την κατανόησή τους όταν χρειάστηκε να απουσιάσω από το χώρο εργασίας για τους σκοπούς της έρευνάς μου. Ιδιαίτερες ευχαριστίες θα ήθελα να εκφράσω στο φίλο και μέντορα Αντώνη Β. μέσω του οποίου γνώρισα πρώτη φορά πριν κάποια χρόνια το χώρο της χοροθεραπείας καθώς και την κα Κατερίνα Τ. χοροθεραπεύτρια από την οποία πήρα την πρώτη μου συνέντευξη. Ένα μεγάλο ευχαριστώ στους αξιόλογους συνεντευξιζόμενους χοροθεραπευτές που με τίμησαν με την εμπιστοσύνη τους, το χρόνο τους και τις πολύτιμες πληροφορίες τους. Δίχως τη συνεισφορά τους θα ήταν αδύνατη η διεξαγωγή της παρούσας έρευνας. Πολλές ευχαριστίες επιπλέον στα μέλη της Επιτροπής για τη συμμετοχή τους. Θα ήθελα τέλος να ευχαριστήσω του στενούς μου φίλους για την κατανόησή τους όσο απείχα για την εκπόνηση της εργασίας μου και την οικογένειά μου για την ηθική τους υποστήριξη.

ΕΙΣΑΓΩΓΗ

Η ψυχική πάθηση τόσο στο παρελθόν όσο και σήμερα αποτελεί θέμα ταμπού, κοινωνικού αποκλεισμού και περιθωριοποίησης. Με την πάροδο του χρόνου η αντιμετώπιση της ψυχικής πάθησης τόσο στο χώρο της επιστήμης όσο και στην κοινωνία έχει βελτιωθεί αποκτώντας μια ποιο ανθρωπιστική προσέγγιση του ψυχικά ασθενούς. Ένα από τα μέσα που τον τελευταίο καιρό κερδίζουν έδαφος σε ότι αφορά την προσέγγιση και αντιμετώπιση της ψυχικής ασθένειας είναι η τέχνη. Πώς όμως προέκυψε αυτό; Σίγουρα λίγες δεκαετίες πριν οι έννοιες της «ψυχικής πάθησης» και της «τέχνης» θα φαίνονταν εντελώς ασυμβίβαστες. Πώς αλήθεια θα μπορούσε να συσχετίζεται η μία με την άλλη και μάλιστα να την επηρεάσει; Η απάντηση σε αυτό το ερώτημα είναι ο στόχος της παρούσας εργασίας στην οποία θα ασχοληθούμε αφενός με την έννοια της ψυχικής ασθένειας και τις βασικές πτυχές της στη ζωή του ατόμου και αφετέρου με μια ολιστική προσέγγιση του ρόλου της τέχνης στο ζήτημα αυτό.

Η επιλογή του συγκεκριμένου θέματος προέκυψε από προσωπικά βιώματα και εμπειρίες της ερευνήτριας στο χώρο της τέχνης και ιδιαίτερα της τέχνης του χορού. Η τέχνη σε κάθε μορφή της επειδή απευθύνεται απευθείας στον ψυχικό κόσμο οδηγεί τον άνθρωπο σε βαθιές εμπειρίες και συμπυκνωμένη γνώση κατανόησης του εαυτού και του κόσμου οδηγώντας τον σε μεγάλη πνευματική άνοδο. Το χαρακτηριστικό αυτό της τέχνης προκάλεσε την ερευνήτρια να τη διερευνήσει πέραν του αισθητικού της αποτελέσματος στο χώρο του ψυχικού κόσμου. Ήδη οι ιδιότητες της τέχνης έχουν κινήσει το έντονο ενδιαφέρον της επιστημονικής κοινότητας στα πεδία της ιατρικής και της ψυχολογίας παρόλα αυτά η σχετική επιστημονική έρευνα καθώς και η σχετική βιβλιογραφία έχουν ακόμη πολλά περιθώρια ανάπτυξης.

Η παρούσα εργασία αποτελείται από δύο μέρη. Στο πρώτο μέρος γίνεται μια ολιστική προσέγγιση των οι δύο εννοιών -της ψυχικής πάθησης και της τέχνης καθώς και συσχετίσή τους. Αυτό επιτυγχάνεται μέσα από τα επιστημονικά πορίσματα όπως παρουσιάζονται στην – κατά κύριο λόγο διεθνή - σχετική βιβλιογραφία η οποία αν και αξιόλογη είναι ακόμη περιορισμένη και χρήζει περαιτέρω ταξινόμησης. Η ελληνική σχετική βιβλιογραφία είναι ακόμη σε αναπτυσσόμενα στάδια με κάποιες πρώτες έρευνες να κάνουν την εμφάνισή τους τις τελευταίες δύο δεκαετίες κυρίως εντός ακαδημαϊκών κοινοτήτων.

Ξεκινώντας την ανάλυσή μας στο πρώτο κεφάλαιο θα ασχοληθούμε με τον προσδιορισμό της ψυχικής πάθησης και της ψυχικής υγείας. Θα εξετάσουμε τις αιτίες παρέκκλισης από την ψυχική ισορροπία από κοινωνιολογική σκοπιά καθώς πέραν των ψυχοπαθολογικών και βιολογικών παραγόντων που σχετίζονται με την ψυχική πάθηση, σημαντικό ρόλο για την ανάπτυξή της διαδραματίζει το κοινωνικό και πολιτισμικό περιβάλλον εντός του οποίου το άτομο διαβιεί και

ορίζει τη ζωή του. Μετέπειτα μια σύντομη ιστορική επισκόπηση στην πορεία τις ψυχικής πάθησης θα μας επιτρέψει να εξετάσουμε βαθύτερα το ζήτημα των παραγόντων που σχετίζονταν ανά περίοδο με την ψυχική πάθηση καθώς και τους τρόπους αντιμετώπισής της από την αρχαιότητα μέχρι σήμερα. Θα μας απασχολήσει ιδιαίτερα το ζήτημα της αντιμετώπισης του ψυχικά ασθενούς σε διάφορα πλαίσια από πλευράς τόσο ιατρικής όσο και κοινωνικής.

Στο δεύτερο κεφάλαιο εξετάζουμε την έννοια της τέχνης τόσο από φιλοσοφική όσο και από κοινωνιολογική σκοπιά. Ποιος ο ρόλος που έχει ή θα έπρεπε να έχει η τέχνη στην ευημερία της κοινωνίας και γιατί είναι απαραίτητη στη ζωή μας; Στο σημείο αυτό προσεγγίζουμε την τέχνη ως ένα μέσο που θα μπορούσε να συντελέσει στην ατομική και κοινωνική πνευματική άνοδο και τους τρόπους με το οποίο αυτό επιτυγχάνεται. Δίνεται ιδιαίτερη έμφαση στην τέχνη του χορού εντός του κοινωνικού πλαισίου καθώς ο χορός θα μας απασχολήσει μετέπειτα και στο ερευνητικό τμήμα της παρούσας εργασίας.

Στο τρίτο κεφάλαιο γίνεται η σύνδεση των εννοιών της τέχνης και της ψυχικής πάθησης και τη χρήση των ιδιοτήτων της τέχνης στη θεραπευτική διαδικασία. Η δυνατότητα έκφρασης δίχως απαραίτητα τη λεκτική επικοινωνία μέσω του συμβολισμού και της αποκωδικοποίησής του καθιστούν την τέχνη εξαιρετικό εργαλείο στο χώρο της ψυχολογίας και της ψυχικής θεραπείας. Η τέχνη αποκαλύπτει μέσω του συμβόλου τις ασυνείδητες ή υποσυνείδητες αιτίες του ψυχικού προβλήματος χωρίς να συγκλονίζει το άτομο και ταυτόχρονα μέσω των δημιουργικών ιδιοτήτων της, θεραπεύει. Το παραδείγματα του σουραλιστικού κινήματος αποτελεί εξαιρετική αφορμή για μια συσχέτιση της τέχνης με την ψυχαναλυτική διαδικασία. Για τους σκοπούς του παρόντος κεφαλαίου χρησιμοποιήθηκε και υλικό από συνέντευξη με τον ψυχίατρο Βασίλη Δημόπουλο.

Στο τέταρτο κεφάλαιο επικεντρωνόμαστε στην τέχνη του χορού και τη χρησιμότητά της στο χώρο της ψυχοθεραπείας. Η θεραπεία μέσω του χορού βασίζεται στη στενό δεσμό του ψυχικού με το σωματικό επίπεδο. Γίνεται ανάλυση των ιδιοτήτων εκείνων του χορού που συνδράμουν στη διαδικασία της διάγνωσης του ψυχικού προβλήματος και της θεραπείας και περιγράφεται η διαδικασία της χοροθεραπείας. Η αναφορά στο σαμανικό τρόπο ίασης της ασθένειας συνδέει το παρελθόν με το παρόν της χοροθεραπείας.

Στο δεύτερο μέρος της εργασίας, ο τρόπος δράσης της χοροθεραπείας διερευνάται περαιτέρω μέσω της Ποιοτικής Μεθόδου έρευνας και της Θεματικής Ανάλυσης. Οι συνεντεύξεις που πραγματοποιήθηκαν σε επιλεγμένο δείγμα χοροθεραπευτών με άριστη κατάρτιση και εμπειρία στο αντικείμενο της χοροθεραπείας καθώς και της τέχνης του χορού. Οι πολύτιμες πληροφορίες τους

διαφώτισαν πολλές σημαντικές πλευρές του ζητήματος της θεραπείας μέσω του χορού όπως τον τρόπο διάγνωσης του ψυχικού συμπτώματος και της θεραπευτικής παρέμβασης της χοροθεραπείας η οποία είναι ουσιαστικά μια «ψυχοθεραπεία μέσω του χορού», τις ευεργετικές ιδιότητες του χορού ως τέχνη στην ψυχική υγεία και γιατί δεν πρέπει να ταυτίζονται με τις θεραπευτικές δράσεις τις χοροθεραπείας και τις διαφορές της χοροθεραπευτικής μεθόδου από τις συμβατικές ψυχικές θεραπείες. Γύρω από τα ζητήματα αυτά τέθηκαν στην έρευνα και θέματα που αφορούν τη χοροθεραπεία ως επαγγελματικό κλάδο στην Ελλάδα με σκοπό να διαφωτιστεί αυτή η πτυχή του κλάδου στην Ελληνική πραγματικότητα και να προταθούν πολιτικές προς περαιτέρω ανάπτυξη (καθότι ο κλάδος παραμένει ακόμη αρκετά περιορισμένος στον Ελληνικό χώρο και αντιμετωπίζει σοβαρά ζητήματα επαγγελματικής δεοντολογίας και λειτουργίας)

Στο πρώτο κεφάλαιο γίνεται μια αναφορά στην υπάρχουσα ερευνητική βιβλιογραφία πάνω στο ζήτημα της χοροθεραπείας η οποία όπως προαναφέρθηκε είναι περιορισμένη και στηρίζεται κυρίως σε έρευνες εντός ακαδημαϊκών πλαισίων. Περιγράφεται επίσης ο ερευνητικός σχεδιασμός. Το δεύτερο κεφάλαιο γίνεται αναφορά στη μέθοδο συλλογής των στοιχείων της έρευνας και τις δυσκολίες που αντιμετωπίστηκαν κατά τη διεξαγωγή της. Στο τρίτο κεφάλαιο πραγματοποιείται η θεματική ανάλυση ενώ στο τέταρτο γίνεται η διεξαγωγή των συμπερασμάτων και προτείνονται πολιτικές βελτίωσης της εφαρμογής της χοροθεραπείας στην Ελλάδα.

Η παρούσα εργασία αποτελεί μια προσπάθεια συμπλήρωσης του υπάρχοντος ερευνητικού έργου ιδιαίτερα στο θέμα που αφορά τη λειτουργία της χοροθεραπείας στην Ελλάδα. Σκοπός είναι να παρουσιάσουμε την τέχνη μέσα από ένα άλλο πρίσμα και να δείξουμε ότι ο ρόλος της στο άτομο και στην κοινωνία είναι πολύ πιο σύνθετος και ευεργετικός από την αισθητική δημιουργία.

ΚΕΦΑΛΑΙΟ 1^ο

ΨΥΧΙΚΗ ΠΑΘΗΣΗ ΚΑΙ ΚΟΙΝΩΝΙΚΗ ΑΝΤΙΜΕΤΩΠΙΣΗ

Α. Ψυχική πάθηση και ψυχική υγεία: Ορισμοί

Η ψυχική ασθένεια είναι μια έννοια που τυπικά υποδηλώνει την ύπαρξη μιας συναισθηματικής διαταραχής ή διαταραχής της σκέψης ή διαταραχής της προσωπικότητας, που επηρεάζει αρνητικά την ψυχικά ευεξία, την υγεία και την ασφάλεια του ατόμου.

Αν και μπορούν να προταθούν αρκετοί ορισμοί σχετικά με το τι είναι ψυχική πάθηση, δεν υπάρχει κάποιος συγκεκριμένος ορισμός που να περιλαμβάνει μια γενικευμένη, επιστημονικά αποδεκτή έννοια του όρου.¹ Μια οικουμενικά αποδεκτή αντίληψη για το τι συνιστά ψυχική διαταραχή και τι όχι μπορεί να συνοψισθεί με βάση τα παρακάτω κριτήρια:

-Το κριτήριο της στατιστικής απόκλισης σύμφωνα με το οποίο όσο περισσότερο διαφέρει κάποιος από το μέσο όρο τόσο πιο αποκλίνων θεωρείται. Παρόλα αυτά η απόκλιση από το μέσο όρο δε μπορεί να συνδεθεί απαραίτητα με την ύπαρξη ψυχικής διαταραχής (πχ κάποιος υπερβολικά πλούσιος, ή με ξεχωριστές αθλητικές ικανότητες)

-Το κριτήριο της ψυχομετρικής απόκλισης αφορά την απόκλιση από οτιδήποτε διαφέρει – σημαντικά- από κάποια στατιστικά καθορισμένη νόρμα όπως πχ ο μέσος όρος 100 για το δείκτη νοημοσύνης(IQ).Όμως και αυτό το κριτήριο είναι ανεπαρκές. Στο συγκεκριμένο παράδειγμα, τα προβλήματα των ατόμων με χαμηλό δείκτη νοημοσύνης μπορεί να διαφέρουν σημαντικά ανάλογα των συνθηκών ζωής του καθενός. Επίσης μια προς τα πάνω απόκλιση από το μέσο IQ δε συνεπάγεται την ύπαρξη προβλημάτων.

-Με βάση το ουτοπικό μοντέλο απαλλαγμένοι από ψυχικά προβλήματα είναι μόνο τα άτομα που επιτυγχάνουν στη ζωή τους το μέγιστο των δυνατοτήτων τους (Rogers 1961). Η πλειονότητα επομένως του πληθυσμού (εφ' όσον λίγοι καταφέρνουν πραγματικά κάτι τέτοιο) αποκλίνει από την ιδεατή ψυχική κατάσταση και βιώνει προβλήματα ψυχικής υγείας. Μια καλή ψυχική υγεία συνεπώς μάλλον αποτελεί την εξαίρεση στον κανόνα.

-Το κριτήριο της ύπαρξης παρεκκλίνουσας συμπεριφοράς αντιλαμβάνεται την απόκλιση από τη φυσιολογική συμπεριφορά με «αρνητική» έννοια παρόλα αυτά ούτε αυτό επαρκεί για να την εμφάνιση ψυχοπαθολογίας. Δεν εμφανίζουν όλα τα ψυχικά πάσχοντα άτομα αποκλίνουσες συμπεριφορές, ούτε οι αποκλίνουσα συμπεριφορά αποτελεί ένδειξη προβλημάτων ψυχικής υγείας.

Τα παραπάνω κριτήρια αν και υπονοούν μια ευρέως αποδεκτή αντίληψη για το τι είναι ψυχική πάθηση στην πραγματικότητα οι απόψεις μπορεί να διαφέρουν αναλόγως της κοινωνικής ομάδας, του πολιτισμικού πλαισίου ή της εποχής. Για παράδειγμα σε κάποιες κοινωνίες άτομα που βλέπουν οράματα ή μιλούν στον εαυτό τους θεωρούνται σοφοί ή ότι επικοινωνούν με το θείο ενώ σε κάποιες άλλες τα ίδια άτομα θεωρείται ότι πάσχον από ψύχωση.

¹ Paul Bennet (2010) *Κλινική ψυχολογία και ψυχοπαθολογία*, Αθήνα: ΠΕΔΙΟ σελ. 5-25

Οι παραπάνω δυσκολίες ακριβή ορισμού της έννοιας της ψυχικής πάθησης αποδεικνύονται και στο γεγονός ότι κάθε χώρα διαθέτει το δικό της ορισμό για την ψυχική ασθένεια.² Στις Η.Π.Α για παράδειγμα στη Ν. Υόρκη «ψυχική ασθένεια» είναι μία κατάσταση που εκδηλώνεται με ψυχική νόσο ή ψυχική κατάσταση η οποία εμφανίζεται ως διαταραχή στη συμπεριφορά, στη σκέψη, στην κρίση, ή στα συναισθήματα τόσο ώστε το άτομο να χρειάζεται φροντίδα, θεραπεία και αποκατάσταση. Στο Connecticut από την άλλη, «ψυχικά άρρωστο άτομο είναι ένα άτομο που παρουσιάζει μια ψυχική ή συναισθηματική κατάσταση που έχει ουσιαστικές δυσμενείς επιδράσεις στην ικανότητά του να λειτουργεί και το οποίο χρειάζεται φροντίδα και θεραπεία και αποκλείονται από αυτή την κατηγορία τα εξαρτημένα από το αλκοόλ και τις ουσίες άτομα.

Επίσης πολλές πολιτείες δεν συμπεριλαμβάνουν τη νοητική υστέρηση ή τις διαταραχές που σχετίζονται με τη χρήση ουσιών στον ορισμό τους για την ψυχική ασθένεια.

Λόγω των προβλημάτων που ανακύπτουν από τη δυσκολία να διαχωρίσει κανείς απόλυτα το φυσιολογικό από την ψυχική ασθένεια η ψυχιατρική έχει αναπτύξει διαγνωστικά εργαλεία που επιδέχονται συνεχή τροποποίηση και βελτίωση από την επιστημονική κοινότητα. Αυτά περιλαμβάνουν εξειδικευμένες κλίμακες μέτρησης ψυχικών παθήσεων (κλίμακα Hamilton για την κατάθλιψη, κλίμακα αυτό-αξιολόγησης της κατάθλιψης κατά Zung, κλπ.), καθώς και διαγνωστικά και ταξινομητικά συστήματα (DSM-IV, ICD-10).

Είναι απαραίτητο να τονιστεί πως η έννοια της **ψυχικής ασθένειας** δεν ταυτίζεται με αυτήν της **ψυχικής διαταραχής**. Επομένως μια κατά DSM-IV διάγνωση δε συνεπάγεται πως το άτομο πληρεί τα κριτήρια για μια ψυχολογική διαταραχή. Η ασάφεια σχετικά με το τι συνιστά μια «ψυχική κατάσταση» ή ποιες είναι οι «δυσμενείς επιδράσεις» στην ικανότητα λειτουργίας του ατόμου επιτρέπει την ευελιξία σε ότι αφορά την ατομική λήψη αποφάσεων (του θεράποντα). Ταυτόχρονα όμως λόγω των προαναφερθέντων συνθηκών υφίσταται και η πιθανότητα επίδρασης στην λήψη αποφάσεων η υποκειμενική αντίληψη ή προκατάληψη.³

Στον αντίποδα της δύσκολης στον ορισμό της έννοιας της ψυχικής πάθησης ο ΠΟΥ καθιστά τον ορισμό της **ψυχικής υγείας** ως κατάσταση συναισθηματικής ευεξίας όπου το άτομο μπορεί να ζει και να εργάζεται με άνεση μέσα στην κοινότητα και να ικανοποιείται από τα προσωπικά του χαρακτηριστικά και επιτεύγματα.⁴ Η θέση της Marie Jahoda σχετικά με τον ορισμό της ψυχικής

² Β.Λέκκα (2012) *Ιστορία και θεωρία της ψυχιατρικής*, Αθήνα: Futura σελ. 288-290

³ Β.Λέκκα (2012) *Ιστορία και θεωρία της ψυχιατρικής*, Αθήνα; Futura Εισαγωγή σελ. 17-20

⁴ Μ.Γ.Μαδιανός(2010) *Εισαγωγή στην κοινωνική ψυχιατρική*, Αθήνα; ΚΑΣΤΑΝΙΩΤΗ σελ.31-33

υγείας (1958) και η οποία έγινε γενικά αποδεκτή αναφέρει τη θετική ψυχική υγεία ως το αποτέλεσμα της φυσιολογικής συμπεριφοράς, μια κατάσταση ισορροπίας που συμπεριλαμβάνει τα εξής χαρακτηριστικά:

1. Την επίγνωση του ατόμου της ταυτότητάς του
2. Τη δυνατότητα αυτοδυναμίας του ατόμου
3. Τη δυνατότητα αντίστασης στο στρες
4. Τη δυνατότητα του ατόμου για ενεργητικότητα και ανεξαρτησία από τις κοινωνικές επιρροές
5. Την ικανότητα ελέγχου του περιβάλλοντος
6. Την ικανότητα του ατόμου να αγαπά, να εργάζεται και να διασκεδάζει
7. Τη δυνατότητα επίλυσης των προβλημάτων του

Συμπληρωματικά κριτήρια στα προαναφερθέντα για την αξιολόγηση και τον καθορισμό της ψυχικής υγείας τέθηκαν το 1979 από τους Κ.Στεφανή και συνεργάτες τα βασικότερα από τα οποία είναι τα εξής:

- a) Το στατιστικό κριτήριο (κριτήριο μέσης συμπεριφοράς) σύμφωνα με το οποίο μη υγιής θεωρείται εκείνος του οποίου η συμπεριφορά αποκλίνει από τη μέση συμπεριφορά των μελών μιας κοινότητας. Είναι όμως ανεπαρκές γιατί βασίζεται στην υπόθεση ότι τα ψυχικά ασθενή άτομα είναι ελάχιστα.
- b) Το κριτήριο της απουσίας κάποιας κλινικά διαπιστωμένης νόσου, το οποίο ορίζει την ψυχική υγεία με την απουσία της νόσου και ταυτόχρονα την παρουσία θετικών χαρακτηριστικών ψυχικής υγείας. Το κριτήριο αυτό χαρακτηρίζεται και το ασφαλέστερο σύμφωνα με το Στεφανή.
- c) Το κριτήριο της κοινωνικής αποδοχής που τονίζει την κοινωνική επίπτωση της συμπεριφοράς αγνοώντας όμως την υποκειμενικότητα των ψυχολογικών αιτιάσεων του ατόμου θεωρώντας ως «καθολικό» οτιδήποτε μη σύμφωνο με τις επικρατούσες αξίες. Έτσι όμως κάτι πχ πρωτοποριακό μπορεί να θεωρηθεί περιθωριακό. Υπό αυτό το πρίσμα όλα τα μέλη μιας κοινωνίας πρέπει να μοιάζουν από πλευράς κοινωνικο-πολιτιστικών επιρροών που χαρακτηρίζουν τη συμπεριφορά κάθε μέλους.
- d) Τέλος το κριτήριο της υποκειμενικής δυσφορίας το οποίο όμως δε θεωρείται αξιόπιστο καθότι τα άτομα διαφοροποιούνται ως προς την επίγνωση και έκφραση της δυσφορίας αυτής.

Συμπληρωματικά στα ανωτέρω θεωρούνται και κάποια ατομικά χαρακτηριστικά του ατόμου όσον αφορά τον τρόπο ζωής του στον τόπο και το χρόνο. Αυτά είναι η ικανότητα προσαρμογής στο φυσικό –κοινωνικό του περιβάλλον που του επιτρέπει να ικανοποιεί τις βασικές του ανάγκες (οικονομικές, βιολογικές, ψυχολογικές, κοινωνικές), επίγνωση της προσωπικής ταυτότητας, επίγνωση του σκοπού της ζωής και της ανάγκης για διαπροσωπικές σχέσεις , επίγνωση του κοινωνικού ρόλου και αντοχή στο περιβαλλοντικό στρες.

Ο Στεφανής παραθέτει τα κυριότερα χαρακτηριστικά της φυσιολογικής συμπεριφοράς του ιδανικού ατόμου που είναι η αισιοδοξία, η ανεξαρτησία , η οργάνωση και συστηματικότητα, η περιέργεια, η ταυτότητα ρόλου, η συναγωνιστικότητα και η συνεργατικότητα, η έκφραση και ο έλεγχος των συγκινήσεων, η ικανότητα σύναψης διαπροσωπικών σχέσεων, η ασφάλεια, η αυτοεκτίμηση και η ικανότητα λήψης αποφάσεων.

Συνοψίζοντας θα μπορούσαμε να δεχτούμε πως αν το άτομο έχει ένα ισχυρό Εγώ (με την έννοια της προσωπικότητας), αντέχει και στις ψυχοπιεστικές καταστάσεις.⁵ Όταν η πραγματικότητα δεν του επιτρέπει την ικανοποίηση των αναγκών του βρίσκει υποκατάστατα με συνειδητούς μηχανισμούς και δεν καταφεύγει σε υποσυνείδητους μηχανισμούς ψυχικών αμυνών όπως η απόθεση, η άρνηση, η μόνωση αποσύνδεση ή προβολή. Η ισχυροποίηση επομένως του Εγώ μπορεί να θεωρηθεί κριτήριο ψυχικής υγείας αλλά κυρίως τρόπος επίτευξής της.

B. Κοινωνικές θεωρίες και ερμηνείες για τα κοινωνικά αίτια των ψυχοσωματικών παθήσεων

Οι ψυχικές διαταραχές δεν αφορούν μονάχα βιολογικές μεταβολές αλλά εκφράζουν το προσωπικό ιστορικό του ατόμου το οποίο συνδέεται στενά με το κοινωνικό- πολιτισμικό πλαίσιο στο οποίο διαβίει και διαμορφώνει τη ζωή του.⁶ Η εμφάνιση ψυχοπαθολογίας σχετίζεται πολύ συχνά με κοινωνικά φαινόμενα όπως ο πολιτισμός, ο αστισμός, η κοινωνική θέση, η κοινωνική μετανάστευση, η κοινωνική απομόνωση, η αποξένωση, η ανομία, η ενσωμάτωση, η κοινωνική τάξη, η κοινωνική αντίδραση και η κοινωνική επιλογή.⁷ Κατά τον Durkheim (1964) τα κοινωνικά γεγονότα αντανakλούν πολύ βασικότερες καταστάσεις όπως η κοινωνική αλληλεγγύη ή η συλλογική συνείδηση. Τα κοινωνικά γεγονότα διαμορφώνουν τις ατομικές πράξεις.

⁵ Μ.Γ.Μαδιανός (2010) *Εισαγωγή στην κοινωνική ψυχιατρική* , Αθήνα: ΚΑΣΤΑΝΙΩΤΗ σελ. 31-33

⁶ Κ.Στεφανής και συν. (1991) *Θέματα Ψυχιατρικής*, Αθήνα: ΣΥΜΜΕΤΡΙΑ, σελ 3-4

⁷ Μ.Γ.Μαδιανός (2010) *Εισαγωγή στην κοινωνική ψυχιατρική* , Αθήνα: ΚΑΣΤΑΝΙΩΤΗ σελ. 35-38

Αρκετοί κοινωνιολόγοι ασχολήθηκαν με την κοινωνιογένεση της ψυχικής ασθένειας. Ο Becker (1963) διαπιστώνει ότι η ίδια η δημιουργία κανόνων από τις κοινωνικές ομάδες δημιουργεί την παρεκτροπή με την μη τήρησή τους. Επίσης κατά τον Scheff (1966) η κουλτούρα της υπο-ομάδας προσφέρει το έδαφος για μια σειρά παρεκτροπών όπως «έγκλημα», «τρέλα», «κακή ανατροφή». Οι έννοιες αυτές προκύπτουν από τον ίδιο τον κανόνα από τον οποίο έχει γίνει η παρεκτροπή. Αρκετές κοινωνικές παρεκκλίσεις αρκούν υπό ορισμένες συνθήκες να αποδώσουν στο άτομο την ετικέτα του ψυχικά ασθενή μέσω της πεποίθησης τρίτων ότι η τρελή συμπεριφορά βρίσκεται έξω από τον κανόνα της φυσιολογικής ή κοινωνικά αποδεκτής.

Η παρέκκλιση αυτή κατά τον Steff δεν είναι εμφανής αλλά υπολειπόμενη ή οριακή όπως πχ η χρήση ναρκωτικών ή η περίπτωση ενός εκκεντρικού καλλιτέχνη. Οι αντιδράσεις και οι προσδοκίες του κοινού απέναντι στην υπολειπόμενη παρεκτροπή συνδέεται με τα στερεότυπα της παιδικής ηλικίας σε σχέση με την τρέλα. Ταυτόχρονα για το «παρεκτρέπον» άτομο ο παράλογος φόβος απέναντι στην ψυχική ασθένεια μαζί με τις κοινωνικές προσδοκίες μπορούν να το οδηγήσουν στην αποδοχή του ρόλου του ψυχικά ασθενούς και του θύματος γεγονός που μπορεί να οδηγήσει ακόμη και στον εγκλεισμό.(Labeling Theory)

Ο Gove (1972), υποστήριξε ότι η διαφορά εμφάνισης της ψυχοπαθολογίας μεταξύ ανδρών και γυναικών οφείλεται στο γεγονός ότι οι έγγαμες γυναίκες παρουσιάζουν συνολικά υψηλότερο ποσοστό γενικής ψυχοπαθολογίας καθώς έχουν εντός του οικογενειακού πλαισίου καθορισμένους ρόλους και συχνές ματαιώσεις. Η διαφορά οφείλεται και στο ότι οι γυναίκες έχουν σε μεγαλύτερο βαθμό εμπειρία από συμπτώματα αποθάρρυνσης ή απώλειας αυτοπεποίθησης παρά την ευκολία τους να τα εκφράσουν. Η θεωρία του Gove βασίστηκε σε προσωπικές του μελέτες που είχαν όμως αναλύσει ποσοστά νοσηλευτικής επικράτησης. Επαληθεύοντας τη θεωρία η νοσηλευτική κίνηση στην Ελλάδα παρουσιάζει κατά την περίοδο 1978-1981 μια διαφορά όσον αφορά το φύλο στα ποσοστά εξόδου από τα ψυχιατρεία. (περισσότεροι άνδρες παίρνουν εξιτήριο)

Έχουν διατυπωθεί επίσης δυο θεωρίες που αφορούν τη συσχέτιση της **κοινωνικής τάξης** με την εμφάνιση ψυχικής νόσου: Η θεωρία της **κοινωνικής αιτιότητας** και της **κοινωνικής επιλογής**. Η θεωρία της κοινωνικής αιτιότητας αναφέρει ότι τα άτομα χαμηλών κοινωνικών –οικονομικών τάξεων δέχονται παραπάνω ψυχοπιεστικά ερεθίσματα (πχ ανεργία, έξωση, ασθένειες μελών της οικογένειας, έλλειψη πόρων) και συνεπώς είναι πιο επιρρεπή στην ψυχική ασθένεια. Επιπλέον οι ασθενείς από χαμηλά κοινωνικά στρώματα χρησιμοποιούν αναπόφευκτα χαμηλότερης ποιότητας περίθαλψη. Σύμφωνα με τη θεωρία της κοινωνικής επιλογής μια χρόνια ψυχική νόσος μειώνει την

δυνατότητα κοινωνικής ανόδου (που είναι και ο συνήθης στόχος στις δυτικές κοινωνίες). Επομένως τα ψυχικά ασθενή συναντώνται συνήθως σε κατώτερες κοινωνικές βαθμίδες.

Στο σημείο αυτό αναλύονται κάποιοι από τους βασικότερους κοινωνικούς παράγοντες και κοινωνικά φαινόμενα που οδηγούν στην εμφάνιση ψυχοπαθολογίας του ατόμου.

Κοινωνικοί και δημογραφικοί παράγοντες: Σύμφωνα με τον Dohrenwed (1974) υπάρχουν κάποιες βασικές κοινωνικές – δημογραφικές μεταβλητές όπως η ηλικία, το φύλο, ο τόπος κατοικίας, η οικογενειακή κατάσταση, η εθνική καταγωγή, η κοινωνική τάξη αλλά και ανεξάρτητες μεταβλητές όπως η κινητικότητα και η απασχόληση φαίνεται να συμβάλλουν στην εμφάνιση μιας ψυχικής ασθένειας ή σχετίζονται με κάποιες από αυτές. Παρακάτω παρουσιάζονται αναλυτικότερα οι παράγοντες και η συμβολή τους στην ψυχικής πάθησης.

- **Ηλικία:** Άτομα άνω των 45 ετών φαίνεται να υποφέρουν περισσότερο από ψυχικά νοσήματα από ότι άλλες ηλικίες. Βιολογικοί παράγοντες σχετίζονται με ψυχικές παθήσεις (άγχος, κατάθλιψη).
- **Φύλο:** Οι γυναίκες αναφέρουν την ύπαρξη ψυχοπαθολογικών συμπτωμάτων σε διπλάσιο ποσοστό από τους άνδρες. Οι τελευταίοι νοσηλεύονται σε μεγαλύτερο ποσοστό για σχιζοφρενικές ψυχώσεις αλκοολισμό και διαταραχές προσωπικότητας σε μεγαλύτερο ποσοστό από ότι οι γυναίκες.
- **Τόπος κατοικίας:** Από πολλές σχετικές έρευνες προκύπτει ότι η γενική ψυχιατρική νοσηρότητα εμφανίζεται μάλλον η ίδια ανεξαρτήτως γεωπολιτικής περιοχής . Σε μεγαλουπόλεις και αγροτικές περιοχές παρατηρήθηκαν μεγαλύτερα ποσοστά νεύρωσης.
- **Οικογενειακή κατάσταση:** Στις περισσότερες επιτόπιες έρευνες για την ανίχνευση ψυχικής πάθησης εντός της κοινότητας διαπιστώνεται ότι τα άτομα που εντάσσονται σε ψυχιατρικές περιπτώσεις από σκοπιά οικογενειακής κατάστασης είναι διαζευγμένα, σε χηρεία ή άγαμα λόγω των καταστάσεων στρες και εγκατάλειψης που βιώνουν.
- **Πολιτιστική αλλαγή –Εθνική καταγωγή:** Ψυχικές διαταραχές έχουν εντοπιστεί σε ομάδες με μειονεκτική κοινωνική θέση. Ο πατροπαράδοτος πολιτισμός αλλά και η αφομοίωση του μετανάστη από το νέο περιβάλλον παίζουν ρόλο στη δημιουργία ψυχοπιεστικών μηχανισμών που οδηγούν στην εμφάνιση της ψυχικής νόσου (πχ στρες επιπολιτισμού)

Οικογένεια: Η οικογένεια στην οποία κάποιος είναι μέλος μπορεί επίσης να θεωρηθεί παράγοντας εμφάνισης ψυχοπαθολογίας.⁸ Εντός του οικογενειακού πλαισίου οι σχέσεις των μελών αλληλοεπηρεάζονται έτσι ώστε το σύστημα να διατηρείται σε σταθερή κατάσταση. Όταν οι σχέσεις επηρεάζονται από παράγοντες διαρκώς μεταβαλλόμενους ή αμφισβητούμενους (πχ ιδεολογία, κοινωνικούς, οικονομικούς, πολιτιστικούς παράγοντες) τότε υφίστανται κλονισμό και σύγκρουση. Ιδίως η σύγχρονη πυρηνική οικογένεια της μεταβατικής κοινωνίας υφίσταται ανακατανομή ρόλων με τη μορφομένη και εργαζόμενη μητέρα και σύζυγο να μεταβάλλει τις σχέσεις εξουσίας της παλαιότερης πατριαρχικής οικογένειας. Οι τελευταίες που προέρχονταν από την οικονομική προσφορά – ασφάλεια του συζύγου – πατέρα κλονίζονται και ο άνδρας χάνει το μονοπώλιο της προσφοράς αυτής. Από την άλλη αν και η προσφορά της συζύγου οικονομική και ταυτόχρονα συναισθηματική (ανατροφή και μεγάλωμα παιδιών) διπλασιάζεται, συχνά δεν της αναγνωρίζεται το δικαίωμα ισότιμης συμμετοχής στη λήψη αποφάσεων ή των καταμερισμό ευθυνών και εξουσίας οδηγώντας σε ενδοοικογενειακές συγκρούσεις. Με τον ίδιο τρόπο λειτουργούν και οι πολιτισμικές συγκρούσεις εντός του οικογενειακού πλαισίου όταν πχ το ζευγάρι αποφασίζει να δεχτεί νέες αξίες που αντιτίθενται τις καθιερωμένες (πχ σεξουαλική απελευθέρωση). Επιπλέον ο κρατικός παρεμβατισμός γίνεται όλο και περισσότερο έντονος μέσω της πλήρους διαπαιδαγώγησης – κοινωνικοποίησης των παιδιών στο σχολείο και τις εξωσχολικές δραστηριότητες ενώ ο σύγχρονος τρόπος ζωής και οι γρήγοροι ρυθμοί ευνοούν την ενδοοικογενειακή αποξένωση.

Άμεσες συνέπειες είναι η συναισθηματική κυρίως παραμέληση των παιδιών τα οποία είναι πλέον πολύ περισσότερο ευάλωτα κ εκτεθειμένα σε εξωτερικά ερεθίσματα ενώ η απουσία συναισθηματικών δεσμών με τους γονείς οδηγεί στην εμφάνιση ψυχολογικών προβλημάτων. Οι συγγενικοί δεσμοί χαλαρώνουν ή παύουν να υφίστανται και με τους υπερήλικες γονείς οι οποίοι διαβιούν συνήθως απομονωμένοι και παραμελημένοι. Όσον αφορά τη βελτίωση της κατάστασης ενός ψυχικά ασθενούς μέλους, η οικογένεια μπορεί να εκτιμηθεί τόσο ως θετικός παράγοντας (παρακινεί το άρρωστο μέλος να ζητήσει βοήθεια, παρεμβαίνει θετικά στην αξιολόγησή του, το υποστηρίζει στη θεραπεία του και την κοινωνική του ενσωμάτωση) όσο και αρνητικός (κρύβει την ψυχική ασθένεια του μέλους του δημιουργώντας του αισθήματα ντροπής – ενοχής, την αρνείται, απορρίπτει το μέλος).

Εργασία, Ανεργία και ψυχική ασθένεια⁹: Το επάγγελμα και η οικονομική και ηθική αμοιβή που συνδέονται με αυτό αποτελούν αναμφίβολα πηγή κύρους, αυτοπραγμάτωσης, κοινωνικής καταξίωσης και συνεπώς κάποιου βαθμού ψυχικής ισορροπίας. Η συνεχής εργασία με

⁸ Γ.Τσιάντης(2002) *Ψυχική υγεία του παιδιού και της οικογένειας*, Αθήνα: ΚΑΣΤΑΝΙΩΤΗ σελ. 41-50

⁹ Μ.Γ.Μαδιανός (2010) *Εισαγωγή στην κοινωνική ψυχιατρική*, Αθήνα: ΚΑΣΤΑΝΙΩΤΗ, σελ. 45-56

ικανοποιητικό μισθό παρέχει στο άτομο προσωπική αυτονομία, αγοραστική ικανότητα αλλά και κοινωνικό γόητρο συμβάλλοντας στην ανάπτυξη της αυτοεκτίμησής του. Ο Freud θεώρησε ότι η εργασία φέρνει το άτομο πιο κοντά στην πραγματικότητα όντας επομένως κριτήριο υγιούς ατόμου. Οι θετικές ιδιότητες της εργασίας είναι αναμφίβολο ότι προσδίδουν στο άτομο την προσωπική ικανοποίηση που κρίνεται αναγκαία για την ψυχική υγεία όπως τον θέτει η Jahoda(1958). Στο σημείο αυτό πρέπει αναφερθούμε στην έννοια της εργασίας κατά τον Marx και κατά πόσο αυτή μπορεί να ενοχοποιηθεί στην εμφάνιση ψυχικών παθήσεων. Για παράδειγμα ο αλλοτριωμένος βιομηχανικός εργάτης ή το μεσαίο στέλεχος μιας επιχείρησης που αγωνίζεται σκληρά για την επαγγελματική του άνοδο υπόκεινται σε ψυχικές διαταραχές στην περίπτωση απόλυσης από την στρεσογόνα εργασία τους;

Όσον αφορά την ανεργία ως κοινωνικό παράγοντα εμφάνισης ψυχοπαθολογίας πρώτος ιστορικά ο Durkheim μελέτησε τη συσχέτιση ανεργίας και ψυχικών διαταραχών.¹⁰ Αποτελέσματα ερευνών παρουσιάζουν θετική συσχέτιση μεταξύ ανεργίας/απώλειας εργασίας και ψυχικής νόσου ενώ όσο υψηλότερη είναι η κοινωνικο-οικονομική θέση μιας ομάδας τόσο η νοσηλεία της εξαρτάται από οικονομικούς παράγοντες. Οι Ginzberg Ginsburg (1943) μελέτησαν την επίπτωση της ανεργίας στην ψυχική υγεία των πολιτών της Ν.Υόρκης με τα αποτελέσματα να αποδεικνύουν χαρακτηριστικά ότι η συναισθηματική αντίδραση των άνεργων ατόμων μπορούσε να παρομοιαστεί (σε ένταση) με την απώλεια αγάπης που νιώθει ένα παιδί όταν απορρίπτεται από το γονέα του. Μεταξύ άλλων οι ερευνητές εντόπισαν προσωπικές και οικογενειακές συγκρούσεις, συναισθήματα ανασφάλειας και έλλειψης αυτοεκτίμησης και αντιδράσεις πανικού και φόβου στη σκέψη ότι τα άτομα θα χρειαζόταν ίσως να καταφύγουν στην ελεημοσύνη των συνανθρώπων τους.

Αρκετές είναι και οι έρευνες που αποκαλύπτουν θετική σχέση μεταξύ της απώλειας εργασίας και των αυτοκτονιών ή αποπειρών. Ιδίως σε ότι αφορά την αυτοκτονία ο Durkheim την εξέλαβε ως πολιτιστικό-οικονομικό φαινόμενο και μελέτησε τις κοινωνικές της αιτίες που μεταξύ άλλων περιλαμβάνουν την εκπαίδευση, την οικογενειακή κατάσταση, τη θρησκεία καθώς και τη δύναμη των κοινωνικών δεσμών.¹¹ Ενδιαφέρον παρουσιάζει η προσέγγιση των Marmot και Wilkinson σύμφωνα με την οποία οι οικονομικοκοινωνικές ανισότητες στα επίπεδα υγείας στον πληθυσμό συνδέονται άμεσα με την κοινωνική συνοχή και αλληλεγγύη. Η κακή υγεία σύμφωνα με την άποψη αυτή αποτελεί συνέπεια της κατανομής του πλούτου μεταξύ των κοινωνικών τάξεων και των ψυχοκοινωνικών επιπτώσεων που επιφέρει.

¹¹ Χ.Οικονόμου (2005), *Κοινωνιολογία της Υγείας: Βασικές Θεωρητικές Προσεγγίσεις Τόμος Α*. Αθήνα: ΔΙΟΝΙΚΟΣ σ.73-75

Επίσης υφίσταται θετική σχέση μεταξύ της κακής ψυχικής κατάστασης ατόμων που ανήκουν στις κατώτερες κοινωνικές τάξεις της δυτικής κοινωνίας και ψυχοπιεστικών γεγονότων που συμβαίνουν συχνότερα από ότι στις ανώτερες κοινωνικά τάξεις (Langer 1963, Dohrenwends 1974). Η απώλεια εργασίας παρουσιάζεται και σαν αίτιο καταθλιπτικής συμπτωματολογίας έπειτα από μια περίοδο συνεχούς απασχόλησης (Brown και Harris 1978)

Οικονομική Κρίση και ψυχοπαθολογία : Οι οικονομικές συνθήκες μιας εποχής είναι παράγοντας που συνδέεται με την εμφάνιση ψυχοπαθολογίας. Ο Brener (1973) διαπίστωσε αύξηση των πρώτων εισαγωγών στα ψυχιατρεία της Ν.Υόρκης και αντίστροφα για τις περισσότερες ηλικιακές ομάδες σε περίοδο οικονομικής κρίσης. Κατά τον ίδιο, η ψυχική αρρώστια είναι αποτέλεσμα διεργασιών εντός του κοινωνικού συστήματος ως συνέπεια ανεπαρκούς οικονομικής και κοινωνικής απαρτίωσης παρά σαν πρωτογενή προβλήματα που κληρονομούνται στο άτομο –όπως δέχεται η παραδοσιακή ψυχιατρική που δεν εστιάζει σε προβλήματα κοινωνικής αλληλεπίδρασης ή αλλαγής.

Αξίζει να σημειωθεί πως οι κοινωνικοί –δημογραφικοί παράγοντες ερμηνεύουν σε ποσοστό 30% τη γένεση των ψυχοπαθολογικών συμπτωμάτων στο άτομο.

Γ. Ιστορική αναδρομή στην κοινωνική και επιστημονική θεώρηση της ψυχικής πάθησης

Η κοινωνική & ιατρική αντιμετώπιση των ψυχικά ασθενών ατόμων διαφοροποιείται από τόπο σε τόπο και από εποχή σε εποχή. Κατά περιόδους πολιτισμικής και επιστημονικής προόδου ο ασθενής αντιμετωπιζόταν με ιατρική φροντίδα και ανθρωπισμό δεν έλειψαν όμως και οι περίοδοι πνευματικού σκοταδισμού όπου κυριαρχούσαν η τιμωρία και η απάνθρωπη αντιμετώπιση. Σε γενικές γραμμές όμως τόσο στο παρελθόν όσο και σήμερα και ανεξαρτήτως πνευματικού επιπέδου, τα ψυχικά πάσχοντα άτομα επιδέχονται κάποιο βαθμό κοινωνικού στίγματος. Η έλλειψη γνώσης, η αδυναμία –λογικής-ερμηνείας της «παρεκκλίνουσας» συμπεριφοράς, οι μυθοπλασίες που συνδέονται με την ταυτότητα του ψυχικά πάσχοντος ατόμου οδηγούν στο γεγονός τα ψυχικά πάσχοντα άτομα να γίνονται δέκτες λύπησης, φόβου ή και θυμού.

Τα αρχαία εβραϊκά, κινεζικά και αιγυπτιακά κείμενα που αποδίδουν την παράξενη συμπεριφορά του ατόμου στην κατοχή του από πνεύματα.¹² Στην αρχαία Ελλάδα και στις αρχές του 1^{ου} αιώνα κυριαρχούσαν οι βιολογικές ερμηνείες σχετικά με τις ψυχικές ασθένειες. Ο Ιπποκράτης θεωρούσε την αποκλίνουσα συμπεριφορά αποτέλεσμα της έλλειψης ισορροπίας των τεσσάρων χυμών του

¹² Paul Bennet (2010) *Κλινική ψυχολογία και ψυχοπαθολογία*, Αθήνα:ΠΕΔΙΟ σελ. 25-34

σώματος που ήταν η κίτρινη και η μαύρη χολή , το αίμα και το φλέγμα. Για παράδειγμα η εμφάνιση μανίας σχετιζόταν με την υπερίσχυση της κίτρινης χολής έναντι των υπολοίπων στοιχείων ενώ η μελαγχολία οφειλόταν στην υπερίσχυση της μαύρης χολής. Η θεραπεία επομένως, στόχευε στη μείωση του εκάστοτε κυρίαρχου χυμού με διάφορες μεθόδους. Η διαίτα με την έννοια όχι μόνο της διατροφής αλλά και ολόκληρου του τρόπου ζωής έπαιζε κυρίαρχο ρόλο στη θεραπεία. Έτσι στον ψυχικά ασθενή τα επίπεδα της μαύρης χολής θα μπορούσαν να μειωθούν μέσω της ήρεμης ζωής, της εγκράτειας , της χορτοφαγίας και αποχής από τη σεξουαλική δραστηριότητα.

Παρόλο που στοιχεία αποδεικνύουν και παρεμβατικές θεραπευτικές τεχνικές όπως η πρόκληση αιμορραγίας ή μηχανικές κατασκευές για τον περιορισμό του ατόμου η Ελληνορωμαϊκή αντιμετώπιση των ψυχικά ασθενών ήταν γενικά ανθρωπιστική και υποστηρικτική και στόχευε στην ανακούφιση¹³. Με το ζήτημα των κοινωνικά ασθενών ασχολήθηκαν από διαφορετική βέβαια επιστημονική σκοπιά και έλληνες φιλόσοφοι. Ο Πλάτωνας στην Πολιτεία αναφέρει σχετικά: «Εάν κανείς είναι πνευματικά ασθενής, δε πρέπει να εμφανίζεται δημόσια στην πόλη. Οι συγγενείς του οφείλουν να τον κρατούν μέσα στο σπίτι, να τον περιποιούνται και να τον προστατεύουν. Εάν εγκαταλείψουν τον ασθενή να τιμωρηθούν με χρηματικό πρόστιμο». Επίσης ο Αριστοτέλης μελέτησε τη συμπεριφορά των ψυχικά ασθενών ενώ παρατήρησε ότι το θέατρο η μουσική και το κρασί έχουν κατευναστική επίδραση.

Κατά την μεσαιωνική περίοδο επικράτησε ο θρησκευτικός τρόπος σκέψης του πανίσχυρου κλήρου ενώ ταυτόχρονα το επιστημονικό πνεύμα παραγκωνίστηκε. Η αποκλίνουσα συμπεριφορά θεωρείται για άλλη μια φορά αποτέλεσμα της κατοχής του ατόμου από πνεύματα. Το ψυχικά πάσχον άτομο αντιμετωπίζεται από την κοινωνία με μεγάλη προκατάληψη , οίκτο και τρόμο. Η θεραπεία στόχευε να απαλλάξει το άτομο από τους δαίμονες μέσω προσευχών , ψαλμωδιών και κατάποσης αγιασμού ή πικρών ροφημάτων. Εμφανίσθηκαν απάνθρωπες παρεμβατικές μέθοδοι θεραπείας όπως η προσβολή του δαίμονα , η λιμοκτονία το μαστίγωμα ή τέντωμα του σώματος που βρισκόταν υπό τη δαιμονική επιρροή. Το Malleus Maleficarum , ένας οδηγός της καθολικής εκκλησίας αναφέρονται μέθοδοι αναγνώρισης και θεραπείας των μαγισσών οι οποίες θεωρούνταν υπαίτιες για οποιαδήποτε κοινωνική κακοτυχία. Στο εν λόγω εγχειρίδιο υπάρχει και η ρητή διατύπωση ότι η απώλεια λογικής ήταν αποτέλεσμα της κατοχής από πνεύματα και το κάψιμο στην πυρά της μάγισσας ήταν η μόνη λύση για την εκδίωξη του δαίμονα.

Προς το τέλος του Μεσαίωνα η ερμηνεία των ψυχικών προβλημάτων επανασυνδέθηκε με τις βιολογικές θεωρίες ενώ δημιουργήθηκαν ιδρύματα για την παροχή ανθρωπιστικής φροντίδας στους

¹³ Β.Λέκκα (2012) *Ιστορία και θεωρία της ψυχιατρικής* , Αθήνα: ΚΑΣΤΑΝΙΩΤΗ σελ.20

ψυχικά πάσχοντες. Η επιτυχία των «ασύλων» οδήγησε στο συνωστισμό των ασθενών σε αυτά και συνεπώς την πτώση της ποιότητας των παρεχόμενων υπηρεσιών ενώ η αντιμετώπιση γινόταν όλο και περισσότερο απάνθρωπη. Στο πιο διάσημο νοσοκομείο, το Bethlem οι ασθενείς περιορίζονταν με αλυσίδες ενώ για την πρόληψη της βίας δέρνονταν ή μαστιγώνονταν. Οι μέθοδοι ήταν σκληρές και απάνθρωπες ενώ το νοσοκομείο μετετράπη σε αξιοθέατο.

Το 18^ο αιώνα η φροντίδα και αντιμετώπιση των ψυχικά διαταραγμένων ατόμων αλλάζει και πάλι προς πιο ανθρωπιστική κατεύθυνση. Οι William Tuke (Βρετανία) και Phillipe Pinel (Γαλλία) επανέφεραν πιο ανθρωπιστικούς τρόπους θεραπείας. Τα άσυλα εξακολουθούσαν να υπάρχουν παρόλα αυτά οι τρόφιμοι ήταν ελεύθεροι μέσα σε αυτά. Θεράποντες και ασθενείς είχαν στενή συνεργασία και καλή επικοινωνία. Η υπόθεση ήταν να παρασχεθεί στους ασθενείς φροντίδα τέτοια ώστε να βελτιωθούν σε βαθμό να μη χρειάζονται πλέον βοήθεια. Η υπερβολικά αισιόδοξη αυτή πρόβλεψη φυσικά δεν είχε τα αναμενόμενα αποτελέσματα και έγινε φανερό ότι δε μπορούσαν να θεραπευτούν όλοι. Έτσι αυξήθηκε και πάλι η κοινωνική προκατάληψη ενώ ο μακροχρόνιος εγκλεισμός επανήλθε στο προσκήνιο.

Δ. Επιστημονική αντιμετώπιση του ψυχικά ασθενή στη σύγχρονη δυτική κοινωνία

Στη σύγχρονη δυτική κοινωνία μεγάλο μέρος του πληθυσμού νοσεί από κάποια ψυχική πάθηση. Ενδεικτικά, σε έρευνα που πραγματοποιήθηκε το 2004 στο σύνολο των ενηλίκων αμερικανών πολιτών αποκαλύφθηκε πως το 40% του πληθυσμού εντάσσεται σε κάποια από τις βασικές ψυχιατρικές διαγνωστικές κατηγορίες (διαταραχές διάθεσης –μείζονα κατάθλιψη ή διπολική διαταραχή, σχιζοφρένεια, αγχώδεις διαταραχές – κρίσεις πανικού, μετα-τραυματικό στρες, φοβίες κλπ, διαταραχές προσωπικότητας και διαταραχές πρόσληψης τροφής). Τα αποτελέσματα ισχύουν στην ίδια εντυπωσιακή έκταση και σε παγκόσμιο επίπεδο.¹⁴

Στις αρχές του 21^{ου} αιώνα λαμβάνει χώρα μια σειρά μετασχηματισμών στην προσέγγιση του ανθρώπινου σώματος που με άμεσο αντίκτυπο στον τρόπο κατανόησης και αντιμετώπισης του εγκεφάλου.¹⁵ Η νευροεπιστήμη κερδίζει διαρκώς έδαφος έναντι των ψυχολογικών, ψυχαναλυτικών και ψυχοθεραπευτικών προσεγγίσεων. Τα ένστικτα, συναισθήματα, οι σκέψεις και οι διαθέσεις δεν ερμηνεύονται πλέον υπό «ψυχολογικό» πρίσμα αλλά η ερμηνεία τους συνδέεται άμεσα με το σώμα και συγκεκριμένα τον εγκέφαλο. Ταυτόχρονα αναπτύσσεται η «ιατρική ηθική» με την ανάπτυξη

¹⁴ NIMD *The numbers count mental disorders in America* - <http://www.lb7.uscourts.gov/documents/12-cv-1072url2.pdf>

¹⁵ Β.Λέκκα (2010) *Ιστορία και θεωρία της ψυχιατρικής*, Αθήνα: ΚΑΣΤΑΝΙΩΤΗ σελ. 288-291

νέων κομβικών ερωτημάτων βιοηθικής κατά την άσκηση της ψυχιατρικής επιστήμης. Μέσω αυτής επιδιώκεται η εύρεση απαντήσεων και λύσεων σε σημαντικά θέματα και προβλήματα που ανακύπτουν κατά την ψυχιατρική πρακτική και τη θεραπευτική αντιμετώπιση των ψυχικά ασθενών. Η διακήρυξη της Μαδρίτης το 1996 εστίασε σε θέματα που απασχολούν την ψυχιατρική κοινότητα όπως τις φυλετικές διακρίσεις κατά την ψυχιατρική πρακτική, τη σύγκρουση συμφερόντων θεραπειών και ασθενών τους με αυτά των φαρμακοβιομηχανιών κλπ .

Όσον αφορά τη θεραπευτική αντιμετώπιση της ψυχικής ασθένειας κύρια οδός παραμένει η φαρμακευτική. Η θεραπεία γίνεται πλέον εκτός του νοσοκομειακού χώρου σε κέντρα ψυχικής υγιεινής, νοσοκομεία ημέρας, ξενώνες προγράμματα αποκατάστασης, κινητές μονάδες ψυχιατρικών υπηρεσιών κλπ. Η διαδικασία της από-ασυλοποίησης εκτός από τη σύνδεσή της με κοινωνικά κινήματα για τη βελτίωση της θέσης των ψυχικά ασθενών υπήρξε και στόχος πολλών νεοφιλελεύθερων ηγετών (Θάτσερ, Raegan) που επεδίωκαν την ελάφρυνση του κρατικού προϋπολογισμού από το οικονομικό βάρος της φροντίδας των ψυχικά ασθενών. Ο αριθμός των τροφίμων των ψυχιατρικών νοσοκομείων μειώθηκε δραματικά σε Ευρώπη και Αμερική από τη δεκαετία του '80. Η θεραπεία πλέον αποτελείται από τις επισκέψεις στο θεράποντα ανά τακτά χρονικά διαστήματα και τη συνταγογράφηση συγκεκριμένων ψυχοφαρμάκων . Το ερώτημα που ανακύπτει εδώ από τη βιολογική προσέγγιση της ψυχικής ασθένειας είναι αν αυτή η τάση οδηγεί τελικά σε ένα βιολογικό ντετερμινισμό και αν ναι ποιες είναι οι επιπτώσεις. Όπως εύστοχα επισημαίνεται από τον Γ.Αμπατζόγλου η ψυχοφαρμακοβιολογία οδήγησε στην ψευδαίσθηση μιας εξ'ολοκλήρου βιολογικής ψυχιατρικής ενώ η λειτουργίες του εγκεφάλου συνδέονται – εσφαλμένα- με αυτές της ψυχής, του συναισθήματος και της σκέψης.

Στο σημείο αυτό πρέπει να τονιστεί ότι η κατανάλωση ψυχοφαρμάκων έχει αυξηθεί δραματικά χωρίς αυτό όμως να οδηγεί σε ταυτόχρονη μείωση του αριθμού των ψυχικά ασθενών αλλά στην αύξηση των καταναλωτών αγοραστών. Τα ερωτήματα που ανακύπτουν από τα αποτελέσματα αυτά είναι οι μηχανισμοί δράσης αλλά και οι στόχοι των ψυχοφαρμάκων.

Ε. Κοινωνική Αντιμετώπιση του ψυχικά ασθενούς σε διαφορετικά κοινωνικά πλαίσια

Ποια είναι η αντιμετώπιση ενός ψυχικά ασθενούς ατόμου στα πλαίσια του ψυχιατρικού νοσοκομείου, των δημοσίων χώρων και του χώρου εργασίας; Ο Goffman παρατηρεί, κατηγοριοποιεί

και περιγράφει πολύ εύστοχα τις προαναφερθείσες συμπεριφορές. Το ψυχικά πάσχον άτομο συχνά αποδίδει στον εαυτό του χαρακτηριστικά που δε διαθέτει, συμπεριφέρεται αναλόγως και προσπαθεί να πείσει τους άλλους να επιβεβαιώσουν την ταυτότητα που το ίδιο σχημάτισε για τον εαυτό του.¹⁶

Στα πλαίσια του νοσοκομείου ή του ψυχιατρείου, η συμπεριφορά αυτή είναι σχετικά διαχειρίσιμη από το ειδικευμένο και έμπειρο προσωπικό του χώρου. Οι ακραίες συμπεριφορές εύκολα πειθαρχούνται και καταστέλλονται ενώ ο ασθενής ελάχιστα πράγματα έχει τη δυνατότητα να πραγματοποιήσει. Οι φύλακες δεν ανησυχούν και οι – παράλογες – ιδέες του δεν αντιμετωπίζονται στα σοβαρά. Οι συγγενείς αποφεύγουν τις δυσάρεστες- αμήχανες καταστάσεις μειώνοντας τις επισκέψεις ενώ οι θεραπευτές μπορούν να διαχειριστούν τα ξεσπάσματα του ασθενή κρατώντας μια – επαγγελματική – απόσταση. Σε αυτή την κατάσταση επικρατεί ένας συμβιβασμός από το κοινωνικό περιβάλλον του ασθενή τηρώντας τις αποστάσεις .

Τα πράγματα είναι πολύ διαφορετικά όταν ο ασθενής βρίσκεται εκτός των νοσοκομειακών πλαισίων σε χώρους δημόσιους ή ημι-δημόσιους, όπου οι πράξεις του επιφέρουν χάος, κυρώσεις και μη ανεκτικότητα. Το σύμπτωμα δεν δικαιολογείται ούτε αντιμετωπίζεται με συμπάθεια. Κάθε μορφή κοινωνικής οργάνωσης στην οποία συμμετέχει ο ασθενής έχει το δικό της σύνολο κανόνων συμπεριφοράς η παραβίαση των γίνεται αντιληπτή ως ψυχική ασθένεια η οποία μπορεί να διαταράξει την οργάνωση. Χώροι όπως καταστήματα, γειτονιές και δημόσιες συγκοινωνίες διαθέτουν ένα αρκετά πολύπλοκο πλέγμα υποχρεώσεων που διασφαλίζουν την τάξη και το συγχρωτισμό των μετεχόντων. Προσδιορίζονται τα εδαφικά και ατομικά όρια που διευθετούν την αμοιβαία παρουσία στους κοινόχρηστους χώρους. Πολλά συμπτώματα οξείων ψυχικών παθήσεων συνιστούν φυσικά κατάφωρη παραβίαση των προαναφερθέντων ορίων.

Σε ότι αφορά τον εργασιακό χώρο ο εργαζόμενος ασθενής κινδυνεύει να δεχτεί μια απώλεια του κύρους του από συναδέλφους ή/και προϊσταμένους αναλόγως τη συμπεριφορά και τη στάση που υιοθετεί στην εργασία. Το ψυχικά πάσχον άτομο μπορεί να αρνείται να ελέγξει τη συμπεριφορά του και να αντιδρά στον άτυπο έλεγχο των άλλων. Πολλές φορές η προθυμία του να συνεργαστεί μειώνεται , μπορεί να παρεισφρέει στα πεδία αποφάσεων των υφισταμένων του , ή να αποφεύγει την επικοινωνία με τους ομοίους του γεγονός που πλήττει τις μεταξύ τους σχέσεις. Μπορεί να γίνει επίσης προσβλητικός αλαζονικός και υπερόπτης προβάλλοντας μια υπερυψωμένη εικόνα του εαυτού του.

¹⁶ E. Goffman (2012) *Η παραφροσύνη κατ' οίκον* , Αθήνα: ΑΛΕΞΑΝΔΡΕΙΑ σελ.66-72

Η εν λόγω συμπεριφορά έχει διαλυτικές συνέπειες για τους συναδέλφους του καθώς υπονομεύει την αίσθηση της κοινής συνεννόησης μαζί τους. Προκειμένου επομένως να αντιμετωπίσουν το «ταραχοποιό στοιχείο» οι συνάδελφοί του αποφεύγουν την επαφή μαζί του, στιγματίζοντάς το και αποκλείοντάς το από τις κοινές συζητήσεις – αποφάσεις. Όταν η συνέντευξη μαζί του θεωρείται αναπόφευκτη υιοθετούν μια συγκαταβατική στάση και ένα ανεκτικό, κατευναστικό, ουδέταιρο στυλ απαντήσεων που δε θα τους φέρει σε ρήξη μαζί του και δε δίνει στο πάσχον άτομο την ευκαιρία να εξεγερθεί.¹⁷ Προκειμένου να είναι έτοιμοι για οποιαδήποτε δράση του, ενδέχεται να το κατασκοπεύουν και φροντίζουν να συναντηθούν όταν είναι απών ώστε να μοιραστούν τις αντιδράσεις που τους προκάλεσαν οι τελευταίες κινήσεις του να συγκεντρώσουν πληροφορίες, να προβλέψουν την επόμενη κίνησή του και να καταστρώσουν σχέδια για την από κοινού αντιμετώπισή του. Σχηματίζεται επομένως μια αντιομάδα που έχει τον ταραξία ως αρνητικό σημείο αναφοράς, συντηρείται με το κουτσομπολιό και συνδέεται με την ιδιαίτερη αλληλεγγύη που έχει προκαλέσει ο ανταγωνισμός μαζί του.

Ο ψυχικά ασθενής μετατρέπεται σε αποδιοπομπαίο τράγο και γίνεται το κέντρο του περισπασμού. Συνέπεια αυτής της κατάστασης είναι ο δρών- που πλέον δεν είναι δέκτης καμιάς διορθωτικής ανάδρασης μπορεί να οδηγηθεί σε βίαια ξεσπάσματα ώστε να κάνει αισθητή την παρουσία του στο σκληρό τείχος που έχουν χτίσει γύρω του οι άλλοι. Οι τελευταίοι πάλι μπορεί να σχηματίσουν ένα δίκτυο συνέργειας ώστε να τον πείσουν να δεχθεί ψυχιατρική φροντίδα.

Επιπλέον ο ασθενής κινδυνεύει και να στιγματιστεί με το χαρακτηρισμό του «επικίνδунου». ¹⁸Η ψυχική ασθένεια συμβαδίζει με την εγκληματική συμπεριφορά συχνά στα μάτια της κοινωνίας. Η ακούσια και βίαιη εισαγωγή στο ψυχιατρείο υφίσταται ακόμη και σήμερα και εξαρτάται από την υποκειμενική κρίση του ψυχιάτρου καθώς και τις πολλές φορές ανυπόστατες υποδείξεις των συγγενών και της αστυνομίας. Στην αντίληψη αυτή περί επικινδυνότητας του ψυχικά πάσχοντος συμβάλλουν τόσο τα μέσα μαζικής ενημέρωσης όσο και η πρώιμη καλλιέργεια στερεοτύπων κατά την παιδική ηλικία συνήθως εντός του οικογενειακού πλαισίου . Στο «μύθο του επικίνδунου ψυχασθενή» συνέβαλλε και το γεγονός μιας σειράς αποτρόπαιων εγκλημάτων που θεωρήθηκαν-εσφαλμένα- ως αποτελέσματα ψυχικής ασθένειας. Μήπως όμως τελικά η άδικη μεταχείριση και ο στιγματισμός του ψυχικά ασθενή τον ωθούν εν τέλει σε πράξεις βίας ως αντίδραση ή για την υπεράσπιση του εαυτού του ως σωματική και ψυχική οντότητα με αξιοπρέπεια;

¹⁷ E. Goffman (2012), *Η Παραφροσύνη κατ' οίκον* , Αθήνα: ΑΛΕΞΑΝΔΡΕΙΑ σελ.68-72

¹⁸ Φ.Τσαλίκολου (1987) *Ο μύθος του επικίνδунου ψυχασθενή*, Αθήνα: ΠΑΠΑΖΗΣΗ σελ.19-22

Τα συμπεράσματα που ανακύπτουν από τις προαναφερθέντες συμπεριφορές είναι τα εξής: Καταρχήν ένα σύστημα άτυπου κοινωνικού ελέγχου μπορεί να πάει στραβά. Η μυστικότητα μπορεί να οδηγήσει στη δημιουργία μιας πραγματικά παρανοϊκής κοινότητας για τον ψυχικά ασθενή. Επιπλέον μέχρι το άτομο να νοσηλευθεί ή να μαθευτεί η ιδιαίτερη συμπεριφορά του ώστε να μην γίνεται παρεξηγήσιμη, τα συμπτώματά του θα έχουν διαλυτικές συνέπειες για την οργάνωση των κοινωνικών δομών στις οποίες βρίσκεται.

ΚΕΦΑΛΑΙΟ 2^ο

ΤΕΧΝΗ ΚΑΙ ΚΟΙΝΩΝΙΑ

Α. Τι είναι τέχνη και ποιος ο ρόλος και η σημασία της για την κοινωνία; Φιλοσοφικές προσεγγίσεις

Εντός του κοινωνικού πλαισίου η τέχνη ανέκαθεν κατείχε σημαντικό ρόλο. Στόχος της είναι η προαγωγή του αισθητικά ωραίου, η έκφραση, η μόρφωση, η ψυχαγωγία. Αν και είναι δύσκολος ο ορισμός της τέχνης πολλοί φιλόσοφοι, κοινωνιολόγοι και άνθρωποι του πνεύματος έχουν ασχοληθεί με τον προσδιορισμό της και τους σκοπούς που πρέπει να εξυπηρετεί.

Ο Λ.Τολστόι διασαφηνίζει τη διαφορά μεταξύ αληθινής και ψεύτικης τέχνης: *“Ένα γνήσιο έργο τέχνης μόνο σποραδικά αναφαίνεται στην ψυχή ενός καλλιτέχνη ως καρπός της ζωής που έζησε, όπως ακριβώς μια γυναίκα μόνο σποραδικά συλλαμβάνει και κυοφορεί. Απεναντίας, η κίβδηλη τέχνη παράγεται συνεχώς από τεχνίτες και χειροτέχνες, φτάνει να υπάρχουν οι άνθρωποι να την καταναλώσουν. Το κίνητρο για την παραγωγή πραγματικής τέχνης είναι η εσωτερική ανάγκη του καλλιτέχνη να εκφράσει ένα αίσθημα που συσσωρεύτηκε μέσα του, όπως ακριβώς για μια μάνα το κίνητρο της σύλληψης ενός παιδιού είναι η αγάπη. Το κίνητρο της κίβδηλης τέχνης, όπως και της πορνείας, είναι το κέρδος. Το αποτέλεσμα της αληθινής τέχνης είναι η εισαγωγή ενός νέου αισθήματος στις αμοιβαίες σχέσεις της ζωής, όπως το αποτέλεσμα της αγάπης μιας συζύγου είναι το νέο πλάσμα που έρχεται στη ζωή. Το αποτέλεσμα της κίβδηλης τέχνης είναι η διαστροφή του ανθρώπου, το αίσθημα του ανικανοποίητου και η εξασθένηση της πνευματικής δύναμης του ανθρώπου”*.¹⁹

Η διαφορά μεταξύ αληθινής και «κίβδηλης» τέχνης κατά τον Τολστόι έγκειται στο σκοπό που η καθεμία επιδιώκει. Η μεν πρώτη αυθεντική πραγματική τέχνη είναι αποτέλεσμα της ψυχής και του αισθήματος που βιώνει ο καλλιτέχνης που το δημιουργεί και «στόχος» (όχι φυσικά συνειδητός ούτε σκόπιμος από τον καλλιτέχνη) είναι η έκφραση και εξωτερίκευση αυτού του αισθήματος – βιώματος

¹⁹Λ.Τολστοι(2009), *Τι είναι τέχνη*, Αθήνα:PRINTA σελ.25-36

ίσως και η αποφόρτιση της θύελλας συναισθημάτων που του έχει προκαλέσει. Από την άλλη μεριά η ψεύτικη τέχνη είναι αυτή που αποσκοπεί – συνειδητά-στην κερδοσκοπία την οποία επιτυγχάνει μέσω του εντυπωσιασμού και της συνεχούς παραγωγής έργων αρεστών στο ευρύ κοινό. Η διαδικασία αυτή πέραν του ότι συνιστά ένδειξη πνευματικής πενίας οδηγεί σε ένα αίσθημα ανικανοποίητου. Στο σημείο αυτό πρέπει να τονιστεί ότι οι κοινωνικές δομές σε γενικό σύνολο διευκολύνουν την προαγωγή ψεύτικης τέχνης μέσω των ευκαιριών που δίνονται στους κερδοσκόπους να εκμεταλλευτούν τις συγκυρίες ώστε να αποκτήσουν εύκολα κέρδη. Παραμένει λοιπόν ένα-κρίσιμο- ερώτημα το υπό ποιες συνθήκες και περιβάλλοντα μπορεί να ευδοκιμήσει και να προαχθεί το αυθεντικό καλλιτεχνικό πνεύμα.

Ο Πλάτωνας και ο Αριστοτέλης επίσης ασχολήθηκαν με το αντικείμενο και τη χρησιμότητα της τέχνης. Στην Πολιτεία του ο Πλάτωνας διαχωρίζει την πραγματικότητα στον κόσμο των ιδεών όπου και βρίσκονται τα «όντως όντα» και τον κόσμο των αισθητών πραγμάτων στον οποίο βρίσκονται τα αντίγραφα των ιδεών –των αληθινών πραγμάτων.²⁰ Τα πράγματα που παρατηρούμε επομένως γύρω μας στον αισθητό κόσμο, ως αντίγραφα των ιδεών είναι σύμφωνα με τη θεωρία των ιδεών ψεύτικα. Η τέχνη, επομένως αναπαριστώντας τα αισθητά πράγματα είναι μια μίμηση και αναπαράσταση των αντιγράφων - των ψεύτικων δηλαδή αισθητών πραγμάτων. Αν λοιπόν κατά τον Πλάτωνα η ζωή μας στον αισθητό κόσμο μας απομακρύνει μια φορά από την αλήθεια , η τέχνη μας απομακρύνει δύο φορές. Για αυτό και η τέχνη μας τροφοδοτεί με απατηλές εντυπώσεις μέσω των έργων της και θα ήταν καλύτερο να απαγορευόταν από την κοινωνία.

Από την άλλη, η σωστή τέχνη βοηθά στην ορθή διάπλαση του χαρακτήρα των νέων. Για αυτό το κράτος και μόνον θα πρέπει να έχει την ευθύνη των ζητημάτων που αφορούν την επίδραση της τέχνης στους ανθρώπους. Ο νομοθέτης πρέπει να επιβλέπει τη σύνθεση έργων τέχνης και τη δημιουργία μύθων και θρύλων. Ο ποιητής θα πρέπει να υποβάλλει τα έργα του σε λογοκρισία ώστε να παίρνει έγκριση και οποιαδήποτε καινοτομία θα τιμωρείται. (Πολιτεία, 423-424, Νόμοι, 798-799). Γενικά η τέχνη καταδικάζεται από τον Πλάτωνα καθώς υπονομεύει τον ηθικό τρόπο ζωής. Για παράδειγμα στα ομηρικά έπη ή στις τραγωδίες οι θεοί παρουσιάζονται με τρόπο αισχρό, είναι φορείς ανθρώπινων αδυναμιών και δεν αποτελούν παραδείγματα εγκράτειας και ευπρέπειας. Επιπλέον κατά τον Πλάτωνα ορισμένα είδη μουσικής όπως το λυδικό και το ιωνικό προωθούν τη θλίψη και τη μαλθακότητα οδηγώντας στην ηθική κατάπτωση των ανθρώπων.

Ο Αριστοτέλης από την άλλη έχει διαφορετική γνώμη. Διακρίνει τρεις τομείς «σκέψεων» στους οποίους μπορεί να διοχετευτεί η ανθρώπινη δραστηριότητα: τη γνώση (θεωρία), την πράξη (πράξις)

²⁰M.C. Beardsley,(1989), *Ιστορία των Αισθητικών Θεωριών*, Αθήνα: ΝΕΦΕΛΗ σελ. 34-40

και τη δημιουργία (ποίησης). Η μιμητική τέχνη διαιρείται σε δύο κατηγορίες: 1) Την οπτική μίμηση μέσω του σχεδίου και του χρώματος και 2) τη μίμηση των ανθρώπινων πράξεων μέσω του στίχου, του τραγουδιού και του χορού. Ο άνθρωπος σύμφωνα με τον Αριστοτέλη αρέσκεται στη μίμηση είτε επειδή η αναγνώρισή της του είναι ευχάριστη ως λογικού όντος (συνιστά μορφή μάθησης) είτε επειδή ο ρυθμός και η μελωδία είναι ευχάριστα στην ανθρώπινη φύση.

Μέσω του έργου του «Ποιητική τέχνη» ο Αριστοτέλης απαντά στις κατηγορίες του Πλάτωνα για την ποίηση ότι δηλαδή ευθύνεται για την καλλιέργεια παθών και διαταραχής της ψυχικής αρμονίας και της λογικής εστιάζοντας στις θεραπευτικές ιδιότητες της τέχνης. Κατά τον Αριστοτέλη η ποίηση μπορεί να φαίνεται επικίνδυνη αν θεωρηθεί από τη σκοπιά της άμεσης παραφοράς του κοινού λόγω της ανακίνησης των παθών. Σε μεσοπρόθεσμο όμως διάστημα οι βαθύτερες ψυχολογικές επιπτώσεις του βιώματος αυτού είναι λυτρωτικές για το άτομο .

Ο θεατρόφιλος παρομοιάζεται με το θρησκευόμενο που αισθάνεται εξαγνισμένος από τη συγκινησιακή ανακούφιση που του προσέφερε ο ποιητικός λόγος. Μακροπρόθεσμα λοιπόν το άτομο γίνεται σοφότερο και πιο ήρεμο καθώς απαλλάσσεται ανά διαστήματα από τα συγκινησιακά ερεθίσματα που φθείρουν το χαρακτήρα και το πνεύμα του μέσω της βίωσης του ελέου και φόβου που οδηγούν στην κάθαρση. Ο θεατής οδηγείται στην κάθαρση μέσω της μετατροπής των ανθρώπινων πράξεων σε καλλιτεχνική δημιουργία από τον ποιητή. Επιπλέον η δραματική τέχνη παρουσιάζει διαχρονικά πρότυπα ανθρώπων , φορείς αξιών και εμπνευστές ιδανικών για το θεατή.²¹

Όσον αφορά την κοινωνική διάσταση της τέχνης αυτή διαφαίνεται από το βαθμό που το καλλιτεχνικό δημιούργημα μας βοηθάει να ανταποκριθούμε με το βέλτιστο δυνατό τρόπο στις ανάγκες της καθημερινότητάς μας. Οι σημαντικότεροι κοινωνικοί φιλόσοφοι που ασχολήθηκαν με το ζήτημα της κοινωνικής διάστασης της τέχνης είναι οι Claude Simon και August Comte οι οποίοι αντέκρουσαν την πεποίθηση ότι η τέχνη είναι αυτοσκοπός και ισχυρίστηκαν ότι η αξία της τέχνης εξαρτάται από τη συμβολή της στην υλοποίηση του οράματος μιας κοινωνίας δίχως βία και ταξική εκμετάλλευση.

Σύμφωνα με τον Κοντ η τέχνη δεν είναι αυτοσκοπός (η τέχνη για την τέχνη). Αν τη διαχωρίσει κανείς από την υπόλοιπη ζωή κινδυνεύει να αυτοκαταστραφεί. Η λογική δεν πρέπει να διαχωρίζεται από την τέχνη και τη φαντασία ενώ σκοπός ενός θετικιστικού πολιτικού συστήματος είναι να σταματήσει αυτό το χάσμα. Η ολοκληρωμένη ανάπτυξη της τέχνης θα υπάρξει σε μια κοινωνία όπου μέσω της επιστήμης και της διάδοσης της καλής θέλησης θα έχουν εξαφανιστεί ο πόλεμος, η

²¹Windelband, W., Heimsöth, (2001) *Εγχειρίδιο Ιστορίας της Φιλοσοφίας* – Αθήνα: MIET σελ. 15-23

οικονομική υποτέλεια και η καταπίεση. Ο Simon οραματιζόμενος μια κοινωνία απαλλαγμένη από το φεουδαλισμό και την εκκλησιαστική εξουσία έθετε τον καλλιτέχνη μαζί με τον τεχνίτη και τον – θεωρητικό ή φυσικό – επιστήμονα ως συντελεστή ανάπτυξης και ευημερίας. Η πραγματική αξία των έργων του θα εκτιμάται από όλους τους εργαζόμενους.

Η αξία της τέχνης επομένως, σύμφωνα με τους προαναφερθέντες φιλοσόφους – αντιπροσώπους της κοινωνικής ερμηνείας της τέχνης έγκειται στο γεγονός και το βαθμό με τον οποίο συνδυάζουν την ομορφιά με την χρησιμότητα. Ο καλλιτέχνης είναι υπεύθυνος μέσω του έργου του για την υψηλή αισθητική παιδεία και μόρφωση του ανθρώπου που έχει χάσει την καλαισθησία του εντός μιας αισθητικά αλλοτριωμένης κοινωνίας. Ταυτόχρονα οφείλει να του προτείνει τους τρόπους με τους οποίους θα μπορέσει να δημιουργήσει καλύτερες συνθήκες ζωής για τον εαυτό του και τις σχέσεις που συνάπτει με τους γύρω του. Ο καλλιτέχνης κατά τους Simon και Comte, οφείλει να πραγματοποιήσει μια κοινωνική αποστολή υλοποιώντας συγκεκριμένους κοινωνικούς στόχους. Η τέχνη του θα πρέπει να προσανατολίζεται (στο σημείο να γίνεται ακόμη κ στρατευμένη) στην ευημερία του κοινωνικού συνόλου(καθαρά μορφωτικός χαρακτήρας).

Στις θεωρίες των δυο φιλοσόφων εντοπίζονται βέβαια και οι πρώτες απόψεις περί στρατευμένης τέχνης (όπως διατυπώθηκαν από τον Λ.Τολστόι και τους μαρξιστές αργότερα). Στο σημείο αυτό θα μπορούσαμε να παρατηρήσουμε ότι οι φιλόσοφοι δεν έχουν κάνει κάποια νύξη για το πώς κρίνεται το πραγματικό ποίον του καλλιτεχνικού έργου (και όχι με όρους κοινωνικής ωφέλειας) καθώς και για την εσωτερική ανάγκη του καλλιτέχνη για προσωπική έκφραση (η οποία είναι και πρωταρχικό κίνητρο της έμπνευσής του).

B.Τέχνη και κοινωνία– Κοινωνιολογικές προσεγγίσεις για το σκοπό της τέχνης

Η τέχνη είναι ένα κοινωνικό φαινόμενο στενά συνδεδεμένο με την παραγωγική δραστηριότητα του ανθρώπου, την εποχή του και αποτελεί μια – ιδιόρρυθμη αντανάκλαση της κοινωνικής πραγματικότητας.²² Σαν κοινωνικό φαινόμενο η τέχνη εμφανίστηκε και αναπτύχθηκε ταυτόχρονα με την εργασία και την εξέλιξη των υλικών της κοινωνίας. Κατά τη διαδικασία της εργασίας τελειοποιήθηκαν τα μέσα του ανθρώπου, η σκέψη, ο λόγος οι αισθήσεις του. Χάρη λοιπόν στην εργασία και την εξασφάλιση των πρώτων αναγκών τους οι άνθρωποι ξεκίνησαν να αναζητούν αντικείμενα που ικανοποιούσαν τις πνευματικές και αισθητικές ανάγκες τους. Άρχισαν να

²² Σ.Ζορμπαλάς (1988), *Τέχνη και κοινωνία (Δοκίμια)* –Αθήνα: ΣΥΓΧΡΟΝΗ ΕΠΟΧΗ σ.30-35&40-50

δημιουργούν τις συνθήκες της ζωής τους σύμφωνα με τους νόμους της αισθητικής και του ωραίου. Προσπαθούσαν να δημιουργήσουν υλικά αντικείμενα όχι μόνο χρήσιμα αλλά και ωραία. Ο λαός υπό αυτές τις συνθήκες είναι ο «μεγαλύτερος καλλιτέχνης» που δημιουργεί τις πνευματικές αξίες.

Εφόσον βέβαια η εργασία πραγματοποιούνταν σε καθορισμένες παραγωγικές σχέσεις, ο χαρακτήρας και η ανάπτυξη της τέχνης εξαρτιόταν από το εκάστοτε κοινωνικοπολιτικό οικονομικό σύστημα. Η ιστορία απέδειξε ότι δεν ήταν όλα τα συστήματα ευνοϊκά για την ανάπτυξη της τέχνης. Για παράδειγμα το δουλοκτητικό, το φεουδαρχικό και το καπιταλιστικό σύστημα έθιβαν τα ταλέντα και έθεταν εμπόδια στην ανάπτυξη της αυθεντικής τέχνης. Η τέχνη βέβαια δε σχετίζεται με την υλική παραγωγή αλλά αποτελεί μέρος του υλικού πολιτισμού και το βασικό στοιχείο της είναι το ιδεολογικό περιεχόμενο. Επίσης, είναι η αντικειμενική κοινωνική πραγματικότητα με την έννοια της κουλτούρας και των ανθρώπινων σχέσεων, που αποτελεί πηγή έμπνευσης για τον καλλιτέχνη που διαβιεί στην εκάστοτε εποχή.

Η τέχνη ως κοινωνική λειτουργία- ως αντανάκλαση της πραγματικότητας- δε μπορεί να είναι αποσπασμένη από τη ζωή ούτε μπορεί να έχει ως αντικείμενο την ψυχαγωγία και τέρψη μιας περιορισμένης μειοψηφίας προνομιούχων. Επίσης δε γίνεται να αποτελεί αντικείμενο ναρκισσιστικής ατομικιστικής λύτρωσης – ικανοποίησης του καλλιτέχνη ή η προσπάθεια βελτίωσης του εαυτού του και μόνο. Σε αυτή την περίπτωση ο ρόλος της τέχνης θα υποβιβάζόταν και θα περιοριζόταν ο ρόλος της με την αφαίρεση κάθε κοινωνικού δεσμού. Οι ποιητές – δημιουργοί ως εκφραστές των κοινωνικών συνθηκών και αλλαγών οφείλουν να αποβλέπουν στην εξύψωση των συνανθρώπων τους και την κοινωνική αλλαγή προς το καλύτερο, να είναι κατά κάποιο τρόπο επαναστάτες.

Η κοινωνική αποστολή της τέχνης φαίνεται κυρίως από τη σύνδεσή της με την πράξη σε περιπτώσεις που η συγκίνηση, ο ενθουσιασμός ή η αγανάκτηση που προκαλούν τα έργα τέχνης οδηγούν στη δράση ολόκληρων κοινωνικών ομάδων, ατόμων λαών ή τάξεων. Μεγάλα παραδείγματα αποτελούν οι τραγωδίες του Αισχύλου που αποτελούσαν οδηγούς για τα κατορθώματα των Ελλήνων κατά των Περσών επιδρομέων ή τα τραγούδια του Ρήγα που αποτέλεσαν κίνητρο για τον ξεσηκωμό του 1821, ή τα σεξπηρικά έργα που καλλιέργησαν τα λεπτότερα αισθήματα σε γενιές ερωτευμένων.

Σύμφωνα με τη μαρξιστική αντίληψη η τέχνη πάντα είχε το στοιχείο της χρησιμότητας και της ωφελιμότητας. Φυσικά αυτό δε συνεπάγεται πως ωθείται από ιδιοτελή ή κερδοσκοπικά κίνητρα, αλλά πως έχει κάποια συνειδητή ή μη σκοπιμότητα. Η θέση αυτή αντιπαραβάλλεται με τη δογματική άποψη των ιδεαλιστών «η τέχνη για την τέχνη» .

Η ιστορική ανάλυση της τέχνης απορρίπτει τις μονόπλευρες ερμηνείες της αποστολής της και επιβεβαιώνει τη μαρξιστική θέση για τη γνωστική και παιδαγωγική λειτουργία της που ασκείται ταυτόχρονα και συνδυαστικά με την καθαρά αισθητική. Η γνωστική σημασία της τέχνης έγκειται στο γεγονός του ότι εμπεριέχει σημαντικό πληροφοριακό υλικό για την ιστορία των ανθρώπινων κοινωνιών και την εξέλιξη του πολιτισμού για την *εξέλιξη της ανθρώπινης προσωπικότητας*. Το πλεονέκτημα της αισθητικής γνώσης σε σύγκριση με άλλες μορφές είναι η δυνατότητα παροχής μεγάλου όγκου πληροφοριών και εμπειριών με σχετικά λιγότερα μέσα και με συγκεκριμένες ποιο κατανοητές μορφές. Στα πλαίσια παροχής γνώσης η τέχνη δε μπορεί να υποκαταστήσει την επιστήμη και το αντίθετο αλλά οι δυο τους αλληλοσυμπληρώνονται.

Σύμφωνα με τον επιστημονικό σοσιαλισμό η τέχνη εκτός από την αισθητική συγκίνηση που προκαλεί και τη συσσώρευση γνώσης που παρέχει, βοηθά τον άνθρωπο να σχηματίσει καθορισμένες στάσεις προς τη ζωή , καθώς και στη διαμόρφωση της κοσμοθεωρίας του και της προσωπικότητάς του. Στο σημείο αυτό έγκειται ο παιδαγωγικός και ηθικός ρόλος της τέχνης εντός της κοινωνίας. Η τέχνη συμβάλλει στην ηθική διάπλαση της προσωπικότητας η οποία είναι στενά συνδεδεμένη με τη γνωστική λειτουργία της τέχνης. Στο βαθμό που θα επιτευχθεί αυτή η ηθική διάπλαση παίζει ρόλο και η προσωπικότητα, η καλλιτεχνική παιδεία και κοινωνικό –οικογενειακό περιβάλλον του αποδέκτη.

Όσον αφορά τον διαπαιδαγωγικό της ρόλος της τέχνης, αυτός πλέον των προαναφερθέντων βαθαίνει και αναπτύσσει τα αισθήματα, αναπτύσσει τις αισθητικές αντιλήψεις και την αισθητική γνώση. Αυτό βέβαια εξαρτάται από το πώς αξιοποιείται η τέχνη από την οικογένεια , το σχολείο και την κοινωνία. Η επίδραση της τέχνης λοιπόν στην κοινωνική αγωγή εξαρτάται από την επαφή που δημιουργείται μεταξύ του καλλιτέχνη ή ερμηνευτή και του δέκτη του έργου τέχνης καθώς και την προσωπικότητα των ηρώων του έργου τέχνης. Όσο πιο στενή και ουσιαστική είναι η αλληλεπίδραση όλων των προσωπικοτήτων που συμμετέχουν στον «καλλιτεχνικό διάλογο» τόσο και η επίδραση της τέχνης στις ανθρώπινες ψυχές θα αποκτήσει τη μορφή της κοινωνικής διαπαιδαγώγησης.

Ο κοινωνικός ρόλος της τέχνης αποδεικνύεται από το γεγονός ότι έχει ως κέντρο τον άνθρωπο , συνοδεύοντας κάθε ανθρώπινη εκδήλωση και συνδεδεμένη αναπόσπαστα με την πράξη. Όσο περισσότερο η καλλιτεχνική συγκίνηση μετατρέπεται σε πράξη τόσο πιο δυνατή γίνεται η επίδραση της τέχνης στην κοινωνική εξέλιξη. Σύμφωνα μάλιστα και με τη μαρξιστική αισθητική²³ το έργο τέχνης έχει αξία μόνο όταν λαμβάνει υπ' όψιν του τον άνθρωπο ως κοινωνικό ον. Το άξιο έργο τέχνης κρίνεται όχι από τις προθέσεις του δημιουργού του ή τα συνθήματα αλλά από το αν δίνει στον άνθρωπο μια πληρέστερη συνείδηση του εαυτού του και της δύναμής του να μεταμορφώνει τον κόσμο και τον εαυτό του. Επίσης από το αν διεγείρει τις συνειδήσεις αν βγάζει τον άνθρωπο από την κατάσταση αδιαφορίας και απάθειας για τα κοινωνικά θέματα και τους συνανθρώπους του αν τον κάνει να ενθουσιάζεται και να αγαπάει την κοινωνική – και συνεπώς την ατομική του πρόοδο. Η ηθική συμπεριφορά επομένως που προκαλείται από το έργο τέχνης είναι μια ουσιαστικά κοινωνική σχέση . Ο άνθρωπος που δημιουργεί ή προβάλλει τέχνη δε θα είναι μια προσωπικότητα εκτός του κοινωνικού συνόλου αλλά θα είναι ο ακούρατος ερευνητής που θα αναζητά την ατομική και κοινωνική ευτυχία θα μάχεται την κατάπτωση και την αδικία και θα είναι αναμορφωτής του μέλλοντος.

Γ. Η αναγκαιότητα της τέχνης – Η κοινωνική της επίδραση

Ο ζωγράφος Μοντριάν θεώρησε την τέχνη ως ανάγκη, ως ένα υποκατάστατο μιας μη ισορροπημένης πραγματικής ζωής. Όπως χαρακτηριστικά ανέφερε «Η τέχνη θα εξαφανίζεται όσο η ζωή αποκτά περισσότερη ισορροπία». Η τέχνη όμως δεν είναι – μόνο- το μέσο που φέρνει τον άνθρωπο σε μια κατάσταση ισορροπίας με το περιβάλλον του. Επιπλέον εφόσον δε μπορούμε να αναμένουμε μια κατάσταση μόνιμης και πλήρους ισορροπίας ακόμη και στην πλέον ανώτατη εξελιγμένη κοινωνία, η ιδέα του Μοντριάν είναι μάλλον ουτοπική. Η τέχνη θα παραμένει πάντοτε μια ανάγκη.

Ο Ε.Φίσερ κάνει μια απόπειρα να κατανοήσει και να περιγράψει την ανάγκη για τέχνη εντός της κοινωνίας.²⁴ Είναι γνωστό πως ο άνθρωπος ψυχαγωγείται διαβάζοντας βιβλία, πηγαίνοντας θέατρο ή κινηματογράφο και απολαμβάνοντας ένα μουσικό άκουσμα ή οπτικό θέαμα. Ταυτίζοντας δηλαδή τον εαυτό του με μια διαφορετική «πραγματικότητα» από αυτή που βιώνει, δηλαδή με το έργο

²³ K.Marx- Engels(1975), *Για την τέχνη* , Αθήνα: ΕΞΑΝΤΑΣ σ.160-161

²⁴Ε. Φίσερ (2000) *Η αναγκαιότητα της τέχνης*, ΘΕΜΕΛΙΟ σελ.10-30

τέχνης που απολαμβάνει. Ο άνθρωπος προσπαθεί να κάνει τη ζωή του εντονότερη πλουσιότερη σε συναρπαστικές ενδιαφέρουσες εμπειρίες ταυτόχρονα όμως χωρίς να ρισκοκινδυνεύσει για να τις αποκτήσει. Πασχίζει να ολοκληρωθεί βγαίνοντας από τη μετριότητα της ατομικής του ζωής και τείνοντας προς μια πληρότητα που τη νιώθει και την αποζητά και την οποία του αποστερεί η ατομικότητα και οι περιορισμοί που αυτή συνεπάγεται. Αποζητά ένα κόσμο ποιο κατανοήσιμο και δικαιότερο, που να δίνει νόημα στη ζωή του. Επαναστατεί γιατί είναι υποχρεωμένος να αναλώνεται στα περιορισμένα όρια της δικής του ζωής και στα εφήμερα τυχαία όρια της προσωπικότητάς του. Θέλει να επιτύχει κάτι πέρα από το περιορισμένο «εγώ» του, κάτι έξω από τον εαυτό του αλλά ταυτόχρονα τόσο ουσιαστικό για τον εαυτό του. Ποθεί να απορροφήσει τον γύρω κόσμο και να τον κάνει δικό του –να κάνει κοινωνική την ατομικότητά του.

Αρκετές έρευνες έχουν ασχοληθεί με τη μελέτη της επίδρασης των τεχνών στην κοινωνία.²⁵ Η τέχνη στο κοινωνικό πλαίσιο διευρύνει τη δημιουργικότητα και την καινοτομία. Σύμφωνα με αναφορά του Conference Board, η δημιουργικότητα βρίσκεται ανάμεσα στις πέντε εφαρμοσμένες γνώσεις που είναι πλέον απαραίτητες στον τομέα των επιχειρήσεων και της επιχειρηματικότητας και λαμβάνεται σοβαρά υπ' όψιν στις προσλήψεις προσωπικού. Το μεγαλύτερο αποδεικτικό δημιουργικότητας θεωρείται ένα πτυχίο πανεπιστημίου τεχνών. Οι τέχνες όπως ο χορός, η μουσική, η δημιουργική γραφή, η ζωγραφική αποδεικνύουν γνώσεις που περιζήτητες από τους εργοδότες τρίτης γενιάς.

Έρευνα του πανεπιστημίου της Πενσυλβάνια αποδεικνύει επίσης ότι η προώθηση της τέχνης σε μια κοινωνία συνεπάγεται μεγαλύτερη κοινωνική συνοχή, περισσότερη πολιτική συμμετοχή, υψηλότερη παιδική ευημερία και μικρότερα ποσοστά φτώχειας. Μια ενεργά «καλλιτεχνική» κοινωνία διασφαλίζει ότι οι νέοι δεν αφήνονται να επιβιώσουν στυγνά στα πλαίσια μιας καπιταλιστικής κουλτούρας και αγοράς εργασίας. Οι τέχνες επίσης βελτιώνουν την κοινοτική υγεία. Σχεδόν τα μισά νοσοκομειακά ιδρύματα των ΗΠΑ παρέχουν καλλιτεχνικά προγράμματα για τους ασθενείς, τις οικογένειες ακόμη και το προσωπικό. Το 78% από αυτά τα ιδρύματα παρέχει τις εν λόγω υπηρεσίες λόγω των θεραπευτικών πλεονεκτημάτων που έχουν για τους ασθενείς – μικρότερη διάρκεια νοσηλείας, καλύτερη διαχείριση του πόνου και μικρότερη φαρμακευτική αγωγή.

Δ. Ο χορός εντός του κοινωνικού πλαισίου : Κοινωνική – ανθρωπολογική προσέγγιση

²⁵R.I.Cohen – americansforthearts.org – The top ten reasons to support the arts in 2014

Ο χορός θεωρείται η αρχαιότερη των τεχνών.²⁶ Προτού χρησιμοποιηθεί με τη μορφή της καλλιτεχνικής έκφρασης και δημιουργίας ήδη ο χορός ενυπάρχει στον άνθρωπο μέσω της κίνησης και των δυνατοτήτων του ανθρώπινου σώματος. Πρόκειται για μια φυσική δραστηριότητα που προκαλεί φυσικά αποτελέσματα όπως το τρέξιμο, το περπάτημα, η καλή φυσική κατάσταση κλπ. Ο χορός απαιτεί επίσης την κινητικότητα που μας επιτρέπει να συλλάβουμε και να αναπαράγουμε κινησιακές και ρυθμικές μορφές που παραπέμπουν σε οργανικές δομές (γενετικές, βιολογικές κλπ) οι οποίες είναι γενετικά κληροδοτημένες. Με τον τρόπο αυτό ο χορός προκαλεί την αναβίωση των φυλογενετικών εκείνων στοιχείων που ελέγχουν τη σωματικά εγγεγραμμένη συμπεριφορά μας όπως πχ τη φυγή, την επίθεση την προστασία την υποταγή κλπ. Η πρώτη αυτή μορφή έκφρασης ενεργοποιούμενη μέσω του χορού μας επιτρέπει την πρόσβαση σε θεμελιώδη, παγκόσμια νευρο – ψυχολογικά συστήματα –δηλαδή στο «συλλογικό /κοινωνικό ασυνείδητο»

Ο χορός στις διάφορες κουλτούρες και κοινωνίες εμπεριέχει πολιτισμικά στοιχεία που σχετίζονται με όλες τις εκφάνσεις της ανθρώπινης ζωής εντός του εκάστοτε κοινωνικού πλαισίου.²⁷ Κοινωνικοί συμβολισμοί και προσωπικά βιώματα συμπεριλαμβάνονται στους τοπικούς χορούς συντελώντας μια πλήρη μη λεκτική γλώσσα και ένα κώδικα μη λεκτικής- κοινωνικής έκφρασης και επικοινωνίας. Ο χορός επιπλέον δεν περιορίζεται στην επανασύνδεση του ανθρώπου με τις βιολογικές – κοινωνικές του ρίζες, αλλά μοιράζεται μαζί με τις υπόλοιπες καλές τέχνες την επιθυμία για το ωραίο. Είναι μια δραστηριότητα που βασίζεται στη μετουσίωση. Ταυτόχρονα εξυπηρετεί την επικοινωνία με το θείο στοιχείο και τα ιερά.

Το σώμα μέσω του χορού γίνεται το όχημα να περάσει κανείς από τη Φύση (κίνηση) στον Πολιτισμό και στα εσώτερα επίπεδά του – την Τέχνη και το μυστικισμό. Ο χορός λοιπόν απευθύνεται σε ένα πολυδιάστατο σώμα στο οποίο είναι παρόντα όλα τα επίπεδα: το βιολογικό, το κοινωνικό, το ψυχολογικό, το καλλιτεχνικό και το θρησκευτικό. Σα δραστηριότητα με σωματική και ψυχική διάσταση αντιπροσωπεύει άθληση και τέχνη, ψυχαγωγία και πνευματική άσκηση .

²⁶Schott- Billman (2009), *Όταν ο χορός θεραπεύει*, Αθήνα: ΕΛΛΗΝΙΚΗ ΓΡΑΜΜΑΤΕΙΑ σελ. 44-55

²⁷ Schott- Billman (2009), *Όταν ο χορός θεραπεύει*, Αθήνα: ΕΛΛΗΝΙΚΗ ΓΡΑΜΜΑΤΕΙΑ σελ. 44-50

ΚΕΦΑΛΑΙΟ 3^ο

ΤΕΧΝΗ ΚΑΙ ΘΕΡΑΠΕΙΑ

A. Τέχνη και ψυχανάλυση : θεωρητικές προσεγγίσεις

Υπάρχουν αρκετές αναφορές στη θεωρία της ψυχολογίας για την τέχνη και τη σχέση της με την ψυχική κατάσταση και συμπεριφορά. Η δημιουργία , το καλλιτεχνικό αποτέλεσμα, το ταλέντο η ψυχική ανάλυση του καλλιτέχνη και η σύνδεση της τέχνης με τη θεραπεία απασχόλησαν πολλούς θεωρητικούς της ψυχολογίας. Ο S.Freud έχει αφιερώσει σημαντικό μέρος του έργου του (ίσως και το πιο εκτεταμένο στη βιβλιογραφία της ψυχολογίας) στην ανάλυση τόσο του έργου τέχνης όσο και του καλλιτέχνη που το δημιουργήσε.

Καταρχήν ο Freud αναφέρει στο έργο του την τέχνη ως ψυχική άμυνα του ψυχικού οργάνου – τη μετουσίωση.²⁸ Η μετουσίωση κατά τον Freud είναι η διαδικασία μετασηματισμού της ενέργειας που θα χρησιμοποιείτο για σκοπούς που έχουν να κάνουν σεξουαλικές ή επιθετικές ενορμήσεις, σε ενέργεια που χρησιμοποιείται για την επίτευξη ενός έργου ηθικά και κοινωνικά αποδεκτού/αρεστού (πχ, καλλιτεχνικό ή επιστημονικό επίτευγμα). Ένα μέρος της ανθρώπινης δράσης που τυγχάνει κοινωνικής αναγνώρισης είναι η τέχνη. Ως ψυχική άμυνα η μετουσίωση θεωρείται ο ωριμότερος και πλέον υγιής τρόπος επίλυσης των ενδοψυχικών συγκρούσεων καθώς εκτονώνει την (μη επιθυμητή) ενορμητική πίεση μέσω οδών που προάγουν την ανάπτυξη του πολιτισμού και την ευεργεσία του κοινωνικού συνόλου.

Για παράδειγμα ένας ηθοποιός μπορεί να μετουσιώνει την επιδειξιμανία του ή το ναρκισσισμό του, ένας ζωγράφος την ηδονοβλεψία του κτλ. Η πεμπτουσία επομένως του πολιτισμού εμπεριέχεται στην ικανότητα των ανθρώπων να μετουσιώνουν τις σεξουαλικές και επιθετικές ενορμήσεις τους . Παράλληλα όμως διακρίνουμε και μια αμφίδρομη πρακτική , σχετικά με την επίδραση του πολιτισμού στην ενεργοποίηση και το αποτέλεσμα της μετουσίωσης. Οι περιορισμοί και οι αναγκαιότητες που επιβάλλονται από την κατασταλτική φύση του πολιτισμού μπορούν να καμφθούν μέσω του μετασηματισμού τους σε καλλιτεχνική δημιουργία. Το ίδιο συμβαίνει και με τους περιορισμούς που επιβάλλουν και οι εκάστοτε θρησκείες.

²⁸ Γ.Ποταμιάνος, Φ.Αναγνωστόπουλος-Προσωπικότητα, Αθήνα: ΠΑΠΑΖΗΣΗ σ. 121-122

Η δυνατότητα μετουσίωσης της θυελλώδους ανεπιθύμητης ενέργειας επομένως, κυριολεκτικά σώζει το ψυχικό όργανο από την κατάρρευση. Σημαντικό είναι να τονιστεί πως μετουσίωση υφίσταται το τμήμα εκείνο της ενέργειας που δεν έχει απωθηθεί. Για παράδειγμα στο έργο «Χαρακτήρας και πρωκτικός ερωτισμός» γίνεται λόγος και πάλι για την αλλαγή του σκοπού της ενόρμησης. Αναφέρεται πως ένα μόνο μέρος της διοχετεύεται σε σεξουαλικούς σκοπούς ενώ το άλλο αποσπάται και κατευθύνεται σε άλλους σεξουαλικά ουδετεροποιημένους (αποσεξουαλικοποίηση)²⁹. Στο «Μορφές έκλυσης της νεύρωσης» η μετουσίωση εκλαμβάνεται ως η κατεξοχήν δυνατότητα αποφυγής του νευρωτικού συμπτώματος (στη βάση της αλλαγής του σκοπού της ενόρμησης ως προς τη ματαίωση που ανακαλείται από το σύμπτωμα).

Ένα από τα χαρακτηριστικά που δυσχεραίνουν την πλήρη λειτουργία του μετουσιωτικού μηχανισμού είναι η μη καθολικότητά του. Η διαδικασία της μετουσίωσης ως μια από τις κύριες πηγές καλλιτεχνικής δημιουργίας σχετίζεται με μια κατηγορία υποκειμένων τα οποία ευνοούνται από ανάλογη προδιάθεση υψηλού πνευματικού επιπέδου.³⁰ Επομένως ως διαδικασία δε μπορεί να ενεργοποιηθεί από όλους καθώς συνδέεται με ειδικές ικανότητες, με άτομα δηλαδή που είναι σε θέση να παράγουν ένα έργο υψηλού επιπέδου σε σχέση με τους άλλους. Στην «Εκπολιτισμένη σεξουαλική ηθική» ο Freud αναφέρει ξεκάθαρα πως η συγκρότηση της ικανοποίησης της ενόρμησης (σεξουαλικής ή επιθετικής) μέσω της υποκατάστασης του σκοπού – της διοχέτευσής της δηλαδή σε μια υψηλή πνευματική δημιουργία- περιορίζεται μόνον σε μια μειοψηφία προικισμένων υποκειμένων. Στο σημείο αυτό θέτει ένα κριτήριο διαφοροποίησης των επιμέρους μορφών και βαθμών μετουσίωσης, των ειδών πνευματικής παραγωγής και κάνει λόγο για μια διαφορετική δυνατότητα παραίτησης από την ενόρμηση.

Επιπλέον και στα «Πέντε μαθήματα για την ψυχανάλυση» ο Freud αναφέρεται στον περιορισμό του αποτελέσματος του μετουσιωτικού μηχανισμού σε μια μόνο κατηγορία υποκειμένων αυτών που έχουν «καλλιτεχνικό ταλέντο», το οποίο από ψυχολογικής σκοπιάς σύμφωνα με το Freud δε μπορεί να ερμηνευθεί. Τα προικισμένα υποκείμενα είναι σε θέση να αποσυρθούν με τον πιο ικανοποιητικό τρόπο από την πραγματικότητα στον κόσμο της φαντασίωσής τους και μέσω της μετατροπής του σε καλλιτεχνική δημιουργία να αποφύγουν την έκφραση του νευρωτικού συμπτώματος. Όταν όμως το καλλιτεχνικό ταλέντο απουσιάζει η δεν επαρκεί η φαντασίωση ως απόσυρση από την πραγματικότητα επαναφέρει το υποκείμενο στην αναζήτηση της ικανοποίησης της ενόρμησης κατά το πρότυπο της παιδικής ηλικίας – έκφραση της οποίας αποτελεί το νευρωτικό σύμπτωμα.

²⁹ Β.Δημόπουλος, *Οι ψυχικές άμυνες και τα παράδοξά τους*, Αθήνα: ΑΡΜΟΣ σελ.34-45

³⁰ Ν. Παπαχριστόπουλος (2005) *Ψυχανάλυση και γραφή*, Αθήνα: ΒΙΒΛΙΟΡΑΜΑ σελ. 73-87 & 80-83

Στο σημείο αυτό ανακύπτει και το ερώτημα με τι κριτήρια και ποια άτομα- δημιουργοί μπορεί να θεωρηθεί πως διαθέτουν τις απαραίτητες ικανότητες και συνεπώς να εκληφθούν τα έργα τους ως αποτελέσματα ενός μετουσιωτικού μηχανισμού, στο βαθμό που τα έργα άλλων δημιουργών με υποδεέστερες ικανότητες δε μπορούν να αποτελούν αποτέλεσμα μετουσίωσης. Η φρουδική προσέγγιση παραβλέπει την επίδραση του ίδιου του πολιτισμού στο διαχωρισμό των αυθεντικών ικανών καλλιτεχνών από τους υπόλοιπους επιβάλλοντας αισθητικούς κανόνες – κριτήρια ανάλογα με την εποχή.

Από την άλλη, σύμφωνα με τον ψυχίατρο Βασίλη Δημόπουλο,³¹ όλοι μπορούν να κάνουν μετουσίωση – η οποία συμβαίνει σε μεγάλο βαθμό συνεχώς στην καθημερινότητά μας – όχι απαραίτητα μέσω της τέχνης αλλά ο καθένας σύμφωνα με την αντίστοιχη φυσική του προδιάθεση (πχ επιστημονική - ακαδημαϊκή ενασχόληση, συζήτηση κλπ). Η τέχνη - σε ότι αφορά τη μετουσιωτική της πλευρά, είτε πραγματοποιείται από κάποιον με έμφυτο ταλέντο και φυσική προδιάθεση, είτε από κάποιον που δεν έχει την ίδια φυσική προδιάθεση για λόγους καθαρά μετουσιωτικούς ή θεραπευτικούς.

Στην πρώτη περίπτωση το υποκείμενο πραγματοποιεί την τέχνη (σε οποιαδήποτε μορφή της) με ευχαρίστηση (ηδονή) ενώ στη δεύτερη περίπτωση η τέχνη πραγματοποιείται με άγχος. Και στις δύο περιπτώσεις η λειτουργία της τέχνης είναι λυτρωτική συμβάλλοντας στην αυτό-θεραπεία και την αποφυγή της κατάρρευσης του ψυχικού οργάνου από τις ενορμητικές πιέσεις.³² Εδώ όμως πάλι γεννάται το ερώτημα (αναφορικά με τη μετουσίωση ως μετασηματισμού της ενορμητικής ενέργειας σε καλλιτεχνικό έργο) αν όντως η λειτουργία της τέχνης αποβαίνει ωφέλιμη και για τα υποκείμενα που στερούνται της φυσικής προδιάθεσης – ταλέντου ή αντίθετα μέσω του άγχους και της πίεσης για την πραγματοποίησή τους οδηγούν σε αντίθετα αποτελέσματα (ψυχαναγκασμό, νεύρωση).

B. Τέχνη και ψυχανάλυση – Η περίπτωση του Σουρεαλισμού

Η περίπτωση του καλλιτεχνικού κινήματος του σουρεαλισμού (αφορά την ποίηση , τη λογοτεχνία και τη ζωγραφική) αποδεικνύει μια μεγάλη σύνδεση της ψυχοσύνθεσης με την τέχνη. ³³Οι σουρεαλιστές καλλιτέχνες εξέφραζαν μέσω της τέχνης τους τμήμα του ασυνειδήτου τους γεγονός αρκετά εντυπωσιακό. Μάλιστα χρησιμοποίησαν το όνειρο στην «ψυχανάλυση» τους και κατ

³¹ Β.Δημόπουλος , Συνέντευξη Αθήνα 13/3/2017 βλ. παράρτημα συνεντεύξεων, συνέντευξη 1η

³² Β.Δημόπουλος(2016) *Οι ψυχικές άμυνες και τα παράδοξά τους*, Αθήνα ΑΡΜΟΣ σ.35-37

³³ P. Waldberg(1983), *Σουρεαλισμός* , Αθήνα :ΥΠΟΔΟΜΗ σ. 17-23

‘επέκταση την δημιουργία τους. Μέσω της ύπνωσης και άλλων μεθόδων κατάφεραν να επιτύχουν την αυτόματη εμβάθυνση στο ασυνείδητο χωρίς λογοκρισία ή κάθε άλλο περιορισμό- το λεγόμενο αυτοματισμό. Με τον τρόπο αυτό ανακάλυπταν (και αποκάλυπταν μέσω του έργου τους) μέρη του ασυνείδητου τους. Σύμφωνα με τον Β.Δημόπουλο αυτή η τόσο απότομη μετάβαση στο ασυνείδητο χωρίς προηγούμενη βαθμιαία μετάβαση στο προσυνειδητό και υποσυνείδητο είναι σχεδόν ανέφικτη σε ψυχικά υγιή ή νευρωτικά άτομα και προϋποθέτει /αποκαλύπτει κάποιου είδους ψύχωση στο άτομο που την πραγματοποιεί.³⁴

Σύμφωνα με την ψυχαναλυτική θεωρία του Φρόυντ³⁵ το ασυνείδητο τμήμα της ψυχής είναι μια απωθημένη πραγματικότητα. Αποτελείται από στοιχεία της προσωπικότητας (παρορμήσεις, πάθη, απωθημένες ιδέες, φόβους, συναισθήματα) κρυμμένα ώστε να μην καταστούν γνωστά στο άτομο καθώς δεν είναι ηθικά αποδεκτά από το εγώ και υπερεγώ. Οι παρορμήσεις που βρίσκονται θαμμένες στο ασυνείδητο περιλαμβάνουν κυρίως την επιθετικότητα και τη σεξουαλική συμπεριφορά του ατόμου. Τις ασυνείδητες διαδικασίες μπορούμε να τις γνωρίσουμε μόνο εμμέσως, μέσω των γλωσσικών παραδρομών, των κενών της μνήμης, του συμβολισμού των ονείρων και του ελεύθερου συνειρμού.

Στο σουρεαλισμό ο δημιουργός –καλλιτέχνης, δρα αυθόρμητα ξεδιπλώνοντας και αποκαλύπτοντας ειλικρινώς το ασυνείδητο χωρίς περιορισμούς ηθικής είτε αισθητικής και χωρίς καμία διάθεση αυτολογοκρισίας μέσω της διαδικασίας του αυτοματισμού. Ο αυτοματισμός αποτελεί δηλαδή μέσο έκφρασης του ασυνειδήτου με τη χρήση λέξεων τοποθετημένων τυχαία και αυθόρμητα, δημιουργώντας έτσι παράλογες και φανταστικές εικόνες οι οποίες δε συνδέονται απαραίτητα λογικά μεταξύ τους. Η διαδικασία αυτή μοιάζει αρκετά με τη ψυχαναλυτική μέθοδο του ελεύθερου συνειρμού κατά την οποία ο αναλυόμενος αφήνει τον εαυτό του να μιλήσει εντελώς ελεύθερα στον ψυχαναλυτή, χωρίς φόβο ή ντροπή λέγοντας ανεξέλεγκτα οτιδήποτε περνάει από το μυαλό του.

Η μέθοδος αυτή η οποία χρησιμοποιήθηκε από το Φρόυντ μέχρι και σήμερα αποκαλύπτει ένα μεγάλο μέρος από μνήμες του ατόμου που αφορά ψυχικά τραύματα, φαντασιώσεις, σεξουαλικές εμπειρίες κλπ. Θα μπορούσε κανείς να χαρακτηρίσει τον αυτοματισμό στο σουρεαλισμό μια εναλλακτική μορφή ψυχανάλυσης που εκφράζεται μέσω της τέχνης; Η απάντηση είναι μάλλον θετική.

³⁴ Β.Δημόπουλος, Συνέντευξη Αθήνα 13/3/2017 βλ. παράρτημα συνεντεύξεων, συνέντευξη 8η

³⁵ Ποταμιάνος Γ. Αναγνωστόπουλος Φ. (2012) *Προσωπικότητα: Θεωρίες, κλινική πρακτική και έρευνα* Αθήνα: ΠΑΠΑΖΗΣΗ σελ.45-47

πραγματικές επιθυμίες του ατόμου διατηρώντας τις ισορροπίες ώστε να εξυπηρετηθεί η ανάγκη του για την ικανοποίησή τους από την άλλη όμως να μη διαταράζουν την ηρεμία του εγώ.³⁷

Ο Σαλβαντόρ Νταλί³⁸ είναι ένας από τους σουρεαλιστές ζωγράφους που χρησιμοποίησαν ως επί το πλείστον ονειρικές σκηνές στους πίνακές τους. Η θεματολογία του είναι είτε πραγματική (τα όνειρα του καλλιτέχνη) είτε φανταστική. Από τα πλέον χαρακτηριστικά δείγματα θεωρείται ο παραπάνω πίνακας με τίτλο «Όνειρο που προκλήθηκε από το πέταγμα μιας μέλισσας γύρω από ένα ρόδι ένα λεπτό πριν το ξύπνημα». Το έργο του Νταλί αγγίζει τον κόσμο των ονείρων μεταφέροντας τον θεατή του εκτός τόπου και χρόνου όπως ακριβώς συμβαίνει και κατά τη διάρκεια που κάποιος ονειρεύεται. Οι εφιάλτες κατά το Freud αποτελούν την αντίδραση του εγώ σε σφοδρές ή μη επαρκώς μεταμφιεσμένες επιθυμίες. Συμβολισμοί, εφιάλτες, ταμπού και απωθημένες επιθυμίες, εικόνες που αντιπροσωπεύουν σκέψεις εμφανίζονται στα θέματα των σουρεαλιστικών πινάκων. Οι διαδικασίες μεταμφίεσης του ονείρου μέσω των οποίων μπορούμε να αποκαλύψουμε το άδηλο μέρος του ονείρου στο πραγματικό του νόημα είναι οι παρακάτω και συναντώνται συχνά σε θέματα σουρεαλιστικών πινάκων:

- Συμπύκνωση: Το ονειρικό αντικείμενο έχει πολλαπλές σημασίες και ερμηνείες
- Μεταφορά: Η σημασία ενός αντικειμένου μεταφέρεται σε κάποιο άλλο αντικείμενο ξεγελώντας το υπερ-εγώ ώστε να αποφευχθεί η λογοκρισία
- Αντιπροσώπωση: Η διαδικασία όπου μια σκέψη αντιπροσωπεύεται από μια εικόνα
- Συμβολισμός: Μια πράξη, πρόσωπο ή ιδέα αντιπροσωπεύεται από κάποιο «ακίνδυνο» σύμβολο.

Στο περιοδικό «La revolution Surrealiste» δίνεται έμφαση στη σημασία του ονείρου. Όπως χαρακτηριστικά αναφέρουν οι σουρεαλιστές αρθρογράφοι «..αφού η νόηση δε λογαριάζεται πια, μονάχα το όνειρο αφήνει στον άνθρωπο όλα του τα δικαιώματα στην ελευθερία. Χάρη στο όνειρο το νόημα του θανάτου παύει να ναι πια ανεξιχνίαστο και το νόημα της ζωής γίνεται αδιάφορο... Είμαστε στο έλεος του ονείρου και πρέπει να δεχτούμε την εξουσία του ακόμη και στο ξύπνιο μας. Ο σουρεαλισμός ανοίγει τις πύλες του ονείρου σε όλους όσους η νύχτα δεν είναι φειδωλή».

Η τέχνη (με την έννοια της καλλιτεχνικής μετουσίωσης) σύμφωνα με τον Χ.Μωρίκη προσφέρει τη δυνατότητα γνώσης και συμφιλίωσης με τη σκληρή πραγματικότητα (πχ ενόρμηση θανάτου) χωρίς όμως να την αρνείται ή απωθεί! Ο σουρεαλισμός πέτυχε σε μεγάλο βαθμό αυτό το σκοπό. Το ρεύμα του σουρεαλισμού ήταν ένας κομβικός σταθμός για την προαγωγή της γνώσης του

³⁷ S. Freud (1993), *Η ερμηνεία των ονείρων*, Αθήνα: ΕΠΙΚΟΥΡΟΣ σ. 12- 20

³⁸ Dawn A. (1982), *Νταλί*, Αθήνα: ΥΠΟΔΟΜΗ σ.80-99

ασυνειδήτου που μπορούσε να πραγματοποιηθεί μέσω της τέχνης . Η ίδια διαδικασία – την οποία οι σουρεαλιστές επιτύχαναν χωρίς μεγάλη ταλαιπωρία – στη συμβατική ψυχανάλυση απαιτεί κόπο , χρόνο και προδιαθέτει αμφίβολο αποτέλεσμα.

Γ. Δημιουργικότητα και ψυχή : Η τέχνη ως ψυχική διεργασία

Η ικανότητα της δημιουργίας ενυπάρχει σε όλα τα άτομα σε διαφορετικό βαθμό και αναπαράγεται αν υπάρχει θέληση και κατάλληλη εκπαίδευση.³⁹ Ως δυναμική κατάσταση υφίσταται στον άνθρωπο από την παιδική ως την ώριμη ηλικία του ενώ συνδέεται με το οικογενειακό και κοινωνικο-πολιτιστικό περιβάλλον του ατόμου, η θέληση, η τάση και η ικανότητα του να πειραματιστεί, να διερευνήσει και να εκφράσει πρωτότυπες ιδέες για νέες καταστάσεις, άτομα και πράξεις. Το παιδί όταν πρωτανακαλύπτει τον κόσμο χρησιμοποιεί τα γύρω του υλικά αντικείμενα και το παιχνίδι για να εκφράσει τις σκέψεις και τα συναισθήματά του. Οι καθημερινές του δραστηριότητες του προσφέρουν πολλές ευκαιρίες δημιουργικής δράσης. Το παιδί χρησιμοποιεί την τέχνη για να εκφραστεί. Ζωγραφίζει τη φύση, τραγουδά, χορεύει εκφράζοντας τις ιδέες και τα συναισθήματά του. Από το σχολικό, κοινωνικό και οικογενειακό πλαίσιο του προσφέρονται και ενθαρρύνονται ευκαιρίες δημιουργικής μάθησης και τρόποι αξιοποίησής της. Είναι στη φύση λοιπόν του ανθρώπου η έκφραση μέσω της δημιουργίας ενώ ο κόσμος (με την έννοια του περιβάλλοντος γύρω μας φυσικού ή μη) είναι μια θαυμάσια πηγή δημιουργικής γνώσης και έμπνευσης .

Ο Ν.Ν Δρακουλίδης υποστηρίζει ότι η ψυχολογία του ασυνειδήτου αποδεικνύει πως η καλλιτεχνική δημιουργία σε όλες τις εκδηλώσεις (κυρίως σε αυτές που για όργανό της χρησιμοποιεί το λόγο) είναι καθαρά βιολογική εκδήλωση, αντιστάθμιση της εξιδανίκευσης των ανικανοποίητων βασικών ενστίκτων και επιθυμιών του ανθρώπου.⁴⁰ Όμως για να οδηγηθεί αυτή η εξιδανικευτική αντιστάθμιση σε γνήσια καλλιτεχνική δημιουργία απαραίτητη προϋπόθεση είναι η ύπαρξη καλλιτεχνικού ταλέντου η οποία χαρακτηρίζει το ταλαντούχο άτομο αλλά δεν πρέπει να συγχέεται με την καλλιτεχνική ροπή που υπάρχει σε όλα τα άτομα και εμφανίζεται από την παιδική ηλικία.

Και οι δυο ιδιότητες είναι ειλικρινείς και αυθόρμητες καθόσον η μια μας δίνει τη γνήσιαραφιναρτισμένη - τέχνη και η άλλη την πρωτόγονη τέχνη. Στο σημείο αυτό αξίζει να αναφερθεί η άποψη των Χ. Μωρική και Β.Δημόπουλου για την αέναη και καθολική ύπαρξη της τέχνης, μια

³⁹ Α.Β. Ρήγα (2009) *Η ψυχολογία της τέχνης* , Αθήνα : ΠΕΔΙΟ σελ.13-16

⁴⁰ Ν.Ν.Δρακουλίδης – *Η ψυχαναλυτική ερμηνεία της τέχνης*, Αθήνα: ΑΡΓΩ σ. 5-20

διαδικασία που υπάρχει πέραν από την ανθρώπινη ψυχοσύνθεση.⁴¹ Η τέχνη δεν οφείλεται σε μετουσιωτικά αίτια, με την έννοια ότι μπορεί να συνεισφέρει στο προικισμένο ταλαντούχο άτομο στη διαδικασία της μετουσίωσης αλλά δεν οφείλεται σε αυτή.

Ο καλλιτέχνης είναι ενορατικό άτομο «εσωτεριστής» φτιάχνει έναν δικό του εσωτερικό κόσμο απείρως πλουσιότερο από αυτόν του κοινού ανθρώπου, έναν κόσμο όπου τα αντικείμενα και τα γεγονότα υφίστανται συνεχείς εξιδανικεύσεις και συμβολοποιούνται. Αυτές οι επεξεργασίες αποτελούν αντιστάθμισμα στο «ελλείπον της ζωής τους».⁴² Η ψυχολογία της δημιουργικότητας αναφέρει ότι η τέχνη είναι για το δημιουργό της το σωσίβιο ενάντια στην ψυχονεύρωση καθότι η τέχνη αποζημιώνει το άτομο από το «κάτι που δεν έχει» δηλαδή το αντιστάθμισμα των ανικανοποίητων επιθυμιών. Η τέχνη λειτουργεί επομένως σαν τον προστάτη που έρχεται απρόσκλητος να βοηθήσει και να λυτρώσει το άτομο που έχει την ανάγκη της.

Από την εποχή του Αριστοτέλη έως και σήμερα θα έχει σημασία η «καθαρτική - λυτρωτική» ιδιότητα της τέχνης που αντί να μας παρουσιάζει ανθρώπους με ανικανοποίητες επιθυμίες, δημιουργεί σημαντικούς καλλιτέχνες με αθάνατα έργα. Η δημιουργία όμως χρειάζεται και τη δημοσιότητα. Ο καλλιτέχνης επιθυμεί το έργο του να γίνει γνωστό στο κοινό. Επιθυμεί να χορέψει, να εκθέσει τους πίνακές του, να εκτελέσει τη συμφωνία που συνέθεσε. Ο πυρήνας της επιθυμίας αυτής είναι η πληρότητα της αντιστάθμισης που επιδιώκει κάτι σαν αναλυτική θεραπεία όπως συμβαίνει στην ψυχανάλυση. Ο καλλιτέχνης δημιουργός έχει ανάγκη από το θεατή, τον αναγνώστη, τον ακροατή, το κοινό τον κριτικό που αποτελούν το «υποθετικό του ακροατήριο». Η τέχνη λοιπόν είναι μια βιολογική λειτουργία που είναι συνυφασμένη με την ανθρώπινη φύση αλλά όχι δημιουργημένη από τον άνθρωπο.⁴³ Σκοπός για τον καλλιτέχνη είναι η απόδραση από μια δυσάρεστη πραγματικότητα εκφράζοντας επιθυμία για κάτι που ποθεί ή διαμαρτυρία για κάτι που πραγματοποιούμενο προκάλεσε δυσαρέσκεια. Κι στις δυο περιπτώσεις όμως η τέχνη λειτουργεί ανακουφιστικά.

Με βάση λοιπόν το λυτρωτικό χαρακτήρα που αποδίδεται στην τέχνη η ψυχολογία της δημιουργικότητας και της τέχνης χρησιμοποιεί την καλλιτεχνική δημιουργία σε θεραπευτικό εργαλείο για τα άτομα που το έχουν ανάγκη. Η θεραπεία μέσω τέχνης (μουσικοθεραπεία, χοροθεραπεία, εικαστική θεραπεία) περικλείουν όλη τη θεραπευτική διαδικασία μέσω τέχνης. Αυτό που ενδιαφέρει τους θεραπευτές αυτών των τεχνικών είναι να αναλύσουν πως λειτουργεί αυτή η διαδικασία στο θεραπευτικό πλαίσιο και κατά πόσο ένα τρίτο αντικείμενο (πχ χορός, μουσική) ως

⁴¹ Β. Δημόπουλος(2016) –*Οι ψυχικές άμυνες και τα παράδοξά τους*, Αθήνα:ΑΡΜΟΣ σ.35-40

⁴² Α.Β. Ρήγα (2009) *Η ψυχολογία της τέχνης* ΠΕΔΙΟ σελ. 13-16

⁴³ Ν.Ν.Δρακουλίδης – *Η ψυχαναλυτική ερμηνεία της τέχνης*, Αθήνα σ. 5 – 25

καλλιτεχνικό προϊόν που δημιουργείται μέσα στο πλαίσιο εμπύχωσης λειτουργεί σαν ένα είδος μεταβίβασης (μια σχέση δέκτη – αντικειμένου). Επίσης η αντίδραση σε μια εικόνα ή καλλιτεχνικό αντικείμενο συνεπάγεται αναπόφευκτα την παρατήρηση ακόμη και την ενδοσκόπηση του υποκειμένου.

Δ. Η τέχνη ως μέσο θεραπείας

Η εφαρμογή της τέχνης ως μέσο θεραπείας έχει τις απαρχές της το 1940 περίπου⁴⁴, όταν ο Άγγλος καλλιτέχνης Andrian Hill κατά τη διάρκεια της νοσηλείας του ανακάλυψε τις θεραπευτικές ιδιότητες της τέχνης και επινόησε τον όρο «θεραπεία μέσω τέχνης» (art therapy), αναφερόμενος σε αυτή του την εμπειρία. Από τότε έχουν καταβληθεί αρκετές προσπάθειες ώστε να οριστεί το νέο γνωστικό πεδίο τόσο θεωρητικά όσο και μεθοδολογικά. Στο πεδίο της κλινικής εφαρμογής οι δυο κυρίαρχες έννοιες είναι η δημιουργία και η έκφραση με τη μια να υποκινεί την άλλη συμβάλλοντας και οι δύο ταυτόχρονα στη θεραπευτική διαδικασία. Στην θεραπεία μέσω τέχνης πρεσβεύεται η έκφραση και η διερεύνηση των προβλημάτων αλλά και δυνατοτήτων του ανθρώπου μέσω της μη λεκτικής επικοινωνίας.

Αρκετοί ορισμοί έχουν δοθεί κατά καιρούς για τον προσδιορισμό του όρου «θεραπεία μέσω τέχνης».⁴⁵ Οι σύγχρονες θεωρήσεις του όρου που διαμορφώνονται παγκοσμίως στις επιστημονικές κοινότητες επιχειρούν μια περισσότερο ολιστική και συνθετική προσέγγιση του όρου. Η Αμερικάνικη εταιρία εικαστικής θεραπείας ορίζει ότι *η θεραπεία μέσω τέχνης είναι μια επαγγελματική δραστηριότητα που χρησιμοποιεί τη διαδικασία των δημιουργικών – εικαστικών – τεχνών και την αντίδραση θεραπευτή και θεραπευόμενου προς τα δημιουργήματα ως μια μορφή θεώρησης της προσωπικής ανάπτυξης, των ικανοτήτων, των ενδιαφερόντων της προσωπικότητας και των συγκρούσεων. Η πρακτική της θεραπείας μέσω τέχνης στηρίζεται στη γνώση των αναπτυξιακών και ψυχολογικών θεωριών για την αξιολόγηση και θεραπεία του ανθρώπου .. Οι μέθοδοι που χρησιμοποιούνται συμβάλλουν στην ανάπτυξη της αυτογνωσίας και των κοινωνικών δεξιοτήτων, τον έλεγχο της συμπεριφοράς την επίλυση των προβλημάτων και τη μείωση του άγχους ενισχύοντας τον προσανατολισμό στην πραγματικότητα και αυξάνοντας την αυτοεκτίμηση» (Α.Α.Τ.Α.)*

Εξίσου περιγραφικός είναι και ο ορισμός της Βρετανικής εταιρίας της θεραπείας μέσω τέχνης (B.A.A.T): *«Η θεραπεία μέσω τέχνης είναι μια μορφή ψυχοθεραπείας η οποία χρησιμοποιεί τα μέσα*

⁴⁴ Ν.Τσεργιάς (2014), *Θεραπευτικές προσεγγίσεις μέσω της τέχνης*, Αθήνα: ΤΟΠΟΣ σ.61-62

⁴⁵ Ν.Τσεργιάς (2014), *Θεραπευτικές προσεγγίσεις μέσω της τέχνης*, Αθήνα: ΤΟΠΟΣ σ.62-63

που προσφέρει η τέχνη ως πρωταρχικό τρόπο επικοινωνίας. Οι θεραπεύομενοι δεν είναι απαραίτητο να έχουν καλλιτεχνική εμπειρία ή δεξιότητες. Ο θεραπευτής δεν ενδιαφέρεται για την αισθητική αξιολόγηση των έργων του ασθενή αλλά ο απώτερος σκοπός είναι η προώθηση της αλλαγής και της ανάπτυξής του σε προσωπικό επίπεδο μέσα από τη χρήση των υλικών σε ένα ασφαλές και ευνοϊκό περιβάλλον...»

Οι καλλιτεχνικές δραστηριότητες ενδυναμώνουν το άτομο μέσα από τη δημιουργική διαδικασία, μετασχηματίζουν το θύμα σε ήρωα (Moon 1998). Επίσης το βοηθούν να βελτιώσει την αυτοεκτίμησή του και να εξετάσει ζητήματα που αναφέρονται στην εικόνα του εαυτού τα οποία καλύπτονται από ισχυρά συναισθήματα ντροπής / ενοχής που έχουν απωθηθεί, καθώς και να επεξεργαστεί βιώματα που προκλήθηκαν από την έκθεσή του σε τραυματικές εμπειρίες. Για παράδειγμα η θεραπεία μέσω των εικαστικών ενθαρρύνει την ελεύθερη έκφραση ζητημάτων που αφορούν στο σώμα και την εικόνα του, βοηθά στη διάγνωση της ασθένειας και την αντιμετώπιση του πόνου, συντελεί στην ανάπτυξη της αυτονομίας ενώ ικανοποιεί την εγγενή τάση για δημιουργικότητα (Heywood 2003). Ο ρυθμός το τραγούδι και ο χορός από την άλλη επαναδραστηριοποιούν τα βαθύτερα στρώματα του ανθρώπου, προκαλούν τη δόνηση των ομοιογών στα διάφορα επίπεδα του οργανισμού (βιολογικό, ψυχικό, κοινωνικό) και τα θέτουν σε λειτουργία.

Η θεραπεία μέσω τέχνης δεν απευθύνεται μόνον σε ανθρώπους που εκδηλώνουν καλλιτεχνικά ενδιαφέροντα ή καθαυτούς καλλιτέχνες. Οι τελευταίοι βέβαια αντιμετωπίζουν σημαντικές δυσκολίες στη θεραπεία μέσω τέχνης. Η θεραπευτική αξία και η αποτελεσματικότητα μέσω των τεχνών έχουν αποδειχθεί από πολλές έρευνες σε βαθμό να εξετάζεται πλέον όχι η αποτελεσματικότητά της αλλά η διαδικασία της θεραπευτικής αλλαγής.

Αρκετές κατηγορίες ασθενών είναι δυνατό να ωφεληθούν από τη θεραπεία μέσω τέχνης, ιδιαίτερα όσοι είναι κοινωνικά περιθωριοποιημένοι, αντιμετωπίζουν συναισθηματικές διαταραχές, προβλήματα συμπεριφοράς ή δε μπορούν να χρησιμοποιήσουν τη λεκτική επικοινωνία. Επίσης ασθενείς που χρησιμοποιούν αμυντικά το λόγο για να καλύψουν τα πραγματικά συναισθήματά τους. Τέλος άτομα με μειωμένη ικανότητα για αυτεπίγνωση και ενόραση έχουν μεγάλες πιθανότητες να βρουν διέξοδο και να αναπτύξουν έναν εσωτερικό διάλογο με τον Εαυτό.

ΚΕΦΑΛΑΙΟ 4^ο

ΣΥΝΔΕΣΗ ΨΥΧΗΣ ΚΑΙ ΣΩΜΑΤΟΣ & ΠΩΣ Ο ΧΟΡΟΣ ΧΗΣΙΜΟΠΟΙΕΙΤΑΙ ΩΣ ΜΕΣΟ ΘΕΡΑΠΕΙΑΣ

Α. Σώμα και ψυχή : Οι ψυχικές διεργασίες και η σωματική τους επίδραση

Οι ψυχικές αντιδράσεις- διεργασίες έχουν άμεσες συνέπειες στο σώμα. Το σώμα σύμφωνα με τις περισσότερες ψυχαναλυτικές προσεγγίσεις, είναι ο κύριος φορέας των πρώιμων εγγεγραμμένων εμπειριών και αισθήσεων αλλά και των αρχέτυπων δομών που ενυπάρχουν στο συλλογικό ασυνείδητο του ανθρώπινου είδους.⁴⁶ Πρώτος ο Freud «σωματοποίησε» την εξελικτική ανάπτυξη του ατόμου θεωρώντας ότι περνάει μέσα από τρία στάδια που χαρακτηρίζονται το καθένα από ψυχική επένδυση σε συγκεκριμένο σημείο του σώματος (στοματικό, πρωκτικό, φαλλικό). Υποστήριξε επίσης τη στενή σχέση σώματος και ψυχής μέσα από τη θεωρία της ψυχικής αιτιοκρατίας των υστερικών σωματικών συμπτωμάτων.

Μέσω του χορού λοιπόν ο άνθρωπος μπορεί να φέρει στην επιφάνεια και να «ξορκίσει» τα θεμελιώδη ανθρώπινα συναισθήματα που είναι: η αγωνία της επιβίωσης, ο φόβος για το άγνωστο, ο θυμός, η περιφρόνηση/απόρριψη. Με αυτό τον τρόπο φτάνει στην κάθαρση από τα βασανιστικά αισθήματα, μέσω ακριβώς της σωματικής εκτόνωσης όπως έκαναν και οι ακόλουθοι του θεού Διονύσου στην αρχαιότητα αφού είχαν καταληφθεί από ένθεη μανία.

Στη σύγχρονη ψυχολογία πολλοί είναι οι ειδικοί που υποστηρίζουν τη θέση της άμεσης σύνδεσης της ψυχικής κατάστασης με τις σωματικές αντιδράσεις. Η Alice Miller θεωρεί ως «συναίσθημα» (δηλ. συγκίνηση)τη σωματική αντίδραση – που αν δεν είναι πάντα συνειδητή είναι ζωτικής σημασίας- σε εσωτερικά ή εξωτερικά γεγονότα όπως ο φόβος που νιώθει κάποιος στο ξέσπασμα της καταγίδας, ή η χαρά του όταν δέχεται ένα δώρο που επιθυμούσε πολύ.⁴⁷ Εξετάζει τι συνέπειες έχει για το σώμα η άρνηση των αληθινών, δυνατών συναισθημάτων μας.

⁴⁶B.Ρήγα (2009) *Η ψυχολογία της τέχνης – Ο χορός ως μέσο θεραπείας*, Αθήνα:ΠΕΔΙΟ σελ. 251-255

⁴⁷A.Miller (2009) *Το σώμα δεν ψεύδεται ποτέ*, Αθήνα:ΡΟΕΣ σελ. 13- 17

Η άρνηση αυτή που αποτελεί απαίτηση τόσο της ηθικής όσο και της θρησκείας οδηγεί σε καταστροφικές συνέπειες και στο σώμα. Μελετά επίσης την καταστροφική επίδραση σε ψυχή και σώμα της παιδικής –όχι μόνο σωματικής αλλά περισσότερο ακόμη της ψυχικής – κακοποίησης των ατόμων που πείστηκαν να τηρήσουν τη λεγόμενη «Τέταρτη Εντολή» (το να τιμά δηλαδή κανείς άνευ όρων τους γονείς του). Η ψεύτικη υποκριτική αρρωστημένη αγάπη που οφείλει να νιώθει το άτομο προς τους γονείς του για να είναι κοινωνικά και οικογενειακά αποδεκτό έχει καταστροφικές συνέπειες στο μέλλον στο σώμα του ενήλικου πλέον ατόμου. Το σώμα κατά τη Miller είναι πηγή (και φορέας) όλων των ζωτικών πληροφοριών που ανοίγουν το δρόμο για περισσότερη αυτονομία και αυτοπεποίθηση. Άτομα τα οποία υποβλήθηκαν σε σκληρή διαπαιδαγώγηση και δεν έστρεψαν τα καταπιεσμένα αισθήματα οργής και θυμού εναντίων άλλων, τα έστρεψαν εναντίον του εαυτού τους. Αυτό είχε ως συνέπεια τη σωματική ασθένεια, την εμφάνιση ποικίλων συμπτωμάτων ή πρόωρο θάνατο. Οι πιο χαρισματικοί βρίσκουν ανακούφιση μέσω της τέχνης(λογοτεχνία, εικαστικές τέχνες).

Σύμφωνα με έρευνα που υλοποιήθηκε στο Σαν Ντιέγο σε 17.000 άτομα μέσου όρου ηλικίας 57 ετών αποκαλύφθηκε ότι οι άνθρωποι που κακοποιήθηκαν στην παιδική τους ηλικία παρουσίαζαν πολύ ισχυρότερο ποσοστό σοβαρών ασθενειών από εκείνους που είχαν μια φυσιολογική ευχάριστη παιδική ηλικία.⁴⁸ Το σώμα κατά τη Miller δεν καθοδηγείται από την επιβεβλημένη «ηθική» και δεν την αντιλαμβάνεται. Το σώμα είναι φύλακας της αλήθειάς μας καθώς είναι φορέας των εμπειριών της ζωής μας και φροντίζει ώστε να ζήσουμε την αλήθεια του οργανισμού μας.

Μέσω των συμπτωμάτων, το σώμα μας υποχρεώνει να αποκτήσουμε επίγνωση αυτής της αλήθειας ώστε να επικοινωνήσουμε με το – περιφρονημένο – παιδί μέσα μας. Η αναζήτηση από το σώμα σε όλη του τη ζωή της αγάπης που δεν του δόθηκε είναι αιτία πολλών δεινών σύμφωνα με τη Miller. Η ψυχολόγος αναφέρεται και σε συγκεκριμένες περιπτώσεις σωματοποιημένων παθήσεων όπως οι διατροφικές διαταραχές που προδίδουν την ενδόμυχη έλλειψη επικοινωνίας κυρίως με τους γονείς κατά την παιδική ηλικία.

Με παρόμοιο τρόπο και ο Arnold Mindell⁴⁹ επίσης αναφέρεται στη στενή σύνδεση του σώματος με την ψυχική κατάσταση και μάλιστα εκφρασμένης κωδικοποιημένα μέσω του ονείρου. Στο βιβλίο του «Συνομιλώντας με το σώμα που ονειρεύεται» αναφέρεται σε συγκεκριμένα περιστατικά ατόμων που «σωματοποίησαν» το ψυχικό τους πρόβλημα ενώ δεν είχαν ιδέα ποια ήταν η –ενδότερη ψυχική- αιτία των σωματικών συμπτωμάτων τους. Όταν τα άτομα που βασανίζονταν από τα σωματικά

⁴⁸ A.Miller (2009) *Το σώμα δεν ψεύδεται ποτέ – Σώμα και ηθική* Αθήνα: ΡΟΕΣ σελ. 13- 25

⁴⁹ A.Mindell (1997) , *Συνομιλώντας με το σώμα που ονειρεύεται*, Αθήνα: ΕΛΛΗΝΙΚΑ ΓΡΑΜΜΑΤΑ σ.49-57 & 163-164

συμπτώματα συνειδητοποίησαν μέσω της θεραπείας και εξέφρασαν λεκτικά ή με άλλους τρόπους τα συναισθήματά τους ανακουφίστηκαν σημαντικά από τα συμπτώματά τους.

Τέλος, ο ίδιος ο C.G.Jung αναφέρει ότι «το ψυχικό όργανο ανταποκρίνεται ακριβώς στο σώμα το οποίο παρόλες τις διαφοροποιήσεις, παρουσιάζει στους ανθρώπους τα ίδια βασικά χαρακτηριστικά. Στην ανάπτυξη και τη δομή του διατηρεί ακόμη στοιχεία που το συνδέουν με τα ασπόνδυλα και τα πρωτόζωα. Θεωρητικά έχουμε τη δυνατότητα να διαβάσουμε διαστρωματικά το συλλογικό ασυνείδητο μέχρι να φτάσουμε στο ασυνείδητο ακόμη και της αμοιβάδας». ⁵⁰

Διακρίνουμε λοιπόν μια αμεσότατη συσχέτιση της σωματικής κατάστασης με ότι συμβαίνει στο ψυχικό όργανο και δε μπορούμε να λάβουμε υπ' όψιν μεμονωμένα τις διαδικασίες που συμβαίνουν στις δύο ανθρώπινες υποστάσεις. Η κίνηση δίνει στο σώμα ένα εναλλακτικό τρόπο έκφρασης και συνεπώς την απελευθέρωση του ατόμου από την πίεση των καταπιεσμένων συναισθημάτων.

B.Ο χορός και η κίνηση στα πλαίσια της θεραπείας: Ιστορική αναδρομή

Ο χορός στις πρωτόγονες κοινωνίες χρησίμευε ως μέσο λατρείας, έκφρασης και ενδυνάμωσης της φυλετικής ενότητας και δύναμης, ως μέσο φλερτ και ζευγαρώματος και ως θεραπευτική εμπειρία. Επίσης ο χορός εμφανίζει και με θρησκευτική διάσταση που αποσκοπούσε στην επικοινωνία με τις άγνωστες δυνάμεις που ρύθμιζαν την ανθρώπινη ζωή και την επιβίωση. Σύμφωνα με το Douglas Kennedy, ο άνθρωπος χόρευε αρχικά για να ικετεύσει τους θεούς σε όλες τις σημαντικές περιστάσεις της ζωής. ⁵¹

Βασική θέση κατείχε ο χορός και στην αρχαία Ελλάδα. Τόσο ευρήματα ανασκαφών όσο και ομηρικές περιγραφές αποδεικνύουν ότι οι Κρήτες και οι Μυκηναίοι εκτελούσαν πολεμικούς χορούς με χτυπήματα όπλων και ακροβατικά ή και λατρευτικούς χορούς γονιμότητας. Ο χορός χρησιμοποιούνταν επίσης και ως μέσο εκπαίδευσης που συνεισέφερε στην ιδανική ολοκλήρωση του σώματος και του πνεύματος. Η εκπαίδευση κατά τον Αριστοτέλη ορίστηκε σαν ένα μείγμα μουσικής και γυμναστικής ενώ ο Σωκράτης υποστήριζε ότι θα έπρεπε να διδάσκεται ευρύτερα.

Ο Πλάτωνας αναφέρει ότι το να τραγουδά και χορεύει κανείς ωραία συνιστά δείγμα καλής παιδείας ενώ αφιέρωσε ένα μεγάλο μέρος της προσοχής του στη σημασία του χορού για την εκπαίδευση και πραγματεία των νόμων (Kraus, 1980). Ο χορός διδασκόταν επίσης και στη στρατιωτική εκπαίδευση

⁵⁰ C.G.Jung (1964) *Ο άνθρωπος και τα σύμβολά του*, Αθήνα: ΑΡΣΕΝΙΔΗΣ σ.18-38

⁵¹ Β.Ρήγα (2009) *Η Ψυχολογία της τέχνης*, Ο χορός ως μέσο έκφρασης και θεραπείας, Αθήνα: ΠΕΔΙΟ 251-253

σε Αθήνα και Σπάρτη ως βοήθημα ενώ χοροί εκτελούνταν σε σημαντικές στιγμές της πόλης όπως μια στρατιωτική εξόρμηση ή νίκη. Γνωστός όμως είναι και ο ρόλος του χορού στο αρχαίο θέατρο ως αναπόσπαστο τμήμα του αλλά και ως πηγή προέλευσής του , εφόσον ουσιαστικά προήλθε από την ανάπτυξη του διθυραμβικού χορού , ο οποίος εκτελούνταν κάθε άνοιξη προς τιμήν του Διονύσου.

Παρατηρούμε λοιπόν τη χρήση του χορού στις κουλτούρες του παρελθόντος ως μέσο έκφρασης ατομικής αλλά και συλλογικής έκφρασης και συνοχής όπως και μέσο κατευνασμού των φυσικών δυνάμεων και κακών πνευμάτων που μπορεί να είχαν κυριεύσει ένα άτομο . Σε πρότερους πολιτισμούς η ψυχική ασθένεια θεωρούνταν ως αποτέλεσμα επίδρασης ανώτερων πνευματικών δυνάμεων στον άνθρωπο. Περίπου στο 10000 π.Χ στις πρωτόγονες κοινωνίες η νόσος αναφέρεται στα «κακά πνεύματα» και πρέπει να αντιμετωπιστεί με τις κατάλληλες πνευματικές λειτουργίες. Από το 2500 π.Χ εως και το 500 π.Χ στους πολιτισμούς των βαβυλωνίων και των ασσυρίων η ιατρική επηρεάζεται από τη θρησκεία ενώ το κύριο μέσο θεραπείας είναι η υποβολή. Σύμφωνα με τον Sigerist η ιατρική της Μεσοποταμίας ήταν σε όλες της παρεμβάσεις της ψυχοσωματική.

Αυτή η ολιστική θεώρηση της ασθένειας υποστηριζόταν και στην αρχαία Ελλάδα(400 π.Χ) από το Σωκράτη και τον Ιπποκράτη οι οποίοι ανέφεραν σχετικά πως «δεν είναι σωστό να θεραπεύουμε το σώμα χωρίς την ψυχή» και πως «με σκοπό να θεραπεύσουμε το ανθρώπινο σώμα είναι απαραίτητο να αποκτήσουμε μια συνολική γνώση για όλα τα πράγματα»⁵²

Στο μεσαίωνα η θρησκεία και ο μυστικισμός κυριαρχούν της ιατρικής και κύριο αίτιο της ψυχικής νόσου θεωρείται η αμαρτία και η αποστασία από τα ιερά. Αντιθέτως η Αναγέννηση μέσα από το πρίσμα του ενδιαφέροντος για τις φυσικές επιστήμες και την ανατομική πρόοδο απορρίπτει τις ψυχικές επιδράσεις στο σώμα ως μη επιστημονικές. Κατά τον 19^ο αιώνα η ψυχοσωματική απορρίπτεται εφόσον όλες οι ασθένειες σχετίζονται με οργανικές αλλαγές. Θεραπεύεται η νόσος και όχι ο ασθενής.

Τον 20^ο όμως αιώνα επέρχεται μια επανάσταση στις ψυχολογικές θεωρίες με πολλούς ψυχολόγους και ερευνητές να υποστηρίζουν εκ νέου την ψυχοσωματική προσέγγιση. Ο Freud δίνει έμφαση στη σημασία της ψυχικής αιτιοκρατίας μέσα από τις σωματικές αντιδράσεις του συμπτώματος (πχ συμπτωματολογία της υστερίας). Επίσης στην Επιτομή αναφέρει ότι από τον ψυχισμό γνωστά μέρη είναι αφενός το σωματικό όργανο και αφετέρου οι δραστηριότητες της συνείδησης. Όλες οι ενδιάμεσες διεργασίες παραμένουν άγνωστες.

⁵²B.Ρήγα (2009) *Η Ψυχολογία της τέχνης* , Αθήνα:ΠΕΔΙΟ σελ. 251-253

Ο.Jung επίσης υποστηρίζει τη σύνδεση σώματος και ψυχής με έμφαση στην έκφραση του ατομικού και συλλογικού ασυνειδήτου στο ανθρώπινο σώμα. Περιγράφει τη σωματική κίνηση σαν έναν τρόπο έκφρασης του ασυνειδήτου. Επίσης αναφέρεται σε ένα – μικρό –αριθμό ασθενών του οι οποίοι χρησιμοποιούν το χορό και την κίνηση για να αναπτύξουν ή να επεξεργαστούν κάποιο θέμα. Για κάποιους ανθρώπους – ανεξαρτήτως φύλου- ο χορός είναι ο αμεσότερος και αποτελεσματικότερος τρόπος έκφρασης ασυνειδήτων περιεχομένων. Για τα άτομα αυτά ο χορός, η κίνηση και η εμπειρία του σώματος μπορούν να αποτελέσουν βασικά στοιχεία της προσπάθειας για αυτοτέλεια. Εισάγεται επομένως από το Jung,η έννοια της συλλογικής ψυχής που εκφράζεται από κάθε άνθρωπο μέσω του σώματός του στο οποίο αποτυπώνεται όλη η εξελικτική πορεία του ανθρώπινου είδους.

Μετάπειτα ο Arnold Mindell θα εισαγάγει την έννοια του «ονειροσώματος» θέλοντας να καταδείξει ότι όνειρο και σώμα είναι ένα , συγκοινωνούν απόλυτα και εκφράζουν αυτό που είναι σημαντικό για έναν άνθρωπο σε μια συγκεκριμένη περίπτωση της ζωής του.⁵³ Η ασθένεια κατά τον Mindell αποτελεί ένα μήνυμα για τον πάσχοντα πως βασανίζεται από κάποια εσωτερική σύγκρουση που εκφράζεται μέσω του σώματός του. Έργο του ψυχοθεραπευτή είναι να ευαισθητοποιηθεί στο να παρατηρεί προσεκτικά αυτές τις διεργασίες που εμφανίζει ο ασθενής είτε μέσω των ονείρων είτε μέσω του σώματός του ώστε να τον καθοδηγήσει να βρει μόνος του νόημα και λύση σε αυτό που του συμβαίνει.

Η θεραπεία μέσω του χορού ή χοροθεραπεία είναι μια δραστηριότητα που χρησιμοποιεί το χορό με σκοπό τη θεραπεία διαταραχών όλων των ειδών όπως σωματικές , αλλά κυρίως ψυχικές και ψυχοσωματικές.⁵⁴ Κατέχει ξεχωριστή θέση στο ευρύ πεδίο της θεραπείας μέσω τέχνης λόγω του ότι χρησιμοποιεί ευθέως το σώμα σαν υλικό. Πρωτοεμφανίστηκε περίπου το 1940 από χορευτές που είχαν την πεποίθηση πως ο χορός μπορεί να βελτιώσει την κατάσταση των νοητικά άρρωστων ατόμων. Οι πρώτοι χοροθεραπευτές χρησιμοποίησαν ως βάση τους τον κλασσικό χορό ενώ μετέπειτα χρησιμοποιήθηκαν και άλλες τεχνικές με βάση το σύγχρονο ή τη τζαζ.

Στη συνέχεια οι χοροθεραπευτές ξεκίνησαν να ψάχνουν για θεωρητικές βάσεις που θα στήριζαν τη δόμηση και την εφαρμογή της θεραπείας. Στη Γαλλία πρωτοεμφανίστηκε η τεχνική της πρωτόγονης έκφρασης από τον Hernst Dunham ενώ αργότερα η μαθήτριά του France Schott – Billman την προέκτεινε μελετώντας τους συμβολισμούς της αποτελεσματικότητάς της. Η χοροθεραπεία με την τεχνική της πρωτόγονης έκφρασης εισήχθη στην Ελλάδα Από την Α.Μ Τζωρτζάκη με εφαρμογές σε ψυχιατρικά ιδρύματα όπως το ΨΝΑ το ΚΕΘΕΑ το παιδιατρικό νοσοκομείο Αττικής κλπ ενώ το

⁵³ A.Midell (2007) *Συνομιλώντας με το σώμα που ονειρεύεται*, Αθήνα: ΕΛΛΗΝΙΚΑ ΓΡΑΜΜΑΤΑ, σελ.99-103

⁵⁴ Α.Μαργαρίτη – Τζωρτζακη – *Σύγχρονες ψυχοθεραπείες στην Ελλάδα* (2010) σελ. 116-127

1993 ιδρύθηκε η Ένωση χοροθεραπευτών Ελλάδας. Η χοροθεραπεία σήμερα όπως και κάθε είδους θεραπεία μέσω τέχνης βρίσκονται σε άνθηση.

Γ. Η σύγχρονη χοροθεραπεία

Ο ΠΟΥ λαμβάνοντας υπ' όψιν το άτομο στην ολότητά του αναζητά την αιτία της ασθένειας όχι μόνο στο όργανο που πάσχει ούτε στο ίδιο το άτομο αλλά μια γενικότερη αποδιοργάνωση που πλήττει μια οικογένεια ή μια ομάδα. Στο χορό ο τρόπος δράσης είναι μη λεκτικός και μέσω της κίνησης δρα σε συμβολικό επίπεδο. Στη σύγχρονη κοινωνία ο χορός κατέχει προνομιακή θέση καθότι αντιπροσωπεύει μια δραστηριότητα τόσο φυσική, όσο και κοινωνική, ψυχική και διανοητική.⁵⁵ Για αυτό το λόγο ο χορός δε θεωρείται μόνο «τέχνη για την τέχνη» αλλά χρησιμοποιείται και για την πρόληψη /θεραπεία της διαταραχής που προκάλεσε κάποιο σωματικό νοσηρό σύμπτωμα. Το τελευταίο, σε όποια αιτία και αν οφείλεται (σωματική ή ψυχική) μπορεί να ανακουφιστεί με μια θεραπευτική μέθοδο όπου θα συμφιλιώσει όλα τα επίπεδα σε μια αρμονική ολοκλήρωση.

Σύμφωνα με τη L.Shantala η προσωπικότητα επηρεάζεται και επηρεάζεται από τον τρόπο κίνησης.⁵⁶ Όταν κινούμαστε δηλώνουμε το ποιοι είμαστε. Τα βιώματα, τα συναισθήματα, τα νοητικά πρότυπα ξεδιπλώνονται αλληγορικά μέσω του προσωπικού τρόπου κίνησης. Κινητικές δυσκαμψίες αντανakλούν αντίστοιχους περιορισμούς στην προσωπικότητα του ατόμου και στον τρόπο που επικοινωνεί και συναναστρέφεται.

Χοροθεραπεία είναι η χρήση χορογραφημένης ή αυτοσχεδιαστικής κίνησης ως τρόπου θεραπείας κοινωνικών, συναισθηματικών, γνωστικών και φυσικών προβλημάτων. Η εν λόγω θεραπεία χρησιμοποιεί τις δυνατότητες του χορού –τον οποίο οι άνθρωποι χρησιμοποιούσαν ανά τους αιώνες για έκφραση, θεραπεία, επικοινωνία και γιορτή – προσαρμόζοντάς τον εντός ενός θεραπευτικού πλαισίου για την προώθηση της προσωπικής ανάπτυξης και υγείας. Διδάσκονται και εφαρμόζονται θεραπευτικά δυο κυρίαρχα είδη χοροθεραπείας η χοροκινητική θεραπεία (dance movement therapy) και η θεραπεία μέσω της πρωτόγονης έκφρασης (expression primitive).

Η τελευταία εμπνέεται από τους πρωτόγονους χορούς των προβιομηχανικών κοινωνιών. Αυτό σημαίνει ότι χρησιμοποιεί κινήσεις που έχουν επιλεγεί για να ανακαλούν στο άτομο που τις χορεύει «αρχετυπικές δομές». Μια ομάδα συμμετεχόντων εκτελεί τις κινήσεις αυτές καθ' υπόδειξη του

⁵⁵F.Schott- Bimman (2009) *Όταν ο χορός θεραπεύει*, Αθήνα: ΕΛΛΗΝΙΚΑ ΓΡΑΜΜΑΤΑ, σελ. 45-60

⁵⁶Β.Ρήγα (2009) *Η Ψυχολογία της τέχνης*, Αθήνα: ΠΕΔΙΟ σελ. 251-260

συντονιστή με ρυθμική συνοδεία τυμπάνου. Έμφαση δίνεται στη συνύπαρξη εντός της ομάδας, την επαφή με τη γη, τη συνοδεία της κίνησης με τη φωνή, το ζευγάρωμα, την επανάληψη και την ακολουθία του – εναλασσόμενου – ρυθμού. Η συγκεκριμένη προσέγγιση προτάθηκε και υιοθετήθηκε αρχικά στη Γαλλία κ έπειτα σε άλλες ευρωπαϊκές χώρες.

Από την άλλη στην Αμερική είναι ευρύτερα διαδεδομένη η «χοροκινητική έκφραση». Ο αμερικανικός σύλλογος χοροθεραπείας την ορίζει ως «θεραπευτική χρήση της κίνησης ως διαδικασίας που ευνοεί τη συγκινησιακή και φυσική ενοποίηση του ατόμου . Σε αυτή την προσέγγιση δε χρησιμοποιείται μουσική ή ρυθμός από κρουστό , ενώ η κίνηση είναι αυστηρά αυτοσχεδιαστική.

Η κύρια διαφορά των παραπάνω μεθόδων όπως περιγράφεται από την FranceSchott- Billman (1997) είναι η εξής: Η χοροκινητική θεραπεία μοιάζει περισσότερο με τις σωματικές θεραπείες ενώ η «πρωτόγονη έκφραση στα θεραπείες μέσω των τεχνών». Η πρώτη δίνει έμφαση στην απελευθέρωση των συγκινήσεων μέσω της κίνησης ως παράγοντα ενοποίησης σώματος και πνεύματος , γεγονός που την κατατάσσει στην πλευρά των ψυχοσωματικών θεραπειών . Η μέθοδος της συνίσταται στην ανάγνωση του σώματος όσον αφορά τις στάσεις , τις θέσεις , τη δυναμική και την ενέργεια της κίνησης αποσκοπώντας στον εντοπισμό των μπλοκαρισμένων ζών και συνεπώς των συγκινησιακών προβλημάτων του ατόμου. Αφορά κυρίως τα συναισθήματα του «εγώ» και τη συνειδητοποίησή τους μέσα από τη συγκινησιακή σωματική τους έκφραση.

Η «πρωτόγονη έκφραση»⁵⁷ από την άλλη αποτελεί περισσότερο μια θεραπεία μέσω τέχνης, εφόσον ορίζει τη χορευτική κίνηση ως σύμβολο δηλαδή ως μέσο αλληλεπίδρασης και επικοινωνίας του ατόμου με το περιβάλλον του. Θεωρεί ότι εντός της χορευτικής κίνησης μπορούν να εκφραστούν μεταμφιεσμένες φαντασιώσεις και παρορμήσεις οι οποίες εκτός συμβολικού πλαισίου θα ορίζονταν ως επικίνδυνες και θα καταπιέζονταν από το υπερεγώ του ατόμου. Η έκφραση μέσω της χορευτικής κίνησης σύμφωνα με αυτή την προσέγγιση έχει επιπλέον τη δύναμη να εξωραΐσει και να αναδιοργανώσει θετικά τις παρορμήσεις του ατόμου μέσω της καλλιτεχνικής μετουσίωσης και μετάθεσης – τους ποιο υγιείς δηλαδή μηχανισμούς άμυνας.

Η κίνηση λοιπόν του σώματος αντανakλά τις εσωτερικές συγκρούσεις. Οι χοροθεραπευτές υποστηρίζουν ότι διάφορα νοητικά και συναισθηματικά προβλήματα συχνά «κρατιούνται» μέσα στο σώμα υπό τη μορφή μυϊκών εντάσεων και περιορισμένων κινητικών μοτίβων ενώ μια συγκεκριμένη στάση του σώματος μπορεί να επιδράσει θετικά ή αρνητικά στα συναισθήματα και τη συμπεριφορά.

⁵⁷ Schott- Bimmnan F.(1997), *Όταν ο χορός θεραπεύει*, Αθήνα: ΕΛΛΗΝΙΚΑ ΓΡΑΜΜΑΤΑ σ. 50 - 61

Υπάρχει λοιπόν θεραπευτική επίδραση μέσω της κίνησης του σώματος καθώς οι συγκρούσεις και τα στοιχεία του ασυνειδήτου έρχονται πλέον στο συνειδητό είτε αυτά αφορούν το σωματικό, είτε το συναισθηματικό, είτε το νοητικό ακόμη κ το πνευματικό κομμάτι ενός ατόμου.

Δ. Θεραπευτικά στοιχεία την κίνησης

Με ποιους τρόπους η κίνηση και ο χορός δρουν ευεργετικά κατά τη διάρκεια της θεραπείας ? Παρακάτω αναλύονται τα θεραπευτικά τους στοιχεία.⁵⁸

Η υπέρβαση του εαυτού: Η χορευτική δραστηριότητα έχει το χαρακτηριστικό γνώρισμα της υπέρβασης του εαυτού. Ο χορός όπως όλες οι μορφές τέχνης αποτελεί μέσο έκφρασης του εαυτού και συνάντησής του με την εξωτερική πραγματικότητα στην πορεία του προς την εξατομίκευση. Από τη μια μέσω του χορού εκφράζονται συμβολικά ασυνείδητες συναισθηματικές καταστάσεις και συγκρούσεις οι οποίες λεκτικά θα ήταν απρόσιτες και άρρητες και από την άλλη η κίνηση μπορεί να παρασύρει το άτομο σε μια «έξοδο» από τον εαυτό του και ένωσή του με τον κόσμο. Οι διαδικασίες αυτές ονομάζονται σύμφωνα με τη Schott–Billman⁵⁹ συμβολισμός και μετουσίωση. Η πρώτη διαδικασία είναι κεντρομόλος γιατί το άτομο μιλάει για τον εαυτό του ενώ η άλλη φυγόκεντρη καθώς το άτομο μιλά μέσω αυτής για κάποιον άλλο.

Η αντανάκλαση του χορευτικού βιώματος από τον χοροθεραπευτή με την έννοια ότι η παρουσία του τελευταίου λειτουργεί ευεργετικά (από το να χορεύει κανείς μόνος του) . Το εσωτερικευμένο πρότυπο της εικόνας του θεραπευόμενου είναι αναγκαία η ύπαρξη του άλλου που θα το κάνει παρατηρήσιμο και επομένως δυνατό να αποκαλυφθεί. Πλέον ο θεραπευόμενος μπορεί να ανακαλύψει τον εαυτό του σε όλη του την πληρότητα ή ακόμη και να αναδιοργανώσει τη νοσηρή εικόνα που έχει για τον εαυτό του.

Οι ιδιοσυγκρασιακές κινήσεις: Το πιο σημαντικό μέσο που χρησιμοποιεί η χοροθεραπεία είναι η κίνηση διαμέσου όλου του σώματος. Κινούμενος κανείς μπορεί να εκφράσει μνήμες προερχόμενες από το αρχέγονο ασυνείδητο ή και τις δικές του προ-λεκτικές μνήμες. Οι εμπειρίες αυτές

⁵⁸Β.Ρήγα (2009) Η Ψυχολογία της τέχνης , Ο χορός ως μέσο έκφρασης και θεραπείας Αθήνα: ΠΕΔΙΟ σελ. 251-260

⁵⁹ Schott- Bimman F.. (1997), *Όταν ο χορός θεραπεύει*, Αθήνα: ΕΛΛΗΝΙΚΑ ΓΡΑΜΜΑΤΑ σ.292-302

εκφράζονται μέσω της κίνησης σε ένα ιδιουσυγκρασιακό ρεπερτόριο κινητικών σχημάτων χαρακτηριστικών του καθένα προσωπικά. Οι κινήσεις και χειρονομίες έχουν συγκεκριμένες ποιότητες αποκαλύπτοντας την άγνωστη πλευρά της προσωπικότητας. Μαζί η μετέπειτα της κίνησης μπορούν να εμφανιστούν στο άτομο εικόνες, αισθήσεις συναισθήματα και ξεχασμένες (ή απωθημένες) μνήμες από προηγούμενες περιόδους της ζωής του .

Σύνδεση κίνησης- ονείρου: Ο Mindell υποστηρίζει την απελευθέρωση εικόνων μέσω της εντατικοποίησης της σωματικής ιδιο-δεκτικότητας (είτε με την κίνηση είτε με την επικέντρωση στο σώμα) . Σύμφωνα με τον ίδιο η –σωματική – ασθένεια αποτελεί για τον κάθε άνθρωπο που υποφέρει , μια διεργασία που έχει συγκεκριμένο νόημα για τον ίδιο και εμφανίζεται για να τον κάνει να προσέξει κάτι σχετικά με τη ζωή του , τον τρόπο που σχετίζεται με τους άλλους αλλά και τον εαυτό του. Η διεργασία αυτή γίνεται αντιληπτή τόσο μέσω του σώματος όσο και μέσω του ονείρου σε πολύ μεγάλη συχνότητα. Η στενή αυτή σύνδεση του ονείρου με το σώμα ονομάστηκε από το Mindell «ονειρόσωμα»⁶⁰. Η θεραπεία συνίσταται στο να ενισχυθεί η διεργασία της ασθένειας στο κανάλι που εμφανίζεται (είτε στο όνειρο είτε στο σώμα μέσω των αισθήσεων) μέχρι να αποκαλυφθεί η βαθύτερη αιτία που την προκάλεσε.

Αποκάλυψη πολιτισμικά συμπτωματικών κινήσεων: Οι εν λόγω κινήσεις εκφράζουν συμβατικά ορισμένες καταστάσεις και συναισθήματα (όπως το σκίσιμο του ρούχου που εκφράζει πένθος στην εβραϊκή κουλτούρα) και μπορεί να εμφανιστούν αυθόρμητα κατά τη διάρκεια της χοροθεραπείας εκπλήσσοντας ακόμη και το άτομο που τις πραγματοποίησε. Ισχύει και η αντίθετη διαδικασία όπου ο θεραπευτής προτείνει κινήσεις που εκφράζουν διάφορες συναισθηματικές καταστάσεις σε διάφορους πολιτισμούς βοηθώντας να ανασυρθούν από τους θεραπευόμενους εσωτερικές συγκρούσεις που προέρχονται από αυτά τα –πανανθρώπινα- συναισθήματα . Στόχος λοιπόν είναι να «ξυπνήσει» στους συμμετέχοντες κάποιος συμβολισμός μέσω συγκεκριμένων κινήσεων.

Η Ενοποιητική δύναμη της ρυθμικής επανάληψης: Ο ρυθμός και η επανάληψη της κίνησης είναι σημαντικός παράγοντας ενοποιητικού χαρακτήρα τόσο με τον εαυτό όσο και με τους υπόλοιπους συμμετέχοντες της ομάδας(αλληλεπίδραση μέσα στην ομάδα).

Ε. Χοροθεραπεία και ψυχανάλυση: Κοινά και διαφορές

⁶⁰ Midell A.(1997) , *Συνομιλώντας με το σώμα που ονειρεύεται*, Αθήνα: ΕΛΛΗΝΙΚΑ ΓΡΑΜΜΑΤΑ σ.99-106

Η χοροθεραπεία έχει τις ρίζες της στην ψυχανάλυση και άλλωστε- σύμφωνα με το Levi Strauss- και οι δύο θεραπευτικές προσεγγίσεις στηρίζονται στην ερμηνεία και την αποτελεσματικότητα των συμβόλων.. Στην ψυχανάλυση χρησιμοποιούνται ως σύμβολα τα όνειρα και οι λέξεις (ελεύθερος συνειρμός , παραφράσεις γλώσσας) ενώ η χοροθεραπεία χρησιμοποιεί ως σύμβολα τις κινήσεις και τις στάσεις του σώματος. Και οι δύο μέθοδοι αποδέχονται την εγγραφή αρχέγονων και πρώιμων βιωμάτων –είτε στο ασυνείδητο (ψυχανάλυση) είτε στο σώμα (χοροθεραπεία). Ασπάζονται δηλαδή και οι δυο την ιδέα ότι υπάρχουν κάποιες πρωτογενείς διαδικασίες ή μια ποιητική λογική η οποία συνιστά το «αυτό» -μια «φωνή της ψυχής» που προϋπάρχει του «εγώ» αλλά συνυπάρχει μαζί του και στην ενήλικη ζωή και αποκαλύπτεται μέσω των συμβόλων. Κυρίως όμως – σύμφωνα με το Freud – αποκαλύπτεται μέσω της καλλιτεχνικής έκφρασης τον πλέον επιτυχημένο μηχανισμό άμυνας του «εγώ» που επιτυγχάνει τη μετουσίωση των ορμών σε καλλιτεχνική δημιουργία στα άτομα που έχουν την προδιάθεση. *“Η τέχνη ως μορφή αυτό-ίας και αυτό – ψυχοθεραπείας του ψυχικού οργάνου περιορίζει τη λογοκρισία και κάνει το άτομο πιο διαπερατό από το υποσυνείδητο , γιατί είναι μια εμπειρία που εννοεί τη μείωση της επιτήρησης του «υπερεγώ» και συνεπώς την απόλειψη των αναστολών, της ντροπής και του φόβου της γελοιοποίησης”*⁶¹

Στην ψυχανάλυση , οι λέξεις πολλές φορές χρησιμοποιούνται περισσότερο για να αποκρύψουν την πραγματικότητα –αντί να την φανερώσουν, ιδιαίτερα όταν το άτομο αισθάνεται αμυνόμενο σε ένα μη έμπιστο περιβάλλον κατά τη διάρκεια της θεραπευτικής ανάλυσης. Επιπλέον αρκετές φορές ο θεραπευόμενος μπορεί να εγκαταλείψει τη θεραπεία λόγω του ότι αισθάνεται τελικά περισσότερο «χαμένος» και «μπερδεμένος» για τον εαυτό του. Ο Winnicott αναφέρεται εκτενέστερα στο θέμα της αναποτελεσματικότητας της ψυχανάλυσης στο σύγγραμμά του «Παιχνίδι και πραγματικότητα».⁶²

Ο μόνος τρόπος κατά τη γνώμη του για την ικανοποίηση του ατόμου που αναζητά λύση στην αναζήτηση και ανακάλυψη του εαυτού του μέσω της ψυχοθεραπείας , είναι να του επιτραπεί να είναι δημιουργικός. Αυτό καθίσταται εφικτό μόνο σε περίπτωση που το θεραπευτικό περιβάλλον του ατόμου να αφεθεί σε μια κατάσταση χαλαρότητας όπου θα αισθάνεται ελεύθερος να επικοινωνήσει δημιουργικά , να εκφράσει ελεύθερα εντυπώσεις , ιδέες , συναισθήματα και παρορμήσεις χωρίς φόβο ότι είναι χωρίς λογική και νόημα.

Επιπλέον και ο A.Mondell υποστηρίζει την άποψη ότι το έργο του ψυχολόγου είναι να «ακολουθεί τη φύση» και πως εργαλείο του θεραπευτή είναι η παρακολούθηση των διεργασιών του

⁶¹ Schott- Bimman F.. (1997), *Όταν ο χορός θεραπεύει*, Αθήνα: ΕΛΛΗΝΙΚΑ ΓΡΑΜΜΑΤΑ σ.323-236

⁶² D.Winicott (1971) *Το παιδί, το παιχνίδι και η πραγματικότητα*, Αθήνα ΚΑΣΤΑΝΙΩΤΗ σ.13-14 & 121-129

θεραπευόμενου που γίνονται φανερές μέσω του σώματος και του ονείρου .Επισημαίνει την υπεροχή της «γλώσσας των φυσικών διεργασιών» μέσω της οποίας είναι η σωματική κίνηση και έκφραση.

ΣΤ .Σαμανισμός: Ο πρόγονος της χοροθεραπείας

Ο σαμανισμός σαν προ-θρησκευτικό φαινόμενο θεωρείται από τους ανθρωπολόγους μακρινός πρόγονος της σημερινής θεραπείας μέσω τέχνης. Δημιουργήθηκε από την πεποίθηση του Homo sapiens ότι υπάρχει μια άλλη κρυμμένη πραγματικότητα, ένας «δεύτερος κόσμος» που περιλαμβάνει πνεύματα και θεούς. Πρωτοεμφανίστηκε στη φυλή Τουνγού και μετέπειτα διαδόθηκε στη Σιβηρία, στην Αμερική την Αφρική, την Ινδία, την Κίνα και την νοτιοανατολική Ασία. Στο σαμανισμό η σχέση με τη φύση και τα πνεύματα πραγματώνεται μέσα από τη μεταρσίωση –δηλαδή την έκσταση που επιτρέπει την πρόσβαση στην «άλλη πραγματικότητα» μέσω του σαμάνου – του ειδικού αυτής της διαδικασίας.

Ο τελευταίος μέσω της έκστασης (την οποία επιτυγχάνει μέσω τυμπάνου ή ναρκωτικών ουσιών) διατηρώντας όμως ταυτόχρονα την αυτοκυριαρχία του ταξιδεύει στον κόσμο των πνευμάτων και συνδιαλέγεται μαζί τους. Οι μετέχοντες αν και δε βρίσκονται σε έκταση είναι σε τροποποιημένη συνειδησιακή κατάσταση λόγω των τεχνικών στους οποίους ο σαμάνος τους υποβάλλει – όπως την ταύτιση με το χορό και τις επαναλαμβανόμενες υπνωτιστικές δομές του , το παιχνίδι, τις παλλόμενες διηγήσεις, τη συνύπαρξη γύρω από το εορταστικό τραπέζι. Η έκσταση λοιπόν βοηθά στη σύνδεση μεταξύ του ανθρώπινου και του αόρατου κόσμου και οι προαναφερθείσες τεχνικές οδηγούν στη σύνδεση αυτή.

Ο σαμάνος ως προσωπικότητα έχει προκαλέσει έντονες διαμάχες στην επιστημονική κοινότητα της εθνολογίας αλλά και της εθνοψυχιατρικής. Για κάποιους θεωρείται ο τρελός μάγος- θεραπευτής, σε γενικές γραμμές όμως σήμερα ταυτίζεται με το σοφό θεραπευτή που βρίσκεται σε αρμονία με τη φύση και τον πολιτισμό του. Το ερώτημα είναι αν ο σαμάνος είναι μια διαταραγμένη προσωπικότητα (νευρωτικός, επιληπτικός, ψυχωσικός) ή ισορροπημένο και συγκροτημένο άτομο . Σύμφωνα με τη σύγχρονη εθνολογία είναι ένα πρόσωπο που πέρασε σημαντικές δυσκολίες αλλά έχοντας τη δύναμη να ξεπεράσει τις εσωτερικές του συγκρούσεις , απελευθερώθηκε δυναμωμένος και ικανός ν ασχοληθεί με τους άλλους. Κατά την περιεκτική άποψη του Micrea Eliande είναι ένας άρρωστος που κατόρθωσε να θεραπευτεί.

Πρέπει να προηγηθεί το «κάλεσμα»- ένα υπερφυσικό χρίσμα που εκδηλώνεται με κάποια μηνύματα (όνειρο , όραμα , πρωτόγονη έκσταση , ασθένεια) και ακολουθεί η μύηση από κάποιο άλλο σαμάνο που περιλαμβάνει σκληρές δοκιμασίες όπως νηστεία, απομόνωση, απόκτηση γνώσεων , εκμάθηση

τραγουδιών και χορών καθώς και τεχνικών – τρόπων δημιουργίας.⁶³ Ο μελλοντικός σαμάνος πρέπει να έχει εκδηλώσει επίσης καλλιτεχνικές δεξιότητες, ικανότητες αυτοσχεδιασμού και να συμβάλλει προσωπικά στην εξέλιξη της κληρονομιάς που έλαβε από τις προηγούμενες γενιές.

Πολλοί ανθρωπολόγοι έχουν επισημάνει τη χρησιμότητα του σαμάνου. Ένας από αυτούς ο Nadel (1949) αναφέρει ότι «υπό την επήρεια της επαφής με τον πολιτισμό η πλειονότητα των ψυχώσεων και των νευρώσεων φαίνεται να πλήττει τις ομάδες δίχως σαμανισμό, αντίθετα στις υπόλοιπες ομάδες είναι ο ίδιος ο σαμανισμός που εκδηλώνεται δίχως όμως να επιτείνει τα ψυχικά προβλήματα». Ο σαμάνος λοιπόν είναι μια αυθεντία, ιερέας και ταυτόχρονα σοφός, μάντης, γιατρός, καθηγητής καλλιτέχνης (χορευτής, μουσικός, ποιητής) και θεματοφύλακας της παράδοσης. Στο σημείο αυτό πρέπει να επισημανθεί ότι το λειτούργημα του σαμάνου το ασκούν άνδρες και γυναίκες.

Κάθε διατάραξη της ισορροπίας στις «σαμανικές κοινωνίες» θεωρούνταν ότι εκδηλώνονταν με κάποια ασθένεια ή φυσική καταστροφή, αποτυχημένο κυνήγι, ατύχημα κλπ. Ο σαμάνος από τη στιγμή που προκύπτει δυσαρμονία είναι υπεύθυνος να επαναφέρει την τάξη και για το σκοπό αυτό αναζητά κάποια χαμένη ψυχή – συχνή αιτιολογία των ασθενειών στη σαμανική κουλτούρα. Οι σαμάνοι –όπως και η σύγχρονη ψυχοσωματική ιατρική- δίνουν μεγάλη βαρύτητα στην ψυχική διαδικασία της ασθένειας. Η ασθένεια στο σαμανισμό είναι συχνά ένα μήνυμα που στέλνει το σώμα μας για να μας επισημάνει κάτι. Εφόσον λοιπόν η ασθένεια είναι η απώλεια κάποιας ψυχής ο σαμάνος αρχίζει την αναζήτησή της χρησιμοποιώντας το «εκστατικό» ταξίδι.

Πώς όμως επιτυγχάνεται αυτή η διαδικασία; Ο σαμάνος όπως προαναφέρθηκε χρησιμοποιεί διάφορα εργαλεία που του επιτρέπουν να ανοίξει τις πύλες του υπερφυσικού τα οποία περιλαμβάνουν το τύμπανο, το χορό, και το τραγούδι. Για τους σκοπούς της έρευνας θα εξετάσουμε ξεχωριστά κάποια από αυτά. Κατ' αρχήν το τύμπανο του οποίου ο μονότονος ήχος αρκεί για να τον στείλει στο εκστατικό του ταξίδι αποτελεί ένα αγαπημένο βοήθημα του σαμάνου. Το τύμπανο από μόνο του είναι ένα ισχυρό μέσο έκφρασης και το πλεονέκτημά του είναι ότι οδηγεί στην έκσταση χωρίς παρενέργειες (όπως πχ τα ναρκωτικά). Η αξία του εν λόγω μέσου έγκειται στο γεγονός ότι ο ρυθμός του ενσαρκώνει το ρόλο του μητρικού καρδιακού χτύπου και τη «μητρική ψευδαίσθηση» οδηγώντας πίσω σε αρχαϊκά βάθη και πρωταρχικά βιώματα.

Ο χορός, η κίνηση, ο ήχος και η ομάδα οδηγούν επίσης στη διαδικασία της έκστασης. Πολλοί σαμάνοι διατηρώντας τη συνειδητότητα και τον αυτοέλεγχό τους υπεισέρχονται σε έκσταση μέσω

⁶³ J.Riboli (2008) Ανθρωπολογική μελέτη του σαμανισμού των Cherpang στο κεντρικό και νότιο Νεπάλ, ΠΑΠΑΖΗΣΗ σελ.10-25

του χορού. Ο χορός απεικονίζει το πέταγμα προς τον ουρανό ή προς τα έγκατα της γης. Αποτελεί μια απελευθέρωση από τη βαρύτητα , ένα προς τα άνω ξεπέραςμα του εγώ προς την τελειότητα μια αναζήτηση της ομορφιάς, του απόλυτου ένα αίτημα υπέρβασης. Οι μιμητικές δυνατότητες του ανθρώπου καθώς ξεδιπλώνονται μέσω του χορού του επιτρέπουν να εκφράζει όλα τα όντα που συναντά και τα γεγονότα που βιώνει στη ζωή του. Ο σαμάνος έχοντας καλλιεργήσει σε ύψιστο βαθμό τις κλίσεις του αποδίδει με χορούς τις περιπέτειές του στο βασίλειο του υπερφυσικού, μετατρέποντας τις φοβερές φυσικές δυνάμεις σε ένα ιερό χορο-θέατρο. Οι σαμανικοί χοροί αποτελούν μέρος των φυλετικών χορών και μπορεί να είναι αφηρημένοι (να ξεδιπλώνει δηλαδή καθαρές δυναμικές) ή μιμητικοί. Κοινά χαρακτηριστικά τους είναι :

- Ο έντονος ρυθμός
- Οι επαναλαμβανόμενες κινήσεις που οδηγούν σε υπνωτική κατάσταση και κατ' επέκταση στην έκσταση
- Η συμμετρία , το ζεύγος και η συμπληρωματικότητα . Η διττή δομή τους σχετίζεται με τα πολύ σημαντικά για το σαμανικό κόσμο ζεύγη αντιθέτων. Οι αντιθέσεις μέσα από την έκσταση συμφιλιώνονται και ενοποιούνται.

Η επανάληψη και το ζευγάρωμα των κινήσεων στους σαμανικούς χορούς είναι δυο μηχανισμοί που επιτρέπουν την έκσταση τη «μεταρσίωση» η οποία ας μην ξεχνάμε ότι παραμένει ελεγχόμενη. Η κατάσταση αυτή χαρακτηρίζεται από τη δημιουργία ενός συναισθήματος ευφορίας , μια τροποποιημένη συνειδησιακή κατάσταση , δυναμική ύπωση η οποία αποτελεί και την κύρια εμπειρία της «Πρωτόγονης έκφρασης» -μιας σύγχρονης τεχνικής που χρησιμοποιείται στη χοροθεραπεία και χρησιμοποιεί τις μεθόδους των σαμανικών χορών! Ο ρυθμός του χορού ενδυναμώνει τη σύνδεση του εξωτερικού με το εσωτερικό.

Οι ομαδικοί χοροί εκτελούνται συχνά στις τελετές προετοιμασίας για πόλεμο (μίμηση πολεμικών στάσεων – κινήσεων) ή για κυνήγι (μίμηση ζώων) . Το χορογραφικό δράμα του χορού των πνευμάτων μετατρέπεται σε θεραπευτικό ψυχόδραμα όταν συνδεθεί με τη συναισθηματική αποφόρτιση , την κάθαρση της ομάδας. Οι χοροί υμνώντας τη ζωή μάχονται την κατάθλιψη των σύγχρονων Ινδιάνων που απορρέει από την επικυριαρχία των Λευκών.

Σαμανισμός και θεραπεία

Σήμερα γνωρίζουμε καλύτερα τις σαμανικές θεραπευτικές αγωγές και τους μηχανισμούς τους ώστε να χρησιμοποιήσουμε χρήσιμα στοιχεία στις σύγχρονες μεθόδους ψυχοθεραπείας.⁶⁴ Λόγω της σημασίας του χορού στις σαμανικές τελετές η σύγχρονη χοροθεραπεία μπορεί να αποκομίσει πολλά οφέλη. Ο Levi – Strauss αναφέρεται στο συμβολισμό και την αποτελεσματικότητά του ως το βασικό θεραπευτικό μηχανισμό του σαμανικού συστήματος : «δε μπορούμε να προσεγγίσουμε την ψυχοπαθολογική διαταραχή παρά μόνο με τη γλώσσα των συμβόλων». Η ποιητική απόδοση του ψυχισμού με τη βοήθεια μεταφορών από τον κόσμο του υπερφυσικού κέντρισε το ενδιαφέρον πολλών ψυχαναλυτών. Η μετατροπή των ψυχικών χαρακτηριστικών σε θεότητες θεωρείται από το Λακάν ως δυνατότητα αντίστοιχη της ψυχανάλυσης που οδηγεί τους ανθρώπους στην εξεύρεση κάποιας ταυτότητας που θα επιδράσει ευεργετικά στις επόμενες σχέσεις τους. Το τραγούδι του σαμάνου επαναδραστηριοποιεί τα μη λεκτικά στοιχεία της αρχαϊκής σχέσης με τη μητέρα.

Η σύγχρονη χοροθεραπεία φιλοδοξεί να χρησιμοποιήσει το χορό ώστε να επιτύχει τη σύνδεση του εξωτερικού κόσμου με τον εσωτερικό μας και το Άλλο γενικότερα. Παρόλο που τόσο η ψυχανάλυση όσο και ο σαμανισμός βασίζονται στη θεραπευτική δύναμη των συμβόλων υπάρχει μεταξύ τους μια σημαντική διαφορά : Ο ψυχαναλυτής είναι ακροατής του ασθενή του ενώ ο σαμάνος είναι ομιλητής και μιλά για λογαριασμό του αρρώστου. Η μελέτη του σαμανισμού αποδεικνύει τη συγγενεία του με τη θεραπεία μέσω των Τεχνών η οποία επίσης στηρίζεται στην επικάλυψη της αλήθειας με καλλιτεχνικά σχήματα που τη μεταμφιέζουν καθώς απορρίπτει τη άποψη ότι η αναζήτηση σημασιών είναι η καλύτερη θεραπευτική οδός. Αν και η ψυχανάλυση έχει κοινά στοιχεία με το σαμανισμό η θεραπεία μέσω τέχνης βρίσκεται πλησιέστερα. Κυρίως η χοροθεραπεία καθώς μπορεί να θέσει σε ομολογική αντήχηση το σώμα και τον κόσμο και ενσαρκώνει επίσης το σύμβολο.

⁶⁴Schott- Bimman F.. (1997), *Όταν ο χορός θεραπεύει*, Αθήνα: ΕΛΛΗΝΙΚΑ ΓΡΑΜΜΑΤΑ σ. 245-250

ΜΕΡΟΣ Β' : ΠΟΙΟΤΙΚΗ ΕΡΕΥΝΑ

1.1 Η τέχνη ως εναλλακτικό εργαλείο στη θεραπεία των ψυχικών παθήσεων

Η ραγδαία αύξηση των ψυχικών παθήσεων λόγω του σύγχρονου στρεσογόνου τρόπου ζωής, που πλήττει πλέον άτομα και από νεαρότερες ηλικιακά ομάδες καθιστά επιτακτική την ανάγκη διερεύνησης νέων μέσων ψυχικής θεραπείας ή και πρόληψης. Τα στοιχεία του Παγκόσμιου Οργανισμού Υγείας αποδεικνύουν πως ο αριθμός των πασχόντων από κατάθλιψη σε παγκόσμιο επίπεδο σήμερα ξεπερνά τα 154 εκατομμύρια ενώ μέχρι το 2020 η κατάθλιψη θα είναι η δεύτερη αιτία θανάτου (ΠΟΥ, Mental Health Atlas, 2011). Επιπλέον σύμφωνα με έρευνες του Τμήματος Πρόληψης και Προαγωγής Υγείας της Περιφέρειας Κεντρικής Μακεδονίας στη χώρα μας, ένα ποσοστό 10 έως 12% του συνόλου του πληθυσμού όλων των ηλικιών πάσχει από ψυχικές ασθένειες ενώ λιγότερο από το 50% των πασχόντων από κατάθλιψη αναζητούν ιατρική βοήθεια (Ανακοίνωση

από το Τμήμα Πρόληψης και Προαγωγής Υγείας της Περιφέρειας Κεντρικής Μακεδονίας για την Παγκόσμια Ημέρα Ψυχικής Υγείας, (8/10/2015))

Τις τελευταίες μόλις δεκαετίες η θεραπεία μέσω τέχνης ή το Art Therapy κάνουν δυναμικά την εμφάνισή τους σε αρκετά ιδρύματα ψυχικής υγείας, ιδιωτικά ιατρεία αλλά και χώρους κοινωνικών φορέων όπως σχολεία και ιδρύματα κράτησης. Χώρες της Ευρώπης που πρωτοστατούν σε αυτή την καινοτομία είναι το Ηνωμένο Βασίλειο όπου η ψυχικές θεραπείες μέσω τέχνης εφαρμόζονται στην πλειοψηφία των δημόσιων νοσοκομείων και άλλων ιδρυμάτων που περιλαμβάνουν ψυχιατρικές μονάδες, ενώ οι θεράποντες που ασκούν αυτές τις μορφές θεραπείας ανήκουν στην πολύ οργανωμένη ένωση «**British Association of Art Therapists**»(BAAT). Στη Γερμανία εφαρμόζεται επίσης σε μεγάλο βαθμό το art therapy, παρέχονται ανάλογες εκπαιδευτικές κατευθύνσεις σε πολλά πανεπιστημιακά ιδρύματα της χώρας, ενώ αντίστοιχη ένωση για τους επαγγελματίες και τους μαθητευόμενους αποτελεί η «**European Consortium for Arts Therapies Education**»(ECArTE). Στη χώρα μας ο βαθμός εφαρμογής του art therapy είναι πολύ μικρός συγκριτικά αν και νέες προσπάθειες αναλαμβάνονται όλο και περισσότερο προς αυτή την κατεύθυνση.

Όλο και περισσότερες έρευνες στους χώρους της ψυχικής υγείας και της κοινωνιολογίας μελετούν την θεραπευτική επίδραση των τεχνών σε άτομα με ψυχικές παθήσεις σε παγκόσμιο αλλά και σε εγχώριο επίπεδο. Παρόλα αυτά υπάρχει ακόμη πολύ υλικό προς επιπλέον διερεύνηση. Ασχολήθηκα με την έρευνα που αφορά την επίδραση της τέχνης του χορού στην θεραπεία των ψυχικών παθήσεων όντας και η ίδια μέλος χορευτικής ομάδας μπαλέτου και παρατηρώντας διάφορα φαινόμενα μέσα στον ιδιαίτερο αυτό χώρο. Επιπλέον το επαγγελματικό μου περιβάλλον εντός Μη Κυβερνητικής Ομάδας που προσφέρει υπηρεσίες ιατρικής, ψυχολογικής, κοινωνικής υποστήριξης αλλά και επαγγελματικής συμβουλευτικής σε άτομα ευπαθών κοινωνικά ομάδων, μου προσέφερε αρκετά ερεθίσματα για την εξέταση της εφαρμογής της χοροθεραπείας στα άτομα αυτά.

Με βάση τη γνώση που προκύπτει από τα πορίσματα της παρούσας μελέτης οι ερευνητές μπορούν να αναπτύξουν μοντέλα σχετικά με την εφαρμογή του χορού ως δημιουργικής και εναλλακτικής ψυχικής θεραπείας. Οι επαγγελματίες υγείας μπορούν να εντάξουν το χορό στα θεραπευτικά τους εργαλεία ενώ οι διευθυντές των κοινωνικών ιδρυμάτων να χρησιμοποιήσουν την τέχνη ως ένα δημιουργικό, καινοτόμο και ανώδυνο μέσο πρόληψης και αποκατάστασης της ψυχικής υγείας.

1.2. Αντικείμενο και στόχοι της έρευνας

Στόχος της παρούσας μελέτης είναι να διερευνήσει τις εμπειρίες ατόμων με διαγνωσμένη ψυχική πάθηση καθώς και επαγγελματιών ψυχικής υγείας και να προσδιορίσει τα στοιχεία εκείνα που καθιστούν την τέχνη -συγκεκριμένα το χορό- ως ένα εργαλείο ικανό και χρήσιμο στη θεραπευτική διαδικασία. Επιπλέον η έρευνα στοχεύει στον προσδιορισμό των κατηγοριών των ψυχικών παθήσεων καθώς και των ηλικιακών ομάδων στις οποίες η εφαρμογή του χορού ως θεραπευτικό μέσο παρουσιάζει τα βέλτιστα αποτελέσματα, καθώς και τη δυνατότητα πρόληψης μέσω της ενασχόλησης με την τέχνη.

Σημαντικό στοιχείο προς διερεύνηση είναι επίσης η σύγκριση της **χοροθεραπείας** (με την έννοια δηλαδή της ψυχοθεραπείας) και ενασχόλησης με το **χορό ως αμιγώς καλλιτεχνική-κοινωνική δραστηριότητα** (εκτός ψυχοθεραπείας) ως διαδικασίες που συνεισφέρουν στην θεραπεία των ψυχικών παθήσεων ή την πρόληψη-διατήρηση της ψυχικής υγείας. Τέλος ένας εξίσου σημαντικός ερευνητικός στόχος είναι ο εντοπισμός αδυναμιών εφαρμογής του χορού ως μέσου θεραπείας και η διατύπωση ιδεών και προτάσεων που θα αναδυθούν μέσω των ερευνητικών διαδικασιών από τους ίδιους τους ερωτώμενους αλλά και την ερευνήτρια.

Επιμέρους αντικείμενα της μελέτης είναι η καταγραφή της ηλικιακής ομάδας των ερωτώμενων, της κατάστασης της ψυχικής τους υγείας καθώς και το αν λαμβάνουν κάποια άλλη μορφή ψυχικής θεραπείας.

1.3. Βιβλιογραφική ανασκόπηση προηγούμενων ερευνών για το υπό μελέτη θέμα

Μελέτες με αντικείμενο την επίδραση του χορού και γενικότερα της τέχνης στην ψυχική υγεία και τη θεραπεία των ψυχικών παθήσεων έχουν υλοποιηθεί στην Ελλάδα και το εξωτερικό. Στο χώρο των ελληνικών πανεπιστημιακών ιδρυμάτων έχουν εκπονηθεί σχετικές μεταπτυχιακές εργασίες αλλά και διδακτορικές διατριβές κατά την τελευταία εικοσαετία κυρίως εντός των επιστημονικών πεδίων της υγείας (ιατρικές σχολές, τμήματα ψυχολογίας και κοινωνικής εργασίας), του αθλητισμού (γυμναστικές ακαδημίες) αλλά και των καλών τεχνών (τμήματα μουσικολογίας).

Πιο συγκεκριμένα δυο μεταπτυχιακές έρευνες σχετικές με την αξιολόγηση της τέχνης και του χορού ως θεραπευτικά μέσα διεξήχθησαν σε μεταπτυχιακά προγράμματα πρόληψης ψυχιατρικών διαταραχών της ιατρικής Αθηνών (Χονδρού, 2013 , Καψάλη, 2014) , δυο μεταπτυχιακές εργασίες σε προγράμματα ψυχολογίας του πανεπιστημίου Κρήτης (Μπαλατσού, 2004, Σαμιώτη, 2013), μια διδακτορική διατριβή στο τμήμα φυσικής αγωγής και αθλητισμού του Εθνικού Καποδιστριακού

Πανεπιστημίου Αθηνών (Παναγιωτοπούλου, 2009), και δυο μεταπτυχιακές έρευνες και μια πτυχιακή εργασία τμημάτων φυσικής αγωγής και αθλητισμού του Αριστοτελείου Πανεπιστημίου (Λάζαρη, 2013, Τσιρογιάννη, 2014), (Παπαευθυμίου, 2014), μια μεταπτυχιακή έρευνα στο τμήμα κοινωνικής εργασίας του Γ.Ε.Ι Κρήτης (Κλειτσινίκου, Μίχα & Παπαγιαννάκη, 2012), μια διδακτορική έρευνα του τμήματος θεατρικών σπουδών του Πανεπιστημίου Πελοποννήσου (Μαργαρίτη, 2012), και μια διδακτορική έρευνα του τμήματος φυσικής αγωγής και αθλητισμού του Δημοκρίτειου Πανεπιστημίου Θράκης (Κωνσταντινίδου, 2013). Άλλα πορίσματα προέκυψαν μέσω του 1^{ου} συνεδρίου του Ινστιτούτου Έρευνας και Εφαρμογής Προγραμμάτων Ψυχικής Υγείας «ΕΠΕΚΕΙΝΑ» με θέμα «Τέχνη και Ψυχιατρική». Τα αποτελέσματα των παραπάνω ερευνών περιγράφονται αναλυτικότερα παρακάτω:

Η μελέτη της Χονδρού (2013) με τίτλο «Η αποτελεσματικότητα της χοροθεραπείας στην κατάθλιψη» εκπονήθηκε σε μεταπτυχιακό πρόγραμμα της Ιατρικής Αθηνών και αποσκοπούσε στο να διερευνήσει εάν η μέθοδος της χοροθεραπείας είναι αποτελεσματική στην αντιμετώπιση και τη θεραπεία της κατάθλιψης ή εάν συνεισφέρει στην ανακούφιση των συμπτωμάτων της. Επιπλέον η μελέτη διερεύνησε την επίδραση της ενασχόλησης με το χορό ως καθεαυτή φυσική και καλλιτεχνική δραστηριότητα στην αντιμετώπιση της κατάθλιψης αλλά και της πρόληψης – βελτίωσης της ψυχικής υγείας των χορευτών. Η έρευνα υλοποιήθηκε μέσω της βιβλιογραφικής ανασκόπησης των σημαντικότερων ερευνών που έχουν διεξαχθεί σχετικά με τη χοροθεραπεία - ενασχόληση με το χορό και την επίδρασή τους στην κατάθλιψη και την ψυχική υγεία γενικότερα.

Τα αποτελέσματα επιβεβαίωσαν την αποτελεσματικότητα της χοροθεραπείας στη βελτίωση των συμπτωμάτων της κατάθλιψης καθεαυτής αλλά και της κατάθλιψης ατόμων με άλλες ασθένειες όπως μετατραυματικό στρες, ψυχοσωματικές διαταραχές, ψυχογενή ανορεξία ψυχώσεις ή καρκίνο. Η απλή ενασχόληση με το χορό σύμφωνα με την έρευνα έχει επίσης θετικά αποτελέσματα στη βελτίωση των συμπτωμάτων της κατάθλιψης και θετική επίδραση στη γενικότερη ψυχική υγεία του ατόμου. Στη βιβλιογραφική ανασκόπηση τέλος, υπήρξαν και κάποιες περιπτώσεις όπου η χοροθεραπεία ή η ενασχόληση με το χορό δεν είχε καμία επίδραση στην καταθλιπτική συμπτωματολογία, ενώ ελάχιστες ήταν οι περιπτώσεις όπου η ενασχόληση με το χορό (εκτός ψυχοθεραπευτικού πλαισίου) δημιουργούσε αρνητική επίδραση στη σωματική & ψυχική υγεία.

Ενδιαφέρον παρουσιάζει και η διδακτορική μελέτη της Παναγιωτοπούλου (2009) για τα ΤΕΦΑΑ Αθηνών με τίτλο «Χοροθεραπευτικές διαδικασίες και παραδοσιακός χορός: μια ανθρωπολογική προσέγγιση». Η έρευνα αποσκοπούσε στη μελέτη των κοινών σημείων των δύο επικρατέστερων

μοντέλων χοροθεραπείας καθώς και την απόδειξη ότι οι σύγχρονες χοροθεραπείες ανακλύπτουν από ένα παραδοσιακό χορευτικό δρώμενο. Χρησιμοποιήθηκε επιτόπια έρευνα με συμμετοχική παρατήρηση στο πανηγύρι Μαλαδρίνου Φωκίδας για τη συλλογή των στοιχείων και πληροφοριών. Κατά την ανάλυση των δεδομένων χρησιμοποιήθηκαν έννοιες τόσο από το χώρο της ανθρωπολογικής έρευνας όσο και της σύγχρονης χοροθεραπείας.

Τα συμπεράσματα έδειξαν αφενός κάποιες επιφανειακές διαφορές μεταξύ των δύο μοντέλων χοροθεραπείας που προκύπτουν από τα διαφορετικά ιδεολογικά-πολιτισμικά πλαίσια του κάθε είδους χορού και αφετέρου ότι οι αρχές που διέπουν τις μεθόδους χοροθεραπείας ενυπάρχουν στην τελετουργία του πανηγυριού. Οι παραπάνω θέσεις υποστηρίζουν την χρήση πολλών ειδών χορού στη χοροθεραπεία και θεωρούν τη χορευτική εμπειρία του συμμετέχοντα σημαντικό στοιχείο για την επιτυχημένη εφαρμογή της.

1.4. Μεθοδολογία έρευνας και δειγματοληψία

Το ερευνητικό μας δείγμα αποτελείται από 7 άτομα οι οποίοι είναι επαγγελματίες ψυχικής υγείας-χοροθεραπευτές, εκ των οποίων οι 5 είναι γυναίκες και οι 2 είναι άνδρες. Όλοι έχουν ασχοληθεί προηγουμένως με το χορό σε επίπεδο επαγγελματικό ή παραστάσεων και οι 6 είναι μέλη της Ένωσης Χοροθεραπευτών Ελλάδος. Προέρχονται από διαφορετικά εκπαιδευτικά υπόβαθρα αλλά όλοι έχουν παρακολουθήσει εκπαιδευτικό πρόγραμμα χοροθεραπείας τουλάχιστον 2 ετών μαζί με ώρες ατομικής ψυχοθεραπείας και πρακτικής άσκησης. Οι 2 ασκούν τη χοροθεραπεία ιδιωτικά ενώ οι υπόλοιποι 5 εργάζονται σε πλαίσια. Οι 3 έχουν εργαστεί ή/και συνεχίζουν να εργάζονται στο πρόγραμμα απεξάρτησης 18 και Άνω του Ψυχιατρικού Νοσοκομείου Αθήνας. Οι 6 είναι ενεργοί χοροθεραπευτές, ενώ 1 δεν την ασκεί αυτή τη στιγμή. Μέσω των ερωτήσεων που τους κάναμε θελήσαμε να επιτύχουμε μια όσο το δυνατόν ακριβέστερη και ολιστική προσέγγιση της επίδρασης του χορού (τόσο ως μορφής ψυχικής θεραπείας όσο και ως μορφής καλλιτεχνικής-επαγγελματικής ή μη- δραστηριότητας) στην κατάσταση της ψυχικής υγείας των συμμετεχόντων.

Για τη συλλογή των ποιοτικών δεδομένων χρησιμοποιήθηκε η μέθοδος της συνέντευξης που μας επέτρεψε την άμεση άντληση πληροφοριών σε πολλές πτυχές της χοροθεραπείας. Οι συνεντεύξεις μας ήταν ημι-δομημένες και όσο το δυνατόν λιγότερο κατευθυνόμενες αφήνοντας την ευελιξία στους συμμετέχοντες να προβούν στις ατομικές τους περιγραφές και ερμηνείες ενώ ταυτόχρονα αφήνεται ανοιχτό το ενδεχόμενο ανάδυσης και διερεύνησης νέων ερωτημάτων και ζητημάτων.

Οι συμμετέχοντες ενημερώθηκαν είτε τηλεφωνικά είτε ηλεκτρονικά για το αντικείμενο και το περιεχόμενο της έρευνας, καθώς και για το γεγονός της ηχογράφησης –καταγραφής του υλικού (προερχόμενου είτε από τις συνεντεύξεις είτε από την παρατήρηση) και το απόρρητο των προσωπικών πληροφοριών. Η έρευνα περατώθηκε στο φυσικό περιβάλλον του υπό εξέταση φαινομένου (χοροθεραπεία, άσκηση χορευτικής δραστηριότητας). Για τους σκοπούς της συνέντευξης δημιουργήθηκε ένας τυπικό προσχέδιο συνέντευξης ώστε να καλυφθούν όλες οι προς διερεύνηση θεματικές.

Στο σημείο αυτό αξίζει να αναφερθεί ότι με όλους τους συνεντευξιαζόμενους δημιουργήθηκε μια σχέση εμπιστοσύνης και φιλικής επικοινωνίας που δημιούργησε τις κατάλληλες συνθήκες για εκ βάθους συζητήσεις οι οποίες οδήγησαν σε μια σφαιρικότατη γνώση του αντικειμένου προς έρευνα. Άλλωστε η διαδικασία της συνέντευξης είναι από μόνη της μια διαδικασία σύναψης μιας κοινωνικής σχέσης.⁶⁵ Έγινε προσπάθεια να τηρηθεί ένα απλό γενικό πλάνο ερωτήσεων που δεν ήταν όμως αυστηρά δομημένο και ευέλικτο σε κάθε είδους τροποποιήσεις που δημιουργήθηκαν στην πορεία των συζητήσεων από τους ίδιους τους ερωτώμενους.

Το γεγονός αυτό αποσκοπούσε στην προσεκτική ακρόαση της φωνής του «άλλου» και την προσπάθεια να ακολουθηθεί η δική του οπτική θέασης των πραγμάτων.⁶⁶ Το ζητούμενό μας ήταν άλλωστε το «βίωμα» και η εμπειρία των ερωτηθέντων και προς αυτό το στόχο ενθαρρύνθηκαν από την ερευνήτρια. Στο τέλος της κάθε συνέντευξης, ήταν εμφανή τα λυτρωτικά αποτελέσματα της συζήτησης τόσο από την ερευνήτρια όσο και από τους συμμετέχοντες.

1.5. Προσδιορισμός βασικού ερευνητικού ερωτήματος και ερευνητικών ερωτημάτων.

Το βασικό μας ερευνητικό ερώτημα είναι πώς και με ποιους τρόπους η τέχνη του χορού είτε στα πλαίσια της χοροθεραπείας είτε της ενασχόλησης με το χορό συμβάλλει στην προαγωγή και τη βελτίωση της ψυχικής υγείας καθώς και τη θεραπεία. Μπορούμε να χωρίσουμε τα υπό διερεύνηση αντικείμενα στους παρακάτω επιμέρους άξονες:

⁶⁵ Βλ. Λυδάκη Α. (2016), *Ποιοτικές μέθοδοι της Κοινωνικής έρευνας*, Αθήνα: ΚΑΣΤΑΝΙΩΤΗ σ. 172-175

⁶⁶ Βλ. Λυδάκη Α. (2016), *Αναζητώντας το χαμένο παράδειγμα*, Αθήνα: ΠΑΠΑΖΗΣΗ σ. 157-159

- Εισαγωγικές πληροφορίες σχετικά με τα επαγγελματικά προσόντα του χοροθεραπευτή.
- Ιστορικά στοιχεία, είδη χοροθεραπείας και θεραπευόμενο κοινό.
- Εφαρμογή της χοροθεραπείας. Η διαδικασία, η διάγνωση και η παρέμβαση/θεραπεία. Σύγκριση επίδρασης στην ψυχική υγεία και τη θεραπεία του χορού ως τέχνη και του χορού ως θεραπευτική διαδικασία.
- Ελλείψεις εφαρμογής χοροθεραπείας στην Ελλάδα και προτάσεις βελτίωσης.

Αναλυτικότερα και με επιμέρους ερωτήματα χρησιμοποιήθηκε ο παρακάτω οδηγός συνέντευξης. Ο οδηγός δεν τηρήθηκε αυστηρά αλλά υπήρξε μεγάλη ευελιξία στη χρήση του γεγονός που οδήγησε στην ανάδειξη νέων πτυχών του προς έρευνα αντικειμένου.

1.6. Ερευνητικοί άξονες και οδηγός συνέντευξης.

- **1^η θεματική ενότητα:** Επαγγελματικό προφίλ ερωτώμενου και τυπικά προσόντα του χοροθεραπευτή.

Ενδεικτικές Ερωτήσεις:

- Τι σπουδές έχετε κάνει? Χορού και χοροθεραπείας?
- Έχετε ασχοληθεί επαγγελματικά με το χορό?
- Τι τυπικά προσόντα χρειάζεται να έχει κάποιος για να γίνει χοροθεραπευτής?
- Πόσο καιρό διαρκούν οι σπουδές χοροθεραπείας?

- **2^η θεματική ενότητα:** Η χοροθεραπεία. Ιστορικά στοιχεία , χοροθεραπευτικές προσεγγίσεις και ωφελούμενοι.

Ενδεικτικές Ερωτήσεις:

- Πότε ξεκίνησε η εφαρμογή της χοροθεραπείας και τι πραγματεύεται?
- Μιλήστε μου για τις μεθόδους χοροθεραπείας και ποια χρησιμοποιείτε εσείς.
- Τι ψυχικές παθήσεις αντιμετωπίζουν οι ασθενείς που έρχονται σε εσάς? Τι ηλικίες έχουν στην πλειοψηφία τους?

-Για ποιες περιπτώσεις ψυχικών παθήσεων επιφέρει τα βέλτιστα αποτελέσματα?

-Ποιες είναι οι πιο δύσκολες περιπτώσεις στη θεραπεία?

-Γιατί οι ασθενείς σας προτιμούν τη χοροθεραπεία και πώς ήρθαν σε εσάς? Τι γνωρίζουν?

- **3^η θεματική ενότητα:** Εφαρμογή της χοροθεραπείας. Η διαδικασία, η διάγνωση και η παρέμβαση/θεραπεία. Σύγκριση επίδρασης στην ψυχική υγεία και τη θεραπεία του χορού ως τέχνη και του χορού ως θεραπευτική διαδικασία.

Ενδεικτικές Ερωτήσεις:

-Πώς ακριβώς λειτουργεί η χοροθεραπεία και πώς συντελεί στην αποκατάσταση της ψυχικής υγείας? Ποιές οι βασικές αρχές – παραδοχές της?

-Από τι αποτελείται η συνεδρία σας?

-Γιατί και πως η χοροθεραπεία διαφέρει όσον αφορά την αποτελεσματικότητά της έναντι των συμβατικών θεραπειών? Ποιο είναι το πλεονέκτημά της?

-Πώς η διαδικασία του χορού ή της κίνησης που χρησιμοποιείτε κατά τη διάρκεια της συνεδρίας σας συμβάλλει στην εξωτερίκευση-αντιμετώπιση του ψυχικού προβλήματος του ασθενή?

- Ποια η διαφορά στο αποτέλεσμα πάνω στην αποκατάσταση της ψυχικής υγείας του να κάνει κανείς χορό (πχ μάθημα χορού) με το να κάνει χοροθεραπεία?

- **4^η θεματική ενότητα:** Ελλείψεις εφαρμογής της χοροθεραπείας και προτάσεις βελτίωσης.

Ενδεικτικές Ερωτήσεις:

-Τι κενά διαπιστώνετε στον κλάδο της χοροθεραπείας στην Ελλάδα?

-Σε ποιους ασθενείς εφαρμόζεται καλύτερα η χοροθεραπεία και λαμβάνεται αυτό υπ' όψιν από τα ψυχιατρικά ιδρύματα της χώρας? Λαμβάνονται οι κατάλληλες ενέργειες για την εφαρμογή της χοροθεραπείας εντός των ψυχοθεραπευτικών μονάδων?

-Τι πιστεύετε ότι χρήζει περεταίρω ανάπτυξης για την καλύτερη εφαρμογή της χοροθεραπείας στην Ελλάδα?

2. Η ΥΛΟΠΟΙΗΣΗ ΤΗΣ ΕΡΕΥΝΑΣ

2.1 Δυσκολίες κατά την εφαρμογή της έρευνας

Κατά τη διάρκεια της ερευνητικής διαδικασίας προέκυψαν αρκετές δυσκολίες στην περάτωση της έρευνας που αφορούσαν κυρίως το επαγγελματικό απόρρητο και οδήγησαν στην απόκλιση κάποιων ερευνητικών μεθόδων και ατόμων που είχαν σχεδιαστεί αρχικά να συμμετέχουν στην έρευνα. Πιο συγκεκριμένα η συμμετοχική παρατήρηση συνεδρίας χοροθεραπείας δεν κατέστη εφικτή καθώς για λόγους επαγγελματικού απορρήτου κανείς από τους χοροθεραπευτές δεν επέτρεψε την πρόσβαση. Για τους ίδιους λόγους η πιθανότητα λήψης συνέντευξης από θεραπευόμενους επίσης αποκλείστηκε καθώς οι χοροθεραπευτές δεν δέχτηκαν να συστήσουν οποιονδήποτε από τους ασθενείς τους για συνέντευξη. Είναι γνωστό, κατανοητό και σεβαστό το επαγγελματικό απόρρητο κάθε είδους ψυχοθεραπείας, συμπεριλαμβανομένης της χοροθεραπείας (η οποία είναι μια ψυχοθεραπεία μέσω της κίνησης). Επομένως η έρευνά μας πραγματοποιήθηκε μέσω συνεντεύξεων αποκλειστικά στους χοροθεραπευτές. Το γεγονός αυτό αν και περιόρισε την έκταση της έρευνας, αντισταθμίστηκε με την αύξηση της ποιότητάς της καθώς πραγματοποιήθηκε μια ολιστική, σε βάθος συζήτηση και ανάλυση πολλών διαφορετικών πτυχών της χοροθεραπείας με τους συνεντευξιζόμενους χοροθεραπευτές.

Η προσέγγιση των χοροθεραπευτών αν και ευκολότερη κρίθηκε επίσης δυσχερής καθώς αρκετοί έλειπαν στο εξωτερικό για επαγγελματικούς λόγους, ή διέμεναν εκτός Αττικής. Για το λόγο αυτό μια εκ των συνεντεύξεων πραγματοποιήθηκε μέσω skype γεγονός που αν και δεν επέτρεψε την άμεση προσωπική προσέγγιση του συνεντευξιζόμενου, λειτούργησε όμως πολύ καλά για την έρευνά μας. Στο σημείο αυτό πρέπει να αναφερθεί ότι και η διαδικασία απομαγνητοφώνησης της εν λόγω συνέντευξης κατέστη δυσκολότερη και πιο χρονοβόρα από τις υπόλοιπες.

2.2 Μέθοδος συλλογής στοιχείων

Τα στοιχεία συλλέχθηκαν μέσω συνεντεύξεων που μαγνητοφωνήθηκαν στοχεύοντας στον εντοπισμό και τη συλλογή πληροφοριών σχετικών με το αντικείμενο και τα ερωτήματα της έρευνας. Η ημι-δομημένη συνέντευξη που χρησιμοποιήθηκε για τους σκοπούς της παρούσας έρευνας μας παρείχε τη δυνατότητα της εκ βάθους μελέτης του ερευνώμενου φαινομένου και τη δυνατότητα διεύρυνσης της συζήτησης σε περεταίρω σχετικά θέματα ερευνητικού ενδιαφέροντος. Πρόθεση της ερευνήτριας ήταν να διαθέσει στους συνεντευξιζόμενους την ελευθερία να εκφράσουν με πλήρως και με τον προσωπικό τους τρόπο όλα αυτά που είχαν να πουν, τις ιδέες τους και τα συναισθήματά τους.

Οι συνεντεύξεις στόχευαν να καλύψουν τέσσερις βασικούς θεματικούς άξονες :

- 1.Επαγγελματικό προφίλ ερωτώμενου και τυπικά προσόντα του χοροθεραπευτή.
2. Βασικές πληροφορίες σχετικά με τηχοροθεραπεία όπως ιστορικά στοιχεία , είδη χοροθεραπευτικών προσεγγίσεων και ωφελούμενοι από αυτήν
3. Εφαρμογή της χοροθεραπείας και σύγκρισή της με το χορό ως τέχνη.
- 4.Ελλείψεις και προβλήματα που αφορούν την εφαρμογή της χοροθεραπείας και τρόποι βελτίωσης.

2.3. Ανάλυση δεδομένων

Τα στοιχεία αναλύθηκαν ακολουθώντας τη μέθοδο της **θεματικής ανάλυσης**. Σύμφωνα με αυτή τα δεδομένα ταξινομήθηκαν σε ομάδες επαναλαμβανόμενων νοητικών μοτίβων και κατηγοριοποιήθηκαν σε ευρύτερες θεματικές ομάδες που προέκυψαν. Αρχικά αναλύθηκε η σημασία των εννοιών και μετέπειτα κατηγοριοποιήθηκαν.

Στην πράξη η διαδικασία ήταν η ακόλουθη:

- Απομαγνητοφώνηση των συνεντεύξεων (Η διάταξη του εγγράφου με αρκετό περιθώριο επέτρεψε την εισαγωγή σχολίων προσδιορισμού των δεδομένων της συνέντευξης τα οποία χρησιμοποιήθηκαν μετέπειτα στην κατηγοριοποίηση των εννοιών)

- Προσεκτική ανάγνωση του κειμένου των συνεντεύξεων και εντοπισμός των σημαντικότερων στοιχείων. Προσεγγίζοντας επαγωγικά την ανάλυσή μας τα θέματά μας ανέκυψαν από τα δεδομένα μας.
- Τα σημαντικά στοιχεία του κειμένου ταξινομήθηκαν ανάλογα με το νόημά τους σε θεματικές κατηγορίες.
- Οι θεματικές κατηγορίες με τη σειρά τους τοποθετήθηκαν στους θεματικούς άξονες της έρευνας.

3. ΠΑΡΟΥΣΙΑΣΗ ΑΠΟΤΕΛΕΣΜΑΤΩΝ ΤΗΣ ΕΡΕΥΝΑΣ

3.1 Θεματικές Κατηγορίες

Πίνακας 1. Επαγγελματικό προφίλ ερωτώμενου και τυπικά προσόντα του χοροθεραπευτή (1η θεματική ενότητα)

Κύριες θεματικές κατηγορίες για επαγγελματικό προφίλ ερωτώμενου και τυπικά προσόντα	Υποκατηγορίες
1. Βασικές σπουδές ερωτώμενου χοροθεραπευτή	-Πρώτο πτυχίο -Μεταπτυχιακές σπουδές στη χοροθεραπεία -Ατομική ψυχοθεραπεία -Πτυχίο & γνώση χορού

--	--

Πίνακας 2: Η χοροθεραπεία ως μορφή ψυχικής θεραπείας (2^η θεματική ενότητα)

Κύριες κατηγορίες για χοροθεραπεία ως μορφή ψυχικής θεραπείας	Υποκατηγορίες
2. Θεραπευτικές προσεγγίσεις	-πρωτόγονη έκφραση -χοροκινητική προσέγγιση
3. Ιστορικά στοιχεία	-αρχική εμφάνιση χοροθεραπείας και απαρχές στην Ελλάδα
4. Χώροι εργασίας	-δημόσια ψυχιατρικά νοσοκομεία , ιδιωτικές κλινικές , ιδιωτικά στούντιο χοροθεραπείας
5. Θεραπευόμενοι	-ηλικίες -περιπτώσεις
6. Δυσκολίες κατά την εφαρμογή	-επαγγελματίες χορευτές -δύσκολες ψυχικές περιπτώσεις

Πίνακας 3: Εφαρμογή της χοροθεραπευτικής διαδικασίας και σύγκρισή της με το χορό ως τέχνη (3^η θεματική ενότητα)

Κύριες θεματικές κατηγορίες για εφαρμογή της χοροθεραπευτικής διαδικασίας και σύγκρισή της με το χορό ως τέχνη	Υποκατηγορίες
7. Εφαρμογή χοροθεραπείας	<ul style="list-style-type: none"> -Διάγνωση -Παρέμβαση- θεραπεία -Θεραπευτικοί στόχοι
8.Αξιολόγηση χοροθεραπείας ως ψυχοθεραπευτική διαδικασία	<ul style="list-style-type: none"> -Αποτελεσματικότητα -Συγκριτικό πλεονέκτημα έναντι άλλων ψυχοθεραπειών
9.Σύγκριση χορού ως τέχνη και χοροθεραπείας	<ul style="list-style-type: none"> -χαρακτηριστικά και στόχοι

Πίνακας 4: Ελλείψεις εφαρμογής της χοροθεραπείας στην Ελλάδα και προτάσεις βελτίωσης (4^η θεματική ενότητα)

Κύριες θεματικές κατηγορίες για ελλείψεις εφαρμογής της χοροθεραπείας στην Ελλάδα και προτάσεις βελτίωσης	Υποκατηγορίες
10.Επαγγελματικά προβλήματα και ελλείψεις	<ul style="list-style-type: none"> -μη αναγνώριση επαγγέλματος -άλλα προβλήματα

3.2 Θεματική Ανάλυση

- 1^η Θεματική κατηγορία: Βασικές σπουδές ερωτώμενου χοροθεραπευτή

Πρώτο πτυχίο: Όλοι οι συνεντευξιαζόμενοι διαθέτουν ένα πρώτο πτυχίο πανεπιστημίου κατά κανόνα σε ανθρωπιστικές ή κοινωνικές επιστήμες χωρίς αυτό να κρίνεται γενικά απαραίτητη προϋπόθεση.

Όπως σχετικά αναφέρει η X2 «Οι σπουδές στην ψυχολογία βοηθάνε, αν όχι να έχει πάρει το άτομο ένα πρώτο πτυχίο ώστε να έχει περάσει κάποια βασική εκπαίδευση. Γιατί είναι πολλοί που αλλάζουν δηλαδή έχουμε από πωλητές, νομικούς και δεν ξέρω τι που ξαφνικά αλλάζουν καριέρα». «...Ένα πρόγραμμα χοροθεραπείας αναγνωρισμένο προσφέρει επάρκεια προσόντων της ψυχοπαθολογίας» κατά την X3. Η ίδια έχει τελειώσει το τμήμα κοινωνικών σπουδών του Πανεπιστημίου Κρήτης με κατεύθυνση τεχνολογία κοινωνικών επιστημών ένα έτος των οποίων έγινε μέσω εράσμου στο τμήμα ψυχολογίας του Πανεπιστημίου της Μαδρίτης,

Βέβαια ένα βασικό πτυχίο είναι και το διαβατήριο να προχωρήσουν σε σπουδές χοροθεραπείας μεταπτυχιακού επιπέδου. Η X2 ακολούθησε σπουδές παιδαγωγικών. Όπως η ίδια αναφέρει:

“...έκανα σπουδές παιδαγωγικής με βάση τον εκπαιδευτικό χορό που ήτανε Λάμπαν, μετά πήγα στο κέντρο Λάμπαν στο Λονδίνο όπου έκανα εκεί πέρα μια εξειδίκευση στην ειδική αγωγή και έτσι μπήκαν οι βάσεις για τη χοροθεραπεία...”

Η Χ1 έκανε σπουδές κοινωνιολογίας, η Χ4 έχει πτυχίο από τη Νομική σχολή, ενώ ο Χ5 δίπλωμα χορού από την όπερα της Σόφιας με ειδίκευση στο σύγχρονο χορό. Η Χ6 ακολούθησε αρχικά σπουδές φιλοσοφίας παιδαγωγικής και ψυχολογίας ενώ ο Χ7 έχει πτυχίο Γυμναστικής Ακαδημίας.

Τα άτομα που ακολουθούν ως επί το πλείστον το επάγγελμα του χοροθεραπευτή παρατηρούμε πως προέρχονται από το χώρο των κοινωνικών επιστημών, του χορού ή της γυμναστικής καθώς η κατάρτισή τους είναι συναφής με το αντικείμενο της χοροθεραπείας. Δε λείπουν όμως και οι εξαιρέσεις των ατόμων που αλλάζουν καριέρα όπως η Χ4 που ακολούθησε αρχικά νομικές σπουδές.

Μεταπτυχιακές σπουδές στη χοροθεραπεία: Όλοι οι επαγγελματίες χοροθεραπευτές ακολουθούν σπουδές χοροθεραπείας σε μεταπτυχιακό επίπεδο ώστε να λάβουν την κατάλληλη θεωρητική και πρακτική κατάρτιση.

Η Χ1 ακολούθησε 4ετές μεταπτυχιακό πρόγραμμα στη χοροθεραπεία ενώ η Χ2 εκπαιδεύτηκε στο σύστημα της χοροκινητικής. Η Χ3 έχει σπουδάσει στη Βαρκελώνη σε επίπεδο μάστερ και η σπουδή είναι πάνω στο κομμάτι του dancetherapy, ενώ η Χ4 έκανε χοροθεραπεία και στην Αθήνα και στο Λονδίνο. Ο Χ5 έκανε ένα εκπαιδευτικό πρόγραμμα στη χοροθεραπεία και βρίσκεται σε εκπαίδευση στην αξιολόγηση ομάδας. Τέλος η Χ6 ακολούθησε μεταπτυχιακό χοροθεραπείας στην Ολλανδία.

Ατομική ψυχοθεραπεία: Εντός του προγράμματος χοροθεραπείας είναι απαραίτητη η ατομική ψυχοθεραπεία των εκπαιδευόμενων χοροθεραπευτών. Όπως αναφέρει η Χ2 «...να έχουν κάνει ατομική ψυχοθεραπεία (τουλάχιστον 150 ώρες) και εποπτεία φυσικά» Σύμφωνα επίσης με τη Χ3

«Πρώτα από όλα εκτός από το θεωρητικό κομμάτι είναι πολύ απαιτητική και η πρακτική του εκπαιδευόμενου και η προσωπική διαδικασία... Έχει δουλειά σε πολλά επίπεδα μην ξεχνάς ότι για να μπορέσει να γίνει κάποιος χοροθεραπευτής απαιτείται ατομική θεραπεία αρκετές ώρες. Είναι δουλειά με πολλά επίπεδα»

Από τα παραπάνω μπορούμε να συμπεράνουμε πως η σπουδή της χοροθεραπείας είναι αρκετά απαιτητική και προϋποθέτει αρκετές ώρες ατομικής ψυχοθεραπείας ώστε να ανταποκριθεί ο εκπαιδευόμενος στις απαιτήσεις του επαγγέλματος.

Πτυχίο & γνώση χορού: Αρκετοί χοροθεραπευτές υπήρξαν χορευτές ή καθηγητές χορού.

Η Χ1 είναι πτυχιούχος του τμήματος χορού του εθνικού θεάτρου. Η Χ2 έκανε σπουδές παιδαγωγικής με βάση τον εκπαιδευτικό χορό Λάμπαν, και μετά γύρισε στην Ελλάδα και ξεκίνησε

να διδάσκει. Έχει χορέψει επαγγελματικά και ερασιτεχνικά σε παραστάσεις. Η Χ3 έχει σπουδάσει και δουλέψει αρκετά σαν καθηγήτρια χορού.

Η Χ4 λέει «...μόλις τελείωσα τη νομική αποφάσισα να κάνω και χορό, οπότε έκανα χορό και επαγγελματικά. Πήρα ένα δίπλωμα χορού στην Αθήνα και ένα μεταπτυχιακό στο Λονδίνο και μετά αποφάσισα να περάσω και στη χοροθεραπεία την οποία έκανα και στην Αθήνα και στο Λονδίνο».

Ο Χ5 είναι διπλωματούχος χορευτής και πρώην επαγγελματίας ενώ η Χ6 έκανε σπουδές χορού από μικρή ηλικία και χρειάστηκε να περάσει από οντισιόν για να εισαχθεί στο μεταπτυχιακό χοροθεραπείας. Τέλος ο Χ7 είναι πτυχιούχος γυμναστικής ακαδημίας

Η γνώση χορού κρίνεται απαραίτητο προσόν για ένα χοροθεραπευτή αν και δεν είναι απαραίτητο να υφίσταται σε επαγγελματικό επίπεδο. Όπως χαρακτηριστικά αναφέρει η Χ3 :

«...κατά τη γνώμη μου και όπως τα περισσότερα εκπαιδευτικά προγράμματα το απαιτούν για την εισαγωγή σε αυτά είναι ένα αρκετά πλούσιο background και στο χορό και σε διάφορα είδη χορού. Εγώ προσωπικά το θεωρώ σημαντικό αυτό δε λέω να είσαι επαγγελματίας χορευτής αλλά να έχεις ασχοληθεί αρκετά.»

Η Χ2 επίσης χαρακτηριστικά αναφέρει:

“...Να έχει κάποιες σπουδές χορού. Θεωρούμε ότι οι σπουδές χορού να είναι τουλάχιστον τρία χρόνια – το μίνιμουμ. Γιατί όταν μιλάμε για θεραπεία μέσω μιας τέχνης αν δεν κατέχουμε την τέχνη μέσα από την οποία θέλουμε να εξασκήσουμε κάποια θεραπεία...? Το οποίο τείνει τώρα να απορροφηθεί από το κομμάτι το επιστημονικό γιατί πολλά πανεπιστήμια στο εξωτερικό δέχονται πλέον άτομα και χωρίς χορό.”

Η επαρκής γνώση της τέχνης μέσω της οποίας ο θεραπευτής καλείται να θεραπεύσει είναι κομβικής σημασίας. Παρόλα αυτά κάποια προγράμματα στο εξωτερικό δίνουν έμφαση –λανθασμένα- μόνον στο κομμάτι της επιστήμης και παραλείπουν αυτό της τέχνης.

Οι σπουδές χοροθεραπείας είναι απαιτητικές και προϋποθέτουν το συνδυασμό των ανωτέρω παραγόντων σε ικανοποιητικά επίπεδα καθώς ο χοροθεραπευτής πρέπει να συνδυάζει επαρκείς γνώσεις της επιστήμης και της τέχνης.

- 2^η θεματική κατηγορία: Θεραπευτικές προσεγγίσεις

Πρωτόγονη έκφραση: Η πρωτόγονη έκφραση είναι μια από της δυο χοροθεραπευτικές μεθόδους. Κύριο χαρακτηριστικό της είναι η τυποποιημένη και προκαθορισμένη μορφή της σε σχέση με τη

δεύτερη. Ενδείκνυται για κάποιες περιπτώσεις ασθενών όπως οι ψυχωτικοί παρόλα αυτά δεν είναι λόγω της αυστηρής δομής της στην προτίμηση των χοροθεραπευτών. Κατά την X2 λοιπόν:

“Η πρωτόγονη έκφραση κατ’ εμέ είναι συνταγή. Υπάρχει ένα προτυπο συγκεκριμένο μπροστά από τη συντονίστρια - οδηγό,- χοροθεραπεύτρια η οποία προσφέρει κίνηση , προσφέρει μουσική, η μουσική είναι βασισμένη σε 4/4 ένα ρυθμό που μπορεί να μας συνδέσει με το χτύπο της καρδιάς τη βιολογία, χρησιμοποιεί υπερφυσικά αρχέγονα πρότυπα –μπρος , πίσω , πάνω , κάτω.... το κάλεσμα, τον άλλο , την ανταπόκριση”

Σε επόμενο σημείο η ίδια αναφέρει:

“Υπάρχουν κάποιοι περιορισμοί στην πρωτόγονη έκφραση... Είναι μια πάρα πολύ καλή προσέγγιση για συγκεκριμένους πληθυσμούς πχ για ψυχωτικούς ασθενείς γιατί είναι πολύ δομημένη . Έχει στάνταρντ ρυθμό, υπάρχει η οδήγηση οπότε σε αυτούς βοηθάει πάρα πολύ ... παρόλα αυτά σε άλλους πληθυσμούς μπορεί να μην έχει την ίδια.. αποτελεσματικότητα παρόλα αυτά αυτό έχει να κάνει και με τον καθένα τι θέλει, τι του ταιριάζει , κυρίως τι του ταιριάζει όπως και με την κάθε ψυχοθεραπεία.”

Χοροκινητική προσέγγιση: Ηχοροκινητική είναι μια πολύ πιο ευέλικτη μέθοδος χοροθεραπείας όπου οι θεραπευτές επεξεργάζονται το υλικό της ομάδας και δουλεύουν πάνω σε αυτό. Για αυτό το λόγο οι περισσότεροι χοροθεραπευτές εκπαιδεύονται και χρησιμοποιούν αυτό το σύστημα. Οι X2 και X3 μας αναφέρουν για τη χοροκινητική αντίστοιχα:

“Για μένα είναι πιο ευέλικτη μέθοδος δηλαδή μπορώ να εντάξω μέσα της την πρωτόγονη έκφραση .. Με τα χρόνια όσμωσης των προσεγγίσεων θεωρώ ότι και οι δύο έχουν γίνει πιο ευέλικτες δηλαδή η μια μπορεί να εμπεριέχει την άλλη.. Απλά η χοροκινητική μπορεί να έχει μουσική μπορεί να μην έχει ... μπορεί να εφαρμοστεί με διάφορους τρόπους σε διάφορους πληθυσμούς”

“...είναι μια προσέγγιση μη κατευθυνόμενη που σημαίνει ότι ο συντονιστής- θεραπευτής που σημαίνει ότι δουλεύουμε με το υλικό που έχει η ομάδα.”

Ο X5 εφαρμόζει τη χοροκινητική. Όπως ο ίδιος λέει:

«εγώ εφαρμόζω τη χοροκινητική. Εκεί δε μπορεί να αναπαραγάγει ο θεραπευόμενος μια κίνηση που θα του δώσω εγώ. Θα πρέπει να βρει τη δική του κίνηση και το νόημα αυτής της κίνησης»

Η X2 επίσης χρησιμοποιεί τη χοροκινητική :

“Έκανα παραστάσεις αλλά μέσα από τη χοροθεραπευτική προσέγγιση , δηλαδή βγάζανε τα παιδιά αυτό το οποίο θέλανε να δουλέψουν από μόνα τους σαν θέμα και να το παρουσιάσουν”

- **3^η θεματική κατηγορία: Ιστορικά στοιχεία**

Αρχική εμφάνιση χοροθεραπείας και απαργές στην Ελλάδα: Η χοροθεραπεία είναι σχετικά νέος κλάδος στην Ελλάδα. Ξεκίνησε από την Αμερική το 1950 και έφτασε στην Ελλάδα τη δεκαετία του 1980 με τη μορφή της πρωτόγονης έκφρασης. Το 1993 ιδρύθηκε η Ένωση Χοροθεραπευτών Ελλάδος.

Η Χ3 αναφέρει:

“Τη δεκαετία του 50 στην Αμερική ξεκίνησε αρχικά ως εφαρμογή στα νοσοκομεία και αργότερα πήρε το όνομα χοροθεραπεία, χοροκινητική θεραπεία και μάλιστα την ίδια χρονική στιγμή από διαφορετικές πρωτοπόρους...

Το 1993 δημιουργήθηκε η ένωση χοροθεραπευτών ως σωματείο, αρχικά όμως είχαν εκπαιδευτεί αποκλειστικά στην πρωτόγονη έκφραση και αργότερα ήρθε και η χοροκινητική και η ένωση πήρε τη σημερινή της μορφή δηλαδή να καλύπτει και τις δύο προσεγγίσεις”

Η Χ2 λέει αντίστοιχα:

“...η πρώτη χοροθεραπεία στην Ελλάδα, μάλλον οι πρώτες που έφεραν τη χοροθεραπεία η μία είναι η Ελευθερία Ντεπώ η οποία εκπαίδευσε και τη δική μου δασκάλα που έφερε το σύστημα της χοροκινητικής προσέγγισης. Παράλληλα από τη Γαλλία η Φ. Derpne ξεκίνησε και εκπαίδευε διάφορες Ελληνίδες στην πρωτόγονη έκφραση. Είναι το άλλο σύστημα χοροθεραπείας από αυτό που κάνω εγώ. Αυτά ήταν τέλη του 80. Εεε το '90 άρχισαν οι πρώτες εκπαιδεύσεις στην Ελλάδα και το 1993 δημιουργήθηκε η ένωση χοροθεραπευτών Ελλάδας.”

- **4^η θεματική κατηγορία : Χώροι εργασίας**

Οι χώροι εργασίας των χοροθεραπευτών ποικίλουν και περιλαμβάνουν δημόσια και ιδιωτικά νοσοκομεία, ιδιωτικές κλινικές αλλά και ιδιωτική άσκηση του επαγγέλματος. Αυτή τη στιγμή στην Ελλάδα λειτουργεί χοροθεραπευτικό πρόγραμμα στα πλαίσια του προγράμματος απεξάρτησης 18 και άνω του ψυχιατρικού νοσοκομείου Αττικής στο οποίο εργάστηκαν και πολλοί από τους συνεντευξιζόμενους. Ο Χ5 εργάζεται αυτή τη στιγμή σε έμμισθη θέση χοροθεραπευτή στο πρόγραμμα απεξάρτησης 18 και άνω.

Ιδιωτικά ασκούν το επάγγελμα οι Χ1 και Χ7 ενώ οι υπόλοιποι εργάζονται σε πλαίσια (ιδιωτικά νοσοκομεία ημέρας, δημόσια νοσοκομεία, ιδρύματα) σε έμμισθη ή εθελοντική βάση. Παρόλα αυτά

η μη αναγνώριση επαγγελματικών δικαιωμάτων καθιστά το ιδιωτικό επάγγελμα δύσκολη υπόθεση!
Όπως αναφέρει η X6

«Γραφείο όχι γιατί δεν έχω άδεια ασκήσεως επαγγέλματος. Ένας ψυχολόγος με άδεια ασκήσεως επαγγέλματος ψυχολόγου λόγω χάρη θα μπορούσε να ανοίξει ένα γραφείο και να πει ότι εγώ ασκώ... αυτή τη μορφή θεραπείας... κάπως πρέπει να το πεις για να είσαι καλυμμένος νομικά»

Η X3 αναφέρει: "...εγώ δουλεύω σε πλαίσια είναι λίγο διαφορετικό. Φέτος δούλεψα και σε ένα κέντρο με μαθησιακές δυσκολίες”

Ενώ η X4 επίσης εργάζεται σε πλαίσια:

“...Αυτή τη στιγμή δουλεύω με το πρόγραμμα του ΨΝΑ, το 18 και άνω που έχει να κάνει με την απεξάρτηση τοξικομανών και δουλεύω σε εθελοντική βάση στο πρόγραμμα 16 γυναικών το οποίο είναι ένα κλειστό πρόγραμμα όπου οι κοπέλες μένουν μέσα. Αυτό εντάσσεται στο 18 και άνω”

«...είχα επιλέξει την εταιρία των ατόμων με σκλήρυνση κατά πλάκας... Επίσης δούλεψα με την πρακτική μου μέσα σε ένα γηροκομείο με την Τρίτη ηλικία»

Υπάρχουν πλαίσια εργασίας για ένα χοροθεραπευτή στην Ελλάδα αλλά οι θέσεις εργασίας είναι λίγες και ως επί το πλείστον άμισθες.

Στο σημείο αυτό αξίζει να αναφερθεί ότι οι X2 και X6 δεν ασκούν πλέον το επάγγελμα του χοροθεραπευτή και εργάζονται σε διαφορετικούς χώρους.

- 5^η θεματική ενότητα: Θεραπευόμενοι

Ηλικία: Οι θεραπευόμενοι περιλαμβάνουν όλο το φάσμα των ηλικιών από πολύ μικρά παιδιά μέχρι ηλικιωμένους. Η χοροθεραπεία φαίνεται να λειτουργεί καλά και σε μητέρες με τα παιδιά τους. Σύμφωνα με τη X2 «Οι ηλικίες ξεκινούσαν από δημοτικό και έφταναν μέχρι 35, 40, 50...»

Η X3 αναφέρει ότι «οι ηλικίες κυμαίνονται από 17 -65 ετών» ενώ η X4 έχει εργαστεί με την Τρίτη ηλικία. Ο X7 αναφέρει ότι άτομα ανεξαρτήτου ηλικίας και φύλου μπορεί να προτιμήσουν τη χοροθεραπεία καθώς είναι μια μέθοδος διαφορετική από τα συνηθισμένα.

Η χοροθεραπεία επομένως είναι μια ευέλικτη μέθοδος που προτείνεται για όλες τις ηλικίες άνευ ορίων.

Κατηγορίες Ασθενών: Οι ασθενείς που ανακουφίζονται μέσω της χοροθεραπείας περιλαμβάνουν όλες τις κατηγορίες ψυχικών ασθενειών από απλές περιπτώσεις μέχρι τις πιο δύσκολες. Όπως χαρακτηριστικά αναφέρει η X3 «ο καθένας μπορεί να ωφεληθεί από τη χοροθεραπεία». Βλέπουμε λοιπόν ότι:

«Συνήθως πρόκειται για περιπτώσεις συναισθηματικών διαταραχών , παιδικών τραυμάτων , προβλημάτων έλλειψης επικοινωνίας στην οικογένεια.» (X1)

«... η χοροθεραπεία μπορεί να εφαρμοστεί εκπληκτικά και σε μαμάδες με μωρά φερυπείν, σε άτομα με άνοια , αλτσχάιμερ , σε καρκινοπαθείς σε άτομα με κινητικά προβλήματα... ανεξαρτήτου ηλικίας» (X2)

«Είμαι πολλά χρόνια στο επάγγελμα, έχω δουλέψει και με άτομα ψυχωτικά... Δουλεύω κυρίως σε ενήλικες και όχι σε παιδιά, οπότε οι κατηγορίες που έχω δουλέψει είναι αυτό –τα άτομα με σκλήρυνση, οι άνθρωποι οι καθηλωμένοι της τρίτης ηλικίας και τοξικομανείς. Και κάποιες περιπτώσεις ψυχωτικών...» (X4)

Βλέπουμε ότι η χοροθεραπεία εφαρμόζεται σε μεγάλο εύρος ψυχικών ασθενειών έχοντας κάτι να προσφέρει στον κάθε θεραπευόμενο. Το γεγονός αυτό της προσδίδει αξιοπιστία ως μορφή ψυχοθεραπείας καθιστώντας την ισάξια με τις υπόλοιπες ψυχοθεραπευτικές μορφές. Συνδυάζοντας το γεγονός μάλιστα των απαιτητικών και μακροχρόνιων σπουδών και τις ώρες ατομικής θεραπείας που χρειάζονται για να ακολουθήσει κανείς το επάγγελμα του χοροθεραπευτή μπορούμε να αναγνωρίσουμε τη βαρύτητα και να επιβεβαιώσουμε την λειτουργικότητά της.

Βέβαια πρέπει να έχουμε υπ' όψιν μας ότι όπως όλες οι θεραπείες, η χοροθεραπεία δεν είναι πανάκεια. Ο θεραπευτής προσπαθεί να φτάσει τον θεραπευόμενο στο μέγιστο σημείο της προσωπικής του ισορροπίας (ψυχικής, διανοητικής και σωματικής) και λειτουργικότητας δεδομένης της κατάστασής του και της σοβαρότητας της περίπτωσης και της δυνατότητας που επιδέχεται ο καθένας για αλλαγή- θεραπεία. Το σημείο αυτό είναι υποκειμενικό και ατομικό. Δεν «θεραπεύονται» όλες οι ψυχικές ασθένειες αλλά γίνεται προσπάθεια να φτάσει ο θεραπευόμενος στο βέλτιστο σημείο λειτουργικότητάς του δεδομένης της κατάστασής του. Χαρακτηριστικά μας μιλά για αυτό η X6:

«Εεεε δούλεψα με βαριές ψυχώσεις, βαρύ αυτισμό, συνάντησα βίαιη συμπεριφορά ήτανε άτομα που ήτανε... έγκλειστα δηλαδή ήτανε σε ίδρυμα που σημαίνει ότι για να είναι εκεί ούτε οι ίδιοι τους οι γονείς δε μπορούσαν να τους διαχειριστούν οπότε μιλάμε για τις πιο βαριές περιπτώσεις. Και εκεί όχι ότι βοηθάει η χοροθεραπεία αλλά παίρνει μια άλλη μορφή...»

Αλλά και η X4 τονίζει σχετικά:

«...σε μια ισορροπία γιατί αυτό θέλουμε, μια νοητική, ψυχική και σωματική ισορροπία όπως μπορείς. Αλλιώς δηλαδή είναι να δουλεύεις με παιδιά με νοητική στέρηση και αλλιώς είναι να δουλεύω εγώ με τους τοξικομανείς που είναι πανέξυπνοι , αλλιώς είναι να δουλεύεις με την Τρίτη ηλικία. Θέλεις λοιπόν να φτάσεις τον καθένα εκεί που μπορεί να φτάσει στο υψηλότερο σημείο που μπορεί να φτάσει από άποψη μια νοητικής, ψυχικής και σωματικής ισορροπίας....»

Υπάρχουν κάποιες κατηγορίες ασθενειών που ωφελούνται περισσότερο στη χοροθεραπεία όπως οι περιπτώσεις εκείνες στις οποίες ο λόγος απουσιάζει, καθώς η έκφραση και η επικοινωνία γίνονται πλέον μέσα από την κίνηση. Αυτό όπως θα δούμε και στην πορεία, αποτελεί συγκριτικό πλεονέκτημα της χοροθεραπείας έναντι των υπολοίπων ψυχικών θεραπειών.

Όπως σχετικά αναφέρει η Χ3 «...παραδοσιακά η χοροθεραπεία έχει δουλέψει περισσότερο με κάποιες ομάδες ασθενών όπως ο αυτισμός για παράδειγμα».

Η Χ6 μας λέει το ίδιο:

«Η χοροθεραπεία ενδείκνυται κυρίως για περιπτώσεις που ο λόγος δεν είναι διαθέσιμος.. για άτομα που απουσιάζει τελείως ο λόγος, για εκεί έχει τη δύναμη... και τις μεθόδους».

ΟΧ7 θίγει επίσης το θέμα της χοροθεραπείας ως μια ψυχοθεραπεία πέραν του λόγου που ενδείκνυται ιδιαίτερα για άτομα τα οποία δυσκολεύονται να εκφραστούν λεκτικά και πρέπει να χρησιμοποιήσουν άλλους τρόπους(πχ αυτιστικό άτομο)

- 6η θεματική ενότητα: Δυσκολίες κατά την εφαρμογή

Επαγγελματίες χορευτές: Υπήρξε εύλογη απορία της ερευνήτριας λόγω της προσωπικής της ενασχόλησης με το χορό αν οι επαγγελματίες χορευτές δυσκολεύονται στο να ωφεληθούν από τη χοροθεραπεία καθότι οι ίδιοι έχουν μάθει να «τυποποιούν» την κίνησή τους μέσω της τεχνικής τους συνεπώς και να δυσκολεύονται να κινηθούν τελείως αυθόρμητα στο χώρο εκφράζοντας τα ενδότερα συναισθήματά τους. Οι ερωτώμενοι χοροθεραπευτές επιβεβαιώνουν το γεγονός κάνοντας νύξη σε αυτή ακριβώς τη δυσκολία των χορευτών της απόλυτα «ελεύθερης (κινητικά) έκφρασης» που είναι τόσο απαραίτητη στη χοροθεραπεία για τη διάγνωση και τη θεραπεία.

Η Χ1 αναφέρει σχετικά:

«Οι επαγγελματίες χορευτές δε μπορούν να ωφεληθούν από τη χοροθεραπεία. Είναι μαθημένοι να κάνουν τα πράγματα αλλιώς σύμφωνα με τους κανόνες του μπαλέτου ή του όποιου χορευτικού στυλ... Δε μπορούν να αφεθούν τελείως ελεύθεροι ώστε να κάνουμε μετά την αποδόμηση»

Ο Χ5 επίσης δέχεται ότι ο χορευτής «έχει ένα τρόπο να παρουσιάζει καλύτερα τον εαυτό του. Δηλαδή χρησιμοποιεί την ευκολία...»

Κατά τη Χ6 επίσης:

«...αλλά είναι πιο δύσκολοι σαν ασθενείς γιατί επειδή ακριβώς έχουνε την εμπειρία με το σώμα τους... Βέβαια δεν έχω δουλέψει με χορευτές αλλά έχω μιλήσει με άλλους χοροθεραπευτές και είναι οι πιο δύσκολοι ασθενείς γιατί έχουνε μάθει να μεταχειρίζονται τη γλώσσα του σώματος ...»

Είναι επομένως οι χορευτές «υποψιασμένοι» σε σχέση με την κίνηση και δεν είναι εύκολο για αυτούς να ξεχάσουν τους κανόνες της τεχνικής. Δυσκολεύονται επομένως να βγάλουν τον πραγματικό τους εαυτό στην κίνησή τους. Συνίστανται επομένως άλλου είδους ψυχικές θεραπείες για αυτούς -που μπορεί να emπίπτουν στο πεδίο του arttherapy. Όπως αναφέρει και η Χ1 «Μπορούν να χρησιμοποιήσουν άλλες μορφές θεραπείας μέσω τέχνης όπως τη ζωγραφική ή το θέατρο.»

Δύσκολες ψυχικές περιπτώσεις: Εκτός από την περίπτωση των χορευτών όπου η εφαρμογή της χοροθεραπείας καθίσταται δύσκολη οι θεραπευτές συνάντησαν και συναντούν δύσκολα περιστατικά που η χοροθεραπεία μπορεί να κάνει λίγα πράγματα. Οι περιπτώσεις αυτές αφορούν ψυχιατρικά περιστατικά όπως ψυχώσεις, άτομα με βίαιη συμπεριφορά, άτομα κακοποιητικά, παιδιά με υπερκινητικότητα, ή άτομα που βρίσκονται σε καθεστώς εγκλεισμού.

«Για μένα είναι τα άτομα εκείνα που είναι είτε κακοποιητικά είτε κακοποιούνται τα ίδια...»(Χ2)

«Για μένα η μεγαλύτερη πρόκληση ήταν τα παιδιά με υπερκινητικότητα με δυσκόλεψε πάρα πολύ» (Χ5)

«..δούλεψα με βαριές ψυχώσεις, βαρύ αυτισμό, συνάντησα βίαιη συμπεριφορά ήτανε άτομα που ήτανε... έγκλειστα δηλαδή ήτανε σε ίδρυμα που σημαίνει ότι για να είναι εκεί ούτε οι ίδιοι τους οι γονείς δε μπορούσαν να τους διαχειριστούν οπότε μιλάμε για τις πιο βαριές περιπτώσεις.»(Χ6)

«Οι περιπτώσεις αυτές (των ψυχωτικών ασθενών) είναι πραγματικά δύσκολες και λίγα μπορούν να γίνουν από πλευράς χοροθεραπείας καθώς οι συγκεκριμένες παθήσεις καταστέλλονται μόνον και με φαρμακευτική κυρίως αγωγή. Παρόλα αυτά η διάθεσή τους βελτιώνεται σημαντικά μέσω της χοροθεραπείας. Επίσης καθώς δε μπορώ να αναλάβω εξ' ολοκλήρου την ευθύνη ενός τέτοιου περιστατικού συνεργάζομαι με ψυχίατρο για τέτοιες περιπτώσεις.» (Χ1)

Εδώ πρέπει να τονιστεί ότι η κάθε περίπτωση δυσκολίας φαίνεται να είναι καθαρά υποκειμενική. Αφενός αυτό αποκαλύπτει η χρήση της έκφρασης «για μένα» αφετέρου τα άτομα δε συγκλίνουν σε

μια ομόφωνη γνώμη για μια γενικά αποδεκτή δύσκολη περίπτωση. Οι ασθενείς με ψυχώσεις δεν αναφέρθηκαν από όλους τους ερωτώμενους ως οι πλέον δυσκολότερες για παράδειγμα η X4 αναφέρει χαρακτηριστικά πως «Εκεί υπάρχουν συγκεκριμένες αντιστάσεις πρέπει να βρεις τρόπους να τις ξεπερνάς... Οπότε με τη χοροθεραπεία είναι πάρα πολύ καλό, ότι είναι ένα πολύ ευέλικτο εργαλείο...» Τα λεγόμενα της X4 έρχονται σε διαφορά με την ανωτέρω άποψη της X1 η οποία αναφέρει τις περιπτώσεις των ατόμων με ψύχωση ως τις πλέον δύσκολες.

Μια διαφορετική άποψη σχετικά με τις δυνατότητες της χοροθεραπείας για τα δύσκολα περιστατικά εκφράζουν οι X3 και X4, σύμφωνα με την οποία ο θεραπευτής ακόμη και για αυτές τις δύσκολες περιπτώσεις έχει δυνατότητα δράσης. Απαραίτητη προϋπόθεση είναι να έχεις τις κατάλληλες γνώσεις, να αγαπάς αυτό που κάνεις και να επιλέξεις τον πληθυσμό με τον οποίο θέλεις να ασχοληθείς θεραπευτικά.

Όπως αναφέρουν λοιπόν χαρακτηριστικά οι X3 και X4:

«Υπάρχουν πολλές δύσκολες συνεδρίες και δύσκολα περιστατικά. Αλλά τι να πω με την κατάλληλη εποπτεία, με την κατάλληλη εκπαίδευση, τα κατάλληλα εργαλεία σε κανένα δε μπορώ να πω όχι ή ότι δε μπορώ να διαχειριστώ με κανένα τρόπο, ή ότι δεν εφάρμοσα το θεραπευτικό μου ρόλο, ότι διαλύθηκε η συνεδρία ή η ομάδα.. Όχι ποτέ.» (X3)

«Δε μπορώ να πω ποια είναι πιο δύσκολη (περίπτωση) γιατί ο κάθε πληθυσμός είναι μια ξεχωριστή πρόκληση, το θέμα είναι με ποιό πληθυσμό σου αρέσει να δουλεύεις όταν με ρωτάνε όλοι και τους λέω για τους τοξικομανείς μου λένε «Πώ, πώ... Πώς αντέχεις, είναι πάρα πολύ δύσκολο..!». Εμένα μου αρέσει πάρα πολύ και επειδή μου αρέσει δε νιώθω δυσκολία –που είναι δύσκολο αντικείμενο.» (X4)

«...πρέπει να βρεις τρόπους να τις ξεπερνάς... Οπότε με τη χοροθεραπεία είναι πάρα πολύ καλό, ότι είναι ένα πολύ ευέλικτο εργαλείο και από τη στιγμή που έχεις το εργαλείο, ξέρεις πώς να οδηγήσεις τον άλλον στην κίνηση, στον αυτοσχεδιασμό.. Πώς θα παρατηρήσεις, με ποια εργαλεία θες να παρατηρήσεις την κίνηση... Για αυτό κάθε χοροθεραπευτής και ανάλογα με το background που έχει – γιατί δεν προέρχονται όλοι από το χώρο του χορού, αν και είναι πολύ σημαντικό να κατέχει την κίνηση – ο καθένας από μας έχει το δικό του τρόπο να προσεγγίσει τον πληθυσμό του και να τον πάει εκεί που θέλει.» (X4)

Η χοροθεραπεία είναι ένα πολύ ευέλικτο εργαλείο το οποίο ο σωστός επαγγελματίας θεραπευτής μπορεί να χρησιμοποιήσει προσαρμόζοντάς το ανάλογα σε κάθε ξεχωριστή περίπτωση θεραπευόμενου. Η ευελιξία λοιπόν, η προσαρμοστικότητα και η εφευρετικότητα του θεραπευτή – που στηρίζονται βέβαια στην αγάπη για το επάγγελμά του και τον πληθυσμό με τον οποίο ασχολείται θα καθορίσουν σε μεγάλο βαθμό τη θετική εξέλιξη στην πορεία του θεραπευόμενου-όσο δύσκολη και αν είναι η περίπτωσή του.

- 7^η θεματική ενότητα: Εφαρμογή χοροθεραπείας

Διάγνωση: Η προσεκτική παρατήρηση της κίνησης αλλά και της συνολικής συμπεριφοράς του ατόμου μέσα στη συνεδρία αποτελεί βασική προϋπόθεση για την εξερεύνηση των ενδείξεων που θα οδηγήσουν το χοροθεραπευτή στη διεξαγωγή συμπερασμάτων σχετικά με τα ψυχικά συμπτώματα του θεραπευόμενου καθώς και τη σταδιακή διάγνωση της κατάστασής του. Μέσω της κίνησης, του χορού αλλά και της ίδιας της στάσης του ατόμου στο χώρο ξεχωρίζουν ήδη οι πρώτες ενδείξεις. Οι ερωτώμενοι χοροθεραπευτές λένε σχετικά:

«Σε αυτό το χώρο (της χοροθεραπείας όμως) ο θεραπευτής βλέπει τα συναισθήματα μέσα από την κίνηση. Το σώμα μιλάει κι εμείς μπορούμε να το ερμηνεύσουμε.»(X1)

«...εκπαιδευόμαστε να παρατηρούμε ατελείωτες ώρες σώματα που κινούνται, όταν λοιπόν παρατηρούμε ατελείωτες ώρες ξέρουμε τι παρατηρούμε, σιγά σιγά μπορούμε να παρατηρήσουμε και μπορούμε να καταγράψουμε νοερά – γιατί δεν έχεις το χρόνο εκείνη την ώρα να γράψεις – παρατηρούμε αφενός πολύ συγκεκριμένα πράγματα και καταγράφουμε νοερά αυτά που είναι τα πιο ασφαλή να τα χρησιμοποιήσουμε μετά. Είναι κι αυτός ένας ολόκληρος τομέας η παρατήρηση και η ανάλυση της κίνησης. Γιατί είναι μέσα από την κίνηση που θα παρέμβουμε. Θα δούμε δηλαδή τι υπάρχει στην κίνηση του άλλου, τι δεν υπάρχει στην κίνηση του άλλου, τι υπάρχει σε μεγάλο βαθμό που δε θα ‘πρεπε να υπάρχει, παρατηρούμε πάρα πολλά πράγματα για να μπορέσουμε να παρέμβουμε μέσα από την κίνηση.» (X4)

Σύμφωνα με τις παραπάνω απόψεις η κίνηση εκδηλώνει τα ενδότερα συναισθήματα και η προσεκτική παρατήρηση του σωστού χοροθεραπευτή είναι κομβικής σημασίας για την σωστή ερμηνεία του ψυχικού κόσμου, τη διάγνωση και την παρέμβαση. Στην κίνηση είναι πολύ σημαντική η αναγνώριση και επεξήγηση των επαναλαμβανόμενων μοτίβων.

«Μέσω της αναγνώρισης των επαναλαμβανόμενων προτύπων. Δηλαδή όταν βλέπω ότι επαναλαμβάνεται κάτι.. Τι είναι αυτό? Τι μπορούμε να αλλάξουμε εκεί πέρα?» (X2)

Λόγω της άμεσης σύνδεσης της ψυχής με το σώμα και οτιδήποτε συμβαίνει στο ένα πεδίο αντανακλάται και στο άλλο. Οτιδήποτε λοιπόν συμβαίνει στον εσωτερικό κόσμο εξωτερικεύεται στο σώμα και το αντίστροφο. Όπως χαρακτηριστικά αναφέρει ο X5:

«Το σώμα είναι μια πλευρά του εαυτού. Αμέσως αμέσως έχοντας επαφή με μια πλευρά του εαυτού, είναι σα να πλησιάζεις και τον ψυχικό εαυτό σου. Το σώμα έχει μια διπλή διάσταση – είναι το εξωτερικό, το περίγραμμα και είναι και το εσωτερικό σώμα. Προσεγγίζοντας το εξωτερικό-το περίγραμμα- δημιουργείς μια οδό για να μπορέσεις να δεις το εσωτερικό.»

Αποκτώντας επομένως – μέσω της χοροθεραπείας- επαφή με το σωματικό τμήμα του εαυτού μας μπορούμε να δούμε πράγματα που συμβαίνουν στο ψυχικό επίπεδο και τα οποία η σωματική κίνηση διευκολύνει στο να αναδυθούν. Η διπλή υπόσταση του ανθρώπου (σώμα και ψυχή) διευκολύνει αυτή τη διαδικασία –προσεγγίζοντας το ένα επίπεδο γνωρίζουμε και το άλλο. Για τη χρησιμότητα – στη χοροθεραπεία- αυτής της σύνδεσης ψυχής και σώματος κάνει λόγο και η X4 σε επίπεδο παρέμβασης και θεραπείας όμως για το οποίο γίνεται λόγος παρακάτω.

Σε ότι αφορά τη διάγνωση ακόμη και η ίδια η στάση του ατόμου στο χώρο δηλώνει καθαυτή γεγονότα της ψυχικής κατάστασης.

«Μπορούμε να δούμε από μια στάση ενός ανθρώπου αν είναι υγιής ...έτσι κ αλλιώς το σώμα δηλώνει κάποιες καταστάσεις.» (X2)

«..αυτό που γίνεται μέσα στην αίθουσα , δηλαδή στη χοροθεραπεία αντανακλά τη ζωή μας .Είναι η συνολική συμπεριφορά του ατόμου μέσα σε ένα χώρο. Πχ αν θέλει να είναι συνέχεια μπροστά και ο άλλος είναι συνέχεια πίσω κάτι λέει και για τον ένα και για τον άλλο, σε σχέση με το πώς νιώθουν τον εαυτό τους...» (X2)

Εδώ η ίδια η στάση του ατόμου –όχι μόνο η κινητική ή η χορευτική διαδικασία- μπορεί να οδηγήσει σε συμπεράσματα. Η συμπεριφορά στη συνεδρία αποτελεί ένδειξη για τη ζωή εκτός συνεδρίας. Για αυτό και οι συμβατικές θεραπείες εκδηλώνουν έντονο πλέον ενδιαφέρον για την κίνηση και την κινητική συμπεριφορά σύμφωνα και με τη X3.

Θεραπευτικοί Στόχοι: Η υποκατηγορία αυτή ανέκυψε κατά τη διάρκεια της συζήτησης με ορισμένους ερωτώμενους θέτοντας στο πεδίο ένα νέο ζήτημα, αυτό της θεραπείας. Η θεραπεία για τους χοροθεραπευτές έγκειται στην *αλλαγή* η οποία θα οδηγήσει το άτομο στο βέλτιστο σημείο ισορροπίας και λειτουργικότητάς του. Θεραπεία ΔΕ σημαίνει απαραίτητα εξάλειψη του προβλήματος αλλά βελτίωση της ποιότητας ζωής. Ας εξετάσουμε λοιπόν καταρχήν τι σημαίνει «θεραπεία» για τους χοροθεραπευτές:

«Η θεραπεία για μένα νομίζω...είναι να ζώ με ό,τι πρόβλημα έχω και να είμαι λειτουργικός... άρα αλλαγή και η θεραπεία- γιατί για κάποια αλλαγή μιλάμε»(X2)

Η θεραπεία είναι επομένως μια αλλαγή –στάσης, συμπεριφοράς- η οποία αυξάνει τη λειτουργικότητα του ατόμου δεδομένου του προβλήματός του, το οποίο δεν είναι πάντα εύκολο να εξαλειφθεί. Για λειτουργικότητα ανάλογα με την ξεχωριστή περίπτωση του κάθε ασθενή κάνει λόγο και η X3:

«..ο καθένας μπορεί να δουλέψει τόσο έναν ασθενή με χαμηλή λειτουργικότητα όσο και έναν ασθενή με υψηλή λειτουργικότητα. Απλώς ο καθένας από εκεί που βρίσκεται έχει κάποιους θεραπευτικούς στόχους.»

Η Χ4 μιλά για τη θεραπεία ως μια ισορροπία σε επίπεδο νοητικό, ψυχικό και σωματικό στα επίπεδα που ο καθένας μπορεί:

«Σε μια ισορροπία γιατί αυτό θέλουμε, μια νοητική, ψυχική και σωματική ισορροπία όπως μπορείς...
Θέλεις λοιπόν να φτάσεις τον καθένα εκεί που μπορεί να φτάσει στο υψηλότερο σημείο που μπορεί να φτάσει από άποψη μια νοητικής, ψυχικής και σωματικής ισορροπίας»

Εφόσον τα στοιχεία νους, ψυχή και σώμα είναι αλληλένδετα μιλάμε για ισορροπία και στα τρία πεδία μαζί και όχι μονάχα για ένα.

Παρέμβαση – θεραπεία: Η παρέμβαση που οδηγεί στην αλλαγή που προαναφέρθηκε γίνεται τόσο μέσω της κίνησης όσο και μέσω της λεκτικής επικοινωνίας. Εφόσον τα επίπεδα της ανθρώπινης υπόστασης –νους, ψυχή και σώμα- είναι αλληλένδετα η χοροθεραπευτική παρέμβαση που οδηγεί στην αλλαγή ξεκινώντας από την αλλαγή σε σωματικό επίπεδο καταλήγει στην επιθυμητή αλλαγή στο ψυχικό επίπεδο. Πολύ χαρακτηριστικά αναφέρεται στη διαδικασία αυτή η Χ2:

«Αρα αλλάζοντας κάποιες κινητικές συνήθειες αλλάζει και η αίσθηση για τον εαυτό αλλάζει και η διάθεση , αλλάζει και κάτι που έχω βρει... Άρα για μας εκεί έγκειται η θεραπεία. Δηλαδή η αλλαγή στην ψυχολογία και η αλλαγή στην κίνηση είναι αλληλένδετα.»

Η Χ2 κάνει επίσης λόγο και για «αλλαγή συνειδητότητας» Ο θεραπευόμενος γίνεται πλέον βαθύτερος γνώστης του εαυτού του. Στο ίδιο κλίμα και η Χ4 επιβεβαιώνει την σημασία της σύνδεσης του διανοητικού συναισθηματικού επιπέδου με το σωματικό στη χοροθεραπεία. Η παρέμβαση δηλαδή ξεκινάει από το σώμα.

«Το πιο σημαντικό είναι ακριβώς ότι αρχίζει από το σώμα και χρησιμοποιεί το σώμα γιατί η χοροθεραπεία βασίζεται στην αρχή ότι σώμα , νους και ψυχή είναι αδιάσπαστα , πχ όταν έχω άγχος έχω πονοκέφαλο ή δε μπορώ να χωνέψω –άρα το σώμα εμπλέκεται πάντα, είναι πάντα εκεί .Λέμε για τις σωματικές ασθένειες αρκετές φορές ότι αν επιδράσεις στο ένα επίπεδο θα έχεις αλλαγές και στα άλλα. ότι αν λοιπόν κάνεις την παρέμβαση στο σώμα, αυτή η παρέμβαση θα επιδράσει και στα άλλα δυο επίπεδα δηλαδή στο συναισθηματικό και το διανοητικό –αφού αυτά είναι αλληλένδετα και τα τρία. Άρα λοιπόν η χοροθεραπεία βασίζεται στο ότι αντί να αρχίσω από τη σκέψη αρχίζω από το σώμα –ούτως ή άλλως αυτά τα δυο είναι ενωμένα. Το ένα επηρεάζει το άλλο άμεσα.» (Χ4)

Η κίνηση αποκαλύπτει πράγματα που είναι δυνατό να αποκρυπτούν στα λόγια. Στο στοιχείο αυτό της αποκαλυπτικότητας της κίνησης βασίζεται και η χοροθεραπεία σύμφωνα με τη Χ4 πάλι:

«Είναι πολύ πιο δύσκολο να κρυφτεί κανείς μέσα στην κίνηση παρά μέσα στα λόγια... Γιατί είναι πολύ πιο δύσκολο να λογοκρίνουμε την κίνηση. Είναι πολύ πιο δύσκολο γιατί η κίνηση είναι πολύ πιο άμεσα συνδεδεμένη με το ασυνείδητο. Είναι λοιπόν πολύ πιο εύκολο να κρύψω τα λόγια μου και να μην πω αυτά που θέλω να πω, παρά να κρύψω την κίνηση –η κίνηση προδίδει. Η κίνηση αποκαλύπτει και βασιζόμαστε και σ αυτό –ότι όταν ο άλλος κινείται είναι πολύ πιο αποκαλυπτικός από ότι όταν μιλάει.»

Η Χ1 επίσης ξεκινάει από το μπαλέτο για να κοιτάξει μέσα από την αποδόμισή του στον κόσμο του θεραπευόμενου και να δουλέψει με το θεραπευόμενο.

«...χρησιμοποιώ το μπαλέτο γιατί θέλω να δω πως συμπεριφέρεται κάποιος σε κάτι αυστηρά δομημένο και μετά δουλειά μου είναι να το αποδομήσω αυτό για να μπορέσω να δουλέψω μαζί τους»

Οι Χ5 και Χ6 μιλούν για τη χρησιμοποίηση του σώματος από το χοροθεραπευτή για την άμεση επικοινωνία με το θεραπευόμενο δίχως τη μεσολάβηση του λόγου.

«Μπορεί να ήταν η πιο απλή κίνηση –να ανοίγει και να κλείνει το χέρι και από κει και πέρα να μπούμε σε μια σύνδεση να μπω κι εγώ σ' αυτή τη μνήμη και να μπορέσω να αποδώσω κάτι άλλο, να τον αγγίζω... δηλαδή να μιλήσουμε μέσω της κίνησης του σώματος –αυτό κάνει η χοροθεραπεία.»(Χ6)

«Το σώμα είναι και αυτό μέσω του οποίου προσπαθούμε να δημιουργήσουμε ένα ψυχικό κόσμο δικό μας, να τον αισθανθούμε, γιατί ο λόγος δεν σου δίνει έναν χώρο να μπορέσεις να φανταστείς για εκείνο, να αισθανθείς για εκείνο να κάνεις κάποιες υποθέσεις.. Κατά την πρώτη επαφή του θεραπευόμενου και του θεραπευτή δημιουργείται ένα πεδίο που μπορεί να υπάρχει ψυχικό περιεχόμενο». (Χ5)

Η χοροθεραπεία επομένως δίνει έμφαση στην αίσθηση, στο άγγιγμα σε μια άλλη διάσταση της επικοινωνίας, η οποία αν και σε σωματικό επίπεδο φαίνεται να έχει μια διάσταση μεταφυσική φαίνεται να είναι πνευματικότερη από την επικοινωνία μέσω του λόγου. Είναι η διαδικασία που ο θεραπευτής μπαίνει κυριολεκτικά και μεταφορικά στο «πετσί του άλλου», στη θέση του, σε αυτά που νιώθει και προσπαθεί να τον καταλάβει. Αυτή είναι μια ιδιότητα της τέχνης – η επικοινωνία δηλαδή με μέσα πέραν του λόγου που χρησιμοποιείται εδώ για θεραπευτικούς σκοπούς.

Η παρέμβαση –αλλαγή γίνεται όμως και μέσα από τη λεκτική επικοινωνία και τη συζήτηση του υλικού των θεραπευόμενων. Γίνεται συζήτηση πάνω σε θέματα που ανέκυψαν από την κίνηση ώστε να διαφωτιστεί και λεκτικά το τοπίο τόσο σε επίπεδο κατανόησης του εαυτού όσο και σε επίπεδο αλλαγής και θεραπείας.

«Εμείς έχουμε πάντα λεκτική επεξεργασία και τη νοηματοδότηση του τι έχει γίνει αυτό είναι το κομμάτι το οποίο αλλάζει τη συνειδητότητα – η λεκτική επικοινωνία του τι έχει γίνει, τι ανακαλύψαμε – αν ανακαλύψαμε, πού πάμε, μπορούν να αναδυθούν πάρα πολύ σημαντικές πληροφορίες»(X2)

«...για παράδειγμα αν προκύψει /παρατηρήσουμε κάτι κατά τη διάρκεια του μαθήματος στη χοροθεραπεία το κάνουμε θέμα προς συζήτηση μετά στην ομάδα...»(X1)

«...δεσμευόμαστε σε ένα θεραπευτικό συμβόλαιο – ας το πούμε έτσι – στο οποίο θα γίνει μια ενδοσκόπηση και μια δουλειά μαζί σε ένα θεραπευτικό πλαίσιο ή ατομικά ή ομαδικά και υπάρχει η ανάλυση του τι έχει γίνει ανάλογα με το τι έχει γίνει στη συνεδρία.» (X3)

Η νοηματοδότηση της κίνησής του οδηγεί λοιπόν το θεραπευόμενο στην κατανόηση του εαυτού του. Αυτό επιτυγχάνεται –στις περιπτώσεις που είναι βέβαια εφικτό – και μέσω του λόγου, της συζήτησης. Τι ανακαλύφθηκε μέσα από τη –χορευτική- κίνησης και πώς το ερμηνεύουμε; Είναι ένα πολύ σημαντικό κομμάτι της θεραπευτικής διεργασίας αυτό. Είναι το τμήμα της προσωπικής ενδοσκόπησης και της ομαδικής ανάλυσης δίχως το οποίο η θεραπεία θα ήταν δύσκολη ως αδύνατη. Για αυτό το λόγο καθίστανται ίσως δυσκολότερες οι περιπτώσεις που αφορούν άτομα με μειωμένη δυνατότητα προσωπικής νοηματοδότησης της κίνησης τους και συνεπώς ενδοσκόπησης.

Στο σημείο αυτό ο X7 κάνει αναφορά για μια άλλη ιδιότητα της τέχνης αυτήν της κάθαρσης που δύναται να ωφελήσει αυτόν που την ακολουθεί. *Η τέχνη ωφελεί όχι μόνο τον καλλιτέχνη ή τον εκτελεστή αλλά και το θεατή μέσω της κάθαρσης. Απωθημένα βιώματα ανακουφίζονται μέσω της τέχνης.* Ο θεραπευόμενος μέσω του χορού ανακαλεί τα βιώματα του χορεύοντας. Το σώμα ξαναθυμάται επομένως μέσω της κίνησης. Κατά τον ίδιο τρόπο στέκεται το παράδειγμα που δίνει η X4 με τη θεραπευόμενη που δεν ήθελε με τίποτε να κινηθεί στο πάτωμα γιατί ένιωθε σαν «κάποιος άλλος να είναι από πάνω». Αυτό μέσω της ανάλογης παρέμβασης από τη θεραπεύτρια αποκάλυψε σταδιακά το γεγονός της σεξουαλικής κακοποίησης της κοπέλας στο παρελθόν.

- 8^η θεματική ενότητα: Αξιολόγηση χοροθεραπείας ως ψυχοθεραπευτική διαδικασία

Αποτελεσματικότητα: Ηχοροθεραπεία κρίνεται λειτουργική μέθοδος ψυχικής θεραπείας και όπως χαρακτηριστικά αναφέρουν αρκετοί ερωτώμενοι όλοι μπορούν να ωφεληθούν από αυτήν.

«Θεωρώ πως ο καθένας μπορεί να ωφεληθεί πραγματικά , να τη χρησιμοποιήσει για τη δική του θεραπεία, τη δική του προσωπική ανάπτυξη να κερδίσει πάρα πολλά από αυτή τη σύνδεση του σώματος με την ψυχή.» (X3)

«Το κομμάτι του arttherapy τραβάει πολύ τον κόσμο γιατί δεν φαίνεται μόνο ως ψυχοθεραπεία.. Άλλωστε η καλλιτεχνική ροπή είναι έμφυτη στον άνθρωπο από παιδί.» (X1)

«Η χοροθεραπεία ενδείκνυται κυρίως για περιπτώσεις που ο λόγος δεν είναι διαθέσιμος.. για άτομα που απουσιάζει τελείως ο λόγος, για εκεί έχει τη δύναμη... και τις μεθόδους. Τώρα ενδείκνυται και για οποιαδήποτε άλλη περίπτωση έχει ανάγκη ο θεραπευόμενος να εξερευνηήσει τον εαυτό του... Είναι πράγματα που αναδύονται στο σώμα και δεν είναι εύκολο να παρατηρηθούν αλλιώς.» (X6)

Η σύνδεση του σώματος με την ψυχή είναι ένα κομμάτι που αφορά όλους τους ανθρώπους συνεπώς η μέθοδος της χοροθεραπείας είναι πλέον κατάλληλη για την ανακάλυψη του εαυτού. Η έμφυτη καλλιτεχνική ροπή του ανθρώπου επίσης διευκολύνει αυτό το ταξίδι προς την αυτό- εξερεύνηση. Υπάρχουν πράγματα που δύσκολα βγαίνουν με τις συμβατικές ψυχοθεραπείες καθώς η κίνηση είναι πολύ πιο αποκαλυπτική από το λόγο (X4) αλλά επίσης γιατί κάποια ζητήματα παρατηρούνται πολύ πιο εύκολα μέσω του σώματος (X6). Είναι η αμεσότητα της κίνησης αυτή η «έλλειψη λογοκρισίας» που τη διέπει (X4) που μας αποκαλύπτει πράγματα τα οποία θα χρειάζονταν σημαντικό χρόνο συμβατικής ψυχοθεραπείας.

Συγκριτικό πλεονέκτημα έναντι άλλων ψυχοθεραπειών: Η χοροθεραπεία όπως προαναφέρθηκε είναι μια ψυχοθεραπεία μέσω της κίνησης. Αυτό ακριβώς το χαρακτηριστικό της η δυνατότητα χρήσης της κίνησης για τη διάγνωση και την παρέμβαση την καθιστά διαφορετική από τις υπόλοιπες και ιδανική για άτομα από τα οποία ο λόγος απουσιάζει. Οι ίδιοι οι χοροθεραπευτές αναφέρουν ποιοι λόγοι κάνουν τη χοροθεραπεία ξεχωριστή.

«Η διαφορά της χοροθεραπείας σε σχέση με τις άλλες θεραπείες είναι η σχέση με το χώρο... Γιατί ενώ όλες οι θεραπείες πλέον εστιάζουν πάρα πολύ και υπάρχει πάρα πολύ μεγάλο ενδιαφέρον για την κίνηση του άλλου... Η χοροθεραπεία μπαίνει στο άγγιγμα, το χώρο της έκφρασης το οποίο έχει να κάνει και με αυτό που λέμε συγχώρεση –σύν-χωρείς και το αντίθετο της στενοχωρίας η οποία από τη λέξη και μόνο δηλώνει έναν στενό χώρο» .(X2)

Μπαίνει λοιπόν η χοροθεραπεία και στον σωματικό χώρο, το χώρο του αγγίγματος. Δεν βλέπει ο θεραπευτής το θεραπευόμενο από απόσταση και γεφυρώνεται το χάσμα που τους χωρίζει και παρεμποδίζει ίσως την επικοινωνία. Μπαίνουμε οπότε άμεσα στο χώρο του άλλου και αυτό το γεγονός δημιουργεί τη συν-χώρεση το αντίθετο του στενού χώρου και της στεναχωρίας.

«Το πιο σημαντικό είναι ακριβώς ότι αρχίζει από το σώμα και χρησιμοποιεί το σώμα γιατί η χοροθεραπεία βασίζεται στην αρχή ότι σώμα , νους και ψυχή είναι αδιάσπαστα... Εδώ αρχίζουμε από την άλλη πλευρά δηλαδή αντί να αρχίσουμε από το συναίσθημα και το μυαλό αρχίζουμε απ' την άλλη και λέμε ότι αν λοιπόν κάνεις την παρέμβαση στο σώμα, αυτή η παρέμβαση θα επιδράσει και στα άλλα δυο επίπεδα δηλαδή στο συναισθηματικό και το διανοητικό –αφού αυτά είναι αλληλένδετα και τα τρία.» (X4)

Το ιδιαίτερο χαρακτηριστικό της χοροθεραπείας κατά την Χ4 είναι το ότι δεν ξεκινά να ψάξει απευθείας το συναίσθημα του θεραπευόμενου αλλά αρχίζει από το σώμα, μέσω αυτού εξερευνεί τον εσωτερικό κόσμο και παρεμβαίνει θεραπευτικά. Η διαδικασία αυτή είναι αντίστροφη της τυπικής συμβατικής ψυχοθεραπείας. Η σύνδεση που ενώνει τα επίπεδα της ανθρώπινης υπόστασης (νου, ψυχή και σώμα) επιτρέπει και διευκολύνει αυτή τη διαδικασία. Η παρέμβαση σε σωματικό επίπεδο έχει αποτέλεσμα στο διανοητικό και συναισθηματικό επίπεδο.

Το ξεχωριστό στη χοροθεραπεία κατά τη Χ6 είναι ότι μπορεί να χρησιμοποιηθεί σε αντίθεση με τις συμβατικές ψυχοθεραπείες σε περιπτώσεις απουσίας του λόγου, καθώς επιτρέπει την έκφραση με άλλα μέσα. Όπως λέει χαρακτηριστικά:

"Η χοροθεραπεία ενδείκνυται κυρίως για περιπτώσεις που ο λόγος δεν είναι διαθέσιμος.. για άτομα που απουσιάζει τελείως ο λόγος, για εκεί έχει τη δύναμη... και τις μεθόδους"

Μια άλλη άποψη εκφράζει και η Χ3 για τα ξεχωριστά χαρακτηριστικά της χοροθεραπείας.

«...αυτό έχει να κάνει με το κομμάτι της συμβολικής λειτουργίας.» Και «...είναι και μια κινητοποίηση ο θεραπευόμενος να συμμετέχει ενεργά στη διαδικασία της θεραπείας του.»

Από τα λεγόμενα της Χ3 ανακαλύπτουμε άλλες δυο σημαντικές ιδιότητες της χοροθεραπείας που την καθιστούν ξεχωριστή. Τη χρήση του συμβολισμού (γενική ιδιότητα όλων των ψυχοθεραπειών μέσω τέχνης) αλλά και τη ενεργό συμμετοχή του θεραπευόμενου στη διαδικασία της θεραπείας του! Ο θεραπευόμενος δεν παραμένει αμέτοχος, παθητικός δέκτης αλλά συμμετέχοντας ενεργά σε αυτή τη διαδικασία αποκτά το κίνητρο για το «κυνήγι» της θετικής εξέλιξης της πορείας του.

- 9^η θεματική κατηγορία: Σύγκριση χορού ως τέχνη και χοροθεραπείας

Χαρακτηριστικά και στόχοι: Δε μπορούμε να συγχέουμε τα οφέλη του χορού με_αυτά της χοροθεραπείας καθώς τα δυο αντικείμενα διαφέρουν ως προς τη διαδικασία και τους στόχους του οποίους υπηρετεί το καθένα. Η χοροθεραπεία χρησιμοποιεί μεν τις ιδιότητες του χορού αλλά δε μπορεί κάποιος να θεραπεύσει η να θεραπευτεί κάνοντας μόνο χορό. Από την άλλη ο χορός ως τέχνη ή όταν γίνεται σε επαγγελματικό επίπεδο είναι μια επίπονη και απαιτητική διαδικασία. Ας

δούμε όμως την άποψη των χοροθεραπευτών οι οποίοι υπήρξαν χορευτές οι ίδιοι και μας επισημαίνουν τις διαφορές.

«Οι χορευτές επίσης σε όποιο είδος χορού κάνουν έχουν κάποια συναισθήματα. Τα συναισθήματα αυτά είτε τα παίρνεις μαζί σου στο σπίτι, είτε τα βγάζεις σε φίλους έξω για ποτό, είτε στο σύντροφο, είτε τα καταπίνεις... Σε αυτό το χώρο (της χοροθεραπείας όμως) ο θεραπευτής βλέπει τα συναισθήματα μέσα από την κίνηση». (X1)

Η X1 εδώ μιλά για την εκδήλωση των συναισθημάτων και τη σημασία που δίνει η καθημέρα διαδικασία σε αυτά. Στο χώρο του χορού τα συναισθήματα δε εξωτερικεύονται από το χορευτή, το δάσκαλο ή τους συνεργάτες ούτε γίνονται αντικείμενο παρατήρησης και ανάλυσης. Στόχος είναι – προφανώς – η τελειοποίηση της κίνησης και της τεχνικής. Στη χοροθεραπεία όμως ο στόχος δεν είναι η κίνηση και η τελειοποίησή της αλλά η ανακάλυψη του συναισθηματικού – διανοητικού κόσμου μέσω της κίνησης. Η κίνηση δηλαδή είναι εδώ απλά το μέσο για να εξυπηρετήσουμε το σκοπό μας που είναι η διερεύνηση του εαυτού και η θεραπεία. Για διαφορά σε ό,τι αφορά τους στόχους κάνει λόγο και η X2:

«...η συνολική συμπεριφορά του ατόμου μέσα σε ένα χώρο. Πχ αν θέλει να είναι συνέχεια μπροστά και ο άλλος είναι συνέχεια πίσω κάτι λέει και για τον ένα και για τον άλλο, σε σχέση με το πώς νιώθουν τον εαυτό τους...όλα αυτά μπορούν να δώσουν μεγάλη πληροφόρηση. Αυτό όμως δεν έχει σημασία σε μια αίθουσα χορού γιατί αυτό δεν είναι ο στόχος»

Και συνεχίζει:

«Είναι – το μπαλέτο- η καλύτερη θεωρώ τεχνική ενδυνάμωσης του σώματος αλλά μέχρι ένα ορισμένο σημείο. Από εκεί κέρα ό,τι θέλει ο καθένας ας κάνει. Αν η ανάγκη για παράδειγμα είναι σε επίπεδο παράστασης θα πρέπει να δουλέψει πολύ σκληρά και να υποστώ ό,τι χρειάζεται για να φτάσω στο στόχο μου. Αλλά στη χοροθεραπεία κάποια μπαλαρίνα λόγω χάρη θα χρειαστεί να ξεχάσει το πρότυπο το κινητικό του μπαλέτου όταν κινείται και το οποίο πολύ αυθόρμητα θα βγαίνει...»

Η συμπεριφορά του ατόμου στο χώρο αποτελεί τον πυρήνα της χοροθεραπείας. Μέσω της παρατήρησης και της ανάλυσης αυτής της συμπεριφοράς γίνεται και η θεραπευτική διαδικασία. Αυτό όμως καθόλου δεν ενδιαφέρει το χορευτή ή το δάσκαλο χορού καθώς ο στόχος εκεί δεν είναι η ενασχόληση με τη συμπεριφορά. Επιπλέον ο χορός συνιστά πολλές φορές μια επίπονη και δύσκολη διαδικασία όταν ακολουθείται επαγγελματικά γεγονός το οποίο δημιουργεί στρες κάτι που δεν υφίσταται στη χοροθεραπεία. Επιπλέον οι τεχνικές του χορού δυσκολεύουν τη χοροθεραπευτική διαδικασία καθώς παρεμποδίζουν τον αυθορμητισμό της κίνησης – το ζητούμενο δηλαδή στη χοροθεραπεία.

Ο χορός έχει βραχυπρόθεσμες θεραπευτικές ιδιότητες δεν κάνει θεραπεία όμως! Όπως χαρακτηριστικά αναφέρουν οι χοροθεραπευτές:

«έχει τεράστια διαφορά ,ο χορός όπως και πολλά άλλα πράγματα όπως το να πας στην πισίνα, το να κάνεις λέω εγώ μια βόλτα και σε κάνουν να νιώθεις καλά δεν έχει όμως την ίδια μακροπρόθεσμη επίδραση που έχει η θεραπεία γιατί η θεραπεία είναι μια διαδικασία καταρχήν μακροπρόθεσμη και έχει πάρα πολύ συγκεκριμένους στόχους δηλαδή στόχους που τους βάζεις από την αρχή και προσπαθείς σταδιακά να πας προς τα εκεί. Άρα το να κάνω ένα μάθημα χορού και να μου φτιάξει τη διάθεση είναι κάτι, δεν έγινε θεραπεία όμως...»(X4)

Η διαφορά κατά τη X4 έγκειται καταρχήν στη διάρκεια επίδρασης της κάθε διαδικασίας στην ψυχική κατάσταση. Η χοροθεραπεία έχει μακροπρόθεσμους στόχους και μακροπρόθεσμη διαδικασία που αποσκοπεί στη γενική βελτίωση της ψυχικής κατάστασης του ατόμου. Ο χορός προσφέρει συναισθήματα ευεξίας ως άμεσο αποτέλεσμα της ενασχόλησης του ατόμου με αυτόν δεν είναι κάτι όμως που έχει διάρκεια γιατί δε λύνεται το θέμα απλά ανακουφίζονται και αποφορτίζεται. Στον ίδιο τόνο η X2 αναφέρει τις βραχυπρόθεσμες ευεργετικές ιδιότητες του να κάνει κανείς χορό ως δραστηριότητα. Αυτές αφορούν ακριβώς την εκτόνωση του στρες και τη συναισθηματική αποφόρτιση με αποτέλεσμα το να νιώθει το άτομο καλύτερα μετά το πέρας της δραστηριότητας. Παρόλα αυτά το (συναισθηματικό-διανοητικό θέμα) που υπήρχε συνεχίζει να υφίσταται. Δεν έγινε κάποια θεραπευτική διαδικασία που θα οδηγήσει στην αυτό-συνειδητοποίηση και κατόπιν στη διαχείρισή του. Και συνεχίζει:

«όντως με το χορό νιώθουμε καλύτερα αλλά δε σημαίνει ότι θα λύσουμε το θέμα μας. Και δεν «πιάνω» το θέμα μου, απλά το εκτονώνω. Δε λύνεται με την εκτόνωση κάτι, για να εκτονωθεί κάτι σημαίνει ότι φεύγει για λίγο μετά ξαναείναι εκεί, δεν έχει κλείσει... Είναι θεραπευτικό, δεν είναι θεραπεία.» (X2)

Η εκτόνωση που νιώθει το άτομο μετά το μάθημα χορού δε σημαίνει τη λύση του θέματος γιατί απλά δεν έχουμε ασχοληθεί με αυτό. Το ξεχάσαμε μόνο για κάποια ώρα και μετά από λίγο επανέρχεται. Η X6 αναφέρεται επίσης στο συναίσθημα ευεξίας που προκαλεί ο χορός, τη διαδικασία σύνδεσης με τον εαυτό που προσφέρει αλλά επίσης τονίζει τη διαφορά της μιας διαδικασίας από την άλλη.

«Καταρχάς είναι άλλο πράγμα να μιλάμε για χορό και άλλο πράγμα να μιλάμε για χοροθεραπεία. Η χοροθεραπεία είναι πολύ πιο συγκεκριμένη, πιο στοχευμένη απαιτεί συγκεκριμένη εκπαίδευση, δηλαδή δε μπορούμε να πούμε ότι ένας δάσκαλος χορού μπορεί να θεραπεύσει, παρόλα αυτά ο χορός μπορεί να σε κάνει να νιώσεις καλά. Μπορεί να πηγαίνεις σε ένα μάθημα χορού και μετά να νιώθεις πολύ πιο ανάλαφρος, να αισθάνεσαι ευεξία, απόλυτη σύνδεση με τον εαυτό σου, τα θέματά σου, καταλαβαίνεις τους γύρω σου διαφορετικά» (X6)

«Ο χορός έχει κίνηση. Η κίνηση δεν είναι χορός . Εμείς στη χοροθεραπεία ασχολούμαστε με την κίνηση.»(X5)

Ενδιαφέρον παρουσιάζει και η άποψη του X5 ότι η κίνηση που χρησιμοποιείται στη χοροθεραπεία δεν είναι απαραίτητα χορός. Είναι απλά το μέσο που οδηγεί στη διάγνωση και τη θεραπεία. Με αυτό ασχολείται ο χοροθεραπευτής και όχι με την κίνηση που εμπεριέχει ο χορός ως καλλιτεχνική δημιουργία.

- 10^η θεματική Ενότητα: Επαγγελματικά προβλήματα και ελλείψεις

Μη αναγνώριση επαγγέλματος: Για μη αναγνώριση του επαγγέλματος του χοροθεραπευτή κάνουν λόγο σχεδόν όλοι οι ερωτώμενοι. Αυτό το γεγονός συνεπάγεται διάφορα προβλήματα από την έλλειψη κατοχύρωσης επαγγελματικών δικαιωμάτων και την εμφάνιση διάφορων «ειδικών-ανειδίκευτων» μέχρι τη δυσκολία ιδιωτικής άσκησης του επαγγέλματος.

«το πρόβλημα με τη χοροθεραπεία δεν είναι μόνο ελληνικό. Σε λίγα κράτη είμαστε αναγνωρισμένοι σαν επάγγελμα. Λένε πού ανήκει στο ιατρικό, στο κοινωνιολογικό, στο ψυχολογικό... Γενικά είναι δύσκολη η αναγνώριση επαγγέλματος» X2

«Οι ελλείψεις είναι πολλές και έχουν να κάνουν με το ότι η χοροθεραπεία δεν είναι αναγνωρισμένο επάγγελμα άρα δε μπορεί κανείς να κατοχυρώσει τα δικαιώματά του , εργασιακά μιλώντας στην εξαρτημένη εργασία» X3

«Δεν είναι αναγνωρισμένο γενικά δηλαδή υπάρχουνε δύο χώρες της Ευρώπης που έχουνε αναγνωρίσει το επάγγελμα του χοροθεραπευτή.» X6

«Η χοροθεραπεία στην Ελλάδα δεν έχει τη σοβαρότητα που της χρήζει. Τα επαγγελματικά δικαιώματα δεν αναγνωρίζονται ενώ ταυτόχρονα υπάρχουν αρκετοί «επαγγελματίες» χωρίς επαρκείς γνώσεις που ασκούν ιδιωτικά το επάγγελμα με κίνδυνο να προξενήσουν ζημιά στον ασθενή του» (X7)

«Στην Ελλάδα δυστυχώς το επάγγελμα της χοροθεραπείας δεν είναι αναγνωρισμένο. Εφαρμόζεται σε ψυχιατρικά πλαίσια στο Δαφνί πχ από τα τέλη της δεκαετίας του '80 δηλαδή χρόνια εφαρμόζεται και δεν είναι αναγνωρισμένο επάγγελμα.» (X5)

Υπάρχει επομένως μεγάλη σύγχυση παρόλο που η χοροθεραπεία ασκείται χρόνια στην Ελλάδα σχετικά με το πιο επιστημονικό πεδίο ανήκει και τι επαγγελματικά δικαιώματα έχει ένας χοροθεραπευτής. Το πρόβλημα δεν είναι βέβαια μόνο ελληνικό καθώς υφίσταται και σε άλλες Ευρωπαϊκές χώρες.

Άλλα προβλήματα: Η μη αναγνώριση του επαγγέλματος του χοροθεραπευτή έχει οδηγήσει πολλούς επαγγελματίες να ασκούν τη χοροθεραπεία εθελοντικά. Αυτή τη στιγμή είναι Ελάχιστες οι έμμισθες θέσεις σε δημόσια ιδρύματα για έναν χοροθεραπευτή.

Η Χ3 αναφέρει: «...πολλές θέσεις είναι εθελοντικές και θα μπορεί να είναι έτσι σε συνεργασίες δεκαετιών . Γνωρίζω αρκετές τέτοιες περιπτώσεις.»

Επιπλέον λόγω της έλλειψης κριτηρίων για την άσκηση του επαγγέλματος υπάρχουν πολλοί χωρίς προσόντα που ασκούν τη χοροθεραπεία θέτοντας σε κίνδυνο την υγεία των θεραπευόμενων τους.

Η Χ2 αναφέρει χαρακτηριστικά ότι:

«...μια κριτής σε πρόσφατο ριάλιτυ σόου, η Γ..... πρώην χορεύτρια έχει βγεί τώρα στην τηλεόραση και λέει ότι κάνει χοροθεραπεία... γιατί οι χορευτές νιώθουν καλύτερα. Είναι τεράστια η σύγχυση γιατί όντως με το χορό νιώθουμε καλύτερα αλλά δε σημαίνει ότι θα λύσουμε το θέμα μας.»

Στα ίδια πλαίσια και η Χ3 αναφέρει:

«υπάρχουν πιστοποιητικά που δεν προσφέρουν επάρκεια ενώ θεωρείται ότι προσφέρουν επάρκεια, έχουμε ανθρώπους που ασκούν χοροθεραπεία χωρίς καμιά σχετική εκπαίδευση και γνώση»

Η σύγχυση των εννοιών αλλά και η άγνοια του κοινού σχετικά με τη χοροθεραπεία έχει επιτρέψει την εμφάνιση «τσαρλατάνων» που βασίζονται στο γεγονός της βραχυπρόθεσμης ευφορίας που προκαλεί ένα μάθημα χορού. Η Χ6 αναφέρει επίσης τα προβλήματα νομικής κάλυψης για την ιδιωτική άσκηση επαγγέλματος που οφείλονται στη μη αναγνώριση.

«Γραφείο όχι γιατί δεν έχω άδεια ασκήσεως επαγγέλματος. Ένας ψυχολόγος με άδεια ασκήσεως επαγγέλματος ψυχολόγου λόγω χάρη θα μπορούσε να ανοίξει ένα γραφείο και να πει ότι εγώ ασκώ... αυτή τη μορφή θεραπείας... κάπως πρέπει να το πεις για να είσαι καλυμμένος νομικά» Χ6

Ακόμη ένα θέμα που προκύπτει είναι η έλλειψη ένταξης στον επιστημονικό διάλογο. Σύμφωνα με τη Χ3: «Ο χώρος μας έχει ξεκινήσει από το βίωμα, την εμπειρία αλλά μας λείπει η έρευνα μας λείπει ο διάλογος στην επιστημονική κοινότητα αυτός τώρα ξεκινάει.»

Τα παραπάνω θέματα προκύπτουν σαφέστατα από τη μη αναγνώριση του χοροθεραπευτικού επαγγέλματος τη στιγμή που οι σοβαροί επαγγελματίες έχουν επενδύσει πολύ χρόνο για την απόκτηση και τη συνεχή βελτίωση των προσόντων τους.

- 11^η θεματική ενότητα: Προτάσεις βελτίωσης

Οι συνεντευξιζόμενοι κλήθηκαν στο τέλος των συνεντεύξεων να προτείνουν τις ιδέες τους για ένα καλύτερο μέλλον για τη χοροθεραπεία στην Ελλάδα. Το θέμα της επίσημης ένταξης του αντικειμένου της χοροθεραπείας στη δημόσια εκπαίδευση φαίνεται να είναι κομβικής σημασίας ενώ απαιτείται και η ένταξη στον επιστημονικό διάλογο. Απαραίτητο είναι να καθοριστούν επίσης τα μίνιμουμ τυπικά προσόντα για την άσκηση του χοροθεραπευτικού επαγγέλματος.

«ένας χοροθεραπευτής στην Ελλάδα πρέπει να κινείται για την ενημέρωση των φορέων γιατί χρειάζεται πραγματικά να προασπιστεί το επάγγελμα» X2

Κρίνεται επομένως απαραίτητη η διαρκής ενημέρωση των φορέων που εντάσσουν στα πλαίσιά τους τη χοροθεραπεία ώστε να αποφευχθούν οι παρερμηνείες σχετικά με το αντικείμενο της χοροθεραπείας.

«...θα πρέπει να δημιουργηθούν κάποιες ιδιαίτερες συνθήκες όπως το να ενταχθεί η χοροθεραπεία σε κάποιο αναγνωρισμένο πανεπιστήμιο. Αλλά για να μπει θα πρέπει να υπάρχουν κάποια στάνταρντ, για το ποιος θα μπει, ποιος θα διδάξει...» X5

Η ένταξη της χοροθεραπείας σε κάποιο ακαδημαϊκό πρόγραμμα είναι μια άποψη που εξέφρασαν οι X5 και X6.

«...αυτό που θα βοηθήσει θα 'τανε να μπει σε ένα πρόγραμμα πανεπιστημιακό, δηλαδή να μπει κάτω από την ομπρέλα ενός δημόσιου πανεπιστημίου» X6

«...από κει και πέρα το άνοιγμα διαρκώς και στην επιστημονική κοινότητα και πρέπει να μπούμε λίγο πιο ενεργά και στον επιστημονικό διάλογο.» X3

Οι X3, X5 και X6 κάνουν λόγο για άνοιγμα στην ακαδημαϊκή και επιστημονική κοινότητα κάτι που θα δώσει στη χοροθεραπεία το απαραίτητο κύρος ώστε να επιτευχθεί η επαγγελματική αναγνώριση. Όπως προαναφέρθηκε το άνοιγμα στον επιστημονικό διάλογο είναι κομβικής σημασίας για την αναγνώριση της χοροθεραπείας ως επιστήμης.

ΣΥΜΠΕΡΑΣΜΑΤΑ & ΠΡΟΤΑΣΕΙΣ ΠΟΛΙΤΙΚΗΣ

4.1 Συμπεράσματα

Ο χορός είναι μια μορφή τέχνης που αν και απαιτεί πειθαρχία και σκληρή δουλειά από τη φύση του σε επαγγελματικό και καλλιτεχνικό επίπεδο διαθέτει ιδιότητες μείωσης του άγχους, ευεξίας αλλά και έκφρασης των ενδότερων συναισθημάτων και της ψυχικής κατάστασης μέσω της κίνησης (η κίνηση κατά τα λεγόμενα των ερωτώμενων είναι αποκαλυπτική καθώς το σώμα εμπεριέχει καταγεγραμμένη όλη τη γενετική και ψυχική πληροφορία). Δεδομένου ότι νους, ψυχή και σώμα είναι αλληλένδετα οτιδήποτε συμβαίνει σε νοητικό επίπεδο επηρεάζει το ψυχικό –νοητικό επίπεδο και αντίστροφα.

Στις παραπάνω δύο αρχές και ιδιότητες του χορού βασίζεται η χοροθεραπεία αφενός για να οδηγήσει το θεραπευτή στη διάγνωση και των ψυχικών συμπτωμάτων και αφετέρου στη θεραπεία. Η τελευταία πραγματοποιείται μέσω:

- Της αλλαγής στο επίπεδο συνειδητότητας του θεραπευόμενου ο οποίος αποκτώντας πλέον μια πιο άμεση σχέση με το σώμα του, μαθαίνει να αναγνωρίζει τα σημάδια που του αποκαλύπτει και να αντιλαμβάνεται καλύτερα τι συμβαίνει σε νοητικό και ψυχικό επίπεδο . Ο συμβολισμός και η κίνηση παίζουν μεγάλο ρόλο σε αυτό.

-Τη δυνατότητα του θεραπευτή παρέμβασης μέσω της κίνησης. Η αλλαγή και η θεραπεία έχουν να κάνουν με την κίνηση. Αλλάζοντας επομένως τον τρόπο που κινείται δηλαδή ο θεραπευόμενος ξεκινάμε να έχουμε τις επιθυμητές αλλαγές – μέσω και της λεκτικής επικοινωνίας- στο συναίσθημά

του και στην ψυχολογία του. Η αλλαγή στην ψυχολογία και η αλλαγή στην κίνηση είναι αλληλένδετα.

-Τη λεκτική επικοινωνία. Οτιδήποτε συμβαίνει και παρατηρείται κατά τη διάρκεια της κίνησης συζητείται μετά στην ομάδα. Με τον τρόπο αυτό βγαίνουν πράγματα στην επιφάνεια ώστε να καταλάβει ο θεραπευόμενος πώς αισθάνεται, πώς αντιδράει το σώμα του και γιατί συμβαίνει αυτό.

Ο χοροθεραπευτής παρατηρεί επομένως την κίνηση και προσπαθεί να την ερμηνεύσει. Σε μετέπειτα στάδιο χρησιμοποιεί τη λεκτική επικοινωνία και αποφασίζει με τι τρόπο θα παρέμβει για την αποκατάσταση της ψυχικής ισορροπίας. Πυρήνας της χοροθεραπείας είναι η αδιάσπαστη σύνδεση ψυχής και σώματος.

Στόχος της θεραπευτικής διαδικασίας είναι ο θεραπευόμενος να διαβιεί όντας λειτουργικός, ανεξάρτητα του προβλήματός του –το οποίο δεν είναι πάντα εύκολο να εξαιρεθεί πλήρως. Ο χοροθεραπευτής προσπαθεί να φέρει τον κάθε θεραπευόμενο στο υψηλότερο σημείο που μπορεί να φτάσει από άποψη μια νοητικής, ψυχικής και σωματικής ισορροπίας.

Μπορούμε λοιπόν στο σημείο αυτό να ορίσουμε τη χοροθεραπεία ως μια ψυχοθεραπεία μέσω της κίνησης που βασίζεται στην αρχή ότι νους, ψυχή και σώμα είναι στενά συνδεδεμένα μεταξύ τους και οι διεργασίες που συμβαίνουν στο ένα επίπεδο επηρεάζουν και τα υπόλοιπα. Παρόλο που η χοροθεραπεία όπως προαναφέρθηκε είναι μιας μορφής ψυχοθεραπεία διαφέρει από αυτές σε ότι αφορά τη χρήση του χώρου και την έμφαση που δίνεται στο σώμα και στην ερμηνεία και την θεραπεία των ψυχικών συμπτωμάτων μέσω του σώματος. Έχουν δηλαδή οι χοροθεραπευτές κάποια επιπλέον εργαλεία που θα τους βοηθήσουν – πέραν της λεκτικής επικοινωνίας- στη διάγνωση και τη θεραπεία : Το σώμα και το χώρο. Για το λόγο αυτό η χοροθεραπεία συνίσταται για περιπτώσεις που η χρήση του λόγου είναι περιορισμένη όπως ο αυτισμός.

Οι χοροθεραπευτικές προσεγγίσεις χωρίζονται σε δύο είδη την πρωτόγονη έκφραση και τη χοροκινητική. Οι περισσότεροι χοροθεραπευτές εφαρμόζουν την δεύτερη προσέγγιση καθώς είναι περισσότερο ευέλικτη και λειτουργεί καλύτερα σε περισσότερες πληθυσμιακές ομάδες.

Δεν πρέπει να συγχέονται τα οφέλη που αποκομίζει κανείς από το χορό ως αμιγώς καλλιτεχνική μορφή με τα οφέλη της χοροθεραπείας. Καταρχήν διαφέρουν οι στόχοι. Για το μεν χορευτή ο στόχος είναι να πετύχει το βέλτιστο καλλιτεχνικό αποτέλεσμα μέσω της σκληρής και συχνά επίπονης δουλειάς του και να υποστεί ό,τι χρειαστεί μέχρι να το καταφέρει. Στο χώρο της χοροθεραπείας όμως στόχος του χοροθεραπευτή και του θεραπευόμενου είναι ο τελευταίος να

καταφέρει μέσω των εργαλείων που προσφέρουν ο χορός και η κίνηση να ανακαλύψει τον εαυτό του, αυτό που πάει λάθος στον εαυτό του και να προσπαθήσει και πάλι με τη βοήθεια του χορού και της κίνησης να πετύχει την αλλαγή – θεραπεία. Για αυτό το λόγο οι αυστηροί, τυποποιημένοι κανόνες της τεχνικής του χορού αποδομούνται στην υπηρεσία της «δουλειάς με τον εαυτό».

Ο χορός ως δραστηριότητα –πέραν του αυστηρού επαγγελματικού επιπέδου- έχει θεραπευτικές ιδιότητες με την έννοια ότι παρέχει ευεξία και εκτόνωση των φορτισμένων συναισθημάτων με αποτέλεσμα όποιος ασχολείται με το χορό να αισθάνεται σαφώς καλύτερα από θέμα διάθεσης. Το ψυχικό θέμα όμως παραμένει άλυτο. Η χοροθεραπεία από την άλλη είναι μια διαδικασία μακροπρόθεσμη και έχει πολύ συγκεκριμένους στόχους τους οποίους προσπαθεί να επιτύχει ο χοροθεραπευτής.

Αυτή τη στιγμή το επάγγελμα του χοροθεραπευτή καθότι νέο (ξεκίνησε τη δεκαετία του 1950 στην Αμερική ενώ στη Ελλάδα έφτασε τη δεκαετία του 1980) δεν είναι αναγνωρισμένο στην τόσο στην Ελλάδα όσο και σε άλλα κράτη παρόλο που οι επαγγελματίες εργάζονται κανονικά. Αυτό έχει ως συνέπεια τη σύγχυση στον επιστημονικό χώρο (όσον αφορά σε ποιο επιστημονικό πεδίο ανήκει) αλλά και στα πλαίσια εφαρμογής της χοροθεραπείας (οι υπεύθυνοι των θεραπευτικών πλαισίων – νοσοκομείων κλινικών- να μη γνωρίζουν το αντικείμενο με αποτέλεσμα τη σύγχυση και την παραπληροφόρηση των θεραπευόμενων). Για τους ίδιους τους θεραπευτές το φαινόμενο της μη επαγγελματικής αναγνώρισης έχει ως συνέπεια την μη κατοχύρωση των επαγγελματικών τους δικαιωμάτων, μεγάλο αριθμό άμισθων θέσεων εργασίας που λειτουργούν εθελοντικά σε μακροχρόνια βάση καθώς και τη δυνατότητα πολλών ατόμων χωρίς προσόντα να ασκήσουν το επάγγελμα θέτοντας σε κίνδυνο τους θεραπευόμενους. Τέλος, η χοροθεραπεία δεν έχει ενταχθεί ακόμη στον επιστημονικό διάλογο και ελάχιστη – αξιόπιστη- βιβλιογραφία ή αρθρογραφία είναι διαθέσιμη.

4.2. Προτάσεις πολιτικής

Στην τελευταία μας ενότητα θα προσπαθήσουμε λαμβάνοντας υπ' όψιν και τις ιδέες των ερωτώμενων χοροθεραπευτών μας να προτείνουμε κάποιες πολιτικές που θα συνεισέφεραν στη βελτίωση της εφαρμογής της χοροθεραπείας στην Ελλάδα.

-Καταρχήν κρίνεται απαραίτητη η άμεση αναγνώριση του επαγγέλματος από τους αρμόδιους φορείς. Μέχρι να συμβεί αυτό είναι πολύ σημαντικό να υπάρχει τακτική και διαφωτιστική

πληροφόρηση από την ένωση χοροθεραπευτών Ελλάδος σε όλα τα θεραπευτικά πλαίσια που χρησιμοποιούν τη χοροθεραπεία στο θεραπευτικό τους πρόγραμμα.

-Για την σωστή αναγνώριση του επαγγέλματος πρέπει να τεθούν κάποια κατώτατα επαγγελματικά προσόντα που πρέπει να κατέχει ένας επαγγελματίας χοροθεραπευτής (ήδη έχει ξεκινήσει μια τέτοια προσπάθεια) όπως: Κατοχή βασικού τίτλου σπουδών (κατά προτίμηση σε επιστήμες ανθρωπιστικές, κοινωνικές ή υγείας) , αναγνωρισμένου μεταπτυχιακού διπλώματος ειδίκευσης στη χοροθεραπεία τουλάχιστον 3 ετών , επαρκείς γνώσεις χορού (που θα αποδεικνύονται είτε με τίτλο σπουδών είτε με σχετικές εξετάσεις) , προσωπική ψυχοθεραπεία και εποπτεία (τουλάχιστον 150 ώρες) και επαγγελματική εμπειρία σε επίπεδα τουλάχιστον πρακτικής άσκησης.

- Η σωστή, σοβαρή προώθηση της χοροθεραπείας ως ψυχοθεραπευτικής μεθόδου και η ενημέρωση του κοινού θα αποτρέψει τη σύγχυση σχετικά με τους στόχους και το αντικείμενο της χοροθεραπείας και θα προσελκύσει μεγαλύτερο ποσοστό ενδιαφερόμενων.

-Το σωματείο εργαζομένων χοροθεραπευτών πρέπει με κάθε τρόπο να διεκδικήσει έμμισθες και περισσότερες θέσεις εργασίας από δημόσιους και ιδιωτικούς φορείς.

-Θα πρέπει να δοθεί επίσης έμφαση στο θέμα εισχώρησης του κλάδου της χοροθεραπείας στον επιστημονικό διάλογο μέσω της συγγραφής άρθρων και δημοσιεύσεών τους σε έγκυρες επιστημονικές πηγές. Η συγγραφή νέας βιβλιογραφίας και συγγραμμάτων θα ήταν εξαιρετικά χρήσιμο εργαλείο για τους νέους εκπαιδευόμενους. Ένας Τύπος Χοροθεραπευτών που θα εκδίδεται σε τακτική βάση κρίνεται απαραίτητο εργαλείο για την ενημέρωση των επαγγελματιών αλλά και του ενδιαφερόμενου κοινού. (Υπήρξε τέτοια πρωτοβουλία στο παρελθόν αλλά διεκόπη λόγω έλλειψης χρηματοδότησης)

-Κομβικής σημασίας είναι να ενταχθεί ο κλάδος της χοροθεραπείας ως αναγνωρισμένο πρόγραμμα σπουδών στα Ελληνικά δημόσια και ιδιωτικά πανεπιστήμια καθώς και επαγγελματικές σχολές χορού (δημόσιες και ιδιωτικές). Αυτή τη στιγμή στην Ελλάδα σε εκπαιδευτικό επίπεδο υπάρχει το αναγνωρισμένο μεταπτυχιακό δίπλωμα της Ένωσης Χοροθεραπευτών Ελλάδος.

ΒΙΒΛΙΟΓΡΑΦΙΑ

ΜΕΤΑΦΡΑΣΜΕΝΗ ΒΙΒΛΙΟΓΡΑΦΙΑ

- Ades D. (1982), *Νταλί*, Αθήνα : ΥΠΟΔΟΜΗ
- Beardsley M.(1989),*Ιστορία των Αισθητικών θεωριών*, Αθήνα: ΝΕΦΕΛΗ
- Bennet P.(2010), *Κλινική ψυχολογία και ψυχοπαθολογία*, Αθήνα: ΠΕΔΙΟ
- Fiser E.(2000),*Η αναγκαιότητα της τέχνης*, Αθήνα: ΘΕΜΕΛΙΟ
- Freud S. (1993), *Η Ερμηνεία των ονείρων*, Αθήνα: ΕΠΙΚΟΥΡΟΣ
- Goffman E. (2012), *Παραφροσύνη κατ' οίκον*, Αθήνα: ΑΛΕΞΑΝΔΡΕΙΑ
- Marx – Engels (1975), *Κείμενα για την τέχνη*, Αθήνα : ΕΞΑΝΤΑΣ
- Midell A.(1997) , *Συνομιλώντας με το σώμα που ονειρεύεται*, Αθήνα: ΕΛΛΗΝΙΚΑ ΓΡΑΜΜΑΤΑ
- Miller A. (2009) ,*Το σώμα δεν ψεύδεται ποτέ* , Αθήνα: ΡΟΕΣ
- Nadeau M.(1978), *Η ιστορία του σουρεαλισμού*, Αθήνα: ΠΛΕΘΡΟΝ
- Riboli J. , (2008), *Ανθρωπολογική μελέτη του σαμανισμού των Cherang στο κεντρικό και νότιο Νεπάλ*, Αθήνα: ΠΑΠΑΖΗΣΗ
- Schott- Bimmnan F.. (1997), *Όταν ο χορός θεραπεύει*, Αθήνα: ΕΛΛΗΝΙΚΑ ΓΡΑΜΜΑΤΑ
- Tolstoi L.(1994), *Τι είναι τέχνη* ,Αθήνα: PRINTA
- Waldberg P. (1982), *Σουρεαλισμός*, Αθήνα: ΥΠΟΔΟΜΗ
- Windelband W. &Heimsoeth, H. (2001), *Εγχειρίδιο Ιστορίας της Φιλοσοφίας Τόμος Α*, Αθήνα: Μ.Ι.Ε.Τ.
- Winicott D. (1971), *Το παιδί, το παιχνίδι και η πραγματικότητα*, Αθήνα: ΚΑΣΤΑΝΙΩΤΗ

ΕΛΛΗΝΙΚΗ ΒΙΒΛΙΟΓΡΑΦΙΑ

- Αριστοτέλης (2008) , *Ποιητική*, Αθήνα: ΖΗΤΡΟΣ
- Δημόπουλος Β.(2016), *Οι ψυχικές άμυνες και τα παράδοξά τους*, Αθήνα: ΑΡΜΟΣ
- Δρακουλίδης Ν. (1948), *Η ψυχαναλυτική ερμηνεία της τέχνης*, Αθήνα : ΑΡΓΩ
- Ζορμπαλάς Σ.(1988) ,*Τέχνη και κοινωνία (Δοκίμια)*, Αθήνα: ΣΥΓΧΡΟΝΗ ΕΠΟΧΗ
- Ιωσιφίδης Θ. (2008) *Ποιοτικές μέθοδοι έρευνας στις κοινωνικές επιστήμες*, Αθήνα : ΚΡΙΤΙΚΗ
- Λέκκα Β. (2011), *Ιστορία και θεωρία της ψυχιατρικής*, Αθήνα: FUTURA
- Λυδάκη Α (2016), *Αναζητώντας το χαμένο παράδειγμα*, Αθήνα: ΠΑΠΑΖΗΣΗ
- Λυδάκη Α .(2016), *Ποιοτικές μέθοδοι κοινωνικής έρευνας*, Αθήνα: ΚΑΣΤΑΝΙΩΤΗ
- Μαδιανός Μ.Γ (2006), *Εισαγωγή στην κοινωνική ψυχιατρική*, Τόμος Α', Αθήνα: ΚΑΣΤΑΝΙΩΤΗ
- Μαδιανός Μ.Γ (2006), *Εισαγωγή στην κοινωνική ψυχιατρική*, Τόμος Β', Αθήνα: ΚΑΣΤΑΝΙΩΤΗ

Οικονόμου Χ.(2005), *Κοινωνιολογία της Υγείας: Βασικές Θεωρητικές προσεγγίσεις Τόμος Α*.

Αθήνα: ΔΙΟΝΙΚΟΣ

Παπαχριστόπουλος Ν., (2005) , *Ψυχανάλυση και γραφή* , Αθήνα: ΒΙΒΛΙΟΡΑΜΑ

Πλάτων (2008), *Νόμοι* ,Αθήνα: ΔΑΙΔΑΛΟΣ

Πλάτων (2010) *Πολιτεία-βιβλ. Β*, Αθήνα: ΔΑΙΔΑΛΟΣ

Ποταμιάνος Γ., &Αναγνωστόπουλος Φ. (2012) , *Προσωπικότητα*, Αθήνα: ΠΑΠΑΖΗΣΗ

Ρήγα Β.Α. (2009), *Η ψυχολογία της τέχνης* , Αθήνα: ΠΕΔΙΟ

Στεφανής Κ. και συνεργάτες (1991), *Θέματα Ψυχιατρικής* , Αθήνα: ΣΥΜΜΕΤΡΙΑ

Τσαλίκoglου Φ. (1987), *Ο μύθος του επικίνδυνου ψυχασθενή*, Αθήνα: ΠΑΠΑΖΗΣΗ

Τσεργάς Ν.(2010) , *Θεραπευτικές προσεγγίσεις μέσω της τέχνης*, Αθήνα: ΤΟΠΟΣ

Τσιαντής Γ.(2011), *Ψυχική υγεία του παιδιού και της οικογένειας*, Αθήνα: ΚΑΣΤΑΝΙΩΤΗ

ΑΛΛΕΣ ΠΗΓΕΣ

NIMH, *The numbers count mental disorders in America* - Διαθέσιμο στον δικτυακό τόπο:

<https://www.nimh.nih.gov/labs-at-nimh/research-areas/index.shtml> (τελευταία πρόσβαση:16/9/2017)

Συνέντευξη 1^η

X1 :Ψυχοθεραπεύτρια-Χοροθεραπεύτρια

Αθήνα 15/1/2017

Η συνέντευξη πραγματοποιήθηκε στο ιδιωτικό στούντιο χοροθεραπείας της X1.

(Εισαγωγικοί χαιρετισμοί)

Ε. Ο τομέας της χοροθεραπείας είναι σχετικά καινούριος στην Ελλάδα ?

Κ. Όταν ξεκίνησα τις σπουδές μου πριν 10 χρόνια όλοι με ρωτούσαν «τι είναι αυτό?». Τώρα ποια όλοι ξέρουν

Ε. Πώς ο κόσμος αντιμετωπίζει τη θεραπεία μέσω τέχνης? Για παράδειγμα αμφιβάλλει για τα αποτελέσματα?

Κ. Το κομμάτι του art therapy τραβάει πολύ τον κόσμο γιατί δεν φαίνεται μόνο ως ψυχοθεραπεία. Σου λένε «εγώ πάω να χορέψω» , «πάω να ζωγραφίσω» , «να συμμετέχω σε μια θεατρική ομάδα» «να κάνω μια παράσταση»... Άσχετα αν ο χώρος που έρχονται είναι θεραπευτικός χώρος. Έρχονται όντως για να ζωγραφίσουν ή να χορέψουν . Άλλωστε η καλλιτεχνική ροπή είναι έμφυτη στον άνθρωπο από παιδί. Αν πχ του δώσεις ένα στυλό θα ζωγραφίσει , αν του βάλεις μουσική θα χορέψει..

Ε. Στην πορεία βέβαια κάπου το χάνουν το παιχνίδι.. εκτός και αν έχει κάποιος ένα ταλέντο μια κλίση..

Κ. Αν έχουν κάποιο ταλέντο ή κλίση, η αν είναι σε ένα οικογενειακό περιβάλλον που στηρίζει την τέχνη ή αγαπάει το παιδί γενικότερα. Γιατί για να κάνεις τέχνη πρέπει να είσαι παιδί.

Ε. Έτσι ακριβώς είναι ..! Αν δεν είναι κανείς παιδί δε μπορεί να κάνει τέχνη πχ ντρέπεται , κομπλάρει , αισθάνεται άσχημα..

Κ. Έτσι . Το παιδί δημιουργεί.. Για αυτό και οι καλλιτέχνες έχουν παιδική προσωπικότητα !

Ε. ... με τα θετικά και τα αρνητικά που αυτό συνεπάγεται!

Κ. Ακριβώς! Όπως πχ το να εμφανίζουν μια συμπεριφορά πιο ανώριμη κάποιες φορές..!

Ε. Ποια είναι ακριβώς η διαφορά –ως προς τα αποτελέσματα- του να κάνεις κανείς art therapy από το να κάνει τέχνη –να πάει για παράδειγμα σε μια σχολή χορού να χορέψει?

Κ. Το να πάει κάποιος να χορέψει είναι μόνο το μάθημα –και τέλος. Ας πάρουμε για παράδειγμα το μπαλέτο που είναι ποιο αυστηρό και δομημένο ..Στο δικό μου μάθημα το χρησιμοποιώ το μπαλέτο γιατί θέλω να δω πως συμπεριφέρεται κάποιος σε κάτι αυστηρά δομημένο και μετά δουλειά μου είναι να το αποδομήσω αυτό για να μπορέσω να δουλέψω μαζί τους. Εγώ το μπαλέτο το βλέπω ανάποδα – δηλαδή πόσο εύκολα μπορεί κανείς να μπει στους κανόνες και πόσο εύκολα αντιστέκεται σε αυτούς. Για παράδειγμα εάν κάποιος είναι έτοιμος να «αποδομηθεί» (να αντισταθεί δηλαδή στους κανόνες του μπαλέτου) , να πει ως εδώ αντέχω , σταματάω είναι ποιο μπροστά, είναι έτοιμος να προχωρήσει.

Ε. Το αντίθετο δηλαδή από τον πραγματικό χώρο του μπαλέτου γιατί εκεί πρέπει να κάνεις τα πάντα για να συνεχίσεις!!!

Κ. Οι χορευτές επίσης σε όποιο είδος χορού κάνουν έχουν κάποια συναισθήματα. Τα συναισθήματα αυτά είτε τα παίρνεις μαζί σου στο σπίτι , είτε τα βγάζεις σε φίλους έξω για ποτό , είτε στο σύντροφο, είτε τα καταπίνεις ..Σε αυτό το χώρο (της χοροθεραπείας όμως) ο θεραπευτής βλέπει τα συναισθήματα μέσα από την κίνηση . Το σώμα μιλάει κ εμείς μπορούμε να το ερμηνεύσουμε. Για παράδειγμα αν προκύψει /παρατηρήσουμε κάτι κατά τη διάρκεια του μαθήματος στη χοροθεραπεία το κάνουμε θέμα προς συζήτηση μετά στην ομάδα.. Για παράδειγμα κάποιος κάνει κάτι και πονάει αλλά συνεχίζεις και το κάνεις ? Αν ναι , ποιος ο λόγος? Χορεύεις με τραυματισμό ? Γιατί ήρθες? Είναι πολλά τα ερωτήματα που μπορούν να τεθούν με αφορμή ένα γεγονός στη χοροθεραπεία.

Ε. Είναι δηλαδή αλληλένδετα όλα τα ζητήματα στη χοροθεραπευτική ομάδα!

Κ. Είναι αλληλένδετα..!

Ε. Είχες ποτέ επαγγελματίες χορευτές ?

Κ. Ναι. Οι επαγγελματίες χορευτές δε μπορούν να ωφεληθούν από τη χοροθεραπεία. Είναι μαθημένοι να κάνουν τα πράγματα αλλιώς σύμφωνα με τους κανόνες του μπαλέτου ή του όποιου χορευτικού στυλ .. Δε μπορούν να αφεθούν τελείως ελεύθεροι ώστε να κάνουμε μετά την αποδόμηση

Ε. Οπότε η χοροθεραπεία δεν είναι για τους χορευτές..?

Κ. Ως επί το πλείστον δε μπορούν να βοηθηθούν με αυτή τη μορφή θεραπείας. Μπορούν όμως να χρησιμοποιήσουν άλλες μορφές θεραπείας μέσω τέχνης όπως τη ζωγραφική ή το θέατρο .

Ε. Συνάντησες ψυχιατρικά περιστατικά κατά τη διάρκεια της επαγγελματικής σου πορείας? Αν ναι πως τα αντιμετώπισες?

Κ. Ναι έχω συναντήσει. Οι περιπτώσεις αυτές είναι πραγματικά δύσκολες και λίγα μπορούν να γίνουν από πλευράς χοροθεραπείας καθώς οι συγκεκριμένες παθήσεις καταστέλλονται μόνον και με φαρμακευτική κυρίως αγωγή. Παρόλα αυτά η διάθεσή τους βελτιώνεται σημαντικά μέσω της χοροθεραπείας. Επίσης καθώς δε μπορώ να αναλάβω εξ' ολοκλήρου την ευθύνη ενός τέτοιου περιστατικού συνεργάζομαι με ψυχίατρο για τέτοιες περιπτώσεις.

Ε. Τι είδους περιστατικά συναντάς συνήθως?

Κ. Συνήθως πρόκειται για περιπτώσεις συναισθηματικών διαταραχών , παιδικών τραυμάτων , προβλημάτων έλλειψης επικοινωνίας στην οικογένεια. Η χοροθεραπεία τους βοηθά να ανακαλύψουν τον εαυτό τους , ή να αλλάξουν τρόπο σκέψης και να βελτιώσουν στο εξής την ποιότητα ζωής τους.

Ε. Μια τελευταία ερώτηση λιγάκι πριν κλείσουμε... Έχεις συναντήσει πρώην ασθενείς σου ?

Κ. Ναι αρκετές φορές έρχονται να τα πούμε , μου μιλήσουν για το τι κάνουν πλέον στη ζωή τους. Κάποιοι κάνουν και –κανονικά- μαθήματα χορού.

Ε. Σε ευχαριστώ πολύ για το χρόνο σου Κατερίνα!

Συνέντευξη 2^η

Χ2: Παιδαγωγός – Χοροθεραπεύτρια

Αθήνα 10/6/2017

Η συνέντευξη αυτή πραγματοποιήθηκε στο χώρο εργασίας της χοροθεραπεύτριας, κας Κ.Α. και ο οποίος δεν ήταν ο αναμενόμενος (πχ κάποιο ιδιωτικό στούντιο ή γραφείο) αλλά μια εισαγωγική εταιρία τεχνικού εξοπλισμού.

Ε. Βασικά να ξεκινήσουμε από κάποια πράγματα έτσι λίγο γενικά. Πότε ξεκίνησε η πρώτη χοροθεραπεία στην Ελλάδα και μια μικρή περιγραφή...

Χ. Εεε η πρώτη χοροθεραπεία στην Ελλάδα , μάλλον οι πρώτες που έφεραν τη χοροθεραπεία η μία είναι η Ελευθερία Ντεπώ η οποία εκπαίδευσε και τη δική μου δασκάλα που έφερε το σύστημα της χοροκινητικής προσέγγισης. Παράλληλα από τη Γαλλία η Φ. Derine ξεκινήσει και εκπαίδευε διάφορες Ελληνίδες στην πρωτόγονη έκφραση. Είναι το άλλο σύστημα χοροθεραπείας από αυτό που κάνω εγώ . Αυτά ήτανε τέλη του 80. Εεε το '90 άρχισαν οι πρώτες εκπαιδεύσεις στην Ελλάδα και το 1993 δημιουργήθηκε η ένωση χοροθεραπευτών Ελλάδας.

Ε. Μάλιστα ! Πού είδα και στο site

Χ.Ναι

Ε. Ωραία! Οπότε κι εσύ ξεκίνησες από τότε να ασκείς τη χοροθεραπεία?

Χ. Εγώ ξεκίνησα ... βασικά εγώ το έκανα παράλληλα γιατί έκανα σπουδές παιδαγωγικής με βάση τον εκπαιδευτικό χορό που ήτανε Λάμπαν, μετά πήγα στο κέντρο Λάμπαν στο Λονδίνο όπου έκανα εκεί πέρα μια εξειδίκευση στην ειδική αγωγή και έτσι μπήκαν οι βάσεις για τη χοροθεραπεία ...μετά γύρισα στην Ελλάδα και ξεκίνησα να διδάσκω σε κάποιους χώρους και ταυτόχρονα εκπαιδευόμενοι στο σύστημα της χοροκινητικής. Ήτανε ένα άλλο σύστημα

Ε. Έχουν μεγάλη διαφορά μεταξύ τους τα δύο συστήματα?

Χ. Ναι. Η πρωτόγονη έκφραση κατ' εμέ είναι συνταγή. Υπάρχει ένα προτυπο συγκεκριμένο μπροστά από τη συντονίστρια -οδηγό,- χοροθεραπεύτρια η οποία προσφέρει κίνηση , προσφέρει μουσική, η μουσική είναι βασισμένη σε 4/4 ένα ρυθμό που μπορεί να μας συνδέσει με το χτύπο της καρδιάς τη βιολογία , χρησιμοποιεί υπερφυσικά αρχέγονα πρότυπα –μπρος , πίσω , πάνω , κάτω.... το κάλεσμα, τον άλλο , την ανταπόκρισηενώ η χοροκινητική επειδή αναπτύχθηκε μέσα σε ψυχιατρεία είναι περισσότερο ψυχαναλυτική, - αν και η άλλη (εκπαιδευτρια της πρωτόγονης έκφρασης) είναι ψυχαναλύτρια - στο ότι μπαίνω και βλέπω τι παίρνει ο θεραπευόμενος ή η ομάδα κ από κει παίρνω κινητικά πρότυπα ..

Ε. Είναι επομένως η χοροκινητική πιο ευέλικτο σύστημα?

X. Για μένα είναι πιο ευέλικτη μέθοδος δηλαδή μπορώ να εντάξω μέσα της την πρωτόγονη έκφραση .. Με τα χρόνια όσμως των προσεγγίσεων θεωρώ ότι και οι δύο έχουν γίνει πιο ευέλικτες δηλαδή η μια μπορεί να εμπεριέχει την άλλη.. Απλά η χοροκινητική μπορεί να έχει μουσική μπορεί να μην έχει...μπορεί να εφαρμοστεί με διάφορους τρόπους σε διάφορους πληθυσμούς .Πιθανόν... Υπάρχουν κάποιοι περιορισμοί στην πρωτόγονη έκφραση... Είναι μια πάρα πολύ καλή προσέγγιση για συγκεκριμένους πληθυσμούς πχ για ψυχωσικούς ασθενείς γιατί είναι πολύ δομημένη . Έχει στάνταρντ ρυθμό, υπάρχει η οδήγηση οπότε σε αυτούς βοηθάει πάρα πολύ... παρόλα αυτά σε άλλους πληθυσμούς μπορεί να μην έχει την ίδια.. αποτελεσματικότητα παρόλα αυτά αυτό έχει να κάνει και με τον καθένα τι θέλει , τι του ταιριάζει , κυρίως τι του ταιριάζει όπως και με την κάθε ψυχοθεραπεία.

E. Εεεε εδώ στην Ελλάδα εφαρμόζεται η χοροθεραπεία ?Σε ιδρύματα, κλινικές?

X. Εεε στο πρόγραμμα για παράδειγμα **18 κ άνω** εφαρμόζεται από πολύ παλιά –από τη δεκαετία του 80 είχαν ξεκινήσει οι πρώτες χοροθεραπεύτριες να πηγαίνουν εκεί , πέρασα κ εγώ από κει... Γενικά στην απεξάρτηση δουλεύει πάρα πολύ καλά η χοροθεραπεία. Εγώ ήμουν επίσης χρόνια με άτομα με νοητική στέρηση που επίσης δουλεύει εξαιρετικά για την αναδόμηση της αυτοπεποίθησης του «μπορώ» του στέκομαι

E.στα πόδια μου

X. Ακριβώς... στα πόδια μου , μπροστά σε σημαντικούς άλλους.. Εγώ συνδύαζα και την παράσταση..

E. Αααα κάνατε παραστάσεις..!

X. Έκανα παραστάσεις αλλά μέσα από τη χοροθεραπευτική προσέγγιση , δηλαδή βγάζανε τα παιδιά αυτό το οποίο θέλανε να δουλέψουν από μόνα τους σαν θέμα και να το παρουσιάσουν.

E.Αυτό είναι πολύ ωραίο !!

X. Τώρα θεωρώ αυτή η...γνώση να πώ, αυτή η στάση , έχει μπει αρκετά μέσα στα συντηρητικά (ψυχιατρικά , ψυχολογικά) συστήματα και χαίρομαι για αυτό, αλλά αρχικά όταν ξεκίνησα εγώ το 91, σ' αυτό το ίδρυμα ήτανε πρωτοπόρα πολύ γιατί βγαίνανε τα άτομα τα οποία τότε θεωρούνταν αδύνατο να σταθούν σε μια σκηνή και βγάζανε χορογραφία!

E. Το καταλαβαίνω κ εγώ γιατί ασχολούμαι με το χορό –όχι βέβαια σαν θεραπεία αλλά είναι δύσκολο να στηθείς για παράσταση ούτως η άλλως πόσο μάλλον τα άτομα που αντιμετωπίζουν δυσκολίες....

X. Ναι αλλά βέβαια η χαρά του ότι θα είναι εκεί πάνω αμέσως τον κάνει και συντονίζεται σε πάρα πολλά δηλαδή το να μάθει τη χορογραφία ...Αρχίζει και γίνεται χοροκινητικό – δηλαδή σε πάρα πολλά επίπεδα κατ' εμέ αυτή η προσέγγιση. Ήτανε καταπληκτικό δηλαδή το πρώτο μας του ρεπερτορίου γνωστό της Αρβανιτάκη το «Δυνατά»...Εκ των υστέρων δηλαδή όταν γίνονταν αυτά δεν το συνειδητοποιούσα...

E.Μάλιστα!

X. Εγώ επίσης εντάσσομαι και στα κρουστά ... χρησιμοποιούσα δηλαδή ξυλάκια , καμπανάκια , τύμπανα , μπον-μπονς, ταμπουρίνια ... Γιατί για κάποιο άτομο που μπορεί να μη μιλάει ή να αντιμετωπίζει μια μεγαλύτερη δυσκολία στην κίνηση μπορεί να συμμετέχει έτσι ...με το ρυθμό, βγάζοντας ήχο αμέσως αμέσως εντάσσεται στην ομάδα, ακολουθεί... Και επίσης και ζωγραφική.

E. Τη ζωγραφική δηλαδή τη χρησιμοποιείτε ταυτόχρονα?

X. Όχι αλλά στο κλείσιμο, στη γειώση... Για να υπάρχει ένα αποτύπωμα

E. Χρειάζονται κάποιες ιδιαίτερες γνώσεις προφανώς για να κάνει κανείς αυτό το επάγγελμα ?Πρέπει δηλαδή ο χοροθεραπευτής να κατέχει κάποια γνώση χορού , να έχει τελειώσει κάποια γυμναστική ακαδημία..?

X. Να έχει ένα πρώτο πτυχίο σίγουρα και κάποιες σπουδές χορού. Θεωρούμε ότι οι σπουδές χορού να είναι τουλάχιστον τρία χρόνια – το μίνιμουμ. Γιατί όταν μιλάμε για θεραπεία μέσω μιας τέχνης αν δεν κατέχουμε την τέχνη μέσα από την οποία θέλουμε να εξασκήσουμε κάποια θεραπεία..? Το οποίο τείνει τώρα να απορροφηθεί από το κομμάτι το επιστημονικό γιατί πολλά πανεπιστήμια στο εξωτερικό δέχονται πλέον άτομα και χωρίς χορό. Εγώ προσωπικά χορεύτρια ήθελα να γίνω (το κατάφερα και δεν το κατάφερα) χόρευα και χορεύω ακόμα μου άρεσαν πολύ και τα παιδιά οπότε ο συνδυασμός μου έδωσε ένα επάγγελμα και άλλη γνώση , άλλους ορίζοντες ...Είναι μια άλλη προσέγγιση του χώρου της τέχνης γενικότερα –διευρύνεται ο χώρος της τέχνης όταν την βλέπουμε θεραπευτικά. Έχω συνεργαστεί και με μουσικοθεραπευτές, δραματοθεραπευτές ... είναι αλληλένδετες .

Ε. Στο σημείο αυτό θα ήθελα να σε ρωτήσω μιας και είσαι και χορεύτρια... Σε τι διαφέρει το να κάνεις απλά χορό από το να κάνεις χοροθεραπεία? Είναι ίδια η βοήθεια ή καμία σχέση?

Χ. Η τέχνη είναι η τέχνη. Ο χορός δηλαδή ως τέχνη είναι θεραπευτικός από μόνος του. Είναι ένα αρχέγονο σύστημα για την κοινότητα, για τη λατρεία, τον εξαγνισμό τη μύηση... δηλαδή ήτανε πάντα κάτι πάρα πολύ σημαντικό για την κοινωνία αλλά και πάλι έχοντας μια δομή και ένα τελετουργικό το οποίο όμως στον κοινωνικό χορό δεν υπάρχει δηλαδή μπορεί να εκτονώνεται κάποια ενέργεια αλλά αυτό δε σημαίνει ότι θα μας φέρει σε ένα άλλο επίπεδο συνειδητότητας. Άρα η διαφορά έγκειται αφενός στο ότι δεσμευόμαστε σε ένα θεραπευτικό συμβόλαιο – ας το πούμε έτσι – στο οποίο θα γίνει μια ενδοσκόπηση και μια δουλειά μαζί σε ένα θεραπευτικό πλαίσιο ή ατομικά ή ομαδικά και υπάρχει η ανάλυση του τι έχει γίνει ανάλογα με το τι έχει γίνει στη συνεδρία. Στην πρωτόγονη έκφραση ως επί το πλείστον δε γίνεται λεκτική ανάλυση είναι ό,τι φιλτράρει ο θεραπευόμενος μέσα από την κίνηση και όποια πληροφορία από μόνος του μπορεί να πάρει μέσα από την κίνηση . Εμείς έχουμε πάντα λεκτική επεξεργασία και τη νοηματοδότηση του τι έχει γίνει αυτό είναι το κομμάτι το οποίο αλλάζει τη συνειδητότητα – η λεκτική επικοινωνία του τι έχει γίνει, τι ανακαλύψαμε – αν ανακαλύψαμε, πού πάμε, μπορούν να αναδυθούν πάρα πολύ σημαντικές πληροφορίες και οδυνηρές και από μέρη που είναι πολύ παλιά και από προσωπική εμπειρία μπορώ να πάω από το DNA και από άλλες καταστάσεις γενικά. Εγώ θεωρητικά έχω βιώσει και σαν άλλο ον

Ε. Δηλαδή?

Χ. Σαν ζώο δηλαδή η κίνησή μου να με έχει φτάσει τόσο κοντά στο να αισθανθώ ένα άλλο ζώο ή κάτι τέτοιο το οποίο για κάποιο λόγο έρχεται για κάποια πληροφόρηση ...Αν σκεφτούμε άλλες πρωτόγονες προσεγγίσεις οι συμβολισμοί των ζώων ήταν πάρα πολύ σημαντικοί- και το τι συμβολίζει , τι ανάγκη έχει ο πληθυσμός για να πάρει ένα στοιχείο ενός ζώου δηλαδή τι θα δω ξέρω εγώ... ένα άλογο, μια τίγρη, μια αγελάδα, ένα βουβάλι. Τι ανάγκη έχει δηλαδή ο πληθυσμός μου να αποδυναμωθεί ή να πάρει κάτι από κάποια στοιχεία ενός ζώου... Αυτό δείχνει μέχρι πού μπορεί να πάει μια άλλου τύπου θεραπεία που συνδέει το σώμα και δε μένει μόνο στο νοητικό –γιατί το σώμα εμπεριέχει όλη την πληροφορία τη γενετική.

Ε. Κάνοντας κάποιος μαθήματα χορού – επειδή ο χορός είναι ψυχαναγκαστικό πράγμα- πιστεύετε ότι μπορεί να οδηγηθεί σε χειρότερο επίπεδο? Από αυτό που προσπαθούμε να πετύχουμε με τη χοροθεραπεία? Δηλαδή κάνοντας κάποιος χορό ίσως κατά κάποιο τρόπο μαζοχίζεται ?

X. Βρισκόμουν σε ένα συνέδριο χορού πρόσφατα. Η αλήθεια είναι πολλές μπαλαρίνες παραπονιόντουσαν για την κακοποίηση του σώματός τους. Είναι γνωστό ότι υπάρχουν κάποιες σκληρές τεχνικές στο μπαλέτο που είναι και κακοποιητικές.

E. Καταλαβαίνω καθότι κ εγώ μπαλέτο κάνω

(γέλια)

X. Είναι η καλύτερη θεωρώ τεχνική ενδυνάμωσης του σώματος αλλά μέχρι ένα ορισμένο σημείο . Από εκεί κ πέρα ό,τι θέλει ο καθένας ας κάνει. Αν η ανάγκη για παράδειγμα είναι σε επίπεδο παράστασης θα πρέπει να δουλέψει πολύ σκληρά και να υποστώ ό,τι χρειάζεται για να φτάσω στο στόχο μου. Αλλά στη χοροθεραπεία κάποια μπαλαρίνα λόγω χάρη θα χρειαστεί να εχάσει το πρότυπο το κινητικό του μπαλέτου όταν κινείται και το οποίο πολύ αυθόρμητα θα βγαίνει πχ της λες «άπλωσε το χέρι» και το κάνει έτσι (επίδειξη μπαλετικής κίνησης). Για να σταματήσει λοιπόν αυτό και το χέρι να βγαίνει με ένα πιο αυθόρμητο τρόπο θα χρειαστεί περισσότερο χρόνο... για να λυθεί ένα σώμα που είναι δουλεμένο και να μπει στον αυθόρμητο τρόπο έκφρασης όπου υπάρχει και η πληροφορία γιατί το άλλο είναι τυποποιημένο πολύ.

E. Οι θεραπευόμενοι σας σε τι ηλικίες ανήκουν περίπου ??

X.Οι δικοί μου επειδή δουλευα με άτομα με νοητικοί στέρηση ξεκινούσαν οι ηλικίες από δημοτικό και έφταναν μέχρι 35, 40....50 κάποιες φορές... η χοροθεραπεία μπορεί να εφαρμοστεί εκπληκτικά και σε μαμάδες με μωρά, σε άτομα με άνοια, αλτσχάιμερ, σε καρκινοπαθείς σε άτομα με κινητικά προβλήματα... ανεξαρτήτου ηλικίας

E. Σε άτομα με κατάθλιψη ?

X. Καλά κατάθλιψη... είναι το πιο εύκολο σε εισαγωγικά

E. Είχες πει ότι η χοροθεραπεία επιφέρει καλύτερα αποτελέσματα στους ασθενείς που έχουν κατάθλιψη...

X. Όχι καλύτερα, άμεσα

E. Ποιοι ασθενείς θεραπεύονται πιο εύκολα με τη χοροθεραπεία?

X.Η θεραπεία είναι και πάρα πολύ μεγάλη λέξη... Δηλαδή για παράδειγμα η νοητική στέρηση στην οποία δούλευα δεν πρόκειται να αλλάξει . Δε θα θεραπεύσω εγώ ένα άτομο το οποίο έχει νοητική στέρηση, δε θα το κάνω γενικά να μην έχει. Άρα όταν λέμε «θεραπεία» πρέπει να καταλάβουμε τι

εννοούμε γιατί είναι ένας πολύ μεγάλος χώρος, είναι σα να μαστε οι μεγαλο... θεοί και ξαφνικά να γίνεται καλά κάποιος άλλος . Η **Θεραπεία** για μένα νομίζω ...είναι να ζώ με ό,τι πρόβλημα έχω και να είμαι λειτουργικός. Γιατί υπάρχουν κάποια πράγματα που μας δυσκολεύουν και είναι λειτουργικά – απόρροια κάποιων εμπειριών ή οικογενειακών τάσεων..... άρα αλλαγή και η θεραπεία- γιατί για κάποια αλλαγή μιλάμε –έχει να κάνει (όσον αφορά τη χοροθεραπεία) και με την κίνηση . Δηλαδή ο πληθυσμός αντανakλάται στο σώμα έτσι κ αλλιώς . Μπορούμε να δούμε από μια στάση ενός ανθρώπου αν είναι υγιής ...έτσι κ αλλιώς το σώμα δηλώνει κάποιες καταστάσεις. Άρα αλλάζοντας κάποιες κινητικές συνήθειες αλλάζει και η αίσθηση για τον εαυτό αλλάζει και η διάθεση , αλλάζει και κάτι που έχω βρει... Άρα για μας εκεί έγκειται η θεραπεία. Δηλαδή η αλλαγή στην ψυχολογία και η αλλαγή στην κίνηση είναι αλληλένδετα. Δηλαδή αν θα χαρώ δε θα μια έτσι (επίδειξη σκυθρωπής κίνησης) . Άρα από μόνο του το σύστημα λειτουργεί με αυτόν τον τρόπο.

E. Οπότε μέσω της κίνησης προσπαθούμε να βελτιώσουμε κάποια συμπτώματα..?

X. Μέσω της αναγνώρισης των επαναλαμβανόμενων προτύπων. Δηλαδή όταν βλέπω ότι επαναλαμβάνεται κάτι.. Τι είναι αυτό? Τι μπορούμε να αλλάξουμε εκεί πέρα?

E. Σε σχέση με τις συμβατικές χοροθεραπείες ποια η διαφορά της χοροθεραπείας πέραν του ότι χρησιμοποιεί την κίνηση?

X. Η διαφορά της χοροθεραπείας σε σχέση με τις άλλες θεραπείες είναι η σχέση με το χώρο ...Γιατί ενώ όλες οι θεραπείες πλέον εστιάζουν πάρα πολύ και υπάρχει πάρα πολύ μεγάλο ενδιαφέρον για την κίνηση του άλλου για το «απόρρητο» που λένε οι υπαρξιστές δηλαδή αυτό που δε λέγεται, υπάρχει πάρα πολύ μεγάλο ενδιαφέρον σε αυτό που βγάζω προς τα έξω και πού νιώθω τί. Η χοροθεραπεία μπαίνει στο άγγιγμα, το χώρο της έκφρασης το οποίο έχει να κάνει και με αυτό που λέμε συγχώρεση –σύν-χωρείς και το αντίθετο της στενοχώριας η οποία από τη λέξη και μόνο δηλώνει έναν στενό χώρο.

E. Οι θεραπευόμενοι που έρχονται σε σένα πως σε βρίσκουν έρχονται μόνοι τους, τους παραπέμπει κάποιος??(30.15)

E. Οι δυσκολότερες περιπτώσεις ασθενών σας?

X. Για μένα είναι τα άτομα εκείνα που είναι είτε κακοποιητικά είτε κακοποιούνται τα ίδια πχ αυτοτραυματίζονται...

X. Αλλά αυτό που γίνεται μέσα στην αίθουσα , δηλαδή στη χοροθεραπεία αντανακλά τη ζωή μας

E. Αυτό θα μπορούσε να φανεί και σε ένα απλό μάθημα χορού?

X. Είναι η συνολική συμπεριφορά του ατόμου μέσα σε ένα χώρο. Πχ αν θέλει να είναι συνέχεια μπροστά και ο άλλος είναι συνέχεια πίσω κάτι λέει και για τον ένα και για τον άλλο, σε σχέση με το πώς νιώθουν τον εαυτό τους. Αν κάποιος βαραίνει στην ώρα του μαθήματος και μιλάει συνέχεια ...όλα αυτά μπορούν να δώσουν μεγάλη πληροφόρηση. Αυτό όμως δεν έχει σημασία σε μια αίθουσα χορού γιατί αυτό δεν είναι ο στόχος... Αν είσαι καλός δάσκαλος θα βρεις ένα τρόπο να εναρμονίσεις την τάξη. Πάντως ανά πάσα στιγμή με τη συμπεριφορά μας ο τρόπος που αντιδράμε αντανακλά τον ψυχισμό μας.

E. Τώρα θα ήθελα να πούμε λίγα πράγματα για το τι δυσκολίες αντιμετωπίζει η χοροθεραπεία στην Ελλάδα και πως αυτό θα μπορούσε να βελτιωθεί?

X. Κατ' αρχήν το πρόβλημα με τη χοροθεραπεία δεν είναι μόνο ελληνικό. Σε λίγα κράτη είμαστε αναγνωρισμένοι σαν επάγγελμα. Λένε πού ανήκει στο ιατρικό, στο κοινωνιολογικό , στο ψυχολογικό... Γενικά είναι δύσκολη η αναγνώριση επαγγέλματος. Ότι εργαζόμαστε βέβαια εργαζόμαστε. Εγώ πχ είχα χρόνια σύμβαση χοροθεραπεύτριας.

E. Τι θα μπορούσε να γίνει για τη βελτίωση αυτού του φαινομένου?

X. Αυτό που κάνουμε εμείς σαν ένωση –πχ το 2018 θα φιλοξενήσουμε το συνέδριο της Ευρώπης στην Ελλάδα – είναι το ότι προσπαθούμε να προστατεύσουμε το θεσμό γιατί υπάρχει πολύ μεγάλη σύγχυση... Πχ μια κριτής σε πρόσφατο ριάλιτυ σόου, η Γ..... πρώην χορεύτρια έχει βγεί τώρα στην τηλεόραση και λέει ότι κάνει χοροθεραπεία... γιατί οι χορευτές νιώθουν καλύτερα. Είναι τεράστια η σύγχυση γιατί όντως με το χορό νιώθουμε καλύτερα αλλά δε σημαίνει ότι θα λύσουμε το θέμα μας. Και δεν «πιάνω» το θέμα μου, απλά το εκτονώνω. Δε λύνεται με την εκτόνωση κάτι, για να εκτονωθεί κάτι σημαίνει ότι φεύγει για λίγο μετά ξαναείναι εκεί, δεν έχει κλείσει... Είναι θεραπευτικό, δεν είναι θεραπεία.

E. Υπάρχουν επομένως κάποιες κατώτατες προϋποθέσεις που πρέπει να κατέχει κάποιος ώστε να εμπίπτει στον κύκλο των χοροθεραπευτών?

X. Να έχει ένα πτυχίο ότι ξέρει χοροθεραπεία...Να ανήκει στην ένωση χοροθεραπευτών. Επίσης άτομα που δε θα δεχόμασταν σα μέλη είναι αυτά που δεν έχουν κάνει ατομική ψυχοθεραπεία(τουλάχιστον 150 ώρες). Η θεραπεία είναι ο μόνος τρόπος να έρθεις σε επαφή με άλλα άτομα. Και εποπτεία φυσικά. Αλλιώς είναι σαν να μην είσαι θεραπευτής... Σα να μην κάνεις σωστά τη δουλειά σου.

E. Μάλιστα έτσι είναι !

X. Και επειδή ακριβώς «πουλάνε» πτυχία στο εξωτερικό και μάλιστα είναι πολύ εύκολο να κάνεις μεταπτυχιακό, ή είναι σχετικά φθηνό να κάνεις χοροθεραπεία σε σχέση με κάτι άλλο δεν τους νοιάζει και τόσο πολύ... και μάλιστα έχουνε πολύ λίγες ώρες ατομική θεραπεία και ΑΝ..!

E. Κατάλαβα! Υπάρχουν bachelor στη χοροθεραπεία?

X. Στο εξωτερικό ναι

E. Στα πόσα χρόνια?

X. Στα 2-3 χρόνια περίπου, ανάλογα αν είναι part-time, full time...

E. Εδώ στην Ελλάδα?

X. Υπάρχει το μεταπτυχιακό της ένωσης χοροθεραπευτών Ελλάδος. Πρέπει να υπάρχει πρώτο πτυχίο κ χρειάζεται να είσαι πάνω από 25.

E. Το πρώτο πτυχίο να είναι σχετικό με την ψυχολογία?

X. Οι σπουδές στην ψυχολογία βοηθάνε, αν όχι να έχει πάρει το άτομο ένα πρώτο πτυχίο ώστε να έχει περάσει κάποια βασική εκπαίδευση. Γιατί είναι πολλοί που αλλάζουν δηλαδή έχουμε από πωλητές, νομικούς και δεν ξέρω τι που ξαφνικά αλλάζουν καριέρα. Συνειδητοποιούν ότι είναι δυστυχείς στο επάγγελμά τους, πιθανόν να έχουν κάνει και κάποια χοροθεραπεία στη ζωή τους... και γίνονται βέβια και πάρα πολύ καλοί επαγγελματίες γιατί το κάνουνε και πολύ ώριμα.

E. Αν είναι από άλλο επάγγελμα με το χορό πώς ανταποκρίνονται?

X. Συνήθως είναι χορευτές, ή το έχουν αφήσει για να κάνουνε κάτι πιο συμβατικό οπότε το θέλουνε... να το μεταδώσουν και σε άλλους. Σπάνια θα υπάρξει κάποιος χωρίς καμία σχέση με το χορό.

Ε. Μάλιστα! Είναι πραγματικά πολύ ενδιαφέροντα όλα αυτά και με κάλυψαν πλήρως! Θα μου επιτρέψεις να κλείσω τη μαγνητοφώνηση τώρα και μπορούμε να συνεχίσουμε την κουβέντα μας σε πλέον φιλικό επίπεδο!

Συνέντευξη 3η

X3 : Κοινωνιολόγος – Χοροθεραπεύτρια

Αθήνα (skype) 15/6/2017

Αυτή η συνέντευξη πραγματοποιήθηκε μέσω skype λόγω έλλειψης χρόνου της χοροθεραπεύτριας κας Τ.Δ. Το γεγονός αυτό πέραν του ότι δημιούργησε κάποια τεχνικά προβλήματα κατά τη διάρκεια της συνέντευξης –τα οποία παρόλα αυτά λύθηκαν σύντομα- δημιούργησε και κάποια απόσταση μεταξύ των συνομιλητών.

X. Καλησπέρα σας!

Ε. Καλησπέρα σας! Ευχαριστώ πολύ που δεχτήκατε να συνομιλήσουμε μέσω σκάιπ. Να σας ενημερώσω ότι η συζήτησή μας θα μαγνητοφωνηθεί αν δεν έχετε κάποια αντίρρηση...

X. Κανένα πρόβλημα φυσικά και μπορείτε να τη μαγνητοφωνήσετε.

Ε. Ευχαριστώ! Θέλετε να ξεκινήσουμε τη συζήτησή μας κάνοντας μια μικρή εισαγωγή για τον τομέα σας? Δηλαδή τη χοροθεραπεία

X. Λοιπόν... καταρχήν στην Ελλάδα ακόμα με τον όρο χοροθεραπεία μπορούν να εννοούνται πολλά και διαφορετικά πράγματα...

Ε. Έχετε σπουδάσει χοροθεραπεία εδώ στην Ελλάδα?

X. Έχω σπουδάσει στη Βαρκελώνη σε επίπεδο μάστερ και η σπουδή είναι πάνω στο κομμάτι του dance therapy. Αυτό εφαρμόζω

Ε. Για το επάγγελμά σας ήταν απαραίτητο – είχατε κάποια κατάρτιση στο χορό?

X. Κοιτάξτε να δείτε κατά τη γνώμη μου και όπως τα περισσότερα εκπαιδευτικά προγράμματα το απαιτούν για την εισαγωγή σε αυτά είναι ένα αρκετά πλούσιο background και στο χορό και σε

διάφορα είδη χορού. Εγώ προσωπικά το θεωρώ σημαντικό αυτό δε λέω να είσαι επαγγελματίας χορευτής αλλά να έχεις ασχοληθεί αρκετά

E. Έχετε ασχοληθεί επαγγελματικά με το χορό?

X. Έχω σπουδάσει και έχω δουλέψει αρκετά σαν καθηγήτρια χορού.

E. Μάλιστα! Κατά τη γνώμη σας ποια είναι η σχέση του χορού με την ψυχική υγεία? Πώς ο χορός μας βοηθάει να έχουμε κάποια ισορροπία –χωρίς να χρησιμοποιείται σε θεραπευτικά πλαίσια?

X. Ναι για το χορό... Σίγουρα η σωματική δραστηριότητα σε επίπεδο νευρο-φυσιολογίας έχει κάποια θετική δράση, αυτό μπορείτε να το δείτε και στις έρευνες- σε επίπεδο άγχους- λόγω χάρη αλλά από κεί και πέρα για μένα αυτό που διαχωρίζει τη χοροθεραπεία γιατί μπορείς να πεις «οκ γιατί χοροθεραπεία και όχι ένα μάθημα χορού, μια συνεδρία σε γυμναστήριο?». Ναι μεν καλώς γνωρίζουμε ότι υπάρχουν οφέλη από την ίδια τη σωματική δραστηριότητα .Τώρα η χοροθεραπεία (γιατί ο χορός δεν είναι άθλημα αλλά μια τέχνη) και αυτό έχει να κάνει με το κομμάτι της συμβολικής λειτουργίας.

E. Τί επιτυγχάνεται μέσω της διαδικασίας του συμβολισμού?

X. Μαθαίνουμε πράγματα για τον εαυτό μας υπάρχει ένα πολύ σημαντικό κομμάτι σύνδεσης ψυχής και σώματος που για μένα αυτός είναι ο πυρήνας της χοροθεραπείας. Πόσο σημαντικό ρόλο παίζει στο ίδιο το σώμα στο να διαμορφώσει τις εσωτερικές μας διεργασίες ...έχουμε διαρκώς νέες επιστημονικές θεωρίες και ευρήματα που στηρίζουνε αυτή την πρωταρχικότητα της σωματικότητας ..

E. Οι ασθενείς σας τι ψυχικές διαταραχές αντιμετωπίζουν ως επί το πλείστον και πώς σας βρίσκουν?

X. Έχω δουλέψει με παιδιά με αυτισμό... Οι ασθένειες περιλαμβάνουν ακόμη αλτσχάιμερ και άλλα είδη άνοιας και σε ομάδες με ασθενείς με ψύχωση.

E. Πώς τότε ξεκίνησε να εφαρμόζεται οι χοροθεραπεία σε ψυχιατρικούς χώρους?

X. Τη δεκαετία του 50 στην Αμερική ξεκίνησε αρχικά ως εφαρμογή στα νοσοκομεία και αργότερα πήρε το όνομα χοροθεραπεία, χοροκινητική θεραπεία και μάλιστα την ίδια χρονική στιγμή από διαφορετικές πρωτοπόρους –αυτές τις πληροφορίες μπορείτε να τις βρείτε...

E. Εδώ στην Ελλάδα πότε περίπου ξεκίνησε η εφαρμογή της ?

X. Το 1993 δημιουργήθηκε η ένωση χοροθεραπευτών ως σωματείο, αρχικά όμως είχανε εκπαιδευτεί αποκλειστικά στην πρωτόγονη έκφραση και αργότερα ήρθε και η χοροκινητική και η ένωση πήρε τη σημερινή της μορφή δηλαδή να καλύπτει και τις δύο προσεγγίσεις να το πω? Για μένα δεν πρόκειται για δυο διαφορετικές προσεγγίσεις του ίδιου πράγματος είναι δυο διαφορετικές σχολές –οπότε αυτό είναι τώρα το προφίλ που έχουμε. Δεν ανήκουν βέβαια όλοι οι χοροθεραπευτές που βρίσκονται εντός Ελλάδος στην ένωση.

E. Οι ασθενείς σας έρχονται μόνοι τους σε εσάς? Τους παραπέμπει κάποιος? Πώς σας βρίσκουν και ποιοι οι λόγοι του καθένα να προτιμήσει την χοροθεραπεία σε σχέση με κάποια άλλη μορφή ψυχοθεραπείας ?

X. Επειδή εγώ δουλεύω σε πλαίσια είναι λίγο διαφορετικό. Φέτος δούλεψα και σε ένα κέντρο με μαθησιακές δυσκολίες –δεν το ανέφερα αυτό- Δουλεύοντας σε κάποιο πλαίσιο η χοροθεραπεία εντάσσεται σε κάποιο πρόγραμμα του πλαισίου και προσφέρεται σαν μια από τις ειδικότητες που υπάρχουν εκεί για να πλαισιώσουν θεραπευτικά τον ασθενή – οπότε δεν είναι πως οι ίδιοι θα' ρθουν όσο ότι το πλαίσιο τους οδηγεί εκεί. Τώρα για ατομικά... ναι υπάρχει περίπτωση να έρθει κάποιος ατομικά είτε επειδή έχει ακούσει κάτι ή έχει διαβάσει κάτι, συνήθως έχει αποκτήσει μια σχέση με το σώμα του ή θέλει να αποκτήσει μια σχέση με το σώμα του...

E. Μάλιστα... Δουλεύεται σε κάποιο νοσοκομείο?

X. Ναι φέτος συνεργάστηκα και ελπίζω να συνεχιστεί η συνεργασία με ένα νοσοκομείο ημέρας, είναι δηλαδή ένας τύπος ανοιχτής νοσηλείας.

E. Να ρωτήσω τώρα και για κάτι λιγάκι πιο πρακτικό... Μια συνεδρία από τι αποτελείται? Είναι ομοιογενές το γκρουπ? Κάνετε τα ίδια πράγματα δηλαδή στις ομάδες σας?

X. Έχετε πάρει βιωματικά κάποια εμπειρία?

E. Όχι καθόλου!

X. Κοιτάξτε να δείτε.. Τώρα να μιλήσουμε για ομάδες. Ο χορός και η κίνηση εντάσσονται μέσα σε μια ψυχοθεραπευτική διαδικασία άρα θα βρείτε πολλά στοιχεία ομαδικής ψυχοθεραπείας. Από κει και πέρα είναι μια προσέγγιση μη κατευθυνόμενη που σημαίνει ότι ο συντονιστής- θεραπευτής που σημαίνει ότι δουλεύουμε με το υλικό που έχει η ομάδα. Λεκτική έκφραση μπορεί να υπάρχει , εγώ έχω δουλέψει και ατομικά με παιδιά με αυτισμό που δεν είχαν λόγο και η επικοινωνία στηριζόταν

στο μη λεκτικό κομμάτι . Τώρα στις ομάδες ο σκοπός είναι να συνθέσουμε με το λόγο , την κριτική σκέψη , το συναίσθημα.. Το υλικό το δημιουργούν οι ίδιοι οι θεραπευόμενοι.

Ε. Μέσω της κίνησής τους οι θεραπευόμενοι δημιουργούν οι ίδιοι επομένως το υλικό ? Που χρησιμοποιείται και στο λεκτικό κομμάτι?

Χ. Και το ένα και το άλλο. Μπορεί κανείς να εντοπίσει θέματα που βγήκανε στο ζέσταμα , να συζητήσουμε μετά στην ομάδα.. Μας ενδιαφέρει πολύ η ασφάλεια της ομάδας για παράδειγμα η συνέπεια στην ώρα έναρξης και την ώρα λήξης, ένα τελετουργικό όπως μπορεί να είναι ότι μπαίνω, βγάζω παπούτσια, παίρνω τα χαλιά ή παίρνω τις μαξιλάρες μου κλπ.. Όλα αυτά στηρίζουν την ασφάλεια της ομάδας.

Ε. Η ομάδα είναι ομοιογενής?

Χ. Όχι δε μπορεί να μιλήσει κανείς για ομοιογένεια έχουν διαφορετικές διαγνώσεις, διαφορετικές ηλικίες...

Ε. Τι εύρος ηλικιών έχετε?

Χ. Αυτή τη στιγμή στα πλαίσια που έχω δουλέψει , άνω των 17 τώρα στα νοσοκομεία ημέρας μπορεί να ήτανε από 19-20 χρονών μέχρι άνω των 65.

Ε. Από την εμπειρία σας ποιοι ασθενείς θεραπεύονται καλύτερα μέσω της χοροθεραπείας , δηλαδή που ενδείκνυται η χοροθεραπεία?

Χ. Θεωρώ πως ο καθένας μπορεί να ωφεληθεί πραγματικά , να τη χρησιμοποιήσει για τη δική του θεραπεία, τη δική του προσωπική ανάπτυξη να κερδίσει πάρα πολλά από αυτή τη σύνδεση του σώματος με την ψυχή. Σίγουρα παραδοσιακά η χοροθεραπεία έχει δουλέψει περισσότερο με κάποιες ομάδες ασθενών όπως ο αυτισμός για παράδειγμα χωρίς να είναι αποκλειστικό αυτό , δεν έχουμε συγκριτικές έρευνες για το τί κάνουμε έχουμε έρευνες για τα αποτελέσματα σε συγκεκριμένες ομάδες πχ άτομα με κατάθλιψη, και πώς ο καθένας μπορεί να ωφεληθεί έχει να κάνει με συγκεκριμένους θεραπευτικούς στόχους και ο καθένας μπορεί να δουλέψει τόσο έναν ασθενή με χαμηλή λειτουργικότητα όσο και έναν ασθενή με υψηλή λειτουργικότητα. Απλώς ο καθένας από εκεί που βρίσκεται έχει κάποιους θεραπευτικούς στόχους. Να σου πώ ότι γύρω στα 20 –την ηλικία που έχω δουλέψει εγώ έχει πάρα πολύ θετικά αποτελέσματα. Και είναι πάρα πολύ ενδιαφέρον πως οι ίδιοι οι θεραπευόμενοι ακόμη κι αν πρόκειται για παιδιά που δεν έχουν λόγο τα αποτελέσματα

είναι πολύ θετικά. Δηλαδή είναι και μια κινητοποίηση ο θεραπευόμενος να συμμετέχει ενεργά στη διαδικασία της θεραπείας του.

E. Η κίνηση είναι και η κινητοποίηση ας πούμε!

X. Αυτό ακριβώς.

E. Είχατε ποτέ κάποιον χορευτή που απευθύνθηκε σε εσάς για θεραπεία?

X. Όχι αλλά σίγουρα γνωρίζω συναδέλφους που από το χώρο του χορού μεταπήδησαν στη χοροθεραπεία. Τώρα αυτό σημαίνει ότι και οι ίδιοι είχαν μια εμπειρία από το χώρο της χοροθεραπείας είτε ως θεραπευόμενοι, είτε κάποιο σεμινάριο είτε κάποια ατομική θεραπεία . Ενδεχομένως να υπάρχει μια αντίσταση βεβαίως καθώς έχει μια άλλη σχέση με το σώμα.

E. Μια δύσκολη περίπτωση που αντιμετωπίσατε?

X. Υπάρχουν πολλές δύσκολες συνεδρίες και δύσκολα περιστατικά. Αλλά τι να πω με την κατάλληλη εποπτεία , με την κατάλληλη εκπαίδευση, τα κατάλληλα εργαλεία σε κανένα δε μπορώ να πω όχι ή ότι δε μπορώ να διαχειριστώ με κανένα τρόπο, ή ότι δεν εφάρμοσα το θεραπευτικό μου ρόλο, ότι διαλύθηκε η συνεδρία ή η ομάδα.. Όχι ποτέ.

E. Αυτό πιστεύω είναι πολύ σημαντικό στοιχείο για κάποιον που θεραπεύει μια ψυχική πάθηση...

X. Ναι και επίσης σημαντική είναι και η πλαισίωση- ξέχασα να αναφέρω στο νοσοκομείο ημέρας υπήρχε και μια συνάδελφος για την ίδια ομάδα... Πιο σημαντικό για το θεραπευτή είναι να φροντίζει να είναι πλαισιωμένος, να είναι ασφαλής κλπ... Για να μπορεί να βοηθήσει.

E. Πέραν από τις σπουδές σας στο χορό και τη χοροθεραπεία – θυμίστε μου λίγο – κατέχετε κάποιο πτυχίο ψυχολογίας?

X. Εγώ έχω τελειώσει το τμήμα κοινωνικών σπουδών του Πανεπιστημίου Κρήτης κατεύθυνση τεχνολογία κοινωνικών επιστημών ένα έτος των οποίων έγινε μέσω εράσμων στο τμήμα ψυχολογίας του Πανεπιστημίου της Μαδρίτης. Επίσης ένα πρόγραμμα χοροθεραπείας αναγνωρισμένο προσφέρει επάρκεια προσόντων της ψυχοθεολογίας... κλπ. Είναι αρκετά παρόν αυτό το κομμάτι.

E. Πόσο διαρκούν τα μεταπτυχιακά – πτυχία χοροθεραπείας?

X. Εξαρτάται τώρα γίνεται μια προσπάθεια να τεθούν κάποιοι κανόνες για τα εκπαιδευτικά προγράμματα όλης της Ευρώπης η διάρκεια που προτείνετε είναι 2-3 χρόνια ή 3-4 part –time. Το δικό μου μάστερ πάντως ήτανε 3ετές συν μια χρονιά για την πτυχιακή.

E. Είναι δηλαδή πολύ απαιτητικό!

X. Πρώτα από όλα εκτός από το θεωρητικό κομμάτι είναι πολύ απαιτητική και η πρακτική του εκπαιδευόμενου και η προσωπική διαδικασία... Έχει δουλειά σε πολλά επίπεδα μην ξεχνάς ότι για να μπορέσει να γίνει κάποιος χοροθεραπευτής απαιτείται ατομική θεραπεία αρκετές ώρες. Είναι δουλειά με πολλά επίπεδα. Έχει όριο ηλικίας... το όριο είναι άνω των 23 οπότε υπάρχει και μια ωριμότητα, μια συγκρότηση...

E. Εσείς πώς αποφασίσατε έπειτα από την καριέρα σας ως χορεύτρια να ασχοληθείτε με τη χοροθεραπεία?

X. Η τέχνη του χορού έχει –πώς να το πει κανείς – πολλούς διαφορετικούς δρόμους, άλλοι ενδιαφέρονται περισσότερο για τον αυτοσχεδιασμό για τη σύνθεση ... Στο πανεπιστήμιο διαπίστωσα ότι με ενδιαφέρει πολύ αυτός ο κλάδος

E. Ποιες είναι οι σημαντικότερες δυσκολίες που έχετε αντιμετωπίσει ως χοροθεραπεύτρια στην Ελλάδα?

X. Οι ελλείψεις είναι πολλές και έχουν να κάνουν με το ότι η χοροθεραπεία δεν είναι αναγνωρισμένο επάγγελμα άρα δε μπορεί κανείς να κατοχυρώσει τα δικαιώματά του , εργασιακά μιλώντας στην εξαρτημένη εργασία , το τι συμβαίνει όταν κάποιος είναι ελεύθερος επαγγελματίας δεν το γνωρίζω ακόμη ... Αρκετά συχνά τα πλαίσια μπορεί να μη γνωρίζουν τι είναι αυτό που κάνουμε ή ακόμη και αν το γνωρίζουν να έχουν μια αρκετά διεστραβλωμένη εικόνα για παράδειγμα ότι είναι μια δραστηριότητα μέσα στο θεραπευτικό πρόγραμμα για εκτόνωση ή διασκέδαση... Άρα καλούμαστε να πείσουμε ότι αυτό που κάνουμε – καταρχήν καλούμαστε ορισμένα πλαίσια να τα εξηγήσουμε και να τα χαρακτηρίσουμε από την αρχή γιατί αλλιώς κινδυνεύει να παρεξηγηθεί η έννοια... Αν θεωρηθεί ότι η χοροθεραπεία είναι διασκέδαση ή εκτόνωση. Και αυτό μπορεί να συμβεί αλλά δεν πρόκειται περί αυτού

E. Στην Ελλάδα σε ποια πλαίσια εφαρμόζεται η χοροθεραπεία? Σε κλινικές , νοσοκομεία...?

X. Στην απεξάρτηση κυρίως , ξέρετε ότι πολλές θέσεις είναι εθελοντικές και θα μπορεί να είναι έτσι σε συνεργασίες δεκαετιών . Γνωρίζω αρκετές τέτοιες περιπτώσεις. Είναι πολύ σημαντικό ο Κάθε

επαγγελματίας να θέτει ένα όριο και να απαιτεί να αμείβεται η δουλειά του για να μπορεί να βοηθήσει, να είναι ευχαριστημένος και να βιοποριστεί εν πάση περιπτώσει .Μην ξεχνάμε ότι για μας δεν είναι μόνο η ώρα της συνεδρίας αλλά και οι σημειώσεις που κρατάμε για κάθε θεραπευόμενο... Μπορεί να πάρουμε και το υλικό σπίτια μας, έχει πάρα πολλές ώρες δουλειά

Ε. Τι θα προτείνατε σαν βελτιώσεις της εφαρμογής της χοροθεραπείας στην Ελλάδα?

Χ. Θεωρώ ότι ένας χοροθεραπευτής στην Ελλάδα πρέπει να κινείται για την ενημέρωση των φορέων γιατί χρειάζεται πραγματικά να προασπιστεί το επάγγελμα διότι δεν υπάρχει εναρμόνιση , υπάρχουν πιστοποιητικά που δεν προσφέρουν επάρκεια ενώ θεωρείται ότι προσφέρουν επάρκεια, έχουμε ανθρώπους που ασκούν χοροθεραπεία χωρίς καμιά σχετική εκπαίδευση και γνώση, άρα χρειάζεται εκεί πέρα να γίνει πάρα πολύ δουλειά και ενημέρωση των φορέων. Είναι και ζήτημα ηθικό , ζήτημα ασφάλειας των θεραπευόμενων δε μπορεί αυτός που θα σε αναλάβει να μην είναι ένας θεραπευτής. Αυτό είναι ένα κομμάτι που πρέπει να συνεχίσει να γίνεται και από κει και πέρα το άνοιγμα διαρκώς και στην επιστημονική κοινότητα και πρέπει να μπούμε λίγο πιο ενεργά και στον επιστημονικό διάλογο . Ο χώρος μας έχει ξεκινήσει από το βίωμα, την εμπειρία αλλά μας λείπει η έρευνα μας λείπει ο διάλογος στην επιστημονική κοινότητα αυτός τώρα ξεκινάει.

Ε. Οπότε χρήζει περαιτέρω έρευνας και ένταξης στον επιστημονικό διάλογο η χοροθεραπεία.. Με καλύψατε πλήρως σε όλους τους τομείς και ακόμη παραπάνω! Πραγματικά χάρηκα για τη συνέντευξή μας.

Χ. Χαίρομαι κι εύχομαι να πάει καλά η εργασία σας..!

Συνέντευξη 4^η

X4 : Πρώην χορεύτρια & χοροθεραπεύτρια

Αθήνα 1/6/2017

Η συνέντευξη πραγματοποιήθηκε στο σπίτι της X4.

Ε. Καλησπέρα σας και ευχαριστώ για τη φιλοξενία και τη συνέντευξη που δεχτήκατε να κάνουμε!

Χ. Καλησπέρα!

Ε. Αφήνω στη μέση το μαγνητόφωνο ώστε να μας πιάνει και τις δυο... Λοιπόν αυτή τη στιγμή ασκείτε το επάγγελμα της χοροθεραπεύτριας?

Χ. Ναι το ασκώ. Αυτή τη στιγμή δουλεύω με το πρόγραμμα του ΨΝΑ, το 18 και άνω που έχει να κάνει με την απεξάρτηση τοξικομανών και δουλεύω σε εθελοντική βάση στο πρόγραμμα 16 γυναικών το οποίο είναι ένα κλειστό πρόγραμμα όπου οι κοπέλες μένουν μέσα. Αυτό εντάσσεται το 18 και άνω.

Ε. Πώς ξεκινήσατε τη χοροθεραπεία και ποιο είναι το εκπαιδευτικό σας υπόβαθρο?

Χ. Εγώ σπούδασα πρώτα στη νομική σχολή αλλά έκανα από μικρή χορό και μόλις τελείωσα τη νομική αποφάσισα να κάνω και χορό, οπότε έκανα χορό και επαγγελματικά. Πήρα ένα δίπλωμα χορού στην Αθήνα και ένα μεταπτυχιακό στο Λονδίνο και μετά αποφάσισα να περάσω και στη χοροθεραπεία την οποία έκανα και στην Αθήνα και στο Λονδίνο.

Ε. Ήταν δύσκολες οι σπουδές σας?

Χ. Ήτανε ...Συναρπαστικό θα το έλεγα γιατί σε μαθαίνει πάρα πολλά πράγματα και για τον εαυτό σου δηλαδή είναι από τα αντικείμενα που σου μαθαίνουνε την ίδια στιγμή πράγματα πριν μπορέσεις να τα εφαρμόσεις σε άλλους . Απαιτητικό ήτανε με την έννοια ότι έπρεπε να κάνουμε κλινική πρακτική οπότε από πολύ νωρίς έπρεπε να δουλέψουμε με πληθυσμό –που επιλέγαμε εμείς βέβαια ...Στην αρχή αυτό ήτανε για μας άγχος, δηλαδή να μπεις να δουλέψεις σε κάποια ιδρύματα ήταν ένα άγχος αλλά ήταν συναρπαστικό.

Ε. Πού κάνατε την πρακτική σας?

Χ. Εγώ είχα επιλέξει την εταιρία των ατόμων με σκλήρυνση κατά πλάκας , δούλευα με άτομα με σκλήρυνση κατά πλάκας άλλα από αυτά ήτανε καθηλωμένα σε αναπηρική καρέκλα , άλλα ήτανε πολύ καλά... Έτσι μια περίεργη ατμόσφαιρα... Επίσης δούλεψα με την πρακτική μου μέσα σε ένα γηροκομείο με την Τρίτη ηλικία.

Ε. Πώς αποφασίσατε να συνδυάσετε τα αντικείμενα σπουδών σας ? Δηλαδή την τέχνη του χορού με τη χοροθεραπεία?

Χ. Τα συνδύασα γιατί από μικρή είχα καταλάβει ότι ο χορός δεν είναι απλώς μια παραστατική τέχνη, το έβλεπα και στον εαυτό μου –πώς μου έφτιαχνε τη διάθεση πώς μου μείωνε το στρες, πώς πραγματικά έβγαίνα, μπορεί να πήγαινα πολύ στενοχωρημένη σε μια τάξη και έβγαίνα και είχανε

φύγει τα πάντα –ήμouνα άλλος άνθρωπος, δηλαδή είχα βιώσει το σώμα μου για μένα ήταν δεδομένα τα οφέλη του χορού –τα έβλεπα σε μένα δε χρειαζόταν κάποιος να με πείσει...

E. Επαγγελματικά χορέψατε?

X. Ναι , χόρευα επαγγελματικά για χρόνια στην Ελλάδα , με ομάδες σύγχρονου χορού – είχα κάνει ειδίκευση στο σύγχρονο

E. Τώρα να περάσουμε σε ένα άλλο θέμα... ο χορός έχει κάποιες ιδιότητες και η χοροθεραπεία κάποιες άλλες... Τι θα προτεινάτε ένα μάθημα χορού ή χοροθεραπεία?

X. Για εμένα έχει τεράστια διαφορά , ο χορός όπως και πολλά άλλα πράγματα όπως το να πας στην πισίνα, το να κάνεις λέω εγώ μια βόλτα και σε κάνουν να νιώθεις καλά δεν έχει όμως την ίδια μακροπρόθεσμη επίδραση που έχει η θεραπεία γιατί η θεραπεία είναι μια διαδικασία καταρχήν μακροπρόθεσμη και έχει πάρα πολύ συγκεκριμένους στόχους δηλαδή στόχους που τους βάζεις από την αρχή και προσπαθείς σταδιακά να πας προς τα εκεί. Άρα το να κάνω ένα μάθημα χορού και να μου φτιάξει τη διάθεση είναι κάτι, δεν έγινε θεραπεία όμως... Το ότι έχω κάποιους στόχους, έχω κάποια εργαλεία για να φτάσω αυτούς τους συγκεκριμένους στόχους έχω μια θεραπευτική σχέση με τον άλλον που σημαίνει ότι έχω συγκεκριμένη μέρα και ώρα , συγκεκριμένο χώρο έχω το απόρρητο άρα είναι ένα πολύ διαφορετικό πράγμα το μάθημα χορού από τη χοροθεραπεία για αυτό και λέμε ότι η χοροθεραπεία είναι ουσιαστικά μια ψυχοθεραπεία μέσω της κίνησης ..

E. Κατά πόσο και σε τι διευκολύνει η κίνηση την ψυχική θεραπεία? Ποιό το πλεονέκτημά της έναντι των συμβατικών θεραπειών και για ποιες περιπτώσεις ενδείκνυται ?

X. Το πιο σημαντικό είναι ακριβώς ότι αρχίζει από το σώμα και χρησιμοποιεί το σώμα γιατί η χοροθεραπεία βασίζεται στην αρχή ότι σώμα , νους και ψυχή είναι αδιάσπαστα , πχ όταν έχω άγχος έχω πονοκέφαλο ή δε μπορώ να χωνέψω –άρα το σώμα εμπλέκεται πάντα, είναι πάντα εκεί .Λέμε για τις σωματικές ασθένειες αρκετές φορές ότι αν επιδράσεις στο ένα επίπεδο θα έχεις αλλαγές και στα άλλα. Αν λοιπόν κάνεις μια ψυχοθεραπεία λεκτική αυτό προφανώς θα σου μειώσει το άγχος και αυτό θα φανεί και στο σώμα. Εδώ αρχίζουμε από την άλλη πλευρά δηλαδή αντί να αρχίσουμε από το συναίσθημα και το μυαλό αρχίζουμε απ' την άλλη και λέμε ότι αν λοιπόν κάνεις την παρέμβαση στο σώμα, αυτή η παρέμβαση θα επιδράσει και στα άλλα δυο επίπεδα δηλαδή στο συναισθηματικό και το διανοητικό –αφού αυτά είναι αλληλένδετα και τα τρία. Άρα λοιπόν η χοροθεραπεία βασίζεται στο ότι αντί να αρχίσω από τη σκέψη αρχίζω από το σώμα –ούτως ή άλλως αυτά τα δυο είναι ενωμένα. Το ένα επηρεάζει το άλλο άμεσα. Επίσης όλα είναι καταγεγραμμένα στο σώμα μας, όλα τα

γονιδιά μας όλη η εμπειρία μας είναι περιγεγραμμένα στο σώμα δηλαδή ο τρόπος διαπαιδαγώγησής μας , η εμπειρία και το πώς βλέπει ο καθένας τον κόσμο, όλα αυτά φαίνονται στην κίνησή μας. Η κίνησή μας καθρεφτίζει και την προσωπικότητά μας , και την ιστορία μας και την εμπειρία μας για τον κόσμο και την ψυχική κατάσταση τη συγκεκριμένη στιγμή που κινούμαι. Αλλιώς κινούμαι όταν είμαι χαρούμενος, αλλιώς κινούμαι όταν είμαι μελαγχολικός , αλλιώς κινούμαι όταν είμαι κουρασμένη αλλιώς κινούμαι όταν έχω ενέργεια...

Ε. Ισχύει! Όλα αυτά μπορεί να τα διαπιστώσει κανείς σε μια αίθουσα χορού ?

Χ. Αυτό είναι μια άλλη αρχή ...Είναι πολύ πιο δύσκολο να κρυφτεί κανείς μέσα στην κίνηση παρά μέσα στα λόγια. Σε μια ψυχοθεραπεία λέμε αυτά που θέλουμε. Κρατάμε αυτά που δε θέλουμε να πούμε. Αυτό είναι πολύ πιο δύσκολο στην κίνηση. Η κίνηση δηλαδή είναι πολύ πιο αποκαλυπτική από τα λόγια. Γιατί? Γιατί είναι πολύ πιο δύσκολο να λογοκρίνουμε την κίνηση. Είναι πολύ πιο δύσκολο γιατί η κίνηση είναι πολύ πιο άμεσα συνδεδεμένη με το ασυνείδητο. Είναι λοιπόν πολύ πιο εύκολο να κρύψω τα λόγια μου και να μην πω αυτά που θέλω να πω, παρά να κρύψω την κίνηση –η κίνηση προδίδει. Η κίνηση αποκαλύπτει και βασιζόμαστε και σ αυτό –ότι όταν ο άλλος κινείται είναι πολύ πιο αποκαλυπτικός από ότι όταν μιλάει.

Ε. Η στάση του σώματος είναι δύσκολο λοιπόν να την κρύψει κανείς? Δηλαδή και κατά τη διάρκεια μιας συμβατικής ψυχοθεραπείας και εκεί δεν φαίνονται πράγματα?

Χ. Ακριβώς για αυτό και ο θεραπευτής πρέπει να έχει κάποια εκπαίδευση να παρατηρεί το σώμα του άλλου την ώρα που μιλάει... Είναι ήρεμος, είναι χαλαρός , μιλάει σωστά, τα μάτια του παίζουνε, τα δάχτυλα... κλπ

Ε. Την ώρα που χορεύεις βέβαια ίσως αυτό φαίνεται παραπάνω..?

Χ. Φαίνεται πολύ παραπάνω, αλλά κάποια θέματα πρέπει να μπορείς να τα δεις. Εμείς στα πλαίσια της εκπαίδευσης κάνουμε παρατήρηση –ανάλυση κίνησης πάνω σε συγκεκριμένες θεωρίες , μαθαίνεις, πώς ,τι είναι αυτά που παρατηρείς και χιλιάδες πράγματα ...Άρα εκπαιδευόμαστε να παρατηρούμε ατελείωτες ώρες σώματα που κινούνται , όταν λοιπόν παρατηρούμε ατελείωτες ώρες ξέρουμε τι παρατηρούμε, σιγά σιγά μπορούμε να παρατηρήσουμε και μπορούμε να καταγράψουμε νοερά – γιατί δεν έχεις το χρόνο εκείνη την ώρα να γράψεις –παρατηρούμε αφενός πολύ συγκεκριμένα πράγματα και καταγράφουμε νοερά αυτά που είναι τα πιο ασφαλή να τα χρησιμοποιήσουμε μετά. Είναι κι αυτός ένας ολόκληρος τομέας η παρατήρηση και η ανάλυση της κίνησης. Γιατί είναι μέσα από την κίνηση που θα παρέμβουμε . Θα δούμε δηλαδή τι υπάρχει στην

κίνηση του άλλου, τι δεν υπάρχει στην κίνηση του άλλου, τι υπάρχει σε μεγάλο βαθμό που δε θα 'πρεπε να υπάρχει, παρατηρούμε πάρα πολλά πράγματα για να μπορέσουμε να παρέμβουμε μέσα από την κίνηση.

E. Τα συζητάτε μετέπειτα όλα αυτά με τους ασθενείς σας?

X. Δε συζητάμε αυτά που εμείς κρατάμε, αυτά που πρέπει να πούμε... Δηλαδή αν εγώ δω ότι κάποιος κινείται με πάρα πολύ γρήγορους ρυθμούς αυτό που θα ρωτήσω μετά είναι – ερώτηση πάντα γιατί ο θεραπευόμενος είναι αυτός που δίνει την ερμηνεία όχι ο θεραπευτής – γιατί κινιόσυνα τόσο γρήγορα? Μπορεί αυτός να μου πει πολλά διαφορετικά πράγματα, μπορεί να μου πει «κινιόμουν πάρα πολύ γρήγορα γιατί ένιωθα αμηχανία» ή «γιατί είχα άγχος» ή «γιατί πρέπει να φύγω και βιάζομαι» - το θέμα είναι ότι ερώτηση στην ερώτηση πλησιάζουμε σε αυτό που πρέπει να βγει στην επιφάνεια... Μπορούμε να κάνουμε λίγο πιο αργά? Μπορείς τώρα να κινείσαι σε πιο αργό ρυθμό? Άρα παρεμβαίνουμε στην κίνηση και ταυτόχρονα μέσα από την κίνηση βγάζουμε πράγματα στην επιφάνεια για να καταλάβει ο άλλος πώς αισθάνεται, πώς αντιδράει το σώμα, γιατί συμβαίνει αυτό?

E. Το γνωρίζουν να σας απαντήσουν ? Στο παράδειγμα που λέγαμε για το άτομο που κινείται γρήγορα αυτός πάντα το γνωρίζει, ας πούμε υποψιάζεται το λόγο που κινείται γρήγορα?

X. Μπορεί να μην τον υποψιάζεται .. πχ να πει «Α, κινιόμουν γρήγορα? Δεν το κατάλαβα» , «ωραία τώρα μπορείς να κινηθείς λίγο πιο αργά?» και παρεμβαίνουμε μέσα στην κίνηση. Έ... ένα άλλο παράδειγμα είναι πολύ χαρακτηριστικό είναι μια κοπέλα στο πρόγραμμα ανεξάρτησης που της έβαλα εντολή να κινείται μόνο στο πάτωμα, μετά από λίγη ώρα τη ρώτησα «πώς ήταν να κινιέσαι στο πάτωμα?» Μου λέει «σιχαίνομαι να κινιέμαι στο πάτωμα». Της λέω «γιατί σιχαίνεσαι να κινιέσαι στο πάτωμα?» «Γιατί αυτό σημαίνει ότι κάποιος άλλος είναι από πάνω» Αυτό τώρα, αυτή η απλή πρόταση είναι πάρα πολύ αποκαλυπτική γιατί αυτή η κοπέλα είχε κακοποιηθεί σεξουαλικά.

E. Ααα μάλιστα!

X. Αυτό λοιπόν ήταν ένα στοιχείο που όντως μας βοήθησε να καταλάβουμε ότι υπήρξε κακοποίηση και πρέπει να το ψάξουμε προς τα εκεί. Από ένα απλό λοιπόν σχεδιασμό στο πάτωμα ο άλλος αισθάνεται πάρα πολύ δυσάρεστα, το καταλαβαίνει την ώρα που κινείται, σου λέει αισθάνομαι πολύ δυσάρεστα γιατί μου θυμίζει... φτάνει κοντά στην αλήθεια.

E. Εσείς τι περιπτώσεις ασθενών είχατε?

X. Είμαι πολλά χρόνια στο επάγγελμα, έχω δουλέψει και με άτομα ψυχωτικά... Δουλεύω κυρίως σε ενήλικες και όχι σε παιδιά, οπότε οι κατηγορίες που έχω δουλέψει είναι αυτό –τα άτομα με σκλήρυνση, οι άνθρωποι οι καθηλωμένοι της τρίτης ηλικίας και τοξικομανείς. Και κάποιες περιπτώσεις ψυχωτικών, όχι μέσα στο πρόγραμμα...

E. Η πιο δύσκολη κατηγορία ασθενών κατά την προσωπική σας άποψη και μέσω της εμπειρίας σας? Ποια είναι πιο δύσκολο να θεραπευτεί μέσω της χοροθεραπείας?

X. Δε μπορώ να πω ποια είναι πιο δύσκολη γιατί ο κάθε πληθυσμός είναι μια ξεχωριστή πρόκληση, το θέμα είναι με ποιό πληθυσμό σου αρέσει να δουλεύεις όταν με ρωτάνε όλοι και τους λέω για τους τοξικομανείς μου λένε «Πώ, πώ... Πώς αντέχεις, είναι πάρα πολύ δύσκολο..!». Εμένα μου αρέσει πάρα πολύ και επειδή μου αρέσει δε νιώθω δυσκολία –που είναι δύσκολο αντικείμενο.

E. Πώς ήταν η χοροθεραπεία με τους ψυχωτικούς?

X. Εκεί υπάρχουν συγκεκριμένες αντιστάσεις πρέπει να βρεις τρόπους να τις ξεπερνάς... Οπότε με τη χοροθεραπεία είναι πάρα πολύ καλό, ότι είναι ένα πολύ ευέλικτο εργαλείο και από τη στιγμή που έχεις το εργαλείο, ξέρεις πώς να οδηγήσεις τον άλλον στην κίνηση, στον αυτοσχεδιασμό.. Πώς θα παρατηρήσεις, με ποια εργαλεία θες να παρατηρήσεις την κίνηση... Από κει και πέρα είναι τελείως ελεύθεροι. Για αυτό κάθε χοροθεραπευτής και ανάλογα με το background που έχει – γιατί δεν προέρχονται όλοι από το χώρο του χορού, αν και είναι πολύ σημαντικό να κατέχει την κίνηση – ο καθένας από μας έχει το δικό του τρόπο να προσεγγίσει τον πληθυσμό του και να τον πάει εκεί που θέλει. Σε μια ισορροπία γιατί αυτό θέλουμε, μια νοητική, ψυχική και σωματική ισορροπία όπως μπορείς. Αλλιώς δηλαδή είναι να δουλεύεις με παιδιά με νοητική στέρηση και αλλιώς είναι να δουλεύω εγώ με τους τοξικομανείς που είναι πανέξυπνοι, αλλιώς είναι να δουλεύεις με την Τρίτη ηλικία. Θέλεις λοιπόν να φτάσεις τον καθένα εκεί που μπορεί να φτάσει στο υψηλότερο σημείο που μπορεί να φτάσει από άποψη μια νοητικής, ψυχικής και σωματικής ισορροπίας και ο καθένας πηγαίνει με τον τρόπο που θέλει έχοντας όμως και τις θεωρίες από πίσω που είναι κοινές.

E. Στο σημείο αυτό θα ήθελα να σας ευχαριστήσω και πάλι για τη συνέντευξη!

X. Ευχαριστώ πολύ και καλή επιτυχία στη διπλωματική σας!

Συνέντευξη 5^η

X5: Πρώην χορευτής – Χοροθεραπευτής στο ΨΝΑ 18 και Άνω

Αθήνα 12/6/2017

Η συνέντευξη πραγματοποιήθηκε στο χώρο εργασίας του X5 στις εγκαταστάσεις του προγράμματος 18 ΑΝΩ του ΨΝΑ στην Πανόρμου.

E. Καλησπέρα σας κε Τ..... και ευχαριστώ που δεχτήκατε να μιλήσουμε σήμερα.

X. Καλησπέρα σας!

E. Πείτε μου λίγο κάποια πράγματα σχετικά με το background σας, τι πρέπει να κάνει κανείς για να γίνει χοροθεραπευτής ?

X. Λοιπόν... Εγώ έχω τελειώσει την κρατική ακαδημία της Σόφιας στον τομέα μοντέρνου χορού αλλά για να παρακολουθήσει κάποιος το εκπαιδευτικό της χοροθεραπείας πρέπει είτε να έχει σπουδάσει ψυχολογία είτε χορό. Ένα από τα δύο. Αυτός που έχει σπουδάσει ψυχολογία θα πρέπει να έχει δουλέψει πάρα πολύ σωματικά όπως και αυτός που έχει τελειώσει χορό θα πρέπει να διαβάσει, να καλύψει το κενό στις γνώσεις ψυχολογίας.

E. Μάλιστα! Κάνετε και ατομικές συνεδρίες χοροθεραπείας?

X. Ναι ναι. Μετά έκανα ένα εκπαιδευτικό στη χοροθεραπεία όπως επίσης και βρίσκομαι σε εκπαίδευση στην αξιολόγηση ομάδας. Αυτή τη στιγμή

E. Πολλά πράγματα δηλαδή...

X. Χρειάζονται... Συνεδρίες, συνεχόμενη εκπαίδευση, αν θέλει κάποιος να ξέρει τι κάνει.

E. Δουλεύετε τώρα στο 18 και άνω... το πρόγραμμα. Δουλεύετε και ιδιωτικά?

X. Όχι.

E. Οι ασθενείς σας πώς και γιατί επιλέγουν το πρόγραμμα χοροθεραπείας?

X. Είναι υποχρεωτική η συμμετοχή. Η ομάδα χοροθεραπείας είναι υποχρεωτική όπως είναι και η ομάδα ψυχοθεραπείας. Δεν είναι ομάδα επιλογής. Δεδομένου ότι εγώ απασχολούμαι και στο Δαφνί στο κλειστό ανδρών έχει αυτή τη δομή που βρισκόμαστε τώρα. Και στα δυο τμήματα η χοροθεραπεία είναι η κύρια ψυχοθεραπευτική μέθοδος.

E. Αυτό σημαίνει ότι η χοροθεραπεία έχει αρχίσει να αναγνωρίζεται... ?

X. Ακριβώς. Αλλά νομίζω και στην απεξάρτηση δουλεύει γιατί είναι μια σωματική θεραπεία. Το σώμα έχει δεχτεί όλη τη βία, όλη την επίθεση. Το σώμα είναι και αυτό νέσω του οποίου προσπαθούμε να δημιουργήσουμε ένα ψυχικό κόσμο δικό μας , να τον αισθανθούμε , γιατί ο λόγος δεν σου δίνει έναν χώρο να μπορέσεις να φανταστείς για εκείνο , να αισθανθείς για εκείνο να κάνεις κάποιες υποθέσεις.. Κατά την πρώτη επαφή του θεραπευόμενου και του θεραπευτή δημιουργείται ένα πεδίο που μπορεί να υπάρχει ψυχικό περιεχόμενο.

E. Τί διαφορά έχει το να κάνω ένα μάθημα χορού με το κάνω χοροθεραπεία? Πώς επηρεάζει το ένα και το άλλο την ψυχική υγεία?

X. Ο χορός έχει κίνηση. Η κίνηση δεν είναι χορός . Εμείς στη χοροθεραπεία ασχολούμαστε με την κίνηση. Δεν δίνονται δομημένες προτάσεις αν και υπάρχει μια προσέγγιση – η πρωτόγονη έκφραση που είναι δομημένη, εγώ τη χρησιμοποιώ αυτή τη μέθοδο στην αρχή καθώς είναι πολύ σημαντικό οι θεραπευόμενοι καταρχήν θέλουν να στηριχθούν από ένα εξωτερικό στήριγμα όπως είναι ο θεραπευτής, όπως είναι η κινητική διαδοχή, όπως είναι ο ρυθμός από τα κρουστά Τους βλέπεις και δεν ξέρουν τι να κάνουν τα χέρια τους... σα να μην ξέρουν να τα χρησιμοποιούν .. Έχουν ξεχάσει την κίνηση. Στη συνέχεια όμως εγώ εφαρμόζω τη χοροκινητική. Εκεί δε μπορεί να αναπαραγάγει ο θεραπευόμενος μια κίνηση που θα του δώσω εγώ. Θα πρέπει να βρει τη δική του κίνηση και το νόημα αυτής της κίνησης.

E. Αυτό πώς τον βοηθάει να συνειδητοποιήσει και να ξεπεράσει το πρόβλημα που έχει?

X. Δεν ξέρω άμα θα το ξεπεράσει το πρόβλημα ... Το σώμα είναι μια πλευρά του εαυτού. Αμέσως αμέσως έχοντας επαφή με μια πλευρά του εαυτού, είναι σα να πλησιάζεις και τον ψυχικό εαυτό σου. Το σώμα έχει μια διπλή διάσταση – είναι το εξωτερικό, το περίγραμμα και είναι και το εσωτερικό σώμα. Προσεγγίζοντας το εξωτερικό-το περίγραμμα- δημιουργείς μια οδό για να μπορέσεις να δείς το εσωτερικό. Αλλά περισσότερο μας ενδιαφέρει η ατμόσφαιρα κάνοντας αυτό πώς νιώθω.

E. Ο χορός, μιας και είστε και χορευτής ως μορφή τέχνης και επάγγελμα μπορεί να έχει αποτελέσματα λίγο αντίθετα από αυτά που επιδιώκουμε μπορεί πχ να οδηγήσει σε κάποια νεύρωση, όταν γίνεται ψυχαναγκαστικά ή ανταγωνιστικά?

X. Αν χρησιμοποιεί κανείς μια πλευρά του εαυτού του για να εκφράζεται με κάτι που του επιβάλλεται με τρόπο ότι πρέπει να είναι κάτι άλλο κάτι περισσότερο , αυτό αμέσως-αυτή η επαφή με το σώμα –έχει και αντίστοιχη επαφή και με το εσωτερικό σώμα πχ κάπως πρέπει να είμαι , κάτι πρέπει να δώσω που δεν το έχω δώσει ακόμη αλλά μου ζητείται και εγώ είμαι υποχρεωμένος να το δω αυτό. Οπότε αν κάνουμε αυτή τη σύνδεση μπορούμε να καταλάβουμε ότι ίσως δημιουργήσει κάποια προβλήματα ψυχικά και συναισθηματικά κατά την πορεία του ανθρώπου πχ κατάθλιψη... η υστερικά φαινόμενα.. αλλά εγώ αν θέλετε να σας μιλήσω προσωπικά με είχε κουράσει πάρα πολύ . Προσπαθούσα ανά πάσα στιγμή να αποδείξω κάτι. Υπήρχε ένα βλέμμα να με παρατηρεί με τρόπο όμως που θα μπορούσε να με απορρίψει ή να με αποδεχτεί. Σε επιλέγω-σε αποδέχομαι....σε απορρίπτω

E. Οι χορευτές μπορούν να κάνουν χοροθεραπεία και να ωφεληθούν ?

X. Εντάξει ναί... έχει ένα τρόπο να παρουσιάζει καλύτερα τον εαυτό του. Δηλαδή χρησιμοποιεί την ευκολία. Σιγά σιγά μπαίνουμε πιο βαθιά.

E. Με τι άτομα έχετε ασχοληθεί ως θεραπευόμενους ?

X. έχω ασχοληθεί με παιδιά με αυτισμό , με υπερκινητικότητα όπως επίσης και με ψύχωση.

E. Ποιες περιπτώσεις ήταν οι πιο εύκολες στο να αποδεχτούν τα αποτελέσματα της χοροθεραπείας και ποιες οι πιο δύσκολες?

X. Για μένα η μεγαλύτερη πρόκληση ήταν τα παιδιά με υπερκινητικότητα με δυσκόλεψε πάρα πολύ... Ο αυτισμός δε με δυσκόλεψε καθόλου , δούλεψε αμέσως

E. Οι ασθενείς με ψύχωση πώς ανταποκρίθηκαν?

X. Εεε οι ασθενείς με ψύχωση δεν είναι μόνο ένας παράγοντας που συμβάλλει στη θεραπεία κάποιες στιγμές όμως.... θα σου δώσω ένα παράδειγμα. Ένας κύριος ο οποίος είχε ακουστικές ψευδαισθήσεις –συνομιλούσε με το νεκρό πατέρα του ...Κάποια στιγμή πήγα στο δωμάτιό του να τον καλέσω να έρθει στην ομάδα. Εκείνη τη στιγμήμίλαγε με τον πατέρα του – δε μπορούσα να διακόψω , είχα παραμείνει εκεί πέρα να περιμένω , να παρατηρήσω το ρυθμό του λόγου του και να περιμένω πότε θα πάρει μια ανάσα αρκετά μεγάλη για να μπορέσω να μπω. Και αυτό έκανα δηλαδή

άρχισα να το σκέφτομαι χοροθεραπευτικά γιατί ο ρυθμός του λόγου μιλάει για έναν εσωτερικό ρυθμό. Οπότε καθώςμίλαγε δε μου χε ρίξει ούτε μια ματιά. Σα να μην υπήρχα. Οπότε κάποια στιγμή άρχισε ο ρυθμός του και άλλαξε την ποιότητά του άρχισε και γινόταν πιο αργός έτσι ένιωθα ότι εκείνος εκείνη τη στιγμή δεν ήταν σε τόσο έντονη διεργασία. Μέχρι που έκανε κάτι σαν (βαθιά ανάσα) σαν αναστεναγμό – σα να μου δημιούργησε κενό χρόνο ή ένα κενό χώρο για να μπορέσω να μπω κι εγώ. Και ...ας τον ονομάσουμε Γιώργο του λέω «Γιώργο ! Πάμε στο μάθημα χοροθεραπείας?» του έδωσα εγώ τον τόνο και γυρίζει και μου λέει «Ναι» . Είναι φοβερό εκείνη τη στιγμή απέσυρε την προσοχή του από το νεκρό πατέρα και στράφηκε σε κάτι ζωντανό. Εγώ αυτό το θυμάμαι πάντα γιατί μου υπενθυμίζει ότι πρέπει να δημιουργώ κενό χώρο για να μπορέσω να τον πλησιάσω... όχι να τον παραβιάσω .

E. Πώς αποφασίσατε μετά από την καριέρα σας στο χορό να ακολουθήσετε τη χοροθεραπεία?

X. Γιατί είχα κάνει ψυχοθεραπεία προσωπικά και είχα και το χορό και αναρωτήθηκα αν μπορώ να συνδέσω τα οφέλη του ενός με τα οφέλη του άλλου.

E. Εδώ στην Ελλάδα τι προβλήματα αντιμετωπίζει η χοροθεραπεία στην εφαρμογή της?

X. Στην Ελλάδα δυστυχώς το επάγγελμα της χοροθεραπείας δεν είναι αναγνωρισμένο. Εφαρμόζεται σε ψυχιατρικά πλαίσια στο Δαφνί πχ από τα τέλη της δεκαετίας του '80 δηλαδή χρόνια εφαρμόζεται και δεν είναι αναγνωρισμένο επάγγελμα.

E. Γίνονται προσπάθειες να λυθεί το θέμα?

X. Είναι πάρα πολύ μεγάλο το πρόβλημα γιατί για να λυθεί θα πρέπει να δημιουργηθούν κάποιες ιδιαίτερες συνθήκες όπως το να ενταχθεί η χοροθεραπεία σε κάποιο αναγνωρισμένο πανεπιστήμιο . Αλλά για να μπει θα πρέπει να υπάρχουν κάποια στάνταρντ, για το ποιος θα μπει , ποιος θα διδάξει...

E. Μπορεί να γίνει κάτι τέτοιο σε κάποια χρόνια έστω?

X. Δεν έχω καμία εικόνα επ' αυτού..

E. Κε μακάρι να μπορούσαμε να μιλήσουμε λιγάκι ακόμη. Με καλύψατε πλήρως σε αυτά που συζητήσαμε

X. Ευχαριστώ! Ελπίζω να σας βοήθησα!

6^η Συνέντευξη

X6: Πρώην χοροθεραπεύτρια- Καθηγήτρια χορού & γιόγκα

Αθήνα 25/7/2017

Η συνέντευξη πραγματοποιήθηκε στο χώρο εργασίας της X6 ένα στούντιο χορού.

E: Λοιπόν ξεκινώντας θα ήθελα να μου πεις λίγα πράγματα για σένα... Το background σου, τι προσόντα έπρεπε να έχεις για να γίνεις χοροθεραπεύτρια;

X: Εεεεμμ... Οι σπουδές μου –όσον αφορά δηλαδή το κομμάτι των σπουδών εγώ ξεκίνησα από τη φιλοσοφική στην Αθήνα, το πρώτο μου πτυχίο ήταν φιλοσοφία, παιδαγωγική και ψυχολογία, ο χορός ήτανε πάντα κομμάτι της ζωής μου από μικρή, πολύ μικρή ηλικία και έκανα σπουδές χορού μέσω των σπουδών χορού ανακάλυψα τι ήτανε αυτό που θέλω από το χορό και τι με τραβάει... Ήτανε κάτι πιο εσωτερικό από το απλά να χορέψω... εεεε και έψαξα τη δυνατότητα να σπουδάσω χοροθεραπεία στην Ολλανδία.

E : Μεταπτυχιακό ;

X: Μεταπτυχιακό.

E: Πόσο καιρό ήταν οι σπουδές;

X: Τότε ήτανε δυο χρόνια part-time. Τώρα έχει γίνει τρία χρόνια και γενικά προσπαθούνε να ομογενοποιήσουνε τα προγράμματα δηλαδή να γίνει τρία χρόνια part-time η δυόμισι full – Time. Αυτό που απαιτείται είναι να έχεις ένα προηγούμενο πτυχίο και γνώσεις χορού όχι απαραίτητα επαγγελματικά.. Στη δικιά μου την περίπτωση για να γραφτώ στο μεταπτυχιακό έπρεπε να περάσω από οντισιόν.

E: Γιατί επέλεξες να κάνεις χοροθεραπεία;

X: Είναι αυτό το ενδιαφέρον που μου έβγαζε ο χορός ότι συμβαίνουν πολύ περισσότερα πράγματα όταν χορεύεις από το ότι δημιουργείς απλά μια εικόνα μέσω της κίνησης ... έπειτα από την εμπειρία μου έβλεπα ότι «ανακινεί» πράγματα η κίνηση, όταν κινείς δηλαδή το σώμα σου. Μια καθηγήτριά μου μου έλεγε ότι ο ρυθμός είναι σαν ένα βάζο με νερό που έχει μέσα άμμο, πέτρες... τα οποία όταν τα αφήσεις και δεν τα επεξεργάζεσαι πηγαίνουν και κάθονται στον πάτο του βάζου. Όταν μετακινείς το σώμα μπορεί να χρειαστεί να μπει σε άλλη διεργασία, κινείς το σώμα και απλά αναδύονται αυτά που έχουνε καθίσει στον πάτο.

E: Πολύ ενδιαφέρουσα παρομοίωση!

X: Ναι άμα δηλαδή παρατηρήσεις ανθρώπους που έρχονται πρώτη φορά σε χώρους με κίνηση μπορεί να κινούνται πολύ απλά...

E: Η χοροθεραπεία τι ξεχωριστό έχει έναντι των άλλων θεραπειών και για τι περιπτώσεις ενδείκνυται;

X: Η χοροθεραπεία ενδείκνυται κυρίως για περιπτώσεις που ο λόγος δεν είναι διαθέσιμος.. για άτομα που απουσιάζει τελείως ο λόγος, για εκεί έχει τη δύναμη... και τις μεθόδους. Τώρα ενδείκνυται και για οποιαδήποτε άλλη περίπτωση έχει ανάγκη ο θεραπευόμενος να εξερευνήσει τον εαυτό του... Είναι πράγματα που αναδύονται στο σώμα και δεν είναι εύκολο να παρατηρηθούν αλλιώς. Τώρα έχει γίνει και μια στροφή τον τελευταίο καιρό έτσι οι πιο... παραδοσιακές θεραπείες να εντάσσουν την κίνηση για παράδειγμα έρχονται οι θεραπευτές και κάνουν σεμινάρια στη χοροθεραπεία γιατί η μέχρι τώρα παράδοση στη χοροθεραπεία φαίνεται να σταματάει... Φαίνεται να ενδιαφέρονται οι θεραπευτικές σχολές για πράγματα πιο εναλλακτικά κίνηση, χορός...

E: Τί διαπίστωνες κατά τη διάρκεια των συνεδριών χοροθεραπείας σου σχετικά με την εξέλιξη των θεραπευόμενων σου μέσα από το χορό και την κίνηση;

X: Εεεε είναι πάρα πολύ ενδιαφέρον να επικοινωνώ με αυτή τη διαδικασία, είχαμε στιγμές που ξεκινούσαν με πάρα πολύ αντίσταση

E: Μπορεί πιστεύεις κάποιος να χρησιμοποιήσει αμιγώς το χορό θεραπευτικά; Θα τον βοηθούσε κάτι τέτοιο;

X: Καταρχάς είναι άλλο πράγμα να μιλάμε για χορό και άλλο πράγμα να μιλάμε για χοροθεραπεία. Η χοροθεραπεία είναι πολύ πιο συγκεκριμένη, πιο στοχευμένη απαιτεί συγκεκριμένη εκπαίδευση, δηλαδή δε μπορούμε να πούμε ότι ένας δάσκαλος χορού μπορεί να θεραπεύσει, παρόλα αυτά ο χορός μπορεί να σε κάνει να νιώσεις καλά. Μπορεί να πηγαίνεις σε ένα μάθημα χορού και μετά να νιώθεις πολύ πιο ανάλαφρος, να αισθάνεσαι ευεξία, απόλυτη σύνδεση με τον εαυτό σου, τα θέματά σου, καταλαβαίνεις τους γύρω σου διαφορετικά... Ισχύει αυτό, αυτό ήταν το έναυσμα για μένα επειδή ένιωθα όλα αυτά τα πράγματα από το χορό ήθελα να ανακαλύψω και άλλα πράγματα..

E : Οι χορευτές βοηθούνται με τη χοροθεραπεία;

X: Θεωρώ ότι είναι ενδεδειγμένη μέθοδος αλλά είναι πιο δύσκολοι σαν ασθενείς γιατί επειδή ακριβώς έχουνε την εμπειρία με το σώμα τους και την εμπειρία να ... Βέβαια δεν έχω δουλέψει με χορευτές αλλά έχω μιλήσει με άλλους χοροθεραπευτές και είναι οι πιο δύσκολοι ασθενείς γιατί έχουνε μάθει να μεταχειρίζονται τη γλώσσα του σώματος ...

E: Μίλησέ μου για άλλους τύπους ασθενώς που να δυσκολεύονται να αποκαταστήσουν μέσω της χοροθεραπείας την ψυχική τους υγεία.

X: Εεεε δούλεψα με βαριές ψυχώσεις, βαρύ αυτισμό, συνάντησα βίαιη συμπεριφορά ήτανε άτομα που ήτανε... έγκλειστα δηλαδή ήτανε σε ίδρυμα που σημαίνει ότι για να είναι εκεί ούτε οι ίδιοι τους οι γονείς δε μπορούσαν να τους διαχειριστούν οπότε μιλάμε για τις πιο βαριές περιπτώσεις. Και εκεί όχι ότι βοηθάει η χοροθεραπεία αλλά παίρνει μια άλλη μορφή ...Πιστεύω ότι βοηθάει

περισσότερο από οτιδήποτε άλλο γιατί δε μπορείς να κάνεις διαφορετική θεραπεία επειδή δεν υπάρχει λόγος.. το άτομο δε μιλάει. Το μόνο που ήταν έκδηλο ήταν η κίνησή του αλλά δεν είναι η κίνηση το ότι χορεύει, κουνιέται και εκφράζεται ελεύθερα μέσω της κίνησης ... Μπορεί να ήταν η πιο απλή κίνηση –να ανοίγει και να κλείνει το χέρι και από κει και πέρα να μπούμε σε μια σύνδεση να μπω κι εγώ σ’ αυτή τη μνήμη και να μπορέσω να αποδώσω κάτι άλλο, να τον αγγίξω... δηλαδή να μιλήσουμε μέσω της κίνησης του σώματος –αυτό κάνει η χοροθεραπεία.

E: Η κίνηση, η ερμηνεία της κίνησης;

X: Ναι. Ή το να έρθουν αυτοί οι ασθενείς να κάτσουν σε ένα κύκλο, μπορεί να μην κάνουν τίποτα άλλο. Αλλά το γεγονός ότι ξεκινούσαν χωρίς να μπαίνουν στον κύκλο και σιγά σιγά... Δηλαδή ήταν μια τεράστια αλλαγή για κάποιους... τελικά όταν καταφέρεις αυτό το λίγο, το μικρό η ανταμοιβή είναι μεγάλη. Γιατί υπάρχουνε στιγμές που μπορεί να μην παρατηρείς καμία απολύτως εξέλιξη.

E: Από τι αποτελείται μια συνεδρία;

X: Μια τυπική συνεδρία ξεκινάει με ένα μοίρασμα σε μια ομάδα, μετά συνεχίζουμε με κάποιο ζέσταμα κάποια προετοιμασία για τη συνεδρία και περνάμε σε ένα κυρίως θέμα που σε κάποια είδη χοροθεραπείας είναι από τη αρχή προκαθορισμένο , σε κάποια άλλα είδη εξαρτάται από αυτό που θα φέρει η ομάδα το υλικό που θα φέρει η ομάδα στο μοίρασμα ή στο ζέσταμα αυτά που πρέπει να παρατηρεί , να βλέπει τι συμβαίνει, αν υπάρχει κανένα θέμα ... και σιγά σιγά μετά περνάς στο κλείσιμο και την αποθεραπεία και πάλι μετά επιστρέφουμε στον κύκλο αν κάποιος κάτι θέλει να μοιραστεί να δώσουμε πάλι το λόγο

E: Τι ηλικιακό γκρουπ έχουν οι ασθενείς;

X: Μπορεί να κάνεις χοροθεραπεία από πολύ μικρά παιδιά –πολλά παιδιά που πάσχουν από αυτισμό- πάνε από πολύ μικρές ηλικίες και δουλεύουνε μαζί με γονείς λόγω χάρη... Είναι πολλές οι ηλικίες.

E: Πώς έρχονται οι ασθενείς σε εσάς; Μόνοι τους ή τους παραπέμπει κάποιος;

X: Ιδανικά ναι θα ‘πρεπε να τους παραπέμπουν. Αλλά δεν είναι ακόμα πολύ συνηθισμένο. Κάποιοι ψάχνουνε και βρίσκουνε σε κάποιους χώρους υπάρχει η χοροθεραπεία ως υποχρεωτικό πρόγραμμα ..

E: Ένας χοροθεραπευτής πού μπορεί να απασχοληθεί στην Ελλάδα;

X: Θεωρητικά σε ψυχιατρικές κλινικές , μπορείς να απασχοληθείς ιδιωτικά να έχεις το δικό σου γραφείο...

E: Είναι αναγνωρισμένο το επάγγελμα στον ελληνικό χώρο;

X: Δεν είναι αναγνωρισμένο γενικά δηλαδή υπάρχουνε δύο χώρες της Ευρώπης που έχουνε αναγνωρίσει το επάγγελμα του χοροθεραπευτή ... Παρόλα αυτά γίνονται προσπάθειες επειδή υπάρχει και αυτή η προσέγγιση από τους ψυχοθεραπευτές.. Εντάξει θέλει αγώνα... και μπορεί να μη γίνει και ποτέ.

E: Τι θα μπορούσε να γίνει προς αυτή την κατεύθυνση;

X: Εεεεμ... αυτό που θα βοηθήσει θα 'τανε να μπει σε ένα πρόγραμμα πανεπιστημιακό , δηλαδή να μπει κάτω από την ομπρέλα ενός δημόσιου πανεπιστημίου αλλά ακόμα δεν γίνεται... Είναι και το θέμα του εθελοντισμού που θέλει λίγη προσοχή γιατί όλοι θέλουνε να πάρουμε εμπειρία και να προσφέρουμε στον κλάδο αλλά.. θέλει προσοχή γιατί μετά μπαίνουνε στη διαδικασία και δε σε πληρώνουν..

E: Θα άνοιγες ένα δικό σου γραφείο;

X: Γραφείο όχι γιατί δεν έχω άδεια ασκήσεως επαγγέλματος. Ένας ψυχολόγος με άδεια ασκήσεως επαγγέλματος ψυχολόγου λόγου χάρη θα μπορούσε να ανοίξει ένα γραφείο και να πει ότι εγώ ασκώ... αυτή τη μορφή θεραπείας... κάπως πρέπει να το πεις για να είσαι καλυμμένος νομικά.

E: Πιστεύω ότι θα υπάρξει θετική εξέλιξη στον κλάδο της χοροθεραπείας καθώς υπάρχει πολύ ενδιαφέρον από την επιστημονική κοινότητα πλέον για εναλλακτικές μορφές θεραπείας κι ένα μεγάλο πεδίο έρευνας ανοιχτό. Χάρηκα πολύ για τη συζήτησή μας!

X: Κι εγώ!

Συνέντευξη 7^η :

X7: Ψυχοθεραπευτής –Χοροθεραπευτής

Αθήνα 11/4/2017

Αυτή η συνέντευξη ήταν μη – δομημένη και είχε καθαρά το χαρακτήρα μιας φιλικής συνομιλίας. Στη συζήτηση με τον X7 δεν υπήρξε μαγνητοφώνηση λόγω μη επιθυμίας του ερωτώμενου αλλά καταγραφή των κύριων σημείων της συζήτησης υπό μορφής σημειώσεων.

-Η χοροθεραπεία ξεκίνησε περίπου τη δεκαετία του 1960 στην Αγγλία. Σημαντική προϋπόθεση για τις σπουδές στο αντικείμενο είναι να κατέχει κανείς αποδεδειγμένα κάποιες γνώσεις κίνησης του ανθρώπινου σώματος (γυμναστική , χορό κλπ)

- Άτομα ανεξαρτήτου ηλικίας και φύλου μπορεί να προτιμήσουν τη χοροθεραπεία καθώς είναι μια μέθοδος διαφορετική από τα συνηθισμένα. Δεν υπάρχει θέμα προκατάληψης ή προσπάθειας απόκρυψης της θεραπείας από τους ασθενείς πίσω από τη μάσκα της τέχνης

- Η χοροθεραπεία εφαρμόζεται τόσο σε ατομικό όσο και σε ομαδικό ή οικογενειακό επίπεδο. Είναι μια ψυχοθεραπεία πέραν του λόγου και ενδείκνυται ιδιαίτερα για άτομα τα οποία δυσκολεύονται να εκφραστούν λεκτικά και πρέπει να χρησιμοποιήσουν άλλους τρόπους(πχ αυτιστικό άτομο)
- Η συνεδρία γίνεται σε δύο μέρη –το κινητικό (αυτοσχεδιαστικός χορός) καθώς και το λεκτικό όπου δίνονται οι ερμηνείες.
- Η τέχνη για τον ενήλικα είναι ότι το παιχνίδι για το παιδί . Ένα μέσο έκφρασης και δημιουργίας. Θα μπορούσε κανείς να πεί ότι είναι η εξέλιξη του παιχνιδιού
- Η τέχνη ωφελεί όχι μόνο τον καλλιτέχνη ή τον εκτελεστή αλλά και το θεατή μέσω της κάθαρσης. Αποθιμένα βιώματα ανακουφίζονται μέσω της τέχνης
- Ένα άτομο με έμφυτο καλλιτεχνικό ταλέντο μέσω της ψυχοθεραπείας μπορεί να δημιουργήσει πολλές φορές ακόμη καλύτερα. Παράδειγμα : Woody Allen
- Στη δημιουργία έργου τέχνης υπάρχει η δυνατότητα έκφρασης βαθύτερων βιωμάτων , προσωπικής εκτόνωσης ενορμήσεων χωρίς να υπάρχει κοινωνική κατάκριση (πχ Η σιωπή των αμνών)
- Ο χορός και η κίνηση είναι το μέσο έκφρασης του ασυνειδήτου του ανθρώπου
- Η χοροθεραπεία στην Ελλάδα δεν έχει τη σοβαρότητα που της χρήζει. Τα επαγγελματικά δικαιώματα δεν αναγνωρίζονται (οι χοροθεραπευτές δε μπορούν να εργαστούν επαγγελματικά σε νοσοκομειακές δομές σε αντίθεση με το εξωτερικό) ενώ ταυτόχρονα υπάρχουν αρκετοί «επαγγελματίες» χωρίς επαρκείς γνώσεις που ασκούν ιδιωτικά το επάγγελμα με κίνδυνο να προξενήσουν ζημιά στον ασθενή τους.

Συνέντευξη 8^η : κ.Βασίλης Δημόπουλος, Ψυχίατρος

Αθήνα

Η συζήτηση πραγματοποιήθηκε με αφορμή την παρουσίαση του βιβλίου του «οι ψυχικές άμυνες και τα παράδοξά τους» στις εκδόσεις ΑΡΜΟΣ όπου και ζήτησα από τον ίδιο μια προσωπική συνάντηση για να του κάνω επιπλέον ερωτήσεις. Σκοπός μου ήταν να εντάξω κάποια τμήματα που παρουσίαζαν ενδιαφέρον στο θεωρητικό τμήμα της παρούσας εργασίας. Η συνάντηση έγινε στο ιατρείο του κ. Δημόπουλου.

Ε. Καλησπέρα κ. Βασίλη και ευχαριστώ που δε δεχτήκατε σήμερα στο γραφείο σας ! Θα ήθελα να σας κάνω κάποιες ερωτήσεις σχετικές και με την παρουσίαση του βιβλίου σας «Οι ψυχικές Άμυνες και τα παράδοξά τους» οι οποίες έχουν άμεση σχέση με τη διπλωματική μου εργασία την οποία εκπονώ αυτή την περίοδο.

Β. Καλησπέρα Ευαγγελία! Πολύ ευχαρίστως να απαντήσω στις ερωτήσεις σου

Ε. Να ξεκινήσω με ένα θέμα που αναφέρατε και στην παρουσίαση του βιβλίου σας. Η διαδικασία της «μετουσίωσης» ως ψυχικής άμυνας αφορά όπως είχατε πει την «αποσεξουαλικοποίηση» της λιβιδινικής ενέργειας?

Β. Πολύ σωστά θυμάσαι σχετικά με την «αποσεξουαλικοποίηση» . Η μετουσίωση λοιπόν είναι μια διαδικασία η οποία αποσεξουαλικοποιεί με την έννοια ότι μετασχηματίζει την ανεπιθύμητη σεξουαλική μορφή. Αλλάζει δηλαδή το σκοπό της , επομένως από το απαγορευμένο ερωτικό αντικείμενο η ενέργεια επενδύεται στο έργο τέχνης. Επιπλέον η μετουσίωση συνυπάρχει την απώθηση. Είναι η λιβιδινική ενέργεια η οποία δεν έχει απωθηθεί αυτή η οποία μετουσιώνεται!

Ε. Η μετουσίωση αφορά μόνον το μετασχηματισμό της λιβιδινικής ενέργειας? Η και το μετασχηματισμό και την «αποφόρτιση» των επιθετικών ενορμήσεων?

Β. Η μετουσίωση αφορά το μετασχηματισμό και της επιθετικής ενόρμησης. Προσοχή σε αυτό το σημείο καθώς σε αντίθεση με τη μετάθεση δεν είναι το αντικείμενο αυτό που αλλάζει αλλά η διαδικασία .Η μετουσίωση είναι η μόνη ψυχική άμυνα στην οποία δεν έχουμε αντιεπένδυση. Επίσης το έργο τέχνης είναι κάτι που παραμένει στο χρόνο και αυτό είναι που αποκαλώ «εξαύλωση» . Ο καλλιτέχνης εξαυλώνεται μέσω του έργου του .

Ε. Ο Freud αναφέρει στη βιβλιογραφία του (ιδιαίτερα στα πέντε δοκίμια περί τέχνης) το γεγονός ότι δε μπορούν να κάνουν όλοι μετουσίωση (υπό την καλλιτεχνική της έννοια) αν δεν είναι προικισμένοι από τη φύση τους με φυσικό ταλέντο –καλλιτεχνική φύση. Αυτό σημαίνει ότι οι υπόλοιποι μένουν εκτός της μετουσιωτικής διαδικασίας?

Β. Με τη στενή καλλιτεχνική έννοια του όρου της μετουσίωσης φυσικά και απαιτείτε μια ψυχική προδιάθεση αν θέλουμε να πούμε ότι το δημιούργημα που προέκυψε είναι πραγματικά έργο τέχνης. Ο καλλιτέχνης με τη φυσική κλίση που διαθέτει και η οποία ενυπάρχει σε αυτόν ανεξάρτητα από τη διαδικασία της μετουσίωσης (η οποία εξαρτάται από άλλους παράγοντες αν και τότε θα συμβεί) , μπορεί να ανακουφιστεί συναισθηματικά από τα ψυχικές πιέσεις των ανεπιθύμητων ορμών

μετουσιώνοντάς τες μέσω της καλλιτεχνικής δημιουργίας διοχετεύοντας/χρησιμοποιώντας το ταλέντο που ούτως η άλλως διαθέτει. Στην περίπτωση αυτή το δημιούργημα είναι ένα αυθεντικό έργο τέχνης. Αυτοί λοιπόν που δε διαθέτουν αυτή τη φυσική κλίση μπορούν να κάνουν τέχνη αλλά το αποτέλεσμα δε θα είναι ένα έργο τέχνης. Η μετουσίωση όμως δεν έχει μόνο καλλιτεχνική έννοια. Μετουσίωση μπορεί να ενέχει η πνευματική αναζήτηση, η επιστημονική ενασχόληση και παραγωγή επιστημονικού έργου..

Ε. Ο καθένας δηλαδή «μετουσιώνει» αναλόγως τη φυσική του προδιάθεση!

Β. Ναι . Η μετουσίωση συμβαίνει συνεχώς στην καθημερινότητα . Μετουσίωση μπορεί να συμβαίνει ακόμη και μέσω μιας συζήτησης. Για παράδειγμα κάποιος που ποθεί ένα πρόσωπο ερωτικά αλλά δε μπορεί να το έχει με την στενή έννοια του ερωτικού αντικειμένου αρέσκεται και απολαμβάνει μαζί του μια (υψηλή) συζήτηση αντί να προβεί σε απευθείας ερωτικές εκδηλώσεις προς αυτό. Η μετουσίωση συνιστά μια απομάκρυνση από το ίδιο μου το σώμα.

Ε. Είπαμε πριν ότι τα άτομα με φυσικό ταλέντο μπορούν να μετουσιώσουν δημιουργώντας ένα αυθεντικό έργο τέχνης. Ποια η διαφορά μεταξύ του να κάνει τέχνη ένας αυθεντικός –ταλαντούχος- καλλιτέχνης και κάποιος χωρίς φυσική προδιάθεση όσον αφορά τη διαδικασία της αποφόρτισης – ανακούφισης από τις πιέσεις στην οποία οδηγεί η μετουσίωση?

Β.Ο μεν καλλιτέχνης διαθέτοντας την προδιάθεση κάνει τέχνη με ευχαρίστηση – ηδονή ενώ ο δεύτερος την κάνει αγχωτικά. Και στις δυο περιπτώσεις η επίδραση της τέχνης είναι ευεργετική με διαφορετικό όμως τρόπο στον καθένα.

Ε. Είχατε περιπτώσεις ατόμων που ωφελήθηκαν πολύ κάνοντας τέχνη? Είτε στη μια είτε στην άλλη περίπτωση?

Β. Ναι , μάλιστα τον πίνακα που βλέπεις πάνω από το κεφάλι σου μου τον έφτιαξε και μου τον έδωσε μια ασθενής μου . Κάποιοι άλλοι γράφουν ποίηση

Ε. Είχε ειπωθεί και στην παρουσίαση σας ότι η τέχνη καθεαυτή είναι μια δράση πνευματικά ανώτερη που υφίσταται πέρα από τη μετουσίωση . Υπάρχει περίπτωση κάποιος να κάνει τέχνη μόνο εξ' αιτίας του μηχανισμού της μετουσίωσης?

Β. Μπορεί να κάνει τέχνη με την έννοια της έμπνευσης με αφορμή ή έχοντας ως ώθηση ένα πειστικό γεγονός. Για παράδειγμα ένας ζωγράφος μετά το χωρισμό του με την κοπέλα του κατέστρεψε το πορτραίτο της.

Ε. Υπάρχουν περιπτώσεις ατόμων οι οποίοι μετά από ψυχανάλυση «μπλόκαραν»? Είχα διαβάσει μια σχετική περίπτωση με κάποιο μεγάλο μαθηματικό .

Β. Μπορεί να ισχύσει με την έννοια ότι μετά την ψυχανάλυση το άτομο να επενδύσει σε κάτι άλλο

Ε. Ο σουρεαλισμός ως καλλιτεχνική τεχνοτροπία μπορεί να πει κανείς ότι μπορεί να συγκριθεί με την ψυχανάλυση? Στην περίπτωση του σουρεαλισμού οι καλλιτέχνες μέσω του αυτοματισμού (μιας κατάστασης «έκστασης») δημιουργούσαν αυθόρμητη τέχνη ανάλογα που τους υπαγόρευε το υποσυνείδητό τους χωρίς ντροπή, αναστολές ή άλλου είδους εμπόδια

Β. Οι σουρεαλιστές δημιουργούσαν μέσω του αυτοματισμού μια «βουτιά στο ασυνείδητο» χωρίς να περάσουν καθόλου από το υποσυνείδητο. Αυτό είναι σχεδόν αδύνατο να επιτευχθεί σε άτομα υγιή ή έστω νευρωτικά. Προυποτίθεται κάποιες φορές μιας μορφής ψύχωση για αυτή την απότομη μη βαθμιαία μετάβαση στο χώρο του ασυνειδήτου.

Ε. Μπορεί να παραλληλιστεί ο ελεύθερος συνειρμός στην ψυχανάλυση με τη διαδικασία του αυτοματισμού στο σουρεαλισμό?

Β. Ο αυτοματισμός ταυτίζεται με το παραλήρημα (ψύχωση) καθότι σε αυτό δεν υπάρχει λογικός ειρμός των σκέψεων. Στον ελεύθερο συνειρμό (πχ του νευρωτικού) κατά την ψυχανάλυση οι σκόρπιες φαινομενικά σκέψεις τοποθετούνται σε μια σειρά , έχουν κάποιον ειρμό κάτι που εκλείπει στο παραλήρημα.

Ε. Ο σουρεαλιστής ζωγράφος Σ.Νταλί είχε αποκαλύψει ότι αιτία για κάποιους από τους πίνακες του που απεικόνιζαν μυρμήγκια ήταν η συνειδητοποίηση του γεγονότος του θανάτου με αφορμή ένα νεκρό πουλί καλυμμένο με μυρμήγκια που είδε κάποτε στο δρόμο. Πως μέσω της τέχνης ο άνθρωπος /καλλιτέχνης συμφιλιώνεται με τη ζοφερή πραγματικότητα?

Β. Η ενόρμηση του θανάτου συνυπάρχει με την ενόρμηση της ζωής. Η τέχνη (που παράγεται από τη μετουσίωση της ενόρμησης του θανάτου?) όντως συμβάλλει στη διαχείριση της σκληρής πραγματικότητας συμφιλιώνοντας τον καλλιτέχνη με την πραγματικότητα υπό την έννοια της συμφιλίωσης δίχως διάψευση ή απώθηση. Ο καλλιτέχνης είναι απόλυτος γνώστης της πραγματικότητας και συμφιλιωμένος μαζί της.

Ε. Κε Βασίλη ευχαριστώ πολύ για το χρόνο που αφιερώσατε για τη σημερινή μας συνάντηση. Έχετε να μου προτείνετε κάτι σχετικό σε βιβλιογραφία?

Β. Ένα πολύ καλό βιβλίο που μπορείς να διαβάσεις είναι η «Ψυχαναλυτική ερμηνεία της τέχνης» του Δρακουλίδη.