

ΠΑΝΤΕΙΟΝ ΠΑΝΕΠΙΣΤΗΜΙΟ ΚΟΙΝΩΝΙΚΩΝ ΚΑΙ ΠΟΛΙΤΙΚΩΝ ΕΠΙΣΤΗΜΩΝ

---

PANTEION UNIVERSITY OF SOCIAL AND POLITICAL SCIENCES



ΣΧΟΛΗ ΔΙΕΘΝΩΝ ΣΠΟΥΔΩΝ, ΕΠΙΚΟΙΝΩΝΙΑΣ & ΠΟΛΙΤΙΣΜΟΥ

ΤΜΗΜΑ ΕΠΙΚΟΙΝΩΝΙΑΣ, ΜΕΣΩΝ & ΠΟΛΙΤΙΣΜΟΥ

ΠΡΟΓΡΑΜΜΑ ΜΕΤΑΠΤΥΧΙΑΚΩΝ ΣΠΟΥΔΩΝ

«ΕΠΙΚΟΙΝΩΝΙΑ, ΜΕΣΑ ΚΑΙ ΠΟΛΙΤΙΣΤΙΚΗ ΔΙΑΧΕΙΡΙΣΗ»

ΚΑΤΕΥΘΥΝΣΗ: ΠΟΛΙΤΙΣΤΙΚΗ ΔΙΑΧΕΙΡΙΣΗ

Η ΤΕΧΝΗ ΩΣ ΘΕΡΑΠΕΙΑ

Το παράδειγμα της δραματοθεραπείας

στη Μονάδα Απεξάρτησης 18 Άνω

ΔΙΠΛΩΜΑΤΙΚΗ ΕΡΓΑΣΙΑ

Παναγιώτα Αποστολάκη

Αθήνα, 2018

Τριμελής Επιτροπή

Γιάννης Σκαρπέλος, Αναπληρωτής Καθηγητής Παντείου Πανεπιστημίου (Επιβλέπων)

Άννα Λυδάκη, Καθηγήτρια Παντείου Πανεπιστημίου

Έφη Φουντουλάκη, Επίκουρη Καθηγήτρια Παντείου Πανεπιστημίου



Copyright © Παναγιώτα Αποστολάκη, 2018

All rights reserved. Με επιφύλαξη παντός δικαιώματος.

Απαγορεύεται η αντιγραφή, αποθήκευση και διανομή της παρούσας διπλωματικής εργασίας εξ ολοκλήρου ή τμήματος αυτής, για εμπορικό σκοπό. Επιτρέπεται η ανατύπωση, αποθήκευση και διανομή για σκοπό μη κερδοσκοπικό, εκπαιδευτικής ή ερευνητικής φύσης, υπό την προϋπόθεση να αναφέρεται η πηγή προέλευσης και να διατηρείται το παρόν μήνυμα. Ερωτήματα που αφορούν τη χρήση της διπλωματικής εργασίας για κερδοσκοπικό σκοπό πρέπει να απευθύνονται προς τον συγγραφέα.

Η έγκριση της διπλωματικής εργασίας από το Πάντειον Πανεπιστήμιο Κοινωνικών και Πολιτικών Επιστημών δεν δηλώνει αποδοχή των γνώμων του συγγραφέα.

## **Ευχαριστίες**

Ευχαριστώ θερμά τον Παναγιώτη Ζαγανιάρη, την Κατερίνα Μάτσα, την Ερμιόνη Μπερτάνη, τον Κώστα Ριζόπουλο, το Δημήτρη Υφαντή, το Μίμη Ριζόπουλο και όλους τους θεραπευόμενους και του εργαζόμενους της Μονάδας 18 Άνω για την πολύτιμη βοήθειά τους.

## Περιεχόμενα

Φωτογραφίες .....	7
Περίληψη.....	8
Abstract .....	9
1. Εισαγωγή .....	10
2. Η τέχνη ως θεραπεία .....	14
α) Εικαστική θεραπεία.....	16
β) Μουσικοθεραπεία .....	18
γ) Χοροθεραπεία.....	19
δ) Δραματοθεραπεία.....	20
I. Ιστορία κι εξέλιξη.....	20
II. Στόχοι .....	23
III. Χώρος.....	24
IV. Έργα δραματοθεραπείας.....	25
V. Τρόποι εφαρμογής.....	27
VI. Απόσταση .....	28
VII. Το αίσθημα της ασφάλειας.....	29
VIII. Τρόποι ερμηνείας .....	30
IX. Ψυχόδραμα .....	32
X. Sue Jennings .....	33
3. Μεθοδολογία .....	35
4. Μονάδα απεξάρτησης 18 Άνω .....	40
I. Ιστορικό.....	40
II. Θεραπευτικό πλαίσιο.....	40
III. Θεραπευτικά μέσα.....	41
IV. Πρόγραμμα θεραπείας.....	42
V. Ομάδες τέχνης στη Μονάδα 18 Άνω.....	43
Κώστας Ριζόπουλος – Ομάδα πηλού.....	43
VI. Ομάδα δραματοθεραπείας στη Μονάδα 18 Άνω.....	46
Παναγιώτης Ζαγανιάρης – Δραματοθεραπευτής, Θεραπευτής ομάδας δραματοθεραπείας & Ελένη Αγγελίδη – Ψυχολόγος , Συντονίστρια ομάδας δραματοθεραπείας .....	46
Γ. & Η. – Μέλη ομάδας δραματοθεραπείας.....	48
VII. Δεδομένα & αποτελέσματα Μονάδας 18 Άνω.....	50

Δημήτρης Υφαντής – Τμήμα Έρευνας και Εκπαίδευσης.....	50
VIII. Η Τέχνη – Θεραπεία.....	50
Κατερίνα Μάτσα – Ομάδες τέχνης.....	50
5. Συμπεράσματα.....	53
6. Επίλογος.....	55
Πηγές – Βιβλιογραφία.....	58
Πηγές.....	58
Α' Ιστοσελίδες/ηλεκτρονικές παραπομπές.....	58
Β' Διαλέξεις/Σεμινάρια.....	58
Βιβλιογραφία.....	59
Ξενόγλωσση.....	59

## Φωτογραφίες

Εικόνα 1 Αφίσα της παράστασης "T.I.N.A." της ομάδας δραματοθεραπείας(2016)..	56
Εικόνα 2 Στιγμιότυπο από την παράσταση "Ευμενίδες" (2007) της ομάδας δραματοθεραπείας (Πηγή: Αρχείο 18 Άνω) .....	56
Εικόνα 3 Από την έκθεση της ομάδας φωτογραφίας του 18 Άνω στο Ε.Μ.Σ.Τ. (2017) .....	56
Εικόνα 4 Η Sue Jennings σε τμήμα δραματοθεραπείας. Οι μάσκες και τα κοστούμια έχουν κατασκευαστεί από την ομάδα .....	57
Εικόνα 5 Η Sue Jennings σε τμήμα δραματοθεραπείας .....	57

## Περίληψη

Η χρήση της τέχνης ως μέσο θεραπείας ξεκινά από την αρχή του ανθρώπινου πολιτισμού. Συστηματοποιείται τον 19<sup>ο</sup> αιώνα και εξαπλώνεται τον 20<sup>ο</sup>. Τις δεκαετίες του 1960 και του 1970 σημειώνεται η ευρεία διάδοση της δραματοθεραπείας, η οποία έως σήμερα συνεχίζει να εξελίσσεται και να εδραιώνει τη θεωρία και τη δομή της.

Η μελέτη αυτή ξεκινά από μία ιστορική επισκόπηση της εικαστικής, μουσικής και χορευτικής τέχνης ως μέσο θεραπείας, για να περάσει στη δραματοθεραπεία. Αναλύεται το ξεκίνημα και οι επιρροές της, οι αρχές και οι στόχοι της, για να καταλήξουμε στους σύγχρονους τρόπους και στα νέα μέσα εφαρμογής. Γνωρίζουμε τη θεωρία και το έργο της διάσημης Βρετανίδας δραματοθεραπεύτριας Sue Jennings, μέσα από τα γραπτά της, αλλά και από μία σύντομη συνέντευξη.

Αφού έχει παρουσιαστεί η εικόνα της δραματοθεραπείας όπως έχει εξελιχθεί κι εφαρμόζεται σήμερα, τίθεται το ερώτημα εάν η δραματοθεραπεία έχει ουσιαστική και απαραίτητη θέση στο χώρο της ψυχοθεραπείας. Εξετάζεται μέσα από το παράδειγμα της δραματοθεραπευτικής ομάδας στη Μονάδα Απεξάρτησης 18 Άνω. Με συνεντεύξεις θεραπευτών, εργαζομένων και θεραπευόμενων, με πληροφορίες και δεδομένα που αντλούμε από το αρχείο της Μονάδας, με προσωπική παρατήρηση και μελέτη του ιστορικού της καταλήγουμε σε ορισμένα συμπεράσματα. Στην πορεία της έρευνας ωστόσο, προκύπτουν νέοι προβληματισμοί, όπως το αν η δραματοθεραπεία είναι μία αυτόνομη θεραπεία, αν τα αποτελέσματά της μπορούν να θεωρηθούν έργα τέχνης και γιατί ειδικά στις μέρες μας γνωρίζει τέτοια άνθηση.

Η μελέτη αυτή φιλοδοξεί να φωτίσει το ζήτημα της σημασίας της δραματοθεραπείας στη σύγχρονη κοινωνία και να αναδείξει το σχετικό έργο της Μονάδας Απεξάρτησης 18 Άνω. Φιλοδοξεί ακόμη να εμπλουτίσει το πεδίο με νέους προβληματισμούς οι οποίοι θα αποτελέσουν κίνητρο για περαιτέρω μελέτη.

**Λέξεις- κλειδιά:** δραματοθεραπεία, εικαστική θεραπεία, Μονάδα Απεξάρτησης 18 Άνω, Κατερίνα Μάτσα, Sue Jennings



## Abstract

The use of art as a means of therapy begins almost from the beginning of human civilization. It becomes systemic in the 19th century and spreads in the 20th. In the 1960s and 1970s dramatherapy grows widely, and continues until nowadays to evolve and consolidate its theory and structure.

After a brief historical review and overview of the art, music and dance as a means of therapy, we come up to therapy through drama. We analyze its beginning and influences, its principles and goals, to get to the contemporary ways and means of implementation. Later on, we get to know the theory and work of the famous British dramatherapist Sue Jennings, through her writings, but also by a brief interview.

After having completed a full overview of dramatherapy, through its development and today's application, we ask the question whether dramatherapy has a substantial and necessary place in the field of psychotherapy. We examine it through the example of the dramatherapy group of Over 18 Rehabilitation Unit. We come to certain conclusions using therapists' and employees' interviews, information and data from the Unit's archive, personal observation and study of its history. In the course of the research, however, new concerns begin to arise, such as whether dramatherapy can stand alone as an autonomous treatment, whether its effects can be considered works of art, and why does it grow so widely in our days.

This study aims to illuminate the issue of the importance of dramatherapy in modern society and to highlight the work of Over 18 Rehabilitation Unit. It also aims to enrich the field with new questions which will provide an incentive for further study.

**Keywords:** dramatherapy, art therapy, over 18 rehabilitation unit - 18 ano, Katerina Matsa, Sue Jennings

## 1. Εισαγωγή

*«Η τέχνη ξεσκονίζει από την ψυχή μας τη σκόνη της καθημερινότητας»*

Πάμπλο Πικάσο (Sarmiento, 2006: 46)

Η ιδέα για την εργασία γεννήθηκε λίγο πριν από την εισαγωγή μου στο μεταπτυχιακό της Πολιτιστικής Διαχείρισης, με αφορμή την παράσταση «*T.I.N.A.*» (2016) από τη θεατρική ομάδα της Μονάδας 18 Άνω. Η παράσταση αυτή παρουσίαζε πολύ μεγάλο ενδιαφέρον ως καλλιτεχνικό επίτευγμα, ως αποτέλεσμα της θεραπευτικής ομάδας, αλλά και ως μέρος μίας συνολικής πολιτικής και κοινωνικής στάσης. Το ίδιο διάστημα, παρατηρήθηκε μία γενική εξέλιξη της δραματοθεραπείας στον ελληνικό χώρο – είτε σε τμήματα δραματοθεραπείας στοχευμένων ομάδων, είτε σε πολυάριθμες και διαφορετικών ειδών παραστάσεις που ανέβηκαν ως αποτέλεσμα αυτής της διαδικασίας. Οι δύο αυτές παρατηρήσεις οδήγησαν στην κατεύθυνση του θέματος: η τέχνη ως μέσο θεραπείας.

Η μελέτη ξεκίνησε από το πεδίο της ιστορίας της τέχνης, καθώς και από τη χρήση αυτής στο πεδίο της ψυχοθεραπείας. Τα αρχικά ευρήματα οδήγησαν στη συνειδητοποίηση του εύρους πληροφοριών και στην επιλογή εστίασης του αντικειμένου μελέτης μου στη μέθοδο της δραματοθεραπείας. Η επιλογή της δραματοθεραπείας ήταν σχεδόν αυτονόητη εξαιτίας των Θεατρικών Σπουδών που έχουν προηγηθεί, αλλά και της πολύπλευρης διάδοσής της που σημειώνεται στις μέρες μας.

Όταν πια έφτασε η στιγμή να επιλεγθεί το θέμα της εργασίας και να εδραιωθεί με ένα συγκεκριμένο παράδειγμα, η Μονάδα 18 Άνω φάνηκε ιδανική επιλογή. Το 18 Άνω είναι ένας καθιερωμένος οργανισμός με μεγάλη δράση, ο οποίος ωστόσο, δεν έχει λάβει μεγάλη προσοχή από τα μέσα μαζικής ενημέρωσης και από το ευρύ κοινό. Επιπλέον, διαθέτει το πολύ ενδιαφέρον χαρακτηριστικό ότι ενώ δεν έχει άμεση και προφανή σχέση με την τέχνη και τον πολιτισμό, τελικά η λειτουργία του συνδέεται σε μεγάλο βαθμό με τα παραπάνω πολιτισμικά χαρακτηριστικά.

Η θεραπεία μέσω της τέχνης είναι ένα θέμα ανεξάντλητο, καθώς αφορά έννοιες όπως η τέχνη κι ο καλλιτέχνης, οι οποίες είναι αρκετά ευρείες και δύσκολες στον

προσδιορισμό τους. Έχουν άλλωστε αναπτυχθεί κατά καιρούς πολλές θεωρίες ή επιμέρους απόψεις που υποστηρίζουν ότι η τέχνη είναι παντού και ότι όλοι είμαστε - εν δυνάμει - καλλιτέχνες. Χωρίς να πάρουμε θέση σε αυτό το θεμελιώδες, μα πολύπλοκο ζήτημα, θα προσπαθήσουμε να το προσεγγίσουμε με μία πιο συγκεκριμένη ματιά.

Εξαιτίας της έλλειψης ιατρικών γνώσεων, η προσέγγιση της έννοιας της θεραπείας γίνεται με μεγάλη προσοχή και σεβασμό. Η άποψη που πρεσβεύει το 18 Άνω είναι ότι «τα εξαρτημένα άτομα δεν είναι ασθενείς, με την ακαδημαϊκή ιατρική έννοια, και η απεξάρτηση δεν αντιμετωπίζεται ως ασθένεια, αλλά ως κοινωνικό φαινόμενο.» (Μάτσα, 2/5/2018) Υιοθετείται η παραπάνω άποψη, καθώς και η προσέγγιση του 18 Άνω, όπως δημοσιεύεται στην επίσημη ιστοσελίδα του

Η λέξη θεραπεία χρησιμοποιείται με την έννοια της ίασης της διαταραγμένης σχέσης του εξαρτημένου με το σώμα του, το χώρο, το χρόνο, τον κόσμο και τον εαυτό του μέσα σ' αυτόν. Ο ιατρικός λόγος είναι ένας από τους λόγους που ακούγονται, μαζί με το λόγο της ψυχοθεραπείας, της κοινωνιολογίας, της φιλοσοφίας, της ψυχανάλυσης, της τέχνης κ.λ.π. (Μονάδα Απεξάρτησης 18 Άνω, 2007)

Η τέχνη λειτουργεί ως θεραπεία, ως φάρμακο, ως μέσο παρηγοριάς, κοινωνικής ενσυνείδησης, αλλά και πνευματικής ανάπτυξης, τόσο για τον καλλιτέχνη (πομπό), όσο και για το θεατή (δέκτη). Αυτά και πολύ περισσότερα έχουν ειπωθεί για την τέχνη ανά τους αιώνες, και σήμερα θεωρούνται δεδομένα. Πρόσφατα<sup>1</sup> τέθηκε το ζήτημα αν η τέχνη μπορεί να αξιοποιηθεί ως εργαλείο αυτογνωσίας και θεραπείας. Μπορούμε να κάνουμε τον εξής διαχωρισμό στα άτομα που χρησιμεύει ως τέτοιο εργαλείο:

1. Ανήλικα άτομα που βρίσκονται στη φάση σωματικής και πνευματικής ανάπτυξης
2. Καλλιτέχνες με σωματικές ή ψυχολογικές δυσκολίες
3. Άτομα με σωματικές ή ψυχολογικές δυσκολίες που έχουν παρακολουθήσει έστω μία μορφή τέχνης εντεταμένως
4. Άτομα με σωματικές ή ψυχολογικές δυσκολίες

---

<sup>1</sup> Σε κάποιες περιπτώσεις πριν από μερικές δεκαετίες, σε άλλες πριν από δύο αιώνες, πιο συγκεκριμένα θα μιλήσουμε λίγο παρακάτω.

Εμάς θα μας απασχολήσει η τρίτη κατηγορία ατόμων, και ακόμη περισσότερο η τέταρτη. Θα μελετήσουμε δηλαδή πώς ο δέκτης του καλλιτεχνικού έργου μετατρέπεται στον πομπό του, ή πώς το άτομο το οποίο δεν έχει δεχθεί την εκπομπή καλλιτεχνικών μηνυμάτων, γίνεται σταδιακά δημιουργός αυτών. Και στις δύο παραπάνω συνθήκες στόχος είναι η πνευματική εξέλιξη, η προσωπική και κοινωνική ανάπτυξη, η αυτογνωσία, ακόμη και η σωματική θεραπεία.

Το ερώτημα που διατρέχει όλη τη μελέτη είναι κατά πόσον είναι χρήσιμη, λειτουργική και αποτελεσματική η δραματοθεραπεία ως μέσο θεραπείας σε ένα ψυχιατρικό χώρο, όπως το 18 Άνω.

Σκοπός της εργασίας είναι η ανάδειξη της δραματοθεραπείας ως αποτελεσματικής θεραπευτικής μεθόδου και ο προβληματισμός που τίθεται είναι κατά πόσον μπορεί να αξιοποιηθεί στο χώρο της επιστήμης, της ιατρικής και της ψυχιατρικής. Θα θέλαμε να εξετάσουμε εάν, εκτός από τη χρήση της στην εκπαίδευση, στη θεατρική αγωγή και στην αντιμετώπιση ψυχολογικών προβλημάτων (π.χ. φοβίες, άγχη κ.α.), μπορεί να συντελέσει και στην ίαση ασθενειών.

Για να επιτευχθεί ο παραπάνω σκοπός, μελετάται η εξέλιξη της δραματοθεραπείας, οι τεχνικές και τα στάδια της, προκειμένου να γίνει ολοκληρωμένη παρουσίασή της και να αποδειχθεί η σταθερή επιστημονική βάση και μεθοδολογία της. Εκείνο όμως που αποδίδει με σαφήνεια την πρακτική και την εξέλιξή της είναι η παρουσίαση της εφαρμογής της στη Μονάδα 18 Άνω. Επομένως, δεν προβάλλεται απλώς η θετική χρήση της τέχνης, γεγονός που θεωρείται μάλλον δεδομένο στη σύγχρονη κοινωνία. Εξετάζεται η ουσιαστική συμβολή της τέχνης στην επίλυση μείζονων κοινωνικών και ιατρικών προβλημάτων.

Η έρευνα αυτή χωρίζεται σε δύο μέρη, τα οποία αλληλοσυμπληρώνονται και αλληλοϋποστηρίζονται: το πρώτο μέρος είναι το *θεωρητικό* και το δεύτερο το *εμπειρικό*.

Το πρώτο μέρος βασίζεται στις πηγές και στη βιβλιογραφία που αναφέρονται. Γίνεται μια σύντομη επισκόπηση των άλλων τεχνών, οι οποίες χρησιμοποιούνται στο πλαίσιο της θεραπείας (εικαστικά, μουσική, χορός), για να περάσουμε στην ανάλυση της τέχνης του θεάτρου και την αντίστοιχη χρήση της.

Επικεντρωνόμαστε περισσότερο σε συγκεκριμένες θεωρίες γύρω από τη δραματοθεραπεία και ιδιαιτέρως της arts therapist Sue Jennings, μέσα από τα γραπτά της και από μία σύντομη συνέντευξη. Αξίζει εδώ να επισημανθεί ότι εκτός από τις πηγές και τη βιβλιογραφία που παρατίθενται, μέρος της θεωρητικής έρευνας βασίζεται στην πολύχρονη παρατήρηση στο καλλιτεχνικό, πολιτιστικό και κοινωνικό γίνεσθαι της Ελλάδας κι ευρύτερα της Ευρώπης, καθώς και τη συνεχή μελέτη δοκιμίων και καταγραφών καλλιτεχνών γύρω από την τέχνη.

Ακολουθεί η παρουσίαση της Μονάδας 18 Άνω και της δραματοθεραπείας –ως θεωρίας και ως πρακτικής-, όπως λειτουργεί εκεί. Περνάμε έτσι στο εμπειρικό, πρωτογενές και ίσως πιο ουσιαστικό κομμάτι της έρευνας, όπου μελετούμε τη διαδικασία, τους στόχους και τα αποτελέσματα της δραματοθεραπείας στο συγκεκριμένο χώρο. Εκεί προέκυψαν πολλά νέα ερωτήματα και προβληματισμοί, τα οποία, έπειτα από επεξεργασία, ενσωματώθηκαν στη μελέτη και παρουσιάζονται ως γνώση προς αξιοποίηση. Η προσέγγιση των προβληματισμών πραγματοποιείται μέσα από το συνδυασμό των γνώσεων που προσέφεραν τα μαθήματα του μεταπτυχιακού της Πολιτιστικής Διαχείρισης, των συνεντεύξεων που αναφέρονται, των εκθέσεων και παραστάσεων του 18 Άνω, της διάλεξης της Κατερίνας Μάτσα, του σεμιναρίου του 18 Άνω για την τέχνη ως θεραπεία και βεβαίως από τα δεδομένα που παρείχε το Τμήμα Έρευνας του 18 Άνω.

Η μελέτη αυτή επομένως, φιλοδοξεί να συγκεντρώσει και να αναδείξει πτυχές της σύγχρονης και πολύπλοκης μεθόδου της δραματοθεραπείας. Μετά από αυτή τη διαδρομή μελέτης, συναντήσεων και παρατήρησης καταλήγουμε σε λιγοστά συμπεράσματα και κυρίως σε νέους προβληματισμούς. Ως μία έρευνα κοινωνικού ενδιαφέροντος, δεν έχει σκοπό να δώσει μονοδιάστατες απαντήσεις, αλλά να φωτίσει πλευρές του θέματος που δεν έχουν προβληθεί επαρκώς έως σήμερα αφού η δραματοθεραπεία είναι μια μέθοδος που έχει μεν σημειώσει σημαντική και γρήγορη ανάπτυξη τα τελευταία χρόνια, αλλά παραμένει νέα.

## 2. Η τέχνη ως θεραπεία

Πριν συνδεθεί η τέχνη με το χώρο της ιατρικής και της επιστήμης παγκοσμίως, είχε κατά περιόδους γίνει αυτή η επιμέρους σύνδεση από κάποιους καλλιτέχνες, ακαδημαϊκούς της τέχνης και καλλιτεχνικά κινήματα. Το κίνημα της Art Brut<sup>2</sup>, το οποίο γεννήθηκε στις αρχές του 20ού αι. από το ζωγράφο και γλύπτη Jean Dubuffet, βάσισε τη θεωρία του στη συσχέτιση της τέχνης με την ασθένεια – και όχι ακόμη με τη θεραπεία. Τα έργα της Art Brut δημιουργήθηκαν από αυτοδίδακτους καλλιτέχνες, κυρίως από ασθενείς ψυχιατρικών κλινικών, ανεπηρέαστους από τους κανόνες και τις τάσεις του χώρου της τέχνης. Χωρίς την ανάγκη αναγνώρισης ή έγκρισης, δημιούργησαν ένα σύμπαν για δική τους χρήση. Τα έργα τους εφαρμόζουν τρόπους μοναδικής και προσωπικής μορφής. Το 1948 ο Jean Dubuffet συνάντησε τον A. Breton, έγιναν φίλοι και δημιούργησαν την Εταιρεία Art Brut, στην οποία συμμετείχαν ακόμα ο André Malraux, ο Henri Michaux, ο Jean Paulham και ο Claude Levi – Strauss. (Μάτσα, 2014)

Ο ορισμός που δίνει ο Dubuffet για την Art Brut είναι ο εξής

«[...] τα έργα της Art Brut δημιουργούνται από ανθρώπους που δεν έχουν επηρεαστεί από την καλλιτεχνική κουλτούρα, σε αντίθεση με ό, τι συμβαίνει ανάμεσα στους διανοούμενους, έχει μικρή ή και καμία επιρροή, κι έτσι οι δημιουργοί τους αντλούν τα πάντα (θέμα, επιλογή των υλικών, μέσα εκτέλεσης, ρυθμός, τρόπος γραφής κλπ.) από το δικό τους υπόβαθρο και όχι από τα κλισέ της κλασικής ή της μοντέρνας τέχνης. Παρατηρούμε την καλλιτεχνική δημιουργία, καθαρή, ακατέργαστη, ανανεωμένη σε όλες τις φάσεις της από τον εκτελεστή της, μόνο από τις δικές του παρορμήσεις [...]» (Dubuffet, 1949)

Παράλληλα με την ανάπτυξη της Art Brut, καλλιτεχνικά κινήματα όπως η Naïve Art<sup>3</sup> κι ο ντανταϊσμός<sup>4</sup> διεύρυναν τους ορίζοντες της τέχνης και συνέβαλαν στην εξέλιξη των συνθηκών οι οποίες δέχθηκαν την τέχνη ως θεραπεία.

---

<sup>2</sup>Ο όρος Art Brut θα μπορούσε να μεταφραστεί ως «Ωμή Τέχνη» ή «Ακατέργαστη Τέχνη». Στα ελληνικά κείμενα ωστόσο, το συναντούμε συνήθως με τον αρχικό του όρο.

<sup>3</sup> Όρος αναφερόμενος στη ζωγραφική (και σε πολύ μικρότερο βαθμό στη γλυπτική), που δημιουργήθηκε σε περισσότερο ή λιγότερο ανεπτυγμένες κοινωνίες, αλλά που στερείται τη συμβατική εμπειρία στην ικανότητα απεικόνισης. [...] Οι ναϊφ καλλιτέχνες δεν είναι απαραίτητα ανεκπαιδευτοί ή ερασιτέχνες. Εκκεντρικοί καλλιτέχνες υιοθετούντο ναϊφ ύφος. [...] Αναπτύχθηκε για πρώτη φορά στη Γαλλία σε απρο΄τα χρόνια του 20ού αιώνα. (Πανεπιστήμιο της Οξφόρδης, 1998)

Συνολικά, η γέννηση της σκέψης να εισαχθεί η τέχνη στην επιστήμη σημειώθηκε στα μέσα του 19<sup>ου</sup> αιώνα, ενώ έπρεπε να φτάσουμε στις δεκαετίες του 1960 και του 1970 για να εδραιωθεί η σκέψη αυτή και να εξαπλωθεί ως εφαρμογή, ιδιαίτερα στην Αγγλία και στη Γαλλία.

Η ιδέα της αξιοποίησης της τέχνης συνολικά στην επιστήμη σημειώθηκε στα μέσα του 19<sup>ου</sup> αιώνα. Έπρεπε να φτάσουμε στις δεκαετίες του 1960 και του 1970 για να εδραιωθεί η ιδέα αυτή και να εξαπλωθεί ως εφαρμογή, ιδιαίτερα στην Αγγλία και στη Γαλλία.

Τις τελευταίες δεκαετίες λοιπόν, έχει καθιερωθεί η θεραπεία μέσω της τέχνης – είτε ως αυτόνομο θεραπευτικό μέσο, είτε, ακόμα συνηθέστερα, ως συμπληρωματικό εργαλείο μίας ολικής θεραπείας. «Προάγει τον επιστημονικό στοχασμό και την ψυχολογική σκέψη», σημειώνει σχετικά ο Νίκος Τσέργας (2014), προσφέροντας νέες διεξόδους και ανανεωμένο τρόπο σκέψης. Εκπαιδευτικοί, επαγγελματίες ψυχικής υγείας, καλλιτέχνες, καθώς κι ενδιαφερόμενοι πολίτες αξιοποιούν αυτές τις μεθόδους. «Η καλλιτεχνική έκφραση συνιστά ένα είδος προβολής της εσωτερικής εμπειρίας, ένα μετασχηματισμό του υποκειμένου σε αντικειμενική παράσταση. Πρόκειται στην ουσία για μία μορφή αντιληπτικής πρόσληψης της εσωτερικής πραγματικότητας. (Τσέργας, 2014: 121) Η τέχνη επομένως, με την ελευθερία και την αφαίρεση που τη χαρακτηρίζουν, μπορεί να φέρει στην επιφάνεια αξιοποιηθεί προσωπικά προβλήματα και οι δύσκολες εξωτερικές συνθήκες, ώστε αυτά να αντιμετωπιστούν.

Η θεραπεία μέσω της τέχνης βρήκε έδαφος αρχικά και κυρίως στα εικαστικά (ζωγραφική, σχέδιο, γλυπτική, χαρακτική κ.α.), κατόπιν στη μουσική και στο θέατρο. Λίγο αργότερα, προστέθηκε η τέχνη του χορού και της φωτογραφίας, ενώ σήμερα συνεχίζει να διευρύνεται και να προσαρμόζεται σε όλες τις σύγχρονες μορφές τέχνης.

Στην εργασία αυτή θα σταθούμε στους τέσσερις κλάδους της θεραπείας μέσω της τέχνης που είναι οι πιο διαδεδομένοι στις μέρες.

---

<sup>4</sup> Ο ντανταϊσμός (dada) αποτελεί καλλιτεχνικό κίνημα της δεκαετίας του 1920 [...] Αντιορθολογιστές, μηδενιστές και αναρχικοί, οι ντανταϊστές κτυπούσαν τον εφησυχασμό της αποκαλούμενης «κοινωνίας» και αποσκοπούσαν στο να προκαλέσουν στο κοινό το αίσθημα της ύβρεως [...], ενώ αξιοποίησαν και την έννοια της ματαιότητας. (Hartnoll P.& Found P., 2000)

## **α) Εικαστική θεραπεία**

Η εικαστική θεραπεία μπορεί να εννοηθεί ως η δυναμική σύζευξη μεταξύ της εικαστικής τέχνης και της θεραπείας. (Τσέργας, 2014:61). Ο αναλυτικός ορισμός που δίνει η Αμερικανική Εταιρία Εικαστικής Θεραπείας είναι: «Μία επαγγελματική δραστηριότητα στον τομέα των ανθρωπιστικών και κοινωνικών υπηρεσιών, η οποία εμπλουτίζει τη ζωή των ατόμων, των οικογενειών και των κοινοτήτων μέσα από τη δημιουργική διαδικασία, την εικαστική έκφραση, την εφαρμοσμένη ψυχιατρική και την ανθρώπινη εμπειρία στο πλαίσιο μίας ψυχοθεραπευτικής σχέσης» (American Art Therapy Association, 2017)

Η εικαστική θεραπεία, με το σύγχρονο όρο, άρχισε να συστηματοποιείται τον 19<sup>ο</sup> αιώνα και να διαδίδεται δειλά στις αρχές του 20<sup>ο</sup> αι. Ο Γερμανός Οι απαρχές της εικαστικής θεραπείας χάνονται στο βάθος του χρόνου. Με το σύγχρονο ωστόσο όρο, εμφανίστηκε στα τέλη του 19<sup>ου</sup> αι. και άρχισε να διαδίδεται δειλά στις αρχές του 20<sup>ου</sup> αι. ψυχίατρος και ιστορικός τέχνης Hans Prinzhorn (1886 – 1933), εργαζόμενος στο Ψυχιατρικό Τμήμα του Πανεπιστημίου της Χαϊδελβέργης, μελέτησε την έκφραση των ασθενών μέσα από το σχέδιο και αργότερα δημοσίευσε τα έργα τους μαζί με τα αποτελέσματα της μελέτης στο πρωτοποριακό δοκίμιο «*Artistry of the Mentally Ill*» (1922). Η δουλειά του πάνω στην «τέχνη των τρελών» ταρακούνησε την κοινότητα της τέχνης – εικαστικοί όπως οι Paul Klee (1879-1940) και Max Ernst (1891-1976) επηρεάστηκαν από τη θεωρία του -, καθώς ενδιαφερόταν πρωτίστως για το έργο τέχνης καθαυτό και δεν το έβλεπε ακόμη ως δυνητικό δείκτη διάγνωσης ή θεραπείας. (Malchiodi, 2003)

Τις επόμενες δυο δεκαετίες πολλοί εκπαιδευτικοί και γιατροί σε ολόκληρο το δυτικό κόσμο χρησιμοποίησαν τη μέθοδο της εικαστικής θεραπείας, και οι περισσότεροι θεώρησαν τους εαυτούς τους πρωτοπόρους. (Junge, 2010:7).

Τον όρο art therapy (εικαστική θεραπεία) εισήγαγε ο Βρετανός καλλιτέχνης Adrian Hill (1895 – 1977) το 1942, ο οποίος εξέδωσε το βιβλίο «*Art versus Illness*» (1945), όπου περιέγραφε το art therapy, τη θεωρία και τις εφαρμογές του, ενώ κατέγραψε και τις σχετικές εμπειρίες του, όταν το 1945, κατά τη διάρκεια νοσηλείας του σε σανατόριο οργάνωσε εργαστήρια ζωγραφικής, στα οποία συμμετείχε ο ίδιος



μαζί με άλλους νοσηλευόμενους κι εκεί άρχισε να παρατηρεί τη βελτίωση στην υγεία τους (Τσέργας, 2014: 61).

Το έργο αυτό συνέχισε κι εξέλιξε ο επίσης Βρετανός καλλιτέχνης Edward Adamson (1911–1996), ο οποίος ίδρυσε ένα ανοιχτό στούντιο μέσα σε ψυχιατρική κλινική στο Σάρεϋ κι εκεί ενθάρρυνε και κατεύθυνε τους ασθενείς να εκφραστούν μέσα από τη ζωγραφική. Το στούντιο του Adamson λειτούργησε από το 1946 έως το 1981. Από αυτή τη δημιουργική διαδικασία, κατάφερε να συλλέξει περίπου 6.000 έργα, τα οποία διατηρούνται έως σήμερα ενώ η πολυετής αυτή έρευνα καταγράφηκε στο βιβλίο του «*Art as Healing*» (1984). Ο Adamson τοποθετούσε τον εαυτό του κάπου ανάμεσα στον ασθενή και το ιατρικό προσωπικό. Συχνά ενθάρρυνε τους ασθενείς να παρουσιάσουν το έργο τους στους ψυχιάτρους της κλινικής και να προσπαθήσουν να το ερμηνεύσουν οι ίδιοι. Απέτρεπε την ερμηνεία των γιατρών, ενώ θεωρούσε ότι η δημιουργική αυτή διαδικασία έπρεπε να είναι απολύτως ελεύθερη για να είναι θεραπευτική.(Case, 2014:4)

Η έννοια και η εφαρμογή της εικαστικής θεραπείας έχει εξελιχθεί από το μοντέλο του Hill και του Adamson, γεγονός αναμενόμενο αν λάβει κανείς υπόψη ότι πρώτον, πρόκειται για δύο καλλιτέχνες και άρα βάσισαν τη δράση τους σε κάτι που γνώριζαν καλά: την τέχνη. Και δεύτερον, ότι το έργο τους, ως πρωτοποριακό, μπορεί να θεωρηθεί ως ένα πρώτο βήμα και όχι ολοκληρωμένη προσέγγιση της εικαστικής θεραπείας. Αξίζει, σε αυτό το σημείο, να σημειωθεί ότι η Βρετανία, εκτός από καινοτόμα στον τομέα, παραμένει πολύ δραστήρια έως τις μέρες μας.

Πριν και πέρα από όλους τους προαναφερθέντες πρωτοπόρους του art therapy, οι διάσημοι ψυχαναλυτές Sigmund Freud (1856 – 1939) και Carl Jung (1875 – 1961) ενέταξαν στο πλαίσιο της επιστήμης τους μεθόδους της εικαστικής θεραπείας, χωρίς ωστόσο να τις προσδιορίζουν ως τέτοιες. Ενθάρρυναν τους ασθενείς να εκφράζουν τα συναισθήματά τους ή να περιγράφουν τα βιώματά τους μέσα από το σχέδιο και τη ζωγραφική. Χρησιμοποιούσαν τα σχέδια αυτά για την ερμηνεία ονείρων και την ανάλυση συναισθηματικών ανησυχιών. (Τσέργας Ν., 2014: 65)

Σήμερα, η εικαστική θεραπεία έχει πλέον βρει την θέση της, η οποία ισορροπεί ανάμεσα στις καλές τέχνες και στην ψυχιατρική. Βασικό χαρακτηριστικό της είναι η απουσία του λόγου, το οποίο δικαιολογεί την ταχεία διάδοσή της και την καθιστά

άμεσα προσβάσιμη σε όλες τις κοινωνικές ομάδες. Επιπροσθέτως, το γεγονός ότι βασίζεται στο συνδυασμό της σωματικής κίνησης, της πνευματικής άσκησης και των αισθήσεων της αφής και της όρασης ενισχύει τη δυναμική και την ευρεία απεύθυνσή της.

«Η εικαστική θεραπεία διακρίνεται από την απλή χρήση της τέχνης ή την αισθητική αγωγή (art education) που χρησιμοποιούνται [...] με στόχο την προσωπική ανάπτυξη και την αποκόμιση προσωπικής ικανοποίησης», εξηγεί ο Τσέργας (2014:64). Και συνεχίζει εξηγώντας πως η αισθητική αγωγή, ως αναπτυξιακή εμπειρία, προϋποθέτει την αυθόρμητη δημιουργική έκφραση, την άσκηση και την ανάπτυξη δεξιοτήτων προκειμένου να φτάσει κανείς σε αποτελέσματα όπως η αυτογνωσία, η διευκόλυνση της ανάπτυξης, ακόμα και η θεραπεία. Από την άλλη, η εικαστική θεραπεία μέσα από την απλή χρήση της τέχνης, ως ευρύτερο πεδίο, προσφέρει μία ελκυστική διέξοδο για την αυθεντική έκφραση του ανθρώπου, έχει ευρύτερες εφαρμογές στο πεδίο της θεραπείας της πρόληψης, της ψυχοκοινωνικής αποκατάστασης, καθώς και στο πεδίο της αυτογνωσίας και της προσωπικής ανάπτυξης.

## **β) Μουσικοθεραπεία**

Η ιστορία της μουσικής, η εξέλιξή της και η εφεύρεση μουσικών οργάνων κινείται σχεδόν παράλληλα με την ιστορία του ανθρώπινου πολιτισμού. Γνωρίζουμε ότι η μουσική συνόδευε ανά τους αιώνες, εκδηλώσεις και τελετουργίες φυλών και κοινωνικών ομάδων. Ήταν επίσης μέσα στις συνήθειες των πρωτόγονων ανθρώπων να χρησιμοποιούν το φωνή και τον ήχο για να θεραπεύσουν ή αντιμετωπίσουν δυσάρεστες καταστάσεις.

Από το αρχαίο θέατρο, η μουσική συνδέθηκε με τη ροή της θεατρικής πράξης ενώ μέχρι και σήμερα είναι αναπόσπαστο κομμάτι του κινηματογράφου. Η τέχνη της μουσικής καθαυτής είναι μέρος της καθημερινότητας του σύγχρονου ανθρώπου, ανεξάρτητα από την καταγωγή, τη φυλή και την ηλικία του.

Στα τέλη του 19<sup>ου</sup> αιώνα, σημειώνονται οι πρώτες περιπτώσεις χρήσης της μουσικής σε νοσοκομεία και ιδρύματα, για να μειώσουν το άγχος, να χαλαρώσουν και ψυχαγωγήσουν τους ασθενείς. (Bradt, 2006: 168-74)

Η Καναδική Ένωση Μουσικοθεραπευτών αποδίδει σύντομα τον όρο της μουσικοθεραπείας ως εξής

Ο τομέας στον οποίο αναγνωρισμένοι επαγγελματίες χρησιμοποιούν τη μουσική ως θεραπευτικό μέσο με σκοπό την ανάπτυξη, την υγεία και την ευεξία. Οι μουσικοθεραπευτές χρησιμοποιούν τη μουσική με ασφάλεια και ήθος για την αντιμετώπιση των ανθρώπινων αναγκών σε γνωστικό, επικοινωνιακό, συναισθηματικό, μουσικολογικό, φυσικό, κοινωνικό και πνευματικό επίπεδο». (Canadian Association of Music Therapists , 2016)

Η μουσικοθεραπεία συναντάται συνήθως ως συμπληρωματική θεραπεία σε εκπαιδευτικές και κυρίως ιατρικές εφαρμογές. Ως μέσο θεραπευτικής αγωγής, συνδέει την τέχνη με την επιστήμη, αξιοποιώντας την πρώτη για την αποτελεσματικότητα της δεύτερης.

Μέσα στο θεραπευτικό πλαίσιο της μουσικοθεραπείας δίνεται η δυνατότητα στο θεραπευόμενο να βιώσει την αποδοχή του άλλου τόσο σε λεκτικό όσο και σε μη λεκτικό επίπεδο, έτσι ώστε να αποφασίσει να μετακινηθεί σε μονοπάτια αυτοπραγμάτωσης, ουσιαστικής δηλαδή αίσθησης και συνείδησης του εαυτού, και τελικά στην επίλυση των προβλημάτων και στη θεραπεία (Ψαλτοπούλου, 2011)

«Αξιοποιεί στοιχεία της θεωρίας και της μεθοδολογίας από τις επιστήμες που έχουν ως αντικείμενο τη μουσική, όπως είναι η βιολογία της μουσικής, η ιατρική μουσική, η ψυχολογία και η κοινωνική ψυχολογία της μουσικής, η κοινωνιολογία της μουσικής, η εθνομουσικολογία, η μουσικοπαιδαγωγική.» (Τσέργας, 2014:121)

Όπως και όλες οι μέθοδοι θεραπείας που αναφέρουμε, έτσι και η μουσικοθεραπεία χρησιμοποιείται για την ίαση ψυχικών ασθενειών. Εκείνο όμως που τη διαχωρίζει, είναι η ευρεία χρήση της σε σωματικές ασθένειες. Ο ρυθμός της μουσικής μπορεί να εναρμονιστεί με το ρυθμό της αναπνοής και της κίνησης και άρα να ταυτιστεί με το ρυθμό του ανθρώπινου του σώματος, επιδρώντας έτσι άμεσα στη λειτουργία του.

### **γ) Χοροθεραπεία**

Ο χορός, στο πέρασμα των αιώνων, έχει υπάρξει θεραπευτικό εργαλείο κι έχει συνδεθεί με τη γονιμότητα, τη γέννηση, την αρρώστια και το θάνατο. (Ritter M., 1996).

Η μέθοδος θεραπείας μέσω του χορού είναι σχετικώς νέα, και είναι μάλιστα η τελευταία από τις τέσσερις μεθόδους που αναπτύχθηκε (Payne, 1992: 12). Αρχισε να θεμελιώνεται τη δεκαετία του 1940 στην Αγγλία κι εξελίχθηκε ραγδαία στην Αμερική κατά τις δεκαετίες του 1960 και 1970.

Σήμερα, η θεραπεία μέσω του χορού ορίζεται από την Αμερικανική Ένωση Χοροθεραπείας ως

«η ψυχοθεραπευτική χρήση της κίνησης για την επίτευξη της συναισθηματικής, κοινωνικής, γνωστικής και σωματικής ενσωμάτωσης του, με σκοπό τη βελτίωση της υγείας και της ευημερίας [...] Πρόκειται για μια ολιστική θεραπευτική προσέγγιση, με βάση τον εμπειρικά υποστηριζόμενο ισχυρισμό ότι το μυαλό, το σώμα και το πνεύμα είναι αδιάσπαστα και διασυνδεδεμένα. Οι αλλαγές στο σώμα αντανakλούν τις αλλαγές στο μυαλό και αντιστρόφως.» (American Dance Therapy Association, 2014)

Η χοροθεραπεία συνηθίζεται να ταξινομείται, ανάλογα με τις ανάγκες και τους στόχους της κάθε ομάδας ή του κάθε ατόμου, σε πέντε τομείς: α) επανένταξη και ενσωμάτωση σε ένα μεγαλύτερο κοινωνικό σύστημα, β) μη λεκτική δημιουργική έκφραση συναισθημάτων, γ) ολική συνείδηση του σώματος κι ενισχυμένη αυτοεκτίμηση, δ) μυϊκό συντονισμό, ευρύτερες δυνατότητες κίνησης και απελευθέρωση άγχους, ε) ικανοποίηση και χαλάρωση. Και στις πέντε περιπτώσεις, η ολική ενσωμάτωση του συναισθηματικού, πνευματικού και γνωστικού εαυτού με το περιβάλλον είναι ο στόχος της χοροθεραπείας (Ritter, 1996).

Η απόλυτη σχέση της χοροθεραπείας με το δέρμα, το σώμα και την κίνηση την καθιστά μία άμεση και προσιτή διαδικασία που απευθύνεται στους περισσότερους ανθρώπους, χωρίς ηλικιακούς, φυλετικούς, ταξικούς ή άλλους διαχωρισμούς.

## **δ) Δραματοθεραπεία**

### **I. Ιστορία κι εξέλιξη**

Παράλληλα με την ανάπτυξη των παραπάνω θεραπευτικών μεθόδων, στην Ευρώπη και στην Αμερική του 1960 εξελίχθηκε κι εξαπλώθηκε ταχύτατα η μέθοδος της δραματοθεραπείας. Τις ρίζες της έχει στο θέατρο στην εκπαίδευση και στο

εκπαιδευτικό δράμα<sup>5</sup>, τα οποία είχαν ήδη βρει τη θέση τους στην κοινωνία από την αρχή του ίδιου αιώνα, ενώ αναμείχθηκε με θεατρικά κινήματα και φόρμες που παρουσιάστηκαν τότε για πρώτη φορά στο θέατρο. Όλος ο 20ός αιώνας υπήρξε πολύ σημαντικός και παραγωγικός στον τομέα του θεάτρου με πολλές νέες ιδέες και καινοτόμες εφαρμογές. Σημειώθηκαν πολύ ενδιαφέρουσες μίξεις κι εκρηκτικοί πειραματισμοί.

Επομένως, ήταν όλο το κλίμα της εποχής που προετοίμασε το έδαφος για να ανθήσει η ιδέα της δραματοθεραπείας. Μία από τις βασικές σύγχρονες θεωρίες που φαίνεται να επηρέασαν τη θεωρία της δραματοθεραπείας, είναι εκείνη του Γάλλου καλλιτέχνη και θεωρητικού Αντονέν Αρτώ (1896 – 1948) και του «Θεάτρου της Σκληρότητας» («Theatre de la Cruaute»), το οποίο εφηύρε ο ίδιος το 1938. Το θέατρο για τον Αρτώ οφείλει να είναι μία δράση σκληρή, ένας αγώνας με στόχο την πνευματική θεραπεία ενάντια στον σωματικό και ψυχικό πόνο. Οφείλει ακόμη, χρησιμοποιώντας τις αισθήσεις, να ταράξει τους συμμετέχοντες και να αφυπνίσει τη συνείδησή τους. (Αρτώ, 1992)

Λίγο αργότερα, τη δεκαετία του 1960, ο Βραζιλιάνος σκηνοθέτης Αουγκούστο Μπόαλ (1931 – 2009) εισήγαγε τον όρο «Θέατρο των Καταπιεσμένων», το οποίο εμπνεύστηκε από το θεατρικό παιδαγωγικό μοντέλο<sup>6</sup>. Η βασική αρχή του είναι ότι θέατρο μπορούν να κάνουν όλοι και ότι μπορεί να απευθύνεται σε όλους. Χρησιμοποιώντας τα αισθητικά μέσα, μπορούν να αναλύσουν το παρελθόν τους, να συνειδητοποιήσουν το παρόν τους και να καθορίσουν το μέλλον τους. Ο Μπόαλ συνεργάστηκε κυρίως με ερασιτέχνες και τους βοήθησε να αξιοποιήσουν το θέατρο ως εργαλείο για την κατανόηση κοινωνικών και προσωπικών προβλημάτων, καθώς και για την αναζήτηση λύσεων. (Ζώνιου, 2003)

Την ίδια περίοδο, ο Βρετανός σκηνοθέτης Πήτερ Μπρουκ (1925 - ) επηρεασμένος σε μεγάλο βαθμό από το «Θέατρο της Σκληρότητας» του Αρτώ,

---

<sup>5</sup> Όρος που αναφέρεται στα ακαδημαϊκά, εκπαιδευτικά έργα τα οποία εμφανίστηκαν στην Ευρώπη κατά την Αναγέννηση. Γράφονταν στη λατινική γλώσσα από λόγιους, για να παιχτούν από μαθητές. Αργότερα, υιοθέτησαν την καθομιλουμένη και άσκησαν επιρροή στην ανάπτυξη του εξωακαδημαϊκού, λαϊκού και αργότερα επαγγελματικού δράματος. (Hartnoll P.& Found P., 2000)

<sup>6</sup> Ο βραζιλιάνος παιδαγωγός Πάουλο Φρέιρε (1921 – 1997) υπήρξε πρωτοπόρος κριτικού παιδαγωγικού κινήματος. ανέπτυξε την «Παιδαγωγική του Καταπιεσμένου».

εφάρμοσε καινοτόμες θεατρικές τεχνικές και ταρακούνησε έτσι την παγκόσμια θεατρική σκηνή. Στο ρηξικέλευθο δοκίμιό του «*Η σκηνή χωρίς όρια*» (1968) υποστήριξε ότι το θέατρο δεν είναι αυτοσκοπός, παρά μέσο για να αφυπνίσει και να μεταλλάξει το κοινό. (Μπρουκ, 1976) Στις παραστάσεις του συνεργάστηκε με διάσημους ηθοποιούς κι ερασιτέχνες, χρησιμοποίησε κλασικά έργα και σύγχρονα, ακροβατικά μέσα και την τεχνική της παντομίμας για να αποδείξει ότι το θέατρο είναι παντού και αυτό που το καθορίζει είναι η πρόθεση κι ο σκοπός του.

Οι παραπάνω καλλιτέχνες είναι ενδεικτικά κάποιοι από εκείνους που διαμόρφωσαν το σύγχρονο θέατρο έτσι, ώστε να ανοίξει τους ορίζοντές του και να εντάξει στους κόλπους του, ολοκληρωμένα πια, τη δραματοθεραπεία.

Η ετυμολογία του ελληνικού όρου της δραματοθεραπείας ταυτίζεται με τον βρετανικό όρο drama-therapy και προέρχεται από τη σύζευξη των λέξεων «δράμα» και «θεραπεία». Το δράμα παρουσιάζεται από το Λεξικό Θεάτρου του Πανεπιστημίου της Οξφόρδης ως ο «όρος που χρησιμοποιείται αορίστως για το σύνολο των έργων που έχουν γραφτεί για τα θέατρο» κι αυτό που τη χαρακτηρίζει είναι ότι «προϋποθέτει τη συνεργασία δύο τουλάχιστον ηθοποιών [...] και αποκλείει την αφήγηση και το μονόλογο» (Hartnoll & Found, 2000: 143). Μπορούμε να ολοκληρώσουμε τον ορισμό του δράματος αν προσθέσουμε και τη διευκρίνιση της δραματοθεραπεύτριας Sue Jennings ότι «το δράμα είναι μία κοινωνική συνδιαλλαγή σε ορισμένο τόπο και χρόνο. Ο ηθοποιός και ο θεατής μετακινούνται διαρκώς από τον φανταστικό στον πραγματικό χρόνο, από το δραματικό στον πραγματικό χρόνο». (Jennings, 1994: 15)

Από την αρχαία τραγωδία του Αισχύλου και του Σοφοκλή, μέχρι τη σύγχρονη τραγωδία του Σάμιουελ Μπέκετ και της Σάρα Κέιν – όπως βεβαίως και την κωμωδία, και όλα τα θεατρικά είδη που γνωρίζουμε -, το θέατρο έχει πάντα στον πυρήνα του την ανθρώπινη ύπαρξη, με τα πάθη και τα αδιέξοδά της. Μέσα από μύθους, τραγικές αφηγήσεις και καθημερινές ιστορίες παριστάνει την ανθρώπινη ζωή και αναζητά την κάθαρση. Ο θεατής ή αναγνώστης ψάχνει πάντα στο θέατρο, συνειδητά ή μη, δράσεις και χαρακτήρες με τους οποίους ταυτίζεται και συμπάσχει.

## II. Στόχοι

Ο Αρτώ, στο μανιφέστο για το «Θέατρο της Σκληρότητας» έγραψε πώς «είτε το παραδεχόμαστε, είτε όχι, συνειδητά ή υποσυνείδητα, αυτό που το Κοινό ψάχνει βασικά να βρει μέσα από τον έρωτα, το έγκλημα, τα ναρκωτικά, τον πόλεμο ή την επανάσταση είναι η ποιητική κατάσταση, μια υπερλογική εμπειρία και γεύση ζωής» (Αρτώ, 1992:137) Μπορούμε επομένως, να θεωρήσουμε ότι το θέατρο μπορεί να καλύψει στο θεατή όποια συναισθήματα ή όποιες ανάγκες του καλύπτει ο έρωτας, το έγκλημα, τα ναρκωτικά. Μπορεί ακόμη να του απαντήσει ερωτήματα που έχει για τη ζωή, να μοιραστεί προβληματισμούς του, ακόμα και να βιώσει έντονα συναισθήματα που κάθε άνθρωπος έχει ανάγκη να βιώσει. Αν το θέατρο έχει αυτή τη δυναμική μόνο στο θεατή στο οποίο απευθύνεται, εκείνη βεβαίως πολλαπλασιάζεται αν ο θεατής γίνει εκτελεστής και συνδημιουργός.

Ο μεγάλος δάσκαλος της υποκριτικής τέχνης, Κονταστίν Στανισλάβσκι<sup>7</sup> (1961), αφού έχει ξετυλίξει όλη τη θεωρία του για τη θεατρική τεχνική αναρωτιέται: «μία τόσο μεγάλη τέχνη μπορεί κανείς να την αποκτήσει μελετώντας ένα σύστημα υποκριτικής ή μαθαίνοντας κάποια εξωτερική τεχνική; Όχι, η αληθινή δημιουργία, έρχεται από μέσα, από ανθρώπινες, όχι θεατρικές, συγκινήσεις.» (Στανισλάβσκι, 1962:327) Το μεγαλείο του θεάτρου, ως παραστατικό και απευθυνόμενο έργο, βρίσκεται όχι στην τεχνική αλλά στην πνευματική και στη συναισθηματική του δύναμη.

Η θεωρία αυτή, η οποία αφορά το θέατρο σε όλες τις εφαρμογές του, βρίσκει ανταπόκριση και στη δραματοθεραπεία. Αν και κάποιες φορές η εξέλιξη της τεχνικής είναι στόχος και της δραματοθεραπείας, η βάση της ήταν πάντα και παραμένει η διαδικασία της θεατρικής αναπαράστασης και οι σχέσεις μεταξύ του θεραπευόμενου με το έργο, των θεραπευόμενων μεταξύ τους και του θεραπευτή με τον θεραπευόμενο.

---

<sup>7</sup> Ο Κωνσταντίν Στανισλάβσκι (1863-1938) ήταν Ρώσος ηθοποιός, σκηνοθέτης και δάσκαλος υποκριτικής. Απορρίπτοντας το τρέχον στομφώδες ύφος υποκριτικής, αναζήτησε την απλότητα και την αλήθεια που θα μπορούσαν να δώσουν ην ψευδαίσθηση της πραγματικότητας. Οι ιδέες του συγκεντρώθηκαν και αποτέλεσαν το σύστημα υποκριτικής της «Μεθοδου», η οποία επηρέασε ιδιαίτερα

Η δραματοθεραπεία δεν είναι απλώς μία μέθοδος που χρησιμοποιεί τις θεατρικές τεχνικές για να εξυπηρετήσει την ψυχοθεραπεία, αλλά ένα αυτόνομο εργαλείο με τη δική του επιστημονική έρευνα και δομή. Κάποιοι θεραπευτές κρίνουν ως σημαντικότερη τη δημιουργική διαδικασία της προετοιμασίας και της αναπαράστασης, ενώ άλλοι δίνουν περισσότερη έμφαση στη σχέσεις που προκύπτουν ιδιαίτερα σε αυτή μεταξύ θεραπευτή και θεραπευόμενου, ως μία νέα, υγιή σχέση που μπορεί να επουλώσει τραυματικές εμπειρίες. Υπάρχουν άλλοι, οι οποίοι θεωρούν ότι είναι σημαντική, ή ακόμη κι απαραίτητη, η άσκηση του σώματος και της φωνής. Με την ανάπτυξη δεξιοτήτων, ο άνθρωπος φτάνει πιο κοντά στην αυτογνωσία και στην ανάπτυξη της αυτοπεποίθησης. «Ο ασθενής βρίσκει ένα μεγαλύτερο φάσμα έκφρασης, αναπτύσσοντας το σώμα και τη φωνή και μέσα από τη δραματοποίηση μπορεί να βιώσει και να επικοινωνήσει, να μεταδώσει θέματα που προηγουμένως δεν μπορούσε.» (Jennings S. & Minde A., 1996:28) Επιπλέον, με τη σωματοποίηση και τη φυσική συμμετοχή απελευθερώνεται το υποσυνείδητο και αποκαλύπτονται κρυμμένες πτυχές.

«Η δραματοθεραπεία παίρνει τη μορφή της θεατρικής τέχνης και την προσφέρει στους ασθενείς είτε για να διατηρήσουν την υγεία τους, είτε για να επεξεργαστούν διάφορες διαταραχές και προβλήματα.» (Jennings & Minde, 1996:24) Λειτουργεί λοιπόν και ως εργαλείο πρόληψης, εκτός από θεραπείας. Βοηθά κυρίως στην επεξεργασία των φαντασιώσεων εκδίκησης, στοιχείο που αποτελεί ένδειξη ότι το άτομο αδυνατεί να αντεπεξέλθει σε δύσκολες καταστάσεις. Η παρέμβαση προλαμβάνει τις αρνητικές συνέπειες και βοηθά το άτομο να βελτιώσει την ποιότητα ζωής του (Τσέργας, 2014:215)

### **III. Χώρος**

Ο χώρος στον οποίο πραγματοποιείται η δραματοθεραπεία επιλέγεται πάντα με μεγάλη προσοχή. Έχει ιδιαίτερη αξία για τον θεραπευόμενο και γίνεται ο ίδιος ένα συμβολικό σημείο. Οι θεραπευτές συμφωνούν ότι πρέπει να είναι ιδιωτικός και ήσυχος αλλά όχι απομονωμένος, για να νιώθει ο συμμετέχων ασφαλής και ταυτόχρονα να διατηρεί την επαφή του με την κοινωνία. Πρέπει να είναι αρκετά



μεγάλος σε πλάτος και σε ύψος, ώστε να υπάρχει η δυνατότητα να χωρίζεται σε άλλους μικρότερους χώρους. «Η τάση να βλέπουμε το χώρο ως «μήτρα» που ενθαρρύνει τη νέα ζωή δεν είναι απαραίτητως αποτελεσματική. Ένας ακατάλληλος χώρος μπορεί να προκαλέσει ανεπανάληπτες εμπειρίες, καθώς είναι πιο χρήσιμο να προξενεί ερωτήματα, παρά να δίνει απαντήσεις. Να είναι δηλαδή ένας χώρος τον οποίο χρησιμοποιεί η κάθε ομάδα, και όχι το αντίστροφο. Με λίγα λόγια, ένας χώρος που βοηθά στο χτίσιμο χαρακτήρων». (Graigner, 1994:7) Είναι ακόμη χρήσιμο, να είναι ένας άδειος, εύπλαστος χώρος που μπορεί να γεμίσει με σκηνικά αντικείμενα, κοστούμια και παιχνίδια, ανάλογα με τις ανάγκες της ομάδας.

#### IV. Έργα δραματοθεραπείας

Στη σύντομη ιστορία της δραματοθεραπείας, έχει καταγραφεί η χρήση θεατρικών κειμένων, μύθων, θρύλων, παραμυθιών, διηγημάτων.

Η Cheryl Mattingly<sup>8</sup>, αναφερόμενη στα έργα («narratives») που μπορούν να απευθυνθούν σε άτομα που πάσχουν για να τα βοηθήσουν, επιλέγει να τα κατηγοριοποιήσει, όχι βάσει είδους, αλλά βάσει της ιστορίας και της πλοκής τους. Οι τρεις κατηγορίες είναι οι εξής:

α) Έργα που στηρίζονται στο *συμβάν*. Τα απασχολεί η ανθρώπινη δράση, όπως και η διάδραση.

β) Έργα που μιλούν για την εμπειρία του ανθρώπου. Μιλούν δηλαδή για αυτό που του προκαλεί η κοινωνία, που του συμβαίνει, χωρίς να το περιμένει, να το έχει προβλέψει ή να το επιθυμεί.

γ) Έργα που δεν περιγράφουν ανθρώπινες εμπειρίες, μα δημιουργούν καινούριες. Συχνά, προκαλούν ερεθίσματα με την εικόνα, την ανάμνηση ή την υπόνοια. Γοητεύει το θεατή και τον καλεί να μπει στο σύμπαν που έχει δημιουργήσει. (Mattingly, 1998:8)

---

<sup>8</sup> Η Cheryl Mattingly (1951- ) είναι Καθηγήτρια Ανθρωπολογίας στο Πανεπιστήμιο της Ν. Καλιφόρνιας και έχει ασχοληθεί με την Εργοθεραπεία.

Το θεατρικό έργο λειτουργεί συνήθως ως σημείο ταύτισης και ερμηνείας για το θεραπευόμενο άτομο, αλλά κάποιες φορές μπορεί να αποτελέσει σημείο έκφρασης και κοινωνικής νοηματοδότησης των εμπειριών του (Mattingly, 1998:14). Στη δεύτερη περίπτωση, η οποία μοιάζει πολύπλοκη και δύσκολη να επιτευχθεί, το άτομο αποβάλλει την αίσθηση της μοναξιάς και του περιθωρίου, που πολλές φορές συμβαδίζουν με την ασθένεια. Κατανοεί έτσι, ότι τα κοινωνικά όντα μοιράζονται κοινές εμπειρίες και συμπεριφορές και νιώθει ξανά μέλος της κοινωνίας.

Δεν υπάρχουν μόνο έργα σχετικά με εμπειρίες, αλλά υπάρχουν, με κάποιο τρόπο, κι εμπειρίες σχετικές με έργα. Τα έργα δεν είναι μόνο μίμηση της πράξης και άρα και της εμπειρίας, που προηγήθηκαν. Κάποιες φορές, η αλληλεξαρτώμενη σχέση της ιστορίας με την εμπειρία οφείλεται στη δομή της ίδιας της πράξης, η οποία αναδιαμορφώνεται και ανακατασκευάζεται σε κάθε περίπτωση (Mattingly, 1998:19).

Τα θεατρικά έργα δημιουργούνται με την προοπτική του μέλλοντος. Γράφονται και προβάρονται για να παρουσιαστούν στο μέλλον. Όταν αυτά χρησιμοποιούνται στη δραματοθεραπεία, οι θεραπευτές και οι θεραπευόμενοι προσπαθούν να αποδώσουν συγκεκριμένες δράσεις, ώστε να γίνουν μέρος μιας αφήγησης που θα τους κατευθύνει προς το μέλλον. Η αφήγηση αυτή εμπεριέχει φαντάσματα του παρελθόντος και σκέψεις για το μέλλον (Mattingly, 1998:169). Δε γίνεται επομένως ειδική χρήση του έργου, καθώς με αυτό το σκοπό γράφτηκε. Είτε πρόκειται για ένα σκηνοθέτη που επιλέγει ένα έργο για να το ανεβάσει, είτε για ένα άτομο σε θεραπεία που το επιλέγει ως μέσο θεραπείας, και στις δύο περιπτώσεις μπορούμε να θεωρήσουμε ότι η πρόθεση είναι κοινή σε πολλά σημεία. Εκτός από ενστικτώδης και συναισθηματική, συνήθως είναι και μια συνειδητή επιλογή που σκοπεύει στη λύση προβλημάτων και στην ενασχόληση με συγκεκριμένους προβληματισμούς. Αυτό που ίσως διαφοροποιεί την επιλογή και τη χρήση του έργου στο πλαίσιο της δραματοθεραπευτικής διαδικασίας είναι ο σαφής κι εξ αρχής προσδιορισμένος σκοπός: η αποκατάσταση του θεραπευόμενου.

Επιπροσθέτως, βασικό χαρακτηριστικό του έργου που μπορεί να λειτουργήσει ευεργετικά για το θεραπευόμενο είναι ότι έχει μία δομή, και κυρίως ένα γνώριμο τέλος, το οποίο ενδεχομένως αναζητά ο ίδιος και του προσφέρει ισορροπία, μετά από δύσκολες και απρόβλεπτες καταστάσεις.

## V. Τρόποι εφαρμογής

Σύμφωνα με τη Βρετανίδα δραματοθεραπεύτρια Brenda Meldrum οι τρόποι εφαρμογής της δραματοθεραπείας (Jennings, 1994: 22) είναι οι εξής:

### Θεατρικό μοντέλο

Το θέατρο απαιτεί συγκεκριμένες διαδικασίες, όπου μία ομάδα ανθρώπων βρίσκεται σε ορισμένο τόπο και χρόνο, για να υποδυθούν συγκεκριμένους ρόλους και να αναπαραστήσουν συγκεκριμένες δράσεις. Η θεατρική εμπειρία βασίζεται αρχικά στις πρόβες και αργότερα στις παραστάσεις. Ο δραματοθεραπευτής αναλαμβάνει τα καθήκοντα του «σκηνοθέτη» της ομάδας, ο οποίος καθοδηγεί τους συμμετέχοντες στη θεατρική πράξη και τους παροτρύνει να βρουν τα δικά τους στοιχεία και τη δική τους φωνή μέσα από το θεατρικό έργο.

### Θεραπευτικό δράμα

Εδώ χρησιμοποιούνται προσωπικές ιστορίες των θεραπευόμενων, καθώς και μύθοι, θρύλοι και παραμύθια. Μέσα από γνώριμες ιστορίες και εικόνες, ξυπνά το υποσύνειδητο και γεννιούνται έντονα συναισθήματα. Ο θεραπευόμενος σχεδιάζει τη δική του ιστορία ή αναπαριστά μία υπάρχουσα, έχοντας δίπλα τον θεραπευτή που παρακολουθεί και φροντίζει να τηρούνται τα όρια μέσα στην ομάδα και να ακολουθείται η δομή της ιστορίας, ώστε να επιτευχθεί ο τελικός σκοπός.

### Κοινωνικός ρόλος

Ο τρόπος αυτός βασίζεται στην ιδέα ότι κάθε άτομο έχει ρόλους βιολογικούς, οικογενειακούς, επαγγελματικούς και κοινωνικούς, τους οποίους υποδύεται και στη δραματοθεραπευτική διαδικασία, προκειμένου να τους αναλύσει και κατανοήσει. Έτσι επιτυγχάνεται η διευκόλυνση του θεραπευόμενου να αναγνωρίζει τους ρόλους που υιοθετεί στην καθημερινότητά του και η ευελιξία του στους πολλαπλούς ρόλους που απαιτούνται στη σύγχρονη κοινωνία. Η εναλλαγή των ρόλων είναι πολύ βοηθητική, ενώ μπορεί και ο ίδιος ο θεραπευτής να υποδυθεί ρόλους για να υπηρετήσει τη διαδικασία.

Ανθρωπολογική προσέγγιση

Η προσέγγιση αυτή, με επιρροές από τη θεωρία του Γκροτόφσκι<sup>9</sup>, τοποθετεί το θεραπευτή ως ενσάρκωτή του χαρακτήρα και παρακινήτη της ιστορίας. Οι θεραπευόμενοι είναι οι θεατές που παρακολουθούν και σταδιακά παίρνουν μέρος στη ροή της ιστορίας και βεβαίως στη δραματοθεραπευτική διαδικασία.

Οι παραπάνω τρόποι επιλέγονται, ανάλογα με τις ανάγκες και τους στόχους της ομάδας, ενώ μπορεί να γίνει και συνδυαστική χρήση τους. Σε αντίθεση με το ψυχόδραμα και την ψυχοθεραπεία, στη δραματοθεραπεία δεν υπάρχει μία αυστηρή θεωρητική βάση και προσδιορισμένη δομή. Στις μέρες μας, διατηρεί μία ανοιχτή δομή, η οποία διασφαλίζει την αμεσότητα και την ευελιξία της. (Jennings, 1994:25)

Σε όλες τις παραπάνω εφαρμογές, μπορεί να ενταχθεί, εκτός από το κλασικό και το μοντέρνο θέατρο, η παντομίμα, η μαριονέτα, το κουκλοθέατρο, η ακροβατική.

## VI. Απόσταση

Ένα θεμελιώδες στοιχείο του θεάτρου, το οποίο είναι εξίσου σημαντικό για τη δραματοθεραπεία είναι η απόσταση. Καθώς ο συμμετέχων βρίσκεται πολύ κοντά στο βίωμά του, αδυνατεί να το δει. Για να μπορέσει να το δει με νηφαλιότητα και αντικειμενικότητα, να δει νέες προοπτικές, του είναι χρήσιμο το φίλτρο της τέχνης. Σε κάποια θεατρικά μέσα, όπως η μάσκα και η μαριονέτα, η απόσταση μεγαλώνει με την έμμεση προβολή του εαυτού. Η θεατρική σκηνή, όποια κι αν είναι αυτή, θέτει την απόσταση μεταξύ του ηθοποιού και του θεατή.

Εκείνο όμως, που θέτει εξ ορισμού την απόσταση είναι η θεατρική συνθήκη – ο φανταστικός τόπος και χρόνος, ο ρόλος και το έργο (Landy, 1996:14).

---

<sup>9</sup> Ο Γιέρζυ Γκροτόφσκι (1933 – 1999) υπήρξε Πολωνός σκηνοθέτης, γνωστός για τη θεωρία του Φτωχού Θεάτρου, όπου μεταξύ άλλων, έκρινε ως περιττά τον συγκεκριμένο χώρο, τα σκηνικά, τα κοστούμια και τα εφέ στην παράσταση Υποστήριξε την εξάλειψη της διχοτόμησης σκηνής – ακροατηρίου και πίστευε ότι ο ηθοποιός μπορούσε να παίζει ανάμεσα στο κοινό, ώστε να δημιουργηθεί μία αλληλοτροφοδοτούμενη σχέση.

Ο ασθενής βρίσκει ένα μεγαλύτερο φάσμα έκφρασης αναπτύσσοντας το σώμα και τη φωνή του και μέσα από τη δραματοποίηση μπορεί να βιώσει και να επικοινωνήσει, να μεταδώσει θέματα που προηγουμένως δεν μπορούσε. Η θεατρική απόσταση επιτρέπει να συμβεί αυτό με έναν ελεγχόμενο τρόπο. Γιατί στο θέατρο δεν εμπλέκεται κανείς εξ ολοκλήρου. Υπάρχει πάντα ένα τμήμα του εαυτού μας που παρακολουθεί τους εαυτούς μας και τους άλλους. Έτσι δε συνθλιβόμαστε. (Jennings S. & Minde A., 1996:28)

## **VII. Το αίσθημα της ασφάλειας**

Η διαδικασία της θεραπείας δεν μπορεί να ξεκινήσει αν δεν εξασφαλιστεί απόλυτο κλίμα ασφάλειας κι εμπιστοσύνης, τόσο μεταξύ των μελών της ομάδας, όσο και μεταξύ του θεραπευτή και του θεραπευόμενου. Η δραματοθεραπεία απευθύνεται σε ανθρώπους ευάλωτους ή που βρίσκονται σε ευαίσθητη στιγμή. Επομένως, έχουν ανάγκη από ειδική μεταχείριση για να νιώσουν την άνεση και την ασφάλεια να εκφραστούν αλλά και για να έρθουν αντιμέτωποι με τα βαθύτερο εαυτό τους.

Οι ασκήσεις προετοιμασίας κι εμπιστοσύνης που συνήθως κάνει η ομάδα στην αρχή της συνεδρίας/πρόβας, βασίζονται στις ασκήσεις που εφαρμόζονται στις ομάδες υποκριτικής. Εκτός από το να «ζεστάνουν» τη φωνή και το σώμα, βοηθούν στη συγκέντρωση και στην αίσθηση ασφάλειας μέσα στον χώρο και στην ομάδα. Τέλος, δίνουν χρόνο στους συμμετέχοντες να σκεφτούν γιατί βρίσκονται στο χώρο αυτό, τι επιθυμούν και ίσως τι θα ήθελαν να διεκδικήσουν στη συνέχεια.

Αφού τελειώσει η πρόβα της ομάδας, αφιερώνεται λίγος χρόνος στο τελικό, μα απαραίτητο στάδιο της ολοκλήρωσης και του αποχαιρετισμού. Για να λήξει ομαλά η διαδικασία, που μπορεί να έχει υπάρξει έντονη κι επίπονη για το συμμετέχοντα, καλό είναι να γίνουν ασκήσεις χαλάρωσης, μία σύντομη συζήτηση πάνω σε ό,τι προηγήθηκε ή μία συγκεκριμένη συνήθεια που έχει ορίσει η ομάδα ως τελικό στάδιο της δραματοθεραπείας. Και τότε ο θεραπευόμενος είναι έτοιμος να ξαναβγεί με ασφάλεια στην κοινωνία.

Μία ακόμη διαδικασία, που τηρείται πιστά, ιδιαίτερα στα μακροχρόνια μαθήματα δραματοθεραπείας είναι αυτή του αποχαιρετισμού. Όταν είναι πια έτοιμος ο θεραπευόμενος να ολοκληρώσει τον κύκλο της δραματοθεραπείας που έχει ακολουθήσει, χαιρετά το θεραπευτή, την ομάδα και το χώρο με μία τελετουργία που

έχει οριστεί ανά περίπτωση, ή με την τελική παρουσίαση της θεατρικής παράστασης που έχουν προετοιμάσει. Αυτή η διαδικασία αποκτά συμβολική σημασία και ορίζει το τέλος μίας πορείας - διευκολύνει έτσι την αποχώρηση. Δίνει επίσης την ευκαιρία να αναλογιστεί κανείς τι συνέβη και τι άλλαξε σε όλη αυτή την πορεία.

### **VIII. Τρόποι ερμηνείας**

Ο τρόπος ερμηνείας κι αντιμετώπισης της συμπεριφοράς του θεραπευόμενου από το δραματοθεραπευτή ποικίλει κι εξαρτάται από τη συνθήκη που έχει οριστεί από την ομάδα, καθώς και από τις ανάγκες της. Ο David Read Johnson προσπάθησε να κατατάξει αυτούς τους τρόπους στις παρακάτω κατηγορίες (Jennings, 1992: 120) :

#### **Πιστή απόδοση**

Όταν χρειαστεί ο συμμετέχων να μοιραστεί μία ιστορία του, ή να προσπαθήσει να μιλήσει για κάποιο πρόβλημά του, ο θεραπευτής ακολουθεί πιστά τις πληροφορίες και τις εικόνες που του δίνει ο πρώτος, χωρίς καμία παρέμβαση, παρά μόνο για να τον ενθαρρύνει.

#### **Ολοκλήρωση ενέργειας**

Εδώ ο δραματοθεραπευτής προσπαθεί να φέρει στην επιφάνεια τραυματικές και καταπιεσμένες εμπειρίες του συμμετέχοντα. Ξεκινά την αναπαράσταση παρόμοιων σκηνών, και ωθεί τον θεραπευόμενο να την ολοκληρώσει.

#### **Προσδιορισμός**

Μέσα από την καθοδήγηση της θεατρικής πράξης, ο θεραπευτής επιμένει σε στοιχεία που έχει σημειώσει ως σημαντικά για τον θεραπευόμενο. Τα στοιχεία μπορούν να πάρουν φυσική ή συμβολική διάσταση στο έργο.

#### **Επανάληψη**

Ο θεραπευτής μέσα από τη δραματική αναπαράσταση, τονίζει με την επανάληψη το πρόβλημα του θεραπευόμενου, ώστε ο τελευταίος να αναγκαστεί έρθει αντιμέτωπος με αυτό, εκτός των συνήθων συνθηκών.

## Επίταση

Ο θεραπευτής χρησιμοποιεί την υπερβολή, τη δραματική παρουσία, τη σωματοποίηση για να ενδυναμώσει μία συγκεκριμένη σκηνή ή εικόνα, κι επομένως να διεγείρει τον συμμετέχοντα.

## Προετοιμασία

Σε αυτή την περίπτωση ο θεραπευτής, φροντίζει να υποδυθεί ο ίδιος τους ρόλους, τους οποίους διαλέγει συνήθως ο θεραπευόμενος, για να ανακαλύψει γιατί τον δυσκολεύουν οι υπόλοιποι ρόλοι και γιατί τους αποφεύγει.

## Ένωση

Ο θεραπευτής αναλαμβάνει την ιδιότητα, τη θέση, ή ακόμα και την ταυτότητα του ρόλου που έχει δημιουργήσει ή διαλέξει ο θεραπευόμενος. Αυτό γίνεται είτε για υποστήριξη, είτε για να καταρριφθεί η κάποιες φορές ανταγωνιστική σχέση που μπορεί να δημιουργηθεί μεταξύ των δύο μερών.

## Ερμηνεία δράσης

Η ερμηνεία βοηθά τον θεραπευόμενο να κατανοήσει το νόημα των εικόνων. Όταν ο θεραπευτής αντιληφθεί ότι μία εικόνα παραπέμπει σε μία συγκεκριμένη εμπειρία, επιμένει σε εκείνη και την μεταμορφώνει έτσι ώστε να επιτευχθεί κάθε φορά ο σκοπός. Σε αυτή την περίπτωση χρησιμοποιείται η μέθοδος του αυτοσχεδιασμού.

## Υποστήριξη

Η τεχνική της αποστασιοποίησης περιλαμβάνει τη συνεχή υπενθύμιση ότι δεν πρόκειται για την πραγματικότητα, αλλά για μία εικόνα, μία σκηνή, ένα έργο. Έτσι, ο θεραπευόμενος βρίσκεται διαρκώς εντός κι εκτός του έργου, ως συμμετέχων και ως θεατής.

## Αλλαγή στο εδώ και τώρα

Και πάλι στο πλαίσιο της αποστασιοποίησης, η σκηνή διακόπτεται όποτε θεωρήσει απαραίτητο ο θεραπευτής, για να γίνει σχολιασμός και ανάλυσή της από το θεραπευόμενο, ίσως και από την ομάδα. Αφού ολοκληρώσουν, η σκηνή μπορεί να συνεχιστεί από εκεί που διακόπηκε.

Αυτόπτης μάρτυρας

Μία τελευταία τεχνική, πιο σπάνια και πιο σύγχρονη είναι εκείνη στην οποία ο θεραπευτής, σε στιγμή που έχει οριστεί από πριν, βγαίνει εκτός της σκηνής και γίνεται θεατής της. Ο θεατής αποκτά τη συνείδηση του αντικειμένου προς παρακολούθηση και η σκηνή αποκτά άλλη δυναμική.

## IX. Ψυχόδραμα

Έχει τεθεί συχνά το ερώτημα εάν η δραματοθεραπεία και το ψυχόδραμα είναι έννοιες όμοιες ή αντίθετες. Με κάποιο τρόπο, είναι έννοιες πολύ κοντινές και συνάμα πολύ αντιθετικές. Κοινό σημείο των δύο μεθόδων είναι η θεατρική αναπαράσταση, το «δράμα». Η δραματοθεραπεία βασίζεται σε θεατρικά έργα, σε παραμύθια, σε μύθους και θρύλους, σε υπάρχον υλικό, έστω κι αν τύχει μεγάλης επεξεργασίας για να διευκολύνει το θεραπευόμενο να επεξεργαστεί τα προσωπικά του θέματα μέσα από την ασφάλεια των διαχρονικών συμβόλων, χωρίς αυτός να εκτίθεται. Το ψυχόδραμα από την άλλη, βασίζεται στην ιστορία ενός ανθρώπου, εξετάζει επιλεκτικά τα γεγονότα που συνέβησαν στη ζωή του, τα οποία ίσως ακόμη να συμβαίνουν. Χρησιμοποιεί τα βιώματα της πραγματικής ζωής του ανθρώπου ως σενάριο της θεατρικής πράξης.

«Το μεγαλύτερο μέρος του θεραπευτικού έργου του ψυχοδράματος πραγματοποιείται με την ομοίωση, δηλαδή με την αναδημιουργία ενός επεισοδίου, με τα μέλη της ομάδας να παίζουν τους ρόλους άλλων [...] Το άτομο αποκτά συναισθηματική απόσταση από το υλικό του, μόνο εφόσον χρησιμοποιηθεί μια τεχνική όπως η αντιστροφή των ρόλων, που θα το βοηθήσει να παίξει το ρόλο του άλλου». (Jennings S. & Minde A., 1996:28)

Το ψυχόδραμα θεωρείται μία πολύ ισχυρή μέθοδος ψυχοθεραπείας, την οποία εισήγαγε ο Ρουμανο-Αμερικανός ψυχίατρος Jacob Moreno (1889 – 1974) τη δεκαετία του 1940. Η βάση του ψυχοδράματος είναι η ψυχιατρική, ενώ της δραματοθεραπείας η θεατρική τέχνη.



## X. Sue Jennings

Θα σταθούμε, σε αυτό το σημείο, σε μία σπουδαία δραματοθεραπεύτρια, όχι μόνο για το αδιαμφισβήτητο σημαντικό της έργο, αλλά και γιατί η θεωρία την οποία έχει αναπτύξει ταυτίζεται με ό,τι αναλύεται στη συγκεκριμένη έρευνα.

Η Sue Jennings (1938 - ) είναι μία από τις σπουδαιότερες δραματοθεραπεύτριες στην Ευρώπη. Υπήρξε στην πρώτη γραμμή της πρωτοπορίας στη Βρετανία του 1960. Έχει πλούσιο συγγραφικό έργο με πάνω από 30 βιβλία για τη δραματοθεραπεία, το ψυχόδραμα και την παιγνιοθεραπεία, ενώ έχει ιδρύσει τη Βρετανική Ένωση Δραματοθεραπευτών.

Τη δεκαετία του 1960, η Jennings επηρεάστηκε από την πρωτοποριακή προσέγγιση του θεάτρου στην εκπαίδευση και ίδρυσε το «Remedial Drama Group», ενώ εφάρμοσε τις τεχνικές της σε ιατρικούς και θεραπευτικούς χώρους. Με τον καιρό, το Group έγινε Remedial Drama Centre με έδρα στο Λονδίνο κι εξειδικεύεται στη θεραπεία ανήλικων κι ενήλικων ατόμων με ειδικές ανάγκες. Το 1970, το Remedial Drama Centre εξελίχθηκε σε «Dramatherapy Centre» (Jennings, 1994: 12)

Όταν ήρθαμε σε ηλεκτρονική επικοινωνία μαζί της, για τις ανάγκες της συγκεκριμένης μελέτης, ξεκαθάρισε ότι είναι απόλυτα πεπεισμένη ότι «η δραματοθεραπεία μπορεί να σταθεί μόνη της ως θεραπευτική αγωγή. Δεν είναι καλύτερη από άλλες παρεμβάσεις. Ωστόσο, μπορεί να είναι πιο κατάλληλη για ορισμένους ανθρώπους.»

Προσθέτει ότι «έχει περάσει πολύς καιρός για να γίνει να καθιερωθεί η δραματοθεραπεία και γίνει αποδεκτή [...] Υπάρχουν πλέον πολλά διδακτορικά στη δραματοθεραπεία και νέες σχετικές δημοσιεύσεις κάθε χρόνο. Πρέπει βεβαίως να αναγνωρίσουμε ότι έχει σημειωθεί μία αύξηση των ευάλωτων και των μη υγιών ανθρώπων. Μία από τις αιτίες της αύξησης αυτής, είναι η πολιτισμική κρίση, κατ'εξοχή του θεάτρου, στη σύγχρονη κοινωνία.»

Η ίδια προσδιορίζει τη δραματοθεραπεία ως εξής

Μία μέθοδος εξέλιξης και αλλαγής που απευθύνεται σε ανθρώπους – ατομικά και ομαδικά - μέσα από την άμεση εμπειρία της θεατρικής πράξης. Αν και, για να επιτευχθεί η διαδικασία της αλλαγής, χρησιμοποιούνται οι τεχνικές του θεάτρου, τελικά η διαδικασία της θεατρικής πράξης είναι εκείνη που

αποτελεί τον πυρήνα της θεατρικής αυτής *εμπειρίας*. Επιτρέπει στους συμμετέχοντες και στο *κοινό* να εισέλθουν από την καθημερινή στη θεατρική πραγματικότητα, μέσα από απροσδόκητα μονοπάτια δημιουργίας και αναδημιουργίας». (Jennings, 1992: 5)

Αξίζει να προσέξουμε ότι η Jennings δίνει έμφαση στην έννοια της «εμπειρίας» χρησιμοποιώντας την δύο φορές. Θεωρεί προφανώς θεραπευτική τη διαδικασία της δημιουργίας, της ταύτισης και της αναπαράστασης. Επιπροσθέτως, έχει πολύ ενδιαφέρον το γεγονός ότι, εκτός από τους συμμετέχοντες, συμπεριλαμβάνει και το κοινό στους κοινωνούς αυτής της δημιουργικής πράξης. Εξηγεί ότι το κοινό, ως δέκτης του μηνύματος, παίρνει μέρος στη διαδικασία της θεραπείας του συμμετέχοντα και ακόμη, ότι το κοινό, μέσα από τη δική του πρόσληψη, λαμβάνει τα δικά του μηνύματα. (Sue Jennings, 2013)

Υποστηρίζει ακόμη, ότι η ανάγνωση ή η παρακολούθηση ενός θεατρικού έργου, μπορεί να λειτουργήσει καταλυτικά στη ζωή ενός ανθρώπου, μα η ενσάρκωση του χαρακτήρα και η βύθιση στη θεατρική πραγματικότητα είναι που μπορούν ουσιαστικά να συμβάλλουν στην προσωπική ανασκόπηση και βελτίωση.

Αναλύει αυτό που η ίδια ονομάζει το «παράδοξο» της δραματοθεραπείας: το γεγονός ότι χρησιμοποιεί τη θεατρική απόσταση - για την οποία μιλήσαμε λίγο ωρίτερα - προκειμένου να φέρει τον άνθρωπο κοντά σε κρυμμένες πτυχές του εαυτού του.

Η Jennings βλέπει τους δραματοθεραπευτές όχι ως «ψυχοθεραπευτές», μα ως δημιουργικούς καλλιτέχνες .Προσθέτει ότι η δραματοθεραπεία είναι μια ειδικότητα που προέρχεται άμεσα από την τέχνη του θεάτρου. (Jennings, 1994:17)

«Οι άνθρωποι είναι εξαιρετικά δραματικοί στην εξέλιξή τους», επισημαίνει η Jennings, και η πρόωμη βίωση του δράματος παίζει σημαντικό ρόλο στην κοινωνική και ψυχολογική ανάπτυξή τους. «Μας είναι αναγκαίο να μπορούμε να παίζουμε ένα ευρύ ρεπερτόριο ρόλων στη ζωή, να τα καταφέρουμε σε διαφορετικές σκηνές με τον κατάλληλο τρόπο» (Jennings & Minde, 1996:31) Και καταλήγει λέγοντας πως «το παίξιμο ενός ρόλου χρησιμοποιείται ως μέσο εκμάθησης κοινωνικών δεξιοτήτων, διεκδίκησης, εμπορικού δαιμονίου: ό,τι μπορεί να χαρακτηριστεί ως «δράμα της ζωής». (Jennings & Minde, 1996:31)

Σε ερώτημα σχετικά με τη μέθοδο και τα μέσα που χρησιμοποιεί εξηγεί ότι: «Ξεκινούμε πάντα με το σώμα. Συνήθως, εντάσσονται στα τμήματα δραματοθεραπείας μαριονέτες, μάσκες ή άμμος. Ιδανική επιλογή είναι το έργο «Όνειρο καλοκαιρινής νύχτας»<sup>10</sup>, καθώς το ίδιο αποτελεί ένα θεραπευτικό ταξίδι από την ακαμψία και την οικογενειακή δυσλειτουργία, μέσα από το χάος του δάσους, στις υγιείς κι ευέλικτες σχέσεις. Επίσης, η Jennings επιλέγει πολύ συχνά να χρησιμοποιεί ως μέσα της δραματοθεραπευτικής διαδικασίας το νερό και το δένδρο, ως αρχετυπικά σύμβολα της ζωής, της γέννησης και της αναγέννησης, της φύσης και της αλλαγής. (Jennings & Minde , 1996:44)

Η Jennings έχει συμβάλλει με το έργο της στην καθιέρωση και τη διάδοση της δραματοθεραπείας σε χώρους ιατρικούς ή μη. Κατανοούμε ότι αντιλαμβάνεται τη δραματοθεραπεία ως ένα πολύ ισχυρό εργαλείο για την ανασυγκρότηση του ατόμου και την ίασή του. Θέτει ως προτεραιότητα την επιλογή των κάθε φορά κατάλληλων μέσων, τεχνικών και μεθόδων προκειμένου να ευδοκιμήσει η ομάδα δραματοθεραπείας.

### 3. Μεθοδολογία

Στο κεφάλαιο που ακολουθεί γίνεται παράθεση και ανάλυση της μεθόδου που εφαρμόστηκε για την ολοκλήρωση της εργασίας. Εξηγείται η χρονική ακολουθία της έρευνας, δίδονται ακριβείς πληροφορίες των μεθόδων και κυρίως, αιτιολογούνται οι επιλογές των μεθόδων αυτών.

Επιλέχθηκε ως καταλληλότερη η μέθοδος της ποιοτικής έρευνας, καθώς πρόκειται για

«μία πλαισιοθετημένη δραστηριότητα, η οποία τοποθετεί τον παρατηρητή στον κόσμο. [...] (Οι πρακτικές της) μετατρέπουν τον κόσμο σε μια σειρά από αναπαραστάσεις του εαυτού, συμπεριλαμβανομένων των σημειώσεων πεδίου, των συνεντεύξεων, των συνομιλιών, των φωτογραφιών, των μαγνητοφωνήσεων

---

<sup>10</sup> Θεατρικό έργο που έγραψε ο Γουίλιαμ Σαίξπηρ το 1595/6. Πρόκειται για μία κωμωδία η οποία περιγράφει τις ερωτικές περιπέτειες τεσσάρων Αθηναίων και έξι ερασιτεχνών ηθοποιών τους οποίους κατευθύνουν τα ξωτικά του δάσους.

και των σημειώσεων σε ημερολόγια. Σε αυτό το επίπεδο, η ποιοτική έρευνα περιλαμβάνει μια ερμηνευτική, νατουραλιστική προσέγγιση στον κόσμο.» (Denzin & Lincoln, 2005 από Ίσαρη & Πουρκός, 2015:11)

Στόχος της έρευνας είναι η επισκόπηση, η διερεύνηση, αλλά και η σε βάθος κατανόηση ατομικών συμπεριφορών και κοινωνικών φαινομένων. Δε μελετάται ο πληθυσμός, μα το άτομο. Καθώς ασχολούμαστε με ευαίσθητες και μειονοτικές ομάδες ατόμων, προσεγγίζεται με σεβασμό η προσωπική εμπειρία και η υποκειμενική αντίληψη. Τα ερωτήματα σχετίζονται με το «εάν», το «πώς» και το «γιατί» των συμπεριφορών και των φαινομένων.

Η προσέγγιση του ζητήματος ξεκίνησε με τη μελέτη της ελληνικής και διεθνούς βιβλιογραφίας που σχετίζεται με την τέχνη ως θεραπεία και με τη δραματοθεραπεία. Μελετήθηκε η ιστορική τους εξέλιξη, η θεωρία τους, καθώς και σημαντικά διεθνή παραδείγματα. Έτσι προέκυψε η γνωριμία με τη Βρετανίδα δραματοθεραπεύτρια Sue Jennings<sup>11</sup>, καθώς τα γραπτά της κυριαρχούν στο θεωρητικό μέρος της εργασίας.

Για να γίνει εφικτή η προσέγγιση του θέματος, χρειάστηκε ένα πεδίο έρευνας, όπου πραγματοποιούνται συγκεκριμένες καταγραφές και η θεωρία μπορεί να συναντήσει την εμπειρία. Επιλέχθηκε έτσι, η μελέτη περίπτωσης (case study) της Μονάδας Απεξάρτησης 18 Άνω.

Η πρώτη επαφή<sup>12</sup> έγινε με την Κατερίνα Μάτσα, πρώην Διευθύντρια του 18 Άνω, ώστε να ξεκινήσει η προσέγγιση από ένα άτομο κύρους που μπορεί να διασφαλίσει την αποδοχή στο συγκεκριμένο οργανισμό. (Λυδάκη, 2016:145) Ακολούθησε η παρατήρηση στο χώρο του 18 Άνω<sup>13</sup>, οι συνεντεύξεις και η συλλογή δεδομένων.

---

<sup>11</sup> Η σύντομη γραπτή συνέντευξη πραγματοποιήθηκε στις 27.4.2018

<sup>12</sup> Η συνάντηση πραγματοποιήθηκε στο Κοινωνικό Ιατρείο της Κυψέλης στις 25.10.2017

<sup>13</sup> Το Νοέμβριο 2017 σημειώθηκε παρατήρηση στο χώρο δραματοθεραπείας στη Μονάδα 18 Άνω στο Δαφνί. Εκεί παρουσιάστηκε μία αποχαιρετιστήρια παράσταση από την ομάδα δραματοθεραπείας, η οποία ολοκλήρωσε το κλειστό πρόγραμμα. Η παράσταση ήταν βασισμένη στους «Ορνιθες» του Αριστοφάνη και την παρακολούθησε όλο το διοικητικό προσωπικό και η θεραπευτική ομάδα του 18 Άνω.

Η συμμετοχική παρατήρηση κρίνεται ως αναγκαία για να εδραιωθεί μία μελέτη περίπτωσης. Στη συγκεκριμένη περίπτωση, σημειώθηκε παρατήρηση με τον παρατηρητή ως συμμετέχοντα. Προηγήθηκε δηλαδή ενημέρωση για την έρευνα, αλλά κρατήθηκαν αποστάσεις από τους ερευνώμενους. (Λυδάκη, 2016:147) Καθώς πρόκειται για μία πολύ ευάλωτη ομάδα, όπως αυτή των ατόμων σε απεξάρτηση, η μεγαλύτερη συμμετοχική παρατήρηση απορρίφθηκε ως περίπλοκη κι επισφαλής για την εμπιστοσύνη της ομάδας.

Σημειώθηκε ακόμη συμμετοχή σε σχετικό σεμινάριο<sup>14</sup> και σε διάλεξη<sup>15</sup>, τα οποία κατήθυναν την έρευνα, εμπλούτισαν τις γνώσεις και εμβάθυναν τους προβληματισμούς.

Συνεντεύξεις πραγματοποιήθηκαν με το θεραπευτή της ομάδας πηλού Κώστα Ριζόπουλο<sup>16</sup>, το θεραπευτή Παναγιώτη Ζαγανιάρη και τη συντονίστρια της ομάδας δραματοθεραπείας Ελένη Αγγελίδη<sup>17</sup>, δύο θεραπευόμενους της ομάδας δραματοθεραπείας, τον Γ. και τον Η., τον επιστημονικά υπεύθυνο του Τμήματος Έρευνας κι Εκπαίδευσης Δημήτρη Υφάντη<sup>18</sup>, ο οποίος προσέφερε τα δεδομένα, και από την πρώην Διευθύντρια και επιστημονικά υπεύθυνη του 18 Άνω Κατερίνα Μάτσα<sup>19</sup>.

Οι συνεντεύξεις με τους εργαζόμενους του 18 Άνω ήταν ημιδομημένες. Χρησιμοποιήθηκε δηλαδή ένας οδηγός συνέντευξης, αλλά οι συνεντευξιαζόμενοι είχαν την ελευθερία να εκφράσουν τις απόψεις τους. Ο οδηγός ήταν κοινός στη μισή

---

<sup>14</sup> Σεμινάριο με τίτλο «*Η Τέχνη στις δομές Ψυχικής Υγείας: το παράδειγμα των προγραμμάτων απεξάρτησης*», Διοργάνωση Μονάδα 18 Άνω, 30/10- 18/12/2017

<sup>15</sup> Διάλεξη της Κατερίνας Μάτσα με τίτλο «*Η δημιουργία της Μονάδας Απεξάρτησης 18 Άνω – ΨΝΑ. Θεωρητικές, κλινικές, λειτουργικές αρχές*», 2.5.2018, στο πλαίσιο του σεμιναρίου «*Η ιστορία της εξάρτησης και της θεραπείας απεξάρτησης στην Ελλάδα*», Διοργάνωση Μονάδα 18 Άνω, 25.4-30.5.2018

<sup>16</sup> Η συνέντευξη πραγματοποιήθηκε στις 4.5.2018 σε καφετέρια στα Εξάρχεια.

<sup>17</sup> Η συνέντευξη πραγματοποιήθηκε στις 16.5.2018 σε καφετέρια στην Πλατεία Βικτωρίας.

<sup>18</sup> Η συνέντευξη πραγματοποιήθηκε στις 14.5.2018 σε χώρο του 18 Άνω στην Κυψέλη.

<sup>19</sup> Η συνέντευξη πραγματοποιήθηκε στις 15.5.2018 σε χώρο του 18 Άνω στην Κυψέλη.

περίπου έκτασή του, ενώ ο υπόλοιπος προσαρμόστηκε στο έργο και στην ιδιότητα του συνεντευξιαζόμενου.

Και στις τέσσερις περιπτώσεις, η συνέντευξη χωρίστηκε σε πέντε θεματικές κατηγορίες: α) την εφαρμογή της δραματοθεραπείας, β) το σκοπό της δραματοθεραπείας εν γένει και στο 18 Άνω, γ) τη σημερινή διάδοση της δραματοθεραπείας, δ) την αυτονομία της δραματοθεραπευτικής μεθόδου και ε) την καλλιτεχνική αξία των παραστάσεων που προκύπτουν από τα τμήματα δραματοθεραπείας.

Επιλέχθηκαν οι συγκεκριμένοι άνθρωποι - πέντε εργαζόμενοι του 18 Άνω, δύο θεραπευτές, μία συντονίστρια και δύο διοικητικά στελέχη -, ώστε να σχηματιστεί η πλήρης εικόνα της θεωρίας και της εφαρμογής της δραματοθεραπείας στο 18 Άνω. Με όλους τους συνεντευξιαζόμενους είχε προηγηθεί η γνωριμία και σχετική συζήτηση. Όταν επομένως έφτασε η στιγμή της συνέντευξης, η εμπιστοσύνη και η οικειότητα είχε κατακτηθεί.

Οι συνεντεύξεις με τους δύο θεραπευόμενους, τον Γ. και τον Η.<sup>20</sup>, είχαν ζητηθεί εξ αρχής αλλά δεν ήταν προγραμματισμένες. Τελικά, την ημέρα της συνάντησης με το δραματοθεραπευτή, δύο μέλη της ομάδας δέχθηκαν να μας παραχωρήσουν μία σύντομη συνέντευξη. Η συνέντευξη αυτή ήταν ελεύθερη και κοινή με τους δύο θεραπευόμενους. Προέκυψε δηλαδή μία συζήτηση γύρω από τις δυσκολίες και τα αποτελέσματα της ομάδας δραματοθεραπείας, καθώς και της επερχόμενης παράστασης.

«Η διαφορετικότητα των ανθρώπων, των λαών και του περιβάλλοντος είναι καίριας σημασίας και πρέπει να μελετώνται εκ των έσω με ευέλικτες μεθόδους» (Λυδάκη, 2016:77) Η ευαισθησία του θέματος, καθώς και οι απρόβλεπτοι και προσωπικοί παράγοντες που προέκυψαν στη διάρκεια της έρευνας, κατέστησαν την ευελιξία και την πολύπλευρη προσέγγιση του θέματος απαραίτητες. Επιπλέον, η υποκειμενικότητα του ζητήματος έθεσε σε κίνδυνο την ακρίβεια της έρευνας και όρισε την ανάγκη χρήσης πολλαπλών μεθόδων και πηγών. Χρησιμοποιήθηκε επομένως, η μέθοδος της τριγωνοποίησης, όπως την ορίζει ο Babbie: «Η χρήση

---

<sup>20</sup> Η κοινή συνέντευξη πραγματοποιήθηκε στις 16.5.2018 σε καφετέρια στην πλατεία Βικτωρίας.

διαφόρων ερευνητικών μεθόδων για να επιβεβαιώσουμε τα ευρήματα είναι αυτό που ονομάζεται τριγωνοποίηση [...] Επειδή κάθε έρευνα διαθέτει συγκεκριμένες πλεονεκτήματα και μειονεκτήματα, υπάρχει πάντα ο κίνδυνος τα ευρήματα να αντικατοπτρίζουν την ερευνητική μέθοδο. Για να αποφευχθεί ο κίνδυνος, πρέπει ιδανικά να χρησιμοποιηθούν περισσότερες από μία μέθοδοι». (Babbie, 2010:118)

#### **4. Μονάδα απεξάρτησης 18 Άνω**

*«Η διαδικασία της απεξάρτησης, έχει καθαρά πολιτισμική διάσταση, η οποία ταυτοχρόνως είναι θεραπευτική.»*

Η παρουσίαση και η ανάλυση του έργου της Μονάδας 18 Άνω που ακολουθεί, στηρίζεται στις συνεντεύξεις, τις δημοσιεύσεις και τις διαλέξεις των εργαζομένων του 18 Άνω, όπως αναφέρονται, καθώς στην επίσημη ιστοσελίδα του.

##### **I. Ιστορικό**

Το 18 Άνω είναι η Μονάδα Απεξάρτησης Αλκοολικών - Τοξικομανών 18 Άνω του Ψυχιατρικού Νοσοκομείου Αττικής, το οποίο από την ίδρυσή του και για πολλά χρόνια νοσηλεύει εξαρτημένους από ουσίες και αλκοόλ. Η λειτουργία του ξεκίνησε το 1969, ενώ το 1995 χωρίστηκε σε δύο ανεξάρτητα τμήματα Αλκοολικών και Τοξικομανών, τα οποία έως σήμερα διατηρούνται σε ξεχωριστά κτίρια μέσα στο νοσοκομείο.

Το 1987 με πρωτοβουλία της τότε ομάδας θεραπευτών, η Μονάδα έπαψε να δέχεται περιστατικά κατόπιν εισαγγελικής παραγγελίας και ταυτοχρόνως υιοθέτησε ως μέθοδο θεραπευτικής αντιμετώπισης της εξάρτησης, την ψυχοθεραπεία και την τέχνη-θεραπεία.

Η Μονάδα απεξάρτησης 18 Άνω το 1987 διέθετε δύο Τμήματα (υποδοχής και ψυχολογικής απεξάρτησης). Έκτοτε αναπτύχθηκε και σήμερα λειτουργούν 33 Τμήματα και Προγράμματα.

##### **II. Θεραπευτικό πλαίσιο**

Βασική προϋπόθεση της λειτουργίας του είναι η πλήρης αποχή των θεραπευόμενων από όλες τις ουσίες, από όλες τις εκφάνσεις της βίας και από τις μεταξύ τους σεξουαλικές σχέσεις. Ο κάθε θεραπευόμενος εντάσσεται στο Πρόγραμμα ψυχολογικής απεξάρτησης, με δική του πρωτοβουλία, ως μέλος μιας ψυχοθεραπευτικής ομάδας και όχι ατομικά. Η «θεραπευτική ομάδα» απαρτίζεται από



όλους όσοι προσφέρουν έργο στο θεραπευτικό πλαίσιο, είναι ισότιμα μέλη κι έχουν συμπληρωματικούς μεταξύ τους ρόλους.

Πραγματοποιείται συλλογική επεξεργασία των αναγκών του εξαρτημένου, με βάση την κλινική εικόνα, τη στάση του, τις αλλαγές του, τη συμμετοχή του στη θεραπευτική διαδικασία, καθ' όλη τη θεραπευτική του πορεία από τη θεραπευτική ομάδα στις σταθερές εβδομαδιαίες συναντήσεις. Το πρόγραμμα που καθορίζει τις δραστηριότητες και τη λειτουργία της κάθε δομής σε καθημερινή βάση, δεν αποτελεί ένα στατικό σύνολο αλλά συζητιέται και επαναπροσδιορίζεται από τη θεραπευτική ομάδα, στη βάση των αναγκών των θεραπευόμενων και σε σχέση με το κλίμα που επικρατεί στον χώρο. Το πρόγραμμα καταρτίζεται σε ημερήσια και εβδομαδιαία βάση. Οι θεραπευόμενοι έχουν την υποχρέωση να συμμετέχουν σε όλες τις δραστηριότητες, οι οποίες και αποτελούν το μέσο για την επίτευξη των θεραπευτικών στόχων.

### **III. Θεραπευτικά μέσα**

1. Ατομική και ομαδική ψυχοθεραπεία, τέχνη-θεραπεία, δραματοθεραπεία, χοροθεραπεία, μουσική, φωτογραφία κ.λπ.
2. Ομάδα κλινικής με τη συμμετοχή της θεραπευτικής ομάδας και όλων των θεραπευόμενων, που ασχολείται με θέματα σχέσεων και συμβίωσης στο χώρο.
3. Ψυχοεκπαιδευτικές ομάδες (κοινωνικού προβληματισμού, αγωγής υγείας – για ζητήματα ηπατίτιδας AIDS, στοματικής υγιεινής κ.λ.π.)
4. Ομάδες εργοθεραπείας
5. Ομάδες γυμναστικής και αθλητισμού ( ποδόσφαιρο, μπάσκετ, κολύμβηση)
6. Ομάδες αυτοοργάνωσης της ζωής μέσα στο θεραπευτικό πλαίσιο α). Ομάδα απογραφής, συντονίζεται από του θεραπευόμενους και συζητά θέματα της καθημερινής δραστηριότητας. β). Ομάδα κοινού ταμείου, συντονίζεται από τους θεραπευόμενους και συζητά θέματα που αφορούν στη διαχείριση των χρημάτων τους, σχετικά με είδη πρώτης ανάγκης που δεν καλύπτονται από το Πρόγραμμα.
7. Ομάδες κοινωνικών δράσεων (αφορά κυρίως στην Κοινωνική Επανάσταση)

#### IV. Πρόγραμμα Θεραπείας

Η συνολική διάρκεια προγράμματος του 18 Άνω, όπως έχει διαμορφωθεί σήμερα, είναι 2 χρόνια και χωρίζεται στις εξής τρεις φάσεις:

##### α) Φάση Εμφύχωσης – Ευαισθητοποίησης (εξωτερική παρακολούθηση).

Σε αυτή τη φάση πραγματοποιούνται η ευαισθητοποίηση του εξαρτημένου ατόμου στο πρόβλημά του, η σταθεροποίηση της απόφασής του, η εμπλοκή του στη θεραπευτική διαδικασία και η ένταξή του στο θεραπευτικό πλαίσιο.

Κατά τη διάρκεια αυτής της φάσης η οποία διαρκεί περίπου τρεις μήνες ο θεραπευόμενος παρακολουθείται από τον ατομικό του θεραπευτή και συμμετέχει σε ομάδες εμφύχωσης, ευαισθητοποίησης, έκφρασης και τέχνης, δημιουργικής ενασχόλησης, πηλού, γυμναστικής, δραματοθεραπείας, κολάζ. Η ομάδα είναι κυρίως εκείνη που στηρίζει και πιθανώς, προστατεύει πολλές φορές τον θεραπευόμενο στη φάση αυτή. Παράλληλα, οι γονείς συμμετέχουν στο πρόγραμμα του Τμήματος Οικογένειας (με ατομικές και ομαδικές συναντήσεις με τους ειδικούς θεραπευτές καθώς και ομάδες δραματοθεραπείας ειδικά για οικογένειες).

Στις ομάδες τέχνης, ο θεραπευόμενος εκφράζει τα συναισθήματά του, επικοινωνεί, ισχυροποιεί τους δεσμούς με την ομάδα και αξιοποιεί τον ελεύθερο χρόνο του.

##### β) Φάση Ψυχολογικής Απεξάρτησης (εσωτερικής ή εξωτερικής παρακολούθησης).

Η φάση αυτή είναι κλειστή και πραγματοποιείται στο Περίπτερο 18 Άνω, του Ψυχιατρικού Νοσοκομείου Αττικής και διαρκεί 6 – 7 μήνες περίπου.

Καθ' όλη τη διάρκεια της φάσης, οι θεραπευόμενοι, δεν έχουν καμία επαφή με το οικείο περιβάλλον αλλά και κανέναν άλλον εκτός από τα μέλη της θεραπευτικής ομάδας, προκειμένου να επικεντρωθούν στη θεραπεία τους, απερίσπαστοι από εξωτερικούς παράγοντες.

Στο διάστημα αυτών των μηνών, μέσα από την ατομική και ομαδική ψυχοθεραπεία αλλά και άλλες θεραπευτικές διαδικασίες, όπως η δραματοθεραπεία, εργοθεραπεία ή η γυμναστική, είναι υπεύθυνοι για το χώρο που ζουν (π.χ. καθαριότητα), αλλά και για τις σχέσεις τους με τα μέλη άλλων ομάδων.

Στη φάση αυτή, οι ομάδες τέχνης έχουν χαρακτήρα θεραπευτικό και ψυχοεκπαιδευτικό. Γίνονται μαθήματα πάνω στην ιστορία και την κοινωνιολογία της τέχνης. Εξετάζονται θέματα αισθητικής και φιλοσοφίας της τέχνης. Οργανώνονται ξεναγήσεις σε μουσεία, πινακοθήκες, αρχαιολογικούς χώρους, ενώ οι θεραπευόμενοι συμμετέχουν σε καλλιτεχνικά δρώμενα και ποιητικές βραδιές που διοργανώνει η ομάδα.

#### γ) Φάση Κοινωνικής Επανάταξης (εξωτερικής παρακολούθησης).

Η φάση αυτή είναι εξωτερική και πραγματοποιείται σε ξεχωριστό χώρο. Κατά τη διάρκεια των 10-12 μηνών το εξαρτώμενο άτομο προετοιμάζεται για την επάνοδο και την ένταξή του στο κοινωνικό σύνολο αντιμετωπίζοντας πολλά προβλήματα και δυσκολίες.

Λειτουργούν εκτός από την ατομική και ομαδική ψυχοθεραπεία, ομάδες ραδιοφώνου, θεάτρου, μουσικής, τέχνης, φωτογραφίας, αγγειοπλαστικής, κοσμήματος, δημιουργίας και πολιτισμού, βιβλίου, έκφρασης κινηματογράφου σε ειδικά διαμορφωμένους χώρους. Οι ομάδες αυτές λειτουργούν στο εργαστήριο του Κέντρου Πολιτισμού και Δημιουργίας του 18 Άνω. Εκεί, οι θεραπευόμενοι εκφράζονται, χαλαρώνουν, επικοινωνούν μεταξύ τους κι ενισχύεται η αυτοπεποίθησή τους. Συχνά διοργανώνονται επισκέψεις της ομάδας σε μουσεία και εκθέσεις.

## **V. Ομάδες τέχνης στη Μονάδα 18 Άνω**

### **Κώστας Ριζόπουλος – Ομάδα πηλού**

Ο θεραπευτής Κώστας Ριζόπουλος είναι ένας από τους υπευθύνους της ομάδας πηλού στη Μονάδα Απεξάρτησης 18 Άνω. Μας παραχώρησε συνέντευξη όπου περιέγραψε με ακρίβεια τη λειτουργία της συγκεκριμένης ομάδας: «Στο Κλειστό Πρόγραμμα της Μονάδας 18 Άνω πραγματοποιούνται τρεις ομάδες πηλού κάθε Δευτέρα, με διάρκεια μιάμισης ώρας η καθεμία. Η κάθε ομάδα αποτελείται από 5 έως 10 μέλη και δύο συντονιστές. Ο διαχωρισμός των ομάδων σχετίζεται με τη διάρκεια παραμονής του κάθε θεραπευόμενου στο πρόγραμμα.»

Συνεχίζει εξηγώντας πως «η διαδικασία περιλαμβάνει αρχικά την εκμάθηση της τεχνικής και την επαφή με το υλικό (πηλός). Ακολουθεί η κατασκευή και το ψήσιμο των έργων και τέλος, η παράδοσή τους κατά την ολοκλήρωση των ομάδων και της αποχώρησης από το πρόγραμμα.[...] Το κάθε μέλος αναλαμβάνει να φτιάξει τα δικά του έργα, αλλά γίνεται και προτροπή για κατασκευή κοινών έργων, ώστε να αναπτυχθεί η συνεργατικότητα»

Οι συναντήσεις ξεκινούν με το θεραπευόμενο να συστήνεται και να δηλώνει πόσο καιρό έχει την όποια εξάρτηση, καθώς και το χρονικό διάστημα αποχής. Ο Ριζόπουλος επισημαίνει ότι αυτή η δημόσια παρουσίαση και παραδοχή της εξάρτησης δυσκολεύει πολλούς ανθρώπους τον πρώτο καιρό της θεραπείας.

Στη συνέχεια της συνάντησης, ο θεραπευτής είτε ορίζει ένα θέμα για να κατευθύνει τους θεραπευόμενους να κατασκευάσουν έργα με τον πηλό, είτε τους αφήνει ελεύθερους να δημιουργήσουν. «Το θέμα περνά πρώτα από τη διαδικασία της ομαδικής συζήτησης, ενώ πρόκειται συνήθως για μία θετική και γενική έννοια, όπως η ελευθερία, η φιλία κ.α.» Τότε, η ομάδα, ξεκινά να εκδηλώνει τις σκέψεις και τα συναισθήματά της μέσα από τον πηλό. Εκφράζει ό,τι έχει ανάγκη να εκφράσει χωρίς τη χρήση λέξεων και χωρίς το φίλτρο του συνειδητού. Μέχρι τη λήξη της συνάντησης, έχει προκύψει ένα έργο από πηλό, το οποίο αργότερα θα περάσει από τη διαδικασία βαψίματος, ψησίματος και στεγνώματος. «Τα στάδια αυτά γεννούν στους θεραπευόμενους αισθήματα αγωνία, άγχους, φόβου.» τα οποία το πρόγραμμα του 18 Άνω επιδιώκει να φέρει στην επιφάνεια.

Ο θεραπευτής στην ομάδα πηλού έχει το ρόλο του παρατηρητή. Ορίζει τη λειτουργία του τμήματος και παρεμβαίνει όταν χρειαστεί, για να οριοθετήσει τις σχέσεις και τις αντιδράσεις της ομάδας Δεν ερμηνεύει το έργο του θεραπευόμενου, ούτε επιζητά την ερμηνεία του από τον ίδιο ή την ομάδα. Μπορεί ωστόσο να διεγείρει συζήτηση σχετικά με τα αισθήματα που προκαλεί το έργο, εφόσον η ομάδα το επιθυμεί. «Δε μας ενδιαφέρει τι θα πει (ο θεραπευόμενος). Αυτό που μας ενδιαφέρει είναι να σχηματοποιεί αυτό που δεν μπορεί να λεκτικοποιεί», τονίζει ο Ριζόπουλος.

Κάθε ομάδα πηλού ολοκληρώνει την πορεία της με ένα τελετουργικό αποχαιρετισμό. Συγκεντρώνονται τα μέλη με όλους τους θεραπευτές, εκθέτουν τα έργα τους κι εκφράζουν τις σκέψεις τους. Αποχαιρετούν την ομάδα και τους

θεραπευτές, μαζί και τα έργα τους, τα οποία αφήνουν στο χώρο. Είναι πλέον έτοιμοι να επανενταχθούν στην κοινωνία.

Ακόμη, υπογραμμίζει την αξία της χειρωνακτικής εργασίας, καθώς απελευθερώνει το υποσυνείδητο και ευνοεί την άμεση έκφραση ή συμβολοποίηση της σκέψης και του συναισθήματος. Η δημιουργία ενός ολοκληρωμένου έργου, και μάλιστα στα πλαίσια μιας ομάδας, γίνεται στόχος και η επίτευξή του βοηθά στην ενδυνάμωση της αυτοπεποίθησης και της αποδοχής του εαυτού. Η όποια αδυναμία ή αποτυχία, σε κάποιο από τα στάδια της δημιουργίας, είναι επίσης ζητούμενο, καθώς ο θεραπευόμενος μαθαίνει έτσι να συμφιλιώνεται με την αποτυχία. Η ζωή που δίνει σε ένα άψυχο υλικό, του γεννά, με τον καιρό, το αίσθημα της δημιουργικότητας και της αισιοδοξίας.

Ο Ριζόπουλος σημειώνει ότι τα μέσα και τα στάδια της ομάδας πηλού παραπέμπουν στα τέσσερα στοιχεία της φύσης: ο πηλός παραπέμπει στη γη και στο νερό, το ψήσιμο του πηλού στη φωτιά και το στέγνωμα στον αέρα. Η επαφή με τα φυσικά αυτά στοιχεία ενεργοποιεί το υποσυνείδητο και ανακαλεί μνήμες.

Στόχος της ομάδας πηλού είναι το ασχημάτιστο να πάρει σχήμα και το ά-σχημο να γίνει όμορφο. Να πάρουν δηλαδή μορφή και να εκφραστούν τα αισθήματα του θεραπευόμενου, καθώς και τα αρνητικά αισθήματα να γίνουν, μέσα από τη θεραπευτική διεργασία, θετικά.

Στην ομάδα πολύ συχνά εκφράζονται από τους θεραπευόμενους πολύ δυσάρεστα και καταπιεσμένα συναισθήματα. Αυτά τα συναισθήματα πλαισιώνονται στην ομάδα με ασφάλεια, αναγνωρίζονται και μπορούν να αποτελέσουν υλικό που θα αναλυθεί στην ατομική ψυχοθεραπεία του 18 Άνω.

Ο Κώστας Ριζόπουλος κλείνει τονίζοντας ότι η τέχνη μπορεί να λειτουργήσει προληπτικά. Η θεραπεία μέσω της τέχνης όμως δεν μπορεί, καθώς δεν έχει την ίδια δυναμική χωρίς το αντικείμενο και θεραπευτικό στόχο.

## VI. Ομάδα δραματοθεραπείας στη Μονάδα 18 Άνω

### Παναγιώτης Ζαγανιάρης – Δραματοθεραπευτής, Θεραπευτής ομάδας δραματοθεραπείας & Ελένη Αγγελίδη – Ψυχολόγος, Συντονίστρια ομάδας δραματοθεραπείας

Προκειμένου να αναλυθεί σε βάθος η ομάδα δραματοθεραπείας, πραγματοποιήθηκε κοινή συνέντευξη από τον Παναγιώτη Ζαγανιάρη και την Ελένη Αγγελίδη, οι οποίοι συντονίζουν την ομάδα δραματοθεραπείας.

Έφτασε ο Ζαγανιάρης, κρατώντας μία τεράστια μαύρη σακούλα. «Έχει μέσα ένα όπλο. Ένα μεγάλο ξύλινο όπλο που το έφτιαξαν τα παιδιά για την παράσταση», μας εξηγεί. Έτσι ξεκίνησε η συνέντευξη και έγινε σαφές ότι τα μέλη της ομάδας δραματοθεραπείας αναλαμβάνουν τα χρέη υποκριτικής, σκηνοθεσίας, σκηνογραφίας και ενδυματολογίας, γραφιστικής και μουσικής επιμέλειας της παράστασης. Αυτό τον καιρό προετοιμάζονται για να ανεβάσουν και να παρουσιάσουν στο κοινό το θεατρικό έργο «*Το αγόρι με τη βαλίτσα*» του Μάικ Κένι.<sup>21</sup>

Συνεχίσαμε με την παρουσίαση και περιγραφή της λειτουργίας της ομάδας δραματοθεραπείας. «Οι συναντήσεις της ομάδας είναι εβδομαδιαίες, διαρκούν μιάμιση ώρα και ξεκινούν με ασκήσεις χαλάρωσης και εμπιστοσύνης. Στις πρώτες συναντήσεις όλοι οι θεραπευόμενοι παρουσιάζονται και αναφέρουν το είδος και τη διάρκεια της εξάρτησής τους, ενώ πάντα μιλούν για τα συναισθήματα που φέρουν ξεκινώντας την πρόβα. Η έκφραση αυτών των συναισθημάτων είναι που παρακινεί τη συνέχεια της συνάντησης. «Συνήθως ακολουθεί μία άσκηση αυτοσχεδιασμού, ατομική ή ομαδική, βασισμένη σε μία έννοια, ένα κείμενο, ένα εικαστικό έργο. Αφού παρουσιαστεί από όλους ο αυτοσχεδιασμός, η ομάδα μαζεύεται σε ένα κύκλο και συζητά πώς συνεργάστηκε, τι αποκόμισε, σε τι δυσκολεύτηκε.» Οι συναντήσεις τελειώνουν με την ομάδα να συζητά τα συναισθήματα που φέρει ολοκληρώνοντας την πρόβα. Κλείνει έτσι ο κύκλος της δραματοθεραπευτικής συνάντησης.

---

<sup>21</sup> Η ομάδα θεάτρου του 18 Άνω πρόκειται να παρουσιάσει στο κοινό την παράσταση «*Το αγόρι με τη βαλίτσα*» του Μάικ Κένι στο Δημοτικό Θέατρο Βύρωνα στις 9.6.2018.

«Ο ρόλος του δραματοθεραπευτή είναι να συντονίζει την ομάδα. Δε σκηνοθετεί, δεν ερμηνεύει, δεν επιβάλλει τη ματιά του, μα αφήνει την ομάδα να αυτοσκηνοθετηθεί.»

Το έργο επιλέγεται, γράφεται ή διασκευάζεται από την ίδια την ομάδα. Οι ρόλοι επιλέγονται από τα μέλη της ομάδας και πολύ συχνά μοιράζονται τον ίδιο ρόλο παραπάνω πολλά μέλη.

Η Τέχνη-Θεραπεία και η ψυχοθεραπεία – ατομική και ομαδική – συνυπάρχουν. Αλληλοσυμπληρώνονται, μα δεν αλληλοκαλύπτονται. Η δραματοθεραπεία δεν μπορεί να σταθεί μόνη της ως θεραπεία, ούτε όμως η ψυχοθεραπεία. Έχει ανάγκη η μία την άλλη.

«Το αίσθημα της ασφάλειας και της εμπιστοσύνης είναι αναγκαία για τον θεραπευόμενο και διασφαλίζονται με την επανάληψη. Η επανάληψη, η οποία προηγουμένως ήταν συνδεδεμένη με την καταστροφή (εξάρτηση), τώρα συνδέεται με τη δημιουργία, την αναδημιουργία και την εξέλιξη.» Η Αγγελίδα συμπληρώνει ότι «η εμπιστοσύνη χτίζεται μέσα από την ομάδα. Από το χρόνο και τις κοινές εμπειρίες που μοιράζονται.»

Μέσα από το ρόλο, ο θεραπευόμενος βρίσκει κρυμμένες πληγές και πτυχές του εαυτού του. Βρίσκει κοινά με το θεατρικό κείμενο και μαθαίνει να συνεργάζεται με την ομάδα. Μαθαίνει να σέβεται και χρησιμοποιεί γόνιμα το σώμα του. Μαθαίνει ακόμη να εκτίθεται και να δέχεται την επιβράβευση. Να επικοινωνεί τα συναισθήματά του μέσα από την έκφραση του λόγου και της τέχνης. «Τελικά, ξαναανακαλύπτει τη ζωή. Αντιμετωπίζει το θάνατο προβάλλοντας μια άλλη οπτική της ζωής.»

Η δραματοθεραπεία δεν μπορεί να έχει προληπτική λειτουργία, γιατί πρέπει να έχει προηγηθεί το πρόβλημα και η αναγνώρισή του» συμφωνούν ο Ζαγανιάρης και η Αγγελίδα. Είναι πολύ χρήσιμη ως θεραπεία ωστόσο, και μετά την ολοκλήρωση του προγράμματος απεξάρτησης. Είναι πολύ σύνηθες οι θεραπευόμενοι να συνεχίζουν τα τμήματα δραματοθεραπείας χρόνια μετά την ολοκλήρωση του προγράμματος. Συνίσταται όμως να συνεχίζουν τη διαδικασία αυτή με άλλους δραματοθεραπευτές, εκτός του 18 Άνω, ώστε να διακοπεί αυτή η σχέση και να μη δημιουργηθεί εξάρτηση

από τη σχέση. «Υπάρχουν σήμερα πολλοί ηθοποιοί και εργαζόμενοι στο θέατρο, που ξεκίνησαν από την ομάδα δραματοθεραπείας του 18 Άνω», τονίζει ο Ζαγανιάρης.

Η παράσταση που προετοιμάζεται στο πλαίσιο της δραματοθεραπείας δεν έχει σκοπό να προσληφθεί απαραιτήτως ως καλλιτεχνικό έργο από το κοινό. Σημασία δίνεται στη διαδικασία, στις πρόβες και βεβαίως στις σχέσεις που χτίζονται. Μέρος του σκοπού ωστόσο, είναι να παρουσιαστεί μία παράσταση που να είναι ισάξια με μία επαγγελματική. Και αυτό γιατί η ίδια η ομάδα θέλει να αναδείξει τις δεξιότητες και το ταλέντο των μελών της και τελικά να αποδείξει ότι είναι πρόκειται για ικανά και ισότιμα μέλη της κοινωνίας.

Κλείνοντας, παρατίθεται το κείμενο που έγραψε η ομάδα δραματοθεραπείας για το έργο *«Το αγόρι με τη βαλίτσα»* και την παράσταση που θα παρουσιάσουν σε λίγο καιρό.

Σ' αυτό το ταξίδι, στο πριν, στο μετά και στο τώρα συναντιόμαστε κι εμείς σηκώνοντας ανάστημα. Αναλαμβάνοντας τη ευθύνη μας. Τη δικιά μας, μα και την ευθύνη απέναντι στους άλλους. Προχωράμε μαζί διεκδικώντας τη ζωή μας. Και μαζί με τους πρωταγωνιστές, διεκδικούμε ισότιμα την ύπαρξή μας. Για να ρίξουμε τα τείχη ανάμεσα μας, να εκφραστήσουμε, να επικοινωνήσουμε, να μην ξεχάσουμε τις ιστορίες μας, τις ιστορίες των συνανθρώπων μας και να δημιουργήσουμε μαζί καινούριες. ΓΙΑ ΝΑ ΠΑΡΑΜΕΙΝΟΥΜΕ ΑΝΘΡΩΠΟΙ.

### **Γ. & Η. – Μέλη ομάδας δραματοθεραπείας**

Δύο μέλη της ομάδας θεάτρου δέχθηκαν να συμμετάσχουν στη συζήτησή μας και να συμβάλλουν με αυτό τον τρόπο στην έρευνα αυτή. Ο Γ. και ο Η. είναι μέλη της θεατρικής ομάδας του προγράμματος της κοινωνικής επανένταξης του 18 Άνω, και βρίσκονται στη διαδικασία των προβών για την παράσταση *«Το αγόρι με τη βαλίτσα»*. Και οι δύο συμμετέχουν ως ηθοποιοί στην παράσταση, ενώ ο Γ. έφτιαξε και την αφίσα.

Ο Γ. ξεκινά εξομολογούμενος ότι «μπαίνοντας σε ένα ρόλο, μαθαίνοντας πράγματα για εμένα, είναι σαν να λυτρώνομαι. Όλο αυτό το φορτίο πόνου, συναισθήματος μπορούμε να το εκφράσουμε. Σ' έναν ασφαλή χώρο με ένα κοινό στόχο.» Συμφωνεί ο Η. και συμπληρώνει: «Για μένα η θεατρική ομάδα του 18 Άνω είναι κάτι που μου αρέσει πάρα πολύ. Μου δίνεται η δυνατότητα να απελευθερώσω



κομμάτια του εαυτού μου και να βγάλω στοιχεία του χαρακτήρα μου, τα οποία στη πραγματική ζωή δυσκολεύομαι να τα βγάλω. Είναι ένας χώρος απελευθέρωσης [...] Η επικοινωνία, η συνεργασία με τα άλλα παιδιά, το μοίρασμα υπάρχει κάτι που μας συνδέει πάρα πολύ.»

Έχει πολύ ενδιαφέρον να παρατηρήσει κανείς ότι και οι δύο συνεντευξιαζόμενοι αναφέρουν πολύ συχνά την ομάδα και τη συνεργατικότητα, ακούν με μεγάλη προσοχή ο ένας τον άλλο, ενώ χρησιμοποιούν πολύ συχνά τον α' πληθυντικό αριθμό, μιλώντας για προσωπικά τους συναισθήματα και πράξεις.

Σχετικά με την παράσταση που πρόκειται να ανεβάσουν ο Γ. μας είπε: «Το συγκεκριμένο θεατρικό κείμενο (*«Το αγόρι με τη βαλίτσα»*) είναι μία πολύ συγκινητική ιστορία που αναφέρεται στο τώρα. Στο τώρα της κοινωνίας μας, με την ιστορία με τα προσφυγόπουλα, και στο τώρα το δικό μου γιατί δίνουμε έναν αγώνα που διεκδικούμε τη ζωή μας κι ερχόμαστε απέναντι με πολλά πράγματα, με την ανεργία, με ανθρώπους που δε θέλουν να γνωρίζουν, με ανθρώπους που κλείνουν τα αυτιά τους, τα μάτια τους κ.τ.λ.»

Όταν συζητήσαμε για τις δυσκολίες τις οποίες συνάντησαν στην αρχή του τμήματος δραματοθεραπείας, ο Η. μοιράστηκε τις σκέψεις του: «Αυτό που με δυσκόλευε ήταν να παίζω αυτό που μου ζητά ο θεραπευτής με ένα πολύ συγκεκριμένο τρόπο. Να ακολουθήσω τις οδηγίες του. Τώρα πια έχω μάθει να ακολουθώ τις οδηγίες του» (γέλια).

Και συνέχισε ο Γ: «Στο ξεκίνημα του τμήματος με δυσκόλευε να εκτεθώ, να εκτεθώ όπως είμαι, με το δικό μου χαρακτήρα, να εκθέσω το σώμα μου [...] Η συμμετοχή μου σε παραστάσεις με βοηθά να έχω περισσότερη αυτοπεποίθηση, να νιώθω ασφάλεια με την ομάδα και να μη φοβάμαι να συγκινηθώ, να θυμώσω, να εκφραστώ. Να νιώθω ευγνωμοσύνη, γιατί αυτή η ομάδα πραγματικά μου δίνει πάρα πολλά πράγματα.

Λέγοντας τη λέξη «ευγνωμοσύνη», ο Γ. συγκινήθηκε κι έτσι έληξε η συνέντευξη. Γελάσαμε και οι τρεις με αμνηχανία και αποχαιρετιστήκαμε.

## **VII. Δεδομένα & αποτελέσματα Μονάδας 18 Άνω**

### **Δημήτρης Υφαντής – Τμήμα Έρευνας και Εκπαίδευσης**

Για τη συλλογή δεδομένων της Μονάδας 18 Άνω, απευθυνθήκαμε στο Δημήτρη Υφαντή, επιστημονικά υπεύθυνο του Τμήματος Έρευνας κι Εκπαίδευσης του 18 Άνω. Μας παρέπεμψε στην έρευνα που πραγματοποίησε ο Τομέας Έρευνας & Τεκμηρίωσης 18 Άνω για τα έτη 2012 – 2016.<sup>22</sup> Τα στοιχεία που παρουσιάζονται προκύπτουν από την επεξεργασία και την ανάλυση του ερωτηματολογίου TDI και αφορούν τα εξαρτημένα άτομα που έχουν αιτηθεί βοήθειας από τη Μονάδα 18 Άνω. Η πληροφορία που μπορούμε να συγκρατήσουμε από την έρευνα αυτή είναι ότι για τα τελευταία έτη τα άτομα που εξυπηρετεί η Μονάδα είναι κατά μέσο 2.000 το χρόνο, όπως επιβεβαίωσε και ο Υφαντής.

Όταν ζητήθηκαν δεδομένα της Μονάδας σχετικά με την αποτελεσματικότητα των τμημάτων θεραπείας, ο επιστημονικά υπεύθυνος απάντησε ότι δεν υπάρχει κάτι τέτοιο. Συμπλήρωσε ότι τέτοια ποσοστά δεν θα μπορούσαν να είναι ενδεικτικά του έργου του 18 Άνω, καθώς πρόκειται για ένα θεραπευτικό πρόγραμμα που έχει διάρκεια ετών και τα αποτελέσματά του καθορίζονται από πολλούς παράγοντες.

Η Μάτσα έχει γράψει σχετικά:

Η αποτελεσματικότητα ενός θεραπευτικού προγράμματος απεξάρτησης είναι πάντοτε συνάρτηση του χαρακτήρα του, των επιδιωκόμενων στόχων του και των μέσων που χρησιμοποιούνται για την πραγμάτωση αυτών των στόχων. Τα «στεγνά» προγράμματα που υλοποιούνται στο πλαίσιο της Μονάδας και βασίζονται στην ψυχοθεραπεία και στην Τέχνη-Θεραπεία έχουν ως κύριο στόχο την πλήρη απεξάρτηση του ατόμου από τις ουσίες, μέσα από τη ριζική αλλαγή του τρόπου της ζωής του. Όλα αυτά τα προγράμματα [...] έχουν αποδειχθεί εξαιρετικά αποτελεσματικά (σε ποσοστό 70%-80%). (Μάτσα, 2008:180)

## **VIII. Η Τέχνη – Θεραπεία**

### **Κατερίνα Μάτσα – Ομάδες τέχνης**

---

<sup>22</sup> Τα αποτελέσματα της έρευνας παρουσιάζονται αναλυτικά στην επίσημη ιστοσελίδα του 18 Άνω: <http://www.18ano.gr/wp-content/uploads/>

Για την ολοκληρωμένη παρουσίαση της θεωρίας και του έργου της Μονάδας 18 Άνω, πραγματοποιήθηκε συνάντηση με την Κατερίνα Μάτσα, όπου έγινε σχετική συζήτηση και μας παραχώρησε γραπτά της πάνω τη χρήση της τέχνης και τη δραματοθεραπεία στη Μονάδα.

Θα ξεκινήσουμε με την θεμελιώδη επισήμανσή της: «χρησιμοποιούμε τον όρο «Τέχνη-Θεραπεία», και όχι θεραπεία διαμέσου της τέχνης, για να υποδηλώσουμε τη διαλεκτική σύνθεση τέχνης και θεραπείας [...] Μέσα από το θεραπευτικό πλαίσιο η τέχνη γίνεται θεραπεία και η θεραπεία γίνεται τέχνη» (Μάτσα, 2007:221)

Στην ομάδα δραματοθεραπείας του 18 Άνω ο θεραπευόμενος «μέσα από ασκήσεις σώματος προσπαθεί να αποκτήσει καλή σχέση με το σώμα του και την εικόνα του, μαθαίνει να εκφράζει τα συναισθήματά του, αναπτύσσει και εμπλουτίζει το λεξιλόγιό του, αρχίζει να ισορροπεί και να εναρμονίζει την ύπαρξή του σαν μία ολότητα (σώμα, συναίσθημα, λόγος) [...] Αναγνωρίζει και δέχεται το θετικό επάνω του, καθώς και την επιβράβευση» (Μάτσα, 2008:124)

Στο θεραπευτικό πλαίσιο του 18 Άνω, πέραν του έργου των ομάδων τέχνης, πραγματοποιείται και ένα άλλο πολύ σημαντικό έργο, αυτό των «δρώμενων», που παίρνουν το χαρακτήρα «τελετουργικών επιτελέσεων» (performances), κατά τη μετάβαση από τη μία φάση της θεραπευτικής διαδικασίας στην επόμενη ή σε στιγμές που, κατά την κρίση της θεραπευτικής ομάδας, τα δυναμικά μίας ή περισσότερων ομάδων είναι μπλοκαρισμένα. Σε αυτά τα δρώμενα που περιλαμβάνουν θέατρο, χορό, ποίηση, τραγούδι, ζωγραφική, μεταμφίεση κ.α. τα συναισθήματα των θεραπευόμενων δεν εκφράζονται μόνο, αλλά και αναμορφώνονται, δια μέσου της ολόπλευρης συμμετοχής του καθενός. Χρησιμοποιούνται συγκεκριμένες τεχνικές, απευθύνονται σε διαφορετικές αισθήσεις (την ακοή, την όραση, την αφή) και επεξεργάζονται από κοινού τις συγκινήσεις, προσδίδοντάς τους νέα μορφή και νέο περιεχόμενο.

Η Μάτσα θεωρεί «φανερό ότι μέσα από την τέχνη του Δράματος, μέσα από τη δραματοθεραπεία, ανοίγει ο δρόμος για τη σύλληψη του νέου, του απροσδιόριστου ακόμα περιεχομένου του μέλλοντος, που υπάρχει εν σπέρματι, εν δυνάμει στο παρόν» και ακόμη ότι

«Η τέχνη αποτελεί ένα κάλεσμα για το νέο, το υψηλό, το πανανθρώπινο. Μέσα από αυτό το κάλεσμα ο θεραπευόμενος εξοικειώνεται με τη συνέχεια της

ανθρώπινης ιστορίας και κατακτά το αίσθημα της συνέχειας της ταυτότητας και γενικά της ύπαρξής του [...] Η τέχνη, ως ταξίδι σ' ένα κόσμο συγκίνησης και γνώσης, όπου το εφήμερο γίνεται διαχρονικό και το προσωπικό γίνεται πανανθρώπινο, αποτελεί ένα πολύτιμο εργαλείο αναδόμησης της ταυτότητας, μεταμόρφωσης του ατόμου σε κοινωνικό υποκείμενο, ικανό να πάρει τη ζωή και τη μοίρα στα χέρια του, ικανό να σχεδιάζει τη ζωή του με ορίζοντα το μέλλον.» «Η Τέχνη-Θεραπεία συμβάλλει στην αποδοχή της ετερότητας και τη δημιουργία ουσιαστικών σχέσεων, στην ανάπτυξη της δημιουργικότητας, στην ενίσχυση της αυτοεκτίμησης στην πλήρωση του εσωτερικού κενού, στη συγκρότηση τελικά μιας νέας ταυτότητας, στην ανακάλυψη νέων πηγών ευχαρίστησης. [...] Διευρύνει, επίσης, τους πνευματικούς ορίζοντες, μώνοντας τον θεραπευόμενο στον κόσμο του πνεύματος και του πολιτισμού.»

Ο θεραπευόμενος έχει ανάγκη να αναδομήσει την ελλειμματική, εύθραυστη ψυχική πραγματικότητα, μέσα από τις αναγκαίες αλλαγές τις ψυχικές του λειτουργίες. Τα εργαλεία αυτής της αναδόμησης είναι «η ψυχοθεραπεία, η ανασκαφή δηλαδή του ψυχικού του κόσμου και η συνειδητοποίηση των αιτιών της εξάρτησης του, η Τέχνη – Θεραπεία και η συμμετοχή του στο κοινωνικό γίνεσθαι.» Η τέχνη επομένως, μπορεί να λειτουργήσει ιαματικά στη διαλεκτική της σχέση με την ψυχοθεραπεία.

Διαπιστώνουμε ότι η Μάτσα θεωρεί θεμελιώδη τη χρήση της τέχνης στο θεραπευτικό πλαίσιο και αναγνωρίζει τη συμβολή της σε πολλαπλά επίπεδα. Ταυτόχρονα, τονίζει τη συμπληρωματικότητα της Τέχνης-Θεραπείας και της ψυχοθεραπείας. Η μία συνεισφέρει στην αποτελεσματικότητα της άλλης. Αμφισβητείται βεβαίως έτσι η αυτονομία της Τέχνης-Θεραπείας, καθώς και η προληπτική της λειτουργία.

## 5. Συμπεράσματα

Η χρήση της τέχνης για θεραπευτικούς σκοπούς είναι καθιερωμένη στις μέρες μας. Έχει πλέον διαδοθεί η χρήση της στους ανηλίκους για εκπαίδευση, στους ενήλικους για την αντιμετώπιση του στρες, των φοβιών και την προσωπική ανάπτυξη. Εδώ όμως εξετάζεται η χρησιμότητά της ως συμπληρωματικό, ή ακόμη και αποκλειστικό, εργαλείο της επιστήμης και της ιατρικής.

Η χρησιμότητά της αποδεικνύεται από τη θεωρία των ξένων κι ελλήνων μελετητών που αναφέρονται, και κυρίως από το πολυετές έργο του 18 Άνω. Δεν είναι μόνον ένα μέσο χαλάρωσης και ανακούφισης, αλλά σωματικής και ψυχολογικής ίασης.

Από τους εργαζόμενους του 18 Άνω αμφισβητείται η προληπτική του χρήση, καθώς είναι απαραίτητη η αναγνώριση και διάγνωση του προβλήματος ή της ασθένειας, για να θεωρηθεί θεραπεία. Η τέχνη μπορεί συμβάλλει στην αυτογνωσία και στην ενδυνάμωση του εαυτού, ιδιαιτέρως σε νεαρές ηλικίες, αν όμως θέλουμε να μιλήσουμε για το δράμα ως θεραπεία, θα πρέπει αρχικά να αναγνωρίσουμε τα συμπτώματα και την ασθένεια.

Αναγνωρίζεται όμως η χρησιμότητα της δραματοθεραπείας, μετά την ολοκλήρωση του θεραπευτικού προγράμματος. Βοηθά, καθώς φαίνεται, τον θεραπευόμενο να διατηρεί τη σχέση του με τα συναισθήματα και τις μνήμες του.

Εξετάζεται επίσης, η αυτονομία της δραματοθεραπείας ως θεραπευτικό μέσο. Με την εξέλιξη που έχει γνωρίσει τις τελευταίες δεκαετίες, έχει αναπτύξει τη δική της θεωρία, τις τεχνικές και την απαραίτητη επιστημονική δομή για να σταθεί ως αυτόνομο μέσο. Διαπιστώνουμε την επιρροή και τη σύνδεσή της με την ιατρική, την ψυχιατρική και ασφαλώς την τέχνη, οι οποίες όμως δεν την αποδυναμώνουν. Αντιθέτως, η δραματοθεραπεία ενσωματώνει επιλεκτικά στοιχεία των παραπάνω χώρων για να δημιουργήσει το δικό της θεωρητικό υπόβαθρο και πεδίο εφαρμογής. Παρά την εξέλιξή της, δεν μπορεί να σταθεί ως θεραπευτικό μέσο μόνο του στον ιατρικό χώρο. Χρειάζεται περαιτέρω ιατρική θεραπεία – συνήθως την ψυχοθεραπεία – για να μπορεί να φτάσει στην ίαση ασθενειών.

Όλοι οι συνομιλητές μας, εργαζόμενοι είτε στην Ελλάδα είτε στην Ευρώπη, αναφέρονται στον όλο και αυξανόμενο αριθμό ατόμων που χρήζουν θεραπειάς και καταφεύγουν στη μέθοδο της δραματοθεραπείας. Η κοινωνικοπολιτιστική κρίση την οποία ζούμε προξενεί την αποξένωση, την ανασφάλεια και τελικά, σε κάποιες περιπτώσεις, το ψυχολογικό κενό που έρχεται να καλύψει η δραματοθεραπεία. Το πλαίσιο της οικογένειας, της κοινωνίας και της κουλτούρας είναι που ενδυναμώνει το αίσθημα τη αυτοπεποίθησης, της αυτογνωσίας και της κοινωνικής συνείδησης του ατόμου. Όταν επομένως το πλαίσιο αυτό βρίσκεται σε κρίση, το άτομο καταλήγει μετέωρο και ασταθές.

Τότε, η δραματοθεραπεία – συνδυαστικά με την ψυχοθεραπεία – αναλαμβάνει να γίνει η γέφυρα για να χτίσει ο θεραπευόμενος υγιείς σχέσεις με τους γύρω του, με την κοινωνία και κυρίως με τον εαυτό του.

Κατά τη διάρκεια της μελέτης, προέκυψε το ερώτημα εάν το αποτέλεσμα της δραματοθεραπείας (ολόκληρη η παράσταση ή επιμέρους κομμάτια της, όπως τα κοστύμια και τα σκηνικά) μπορεί να θεωρηθεί έργο τέχνης ή αν έχει και καλλιτεχνική αξία. Αρχικά, οι συνομιλητές ξαφνιάστηκαν με το ερώτημα. Άλλοι απάντησαν θετικά, και άλλοι κατηγορηματικά αρνητικά. Συμφώνησαν όμως όλοι αυτό δεν τίθεται ποτέ στις ομάδες τέχνης ως σκοπός. Η αξία των ομάδων αυτών βρίσκεται στη διαδικασία της θεραπείας, στη συνειδητοποίηση του προβλήματος, στο χτίσιμο των σχέσεων και στην απελευθέρωση των συναισθημάτων.

Εκτός από την ιστορική και θεωρητική επισκόπηση, την εμπειρική έρευνα και καταγραφή των συμπερασμάτων και των προβληματισμών, τελικά ο μεγαλύτερος καρπός της εργασίας αυτής υπήρξε η γνωριμία με τις ιδέες και το έργο σημαντικών ανθρώπων οι οποίοι μας έφεραν σε επαφή με την Τέχνη-Θεραπεία.

## 6. Επίλογος

Με αποκλίσεις στη θεωρία και την πρακτική τους, όλοι οι αναφερόμενοι επιστήμονες, μελετητές και θεραπευτές μοιράζονται ένα κοινό σημείο: την ισχυρή πεποίθηση ότι η δραματοθεραπεία μπορεί να συμβάλλει αποτελεσματικά στην ίαση ασθενειών. Με την πολύχρονη εμπειρία τους και την καταγεγραμμένη μελέτη τους αποδεικνύουν ότι η θέση της δραματοθεραπείας στην κοινωνία μας είναι χρήσιμη, ίσως και απαραίτητη.

Τα αποτελέσματα της εργασίας αυτής κάλυψαν τα ερωτήματα και τους προβληματισμούς που είχαν εξ αρχής τεθεί. Επιπλέον, ένα εξαιρετικά ενδιαφέρον συμπέρασμα που γεννήθηκε είναι ότι η κοινωνιολογική έρευνα αποτελεί μία ιδιαίτερος γόνιμη διαδικασία που μπορεί να οδηγήσει τον ερευνητή σε μονοπάτια που δεν είχε προγραμματίσει και να του θέσει νέους προβληματισμούς.

Ακολουθούν κάποιες ιδέες και προτάσεις για περαιτέρω μελέτη, οι οποίες θα μπορούσαν να συμπληρώσουν ή να ενισχύσουν την υπάρχουσα:

- ποσοτική μελέτη των αποτελεσμάτων της Μονάδας Απεξάρτησης 18 Άνω, με σκοπό την διερεύνηση της αποτελεσματικότητας της θεραπευτικής διαδικασίας, που συμπεριλαμβάνει σε μεγάλο ποσοστό τη θεραπεία μέσω της τέχνης
- καταγραφή και ανάλυση των χώρων και των ομάδων που χρησιμοποιούν το δράμα ως μέθοδο θεραπείας στην Ελλάδα
- επισκόπηση της λειτουργίας της δραματοθεραπείας μέσα από τις απόψεις και την εμπειρία των θεραπευόμενων
- σε βάθος μελέτη των κοινών στοιχείων και των διαφορών μεταξύ της δραματοθεραπείας και των άλλων μεθόδων θεραπείας μέσω της τέχνης. Ανάλυση των διαφορετικών ομάδων στις οποίες απευθύνονται.
- έρευνα πάνω στην εξέλιξη και στη διάδοση της δραματοθεραπείας στον ελλαδικό χώρο τις τελευταίες δύο δεκαετίες



Εικόνα 1 Στιγμιότυπο από την παράσταση "Ευμενίδες" (2007) της ομάδας δραματοθεραπείας (Πηγή: Αρχείο 18 Άνω)



Εικόνα 2 Αφίσα της παράστασης "T.I.N.A." της ομάδας δραματοθεραπείας (2016) (Πηγή: Αρχείο 18 Άνω)



Εικόνα 3 Από την έκθεση της ομάδας φωτογραφίας του 18 Άνω στο Ε.Μ.Σ.Τ. (2017) (Πηγή: Προσωπικό αρχείο)





Εικόνα 5 Η Sue Jennings σε τμήμα δραματοθεραπείας (Πηγή: Αρχείο Sue Jennings)



Εικόνα 4 Η Sue Jennings σε τμήμα δραματοθεραπείας. Οι μάσκες και τα κοστούμια έχουν κατασκευαστεί από την ομάδα (Πηγή: Αρχείο Sue Jennings)

## Πηγές – Βιβλιογραφία

### Πηγές

#### Α' Ιστοσελίδες/ηλεκτρονικές παραπομπές

American Art Therapy Association. (2017, Ιούνιος). *About art therapy: American Art Therapy Association Web site*. Ανάκτηση Απρίλιος 30, 2018, από American Art Therapy Association Web site: <https://arttherapy.org/about-art-therapy/>

American Dance Therapy Association. (2014, Νοέμβριος). *What is Dancetherapy: American Dance Therapy Association*. Ανάκτηση Απρίλιος 30, 2018, από <https://adta.org/2014/11/08/what-is-dancemovement-therapy/>

Canadian Association of Music Therapists . (2016, Ιούνιος). *About Music Therapy*. Ανάκτηση Απρίλιος 30, 2018, από Canadian Association of Music Therapists : <https://www.musictherapy.ca/about-camt-music-therapy/about-music-therapy/>

Sue Jennings. (2013). Ανάκτηση Απρίλιος 20, 2018, από Sue Jennings: <http://www.suejennings.com/>

Μονάδα Απεξάρτησης 18 Άνω. (2007). Ανάκτηση Απρίλιος 20, 2018, από επίσημη ιστοσελίδα 18 Άνω: <http://www.18ano.gr/>

*Πεθαίνω σα χώρα, Ομάδα Απεξάρτησης 18 Άνω, Σκηνοθ. Στέλιος Κρασσανάκης, 1989.* (2012). Ανάκτηση Απρίλιος 20, 2018, από Youtube: <https://www.youtube.com/watch?v=VoChTIWzFTc>

#### Β' Διαλέξεις/Σεμινάρια

Διάλεξη Κατερίνας Μάτσα (2/5/2018), «*Η δημιουργία της Μονάδας 18 Άνω – ΨΝΑ. Θεωρητικές, κλινικές, λειτουργικές αρχές*» στο πλαίσιο του εκπαιδευτικού σεμιναρίου «*Η ιστορία της εξάρτησης και της θεραπείας απεξάρτησης στην Ελλάδα*» που διοργανώθηκε από τη Μονάδα 18 Άνω (25/4 – 30/5/2018)

Εκπαιδευτικό σεμινάριο «*Η Τέχνη στις δομές Ψυχικής Υγείας: Στην Εξάρτηση, στη Θεραπεία και στην Κοινωνική Επανένταξη*» που διοργανώθηκε από τη Μονάδα 18 Άνω (30/10 – 18/12/2017)

### **Γ' Εκθέσεις/Παραστάσεις**

Έκθεση φωτογραφίας στο πλαίσιο της εκπαιδευτικής δράσης του Εθνικού Μουσείου Σύγχρονης Τέχνης «Συνεργασία ΕΜΣΤ – Σχολή Φωτογραφίας Focus – Φωτογραφικό εργαστήρι 18 Άνω» (11/5 – 18/7/2017)

Θεατρική παράσταση «*T.I.N.A.*» («There is no alternative») από την ομάδα θεάτρου του 18 Άνω, Κτίριο του Συλλόγου Ελλήνων Αρχαιολόγων, Θησείο, (28/9/2016)

### **Βιβλιογραφία**

#### **Ξενόγλωσση**

Adamson, E. (1984). *Art as Healing*. Boston: Coventure Ltd.

American Art Therapy Association. (2017, Ιούνιος). *About art therapy: American Art Therapy Association Web site*. Ανάκτηση Απρίλιος 30, 2018, από American Art Therapy Association Web site: <https://arttherapy.org/about-art-therapy/>

American Dance Therapy Association. (2014, Νοέμβριος). *What is Dancetherapy: American Dance Therapy Association*. Ανάκτηση Απρίλιος 30, 2018, από <https://adta.org/2014/11/08/what-is-dancemovement-therapy/>

Babbie, E. (2010). *The Practice*. Belmont, California: Wadsworth.

Bradt, J. (2006). *The history of music therapy*. Springfield, IL: Charles C. Thomas Publishers.

Canadian Association of Music Therapists . (2016, Ιούνιος). *About Music Therapy*. Ανάκτηση Απρίλιος 30, 2018, από Canadian Association of Music Therapists : <https://www.musictherapy.ca/about-camt-music-therapy/about-music-therapy/>

Case C, D. T. (2014). *The Handbook of Art Therapy*. East Sussex & New York: Routledge.

Dubuffet, J. (1949). Ανάκτηση 4 29, 2018, από [artbrut.ch](http://artbrut.ch): [https://www.artbrut.ch/fr\\_CH/art-brut/qu-est-ce-que-l-art-brut](https://www.artbrut.ch/fr_CH/art-brut/qu-est-ce-que-l-art-brut)

- Grainger, R. (1994). *The Dramatherapeutic Space*. London & New York: Routledge.
- Hartnoll P. & Found P. (2000). *Λεξικό του θεάτρου*. (Ν. Χατζόπουλος, Μεταφρ.) Αθήνα: Εκδόσεις Νεφέλη.
- Hill, A. (1945). *Art vs Illness*. London: G. Allen and Unwin.
- Jennings S. & Minde A. (1996). *Μάσκες της ψυχής*. Αθήνα: Ελληνικά Γράμματα.
- Jennings, S. (1994). *The Handbook of Dramatehrapy*. London & New York: Routledge.
- Jennings, S. (1992). *Theory and Practice 2*. New York: Routledge.
- Junge, M. B. (2010). *The Modern History of Art Therapy in the United States*. U.S.: Charles C Thomas Pub Ltd.
- Landy, R. J. (1996). *Essays in Drama Therapy*. Londin and Philadelphia: Jessica Kingsley Publishers.
- Malchiodi, C. A. (2003). *Handbook of Art Therapy*. New York : The Guilford Press.
- Mattingly, C. (1998). *Healing Dramas and Clinical Plots*. Cambridge: Cambridge University Press.
- Payne, H. (1992). *Dance Movement Therapy: Theory and Practice*. East Sussex & New York: Routledge.
- Prinzhorn, H. (1972). *Artistry of the Mentally Ill*. New York: Springer.
- Ritter M., G. L. (1996). Dance/Movement Therapy: a Meta-analysis. *The Arts in Psychotherapy*, , 23 (No 3).
- Sarmiento, F. M. (2006). Nurturing the Creative Spirit. *Aotearoa Ethnic Network Journal*, 1 (2).
- Sue Jennings. (2013). Ανάκτηση Απρίλιος 20, 2018, από Sue Jennings: <http://www.suejennings.com/>
- Αρτώ, Α. (1992). *Το θέατρο και το είδωλό του*. (Π. Μάτεσις, Μεταφρ.) Αθήνα-Γιάννενα: Δωδώνη.
- Αρτώ, Α. (1992). *Το θέατρο και το είδωλό του*. (Π. Μάτεσις, Μεταφρ.) Αθήνα-Γιάννενα: Δωδώνη.
- Δημητριάδης, Δ. (2010). *Πεθαίνω σαν χώρα*. Θεσσαλονίκη: Εκδόσεις Σαιξπηρικών.
- Ζέρβας, Γ. Χ. (Παραγωγός), & Ζέρβας, Γ. Χ. (Σκηνοθέτης). (2005). *Τώρα κάνω όνειρα* [Ταινία]. Ελλάδα: Γιώργος Ζέρβας Film Productions.
- Ζώνιου, Χ. (2003). Το θέατρο του καταπιεσμένου. *Εκπαίδευση & Θέατρο* (4), 16.

Ίσαρη Φ. & Πουρκός Μ. (2015). *Ποιοτική Μεθοδολογία Έρευνας, Εφαρμογές στην Ψυχολογία και την Εκπαίδευση*. Αθήνα: ΣΥΝΔΕΣΜΟΣ ΕΛΛΗΝΙΚΩΝ ΑΚΑΔΗΜΑΪΚΩΝ ΒΙΒΛΙΟΘΗΚΩΝ.

Κρασανάκης, Σ. (2004). Δραματοθεραπευτική εισ-αγωγή. Στο Θ. Δρίτσας, *Η τέχνη ως μέσον θεραπευτικής αγωγής* (σσ. 49-64). Αθήνα: Εθνικό Ίδρυμα Ερευνών.

Λυδάκη, Α. (2016). *Αναζητώντας το χαμένο Παράδειγμα*. Αθήνα: Εκδόσεις Παπαζήση.

Μάτσα, Κ. (2/5/2018). Η δημιουργία της Μονάδας 18 Άνω - ΨΝΑ. Θεωρητικές, κλινικές, λειτουργικές αρχές.

Μάτσα, Κ. (5/2018). Η δημιουργία της Μονάδας 18 Άνω - ΨΝΑ. Θεωρητικές, κλινικές, λειτουργικές αρχές. *Η ιστορία της εξάρτησης και της θεραπείας απεξάρτησης στην Ελλάδα*. Αθήνα: Μονάδα 18 Άνω.

Μάτσα, Κ. (2008). *Οι ομάδες τέχνης στο 18 Άνω*. Αθήνα: Βιβλιοτεχνία.

Μάτσα, Κ. (2014). Τέχνη των τρελών και τέχνη-θεραπεία. Art – brut και art therapy. Συγκλίσεις και αποκλίσεις. *Τέχνη και τρέλα*. Αθήνα: επιστημονικό συνέδριο : Τέχνη και τρέλα, Πολιτιστικό Ίδρυμα Μελίνα.

Μάτσα, Κ. (2007). *Ψάξαμε ανθρώπους και βρήκαμε σκιές*. Αθήνα: Εκδόσεις Άγρα.

Μάτσα, Κ. (2008). *Ψυχοθεραπεία και τέχνη στην απεξάρτηση*. Αθήνα: Εκδόσεις Άγρα.

Μονάδα Απεξάρτησης 18 Άνω. (2007). Ανάκτηση Απρίλιος 20, 2018, από επίσημη ιστοσελίδα 18 Άνω: <http://www.18ano.gr/>

Μπρουκ, Π. (1976). *Η σκηνή χωρίς όρια*. (Μ.-Π. Παπαρά, Μεταφρ.) Θεσσαλονίκη: Εκδόσεις Εγνατία.

Πανεπιστήμιο της Οξφόρδης. (1998). *Λεξικό Τέχνης και Καλλιτεχνών* (Τόμ. Δεύτερος (Μ-Ω)). (Φ. Κατερίνα, Μεταφρ.) Αθήνα: Νεφέλη.

*Πεθαίνω σα χώρα, Ομάδα Απεξάρτησης 18 Άνω, Σκηνοθ. Στέλιος Κρασανάκης, 1989*. (2012). Ανάκτηση Απρίλιος 20, 2018, από Youtube: <https://www.youtube.com/watch?v=VoChTlWzFTc>

Στανισλάβσκι, Κ. (1962). *Πλάθοντας ένα ρόλο*. Αθήνα: Εκδόσεις Γκόννη.

Τσέργας, Ν. (2014). *Θεραπευτικές προσεγγίσεις μέσω τεχνης*. Αθήνα: Εκδόσεις Τόπος.

Ψαλτοπούλου, Ν. (2011). Οι χρόνιες παθήσεις ως ταυτότητα, ως τρόπος ζωής ή ως μήνυμα για αναδιαμόρφωση εαυτού. *Interscientific Health Care*, 3 (1), 10-13.