

Η τέχνη ως μέσον θεραπευτικής αγωγής



ΕΠΙΣΤΗΜΗΣ ΚΟΙΝΩΝΙΑ
ΕΙΔΙΚΕΣ ΜΟΡΦΩΤΙΚΕΣ ΕΚΔΗΛΩΣΕΙΣ

ΧΟΡΗΓΟΣ:



**ΚΟΙΝΟΦΕΛΕΣ ΙΔΡΥΜΑ
ΑΛΕΞΑΝΔΡΟΣ Σ. ΟΝΑΣΙΔΗΣ**

Στο πλαίσιο του προγράμματος των Ειδικών Μορφωτικών Εκδηλώσεων «ΕΠΙΣΤΗΜΗΣ ΚΟΙΝΩΝΙΑ», το ΕΙΕ διοργανώνει κύκλους ομιλιών, με στόχο την παρουσίαση των σύγχρονων επιστημονικών επιτευγμάτων στον χώρο τόσο των θετικών όσο και των ανθρωπιστικών επιστημών, καθώς και την προβολή του κοινωνικού χαρακτήρα της επιστημονικής έρευνας.

Η ΤΕΧΝΗ ΩΣ ΜΕΣΟΝ
ΘΕΡΑΠΕΥΤΙΚΗΣ ΑΓΩΓΗΣ

Επιστημονική επιμέλεια
Θανάσης Δρίτσας

ISBN: 960-7998-25-1

© 2004, ΕΘΝΙΚΟ ΙΔΡΥΜΑ ΕΡΕΥΝΩΝ (ΕΙΕ)

Υπεύθυνη του Προγράμματος των Ειδικών Μορφωτικών Εκδηλώσεων
«ΕΠΙΣΤΗΜΗΣ ΚΟΙΝΩΝΙΑ» και

επιμέλεια έκδοσης: Ελένη Γραμματικοπούλου

Τηλ.: 210 72 73 501, Fax: 210 72 46 618, e-mail: gramma@eie.gr

Σχεδίαση, παραγωγή:

S & P Advertising

Ασκληπιού 154, 114 71 Αθήνα

Τηλ.: 210 64 62 716, Fax: 210 64 52 570

e-mail: central@spad.gr, www.spad.gr

Η ΤΕΧΝΗ ΩΣ ΜΕΣΟΝ
ΘΕΡΑΠΕΥΤΙΚΗΣ ΑΓΩΓΗΣ



ΕΠΙΣΤΗΜΗΣ ΚΟΙΝΩΝΙΑ

ΕΙΔΙΚΕΣ ΜΟΡΦΩΤΙΚΕΣ ΕΚΔΗΛΩΣΕΙΣ

ΜΕ ΤΗΝ ΕΥΓΕΝΙΚΗ ΧΟΡΗΓΙΑ

ΤΟΥ ΚΟΙΝΩΦΕΛΟΥΣ ΙΔΡΥΜΑΤΟΣ ΑΛΕΞΑΝΔΡΟΣ Σ. ΩΝΑΣΗΣ



Το Εθνικό Ίδρυμα Ερευνών, συνεχίζοντας την παράδοση της προσφοράς και της συμβολής στην ανάπτυξη της πνευματικής ζωής του τόπου μας, οργάνωσε τις καθιερωμένες πλέον Ειδικές Μορφωτικές Εκδηλώσεις «ΕΠΙΣΤΗΜΗΣ ΚΟΙΝΩΝΙΑ» και κατά την περίοδο 2003-2004.

Η παρουσίαση των σύγχρονων επιστημονικών επιτευγμάτων στον χώρο τόσο των θετικών όσο και των ανθρωπιστικών επιστημών καθώς και η προβολή του κοινωνικού χαρακτήρα της επιστημονικής έρευνας εξακολουθούν να αποτελούν, κατά μείζονα λόγο, τα καθοδηγητικά κριτήρια και τον στόχο των διαλέξεων που εντάσσονται στο Μορφωτικό Πρόγραμμα του ΕΙΕ.

Με βάση αυτές τις προϋποθέσεις, θεωρήθηκε σκόπιμο να περιληφθεί και τη χρονιά αυτή στο πρόγραμμα των μορφωτικών εκδηλώσεων ο κύκλος των κυριακάτικων πρωινών που είχε ξεκινήσει, πλοικα, τον Μάιο του 2003. Αυτό οφείλεται στο μεγάλο ενδιαφέρον του κοινού αλλά και στον ολοένα αυξανόμενο ρυθμό ένταξης της θεραπείας μέσω τέχνης στα πανεπιστημιακά προγράμματα εκπαίδευσης σε παγκόσμια κλίμακα. Η προηγούμενη ενότητα με τον γενικό τίτλο «**Μουσικοκινητικά δρώμενα ως μέσον θεραπευτικής αγωγής**» είχε αφιερωθεί αποκλειστικά στις θεραπευτικές δυνατότητες της μουσικής. Ο νέος κύκλος με τον γενικό τίτλο «**Η τέχνη ως μέσον θεραπευτικής αγωγής**» δεν επικεντρώνεται μόνο στη μουσική αλλά αναφέρεται και στις δημιουργικές θεραπείες μέσω διαφόρων μορφών τέχνης (χοροθεραπεία, θεατρική έκφραση, εικαστικές τέχνες, κ.ά.).

Στον παρόντα τόμο περιλαμβάνονται οι εισηγήσεις των ειδικών που έλαβαν μέρος στον κύκλο αυτό και υποστήριξαν τόσο θεωρητικές αρχές όσο και πρακτικές εργασίες στους ανωτέρω τομείς. Κάθε εισήγηση έκλεινε με ένα βιωματικό δρώμενο με στόχο τη συμμετοχή του κοινού. Επίσης, στο πρόγραμμα είχε ενταχθεί εικαστική έκθεση και συναυλία με μουσικά παραμύθια για αφηγητή και ορχήστρα δωματίου.

Επιθυμούμε και από τη θέση αυτή να ευχαριστήσουμε τους ομιλητές και όλους όσοι συνετέλεσαν στην πραγματοποίηση της παρούσας σειράς ομιλιών. Ειδικότερα τον καρδιολόγο-συνθέτη Δρ. Θανάση Δρίτσα, ο οποίος είχε την όλη επιμέλεια και την καλλιτεχνική διεύθυνση του προγράμματος, για τη συμμετοχή του και την πολύτιμη συμβολή του στον σχεδιασμό του κύκλου αυτού. Ιδιαίτερα θα πρέπει να ευχαριστήσουμε το Διοικητικό Συμβούλιο του ΚΟΙΝΩΦΕΛΟΥΣ ΙΔΡΥΜΑΤΟΣ ΑΛΕΞΑΝΔΡΟΣ Σ. ΩΝΑΣΗΣ για την άμεση οικονομική του υποστήριξη.

Ελένη Γραμματικοπούλου
Υπεύθυνη του Προγράμματος
των Μορφωτικών Εκδηλώσεων του ΕΙΕ
«Επιστήμης Κοινωνία»

Πρόλογος

Η επιτυχία του κύκλου «**Μουσικοκινητικά δράματα ως μέσον θεραπευτικής αγωγής**» που απετέλεσε την ενότητα *Κυριακάτικα Πρωινά, Μάιος 2003* στο ΕΙΕ οδήγησε στη διοργάνωση του νέου κύκλου *Κυριακάτικα Πρωινά II, Μάιος 2004* με θέμα: «**Η τέχνη ως μέσον θεραπευτικής αγωγής**».

Στον κύκλο αυτό σχολιάζονται οι δημιουργικές θεραπείες μέσω δράματος, χορού και εικαστικών με αντίστοιχα δράματα. Επίσης, στο κλείσιμο της ενότητας αυτής περιλαμβάνεται και η θεραπευτική αξία της διήγησης ιστοριών μέσω της παρουσίασης δύο μουσικών παραμυθιών για παιδιά, με αφηγητή και ορχήστρα δωματίου. Πέραν των διαλέξεων, δόθηκε έμφαση –όπως και στον προηγούμενο κύκλο– σε δράματα που σχετίζονται με το αντικείμενο των θεωρητικών παρουσιάσεων.

Η πρόσφατη μεγάλη και παγκόσμια διάδοση των θεραπειών μέσω τέχνης αντιπροσωπεύει τη συστηματική πλέον προσπάθεια αποκατάστασης του ρήγματος το οποίο ιστορικά δημιούργησε ο καρτεσιανός διχασμός σώματος-ψυχής (mind-body division). Οι θεραπείες αυτές επαναπροσδιορίζουν τη σχέση θεραπευόμενου-θεραπευτή και αναβαθμίζουν τον ρόλο του πάσχοντος ατόμου ως συν-δημιουργού στη θεραπευτική διαδικασία.

Θα ήθελα καταρχάς να ευχαριστήσω θερμότατα τον πρόεδρο του ΕΙΕ για τη φιλοξενία και την άρτια διοργάνωση των εκδηλώσεων. Και βέβαια θερμές ευχαριστίες απευθύνω στους διακεκριμένους ομιλητές και τους συμμετέχοντες στα δράματα οι οποίοι ανταποκρίθηκαν άμεσα στην πρόσκληση των διοργανωτών του κύκλου *Κυριακάτικα Πρωινά II, 2004*. Ξεχωριστή μνεία οφείλω στο Διοικητικό Συμβούλιο του ΚΟΙΝΩΦΕΛΟΥΣ ΙΔΡΥΜΑΤΟΣ ΑΛΕΞΑΝΔΡΟΣ Σ. ΩΝΑΣΗΣ για την ευγενική χορηγία η οποία έκανε δυνατή την πραγμάτωση των *Κυριακάτικων Πρωινών*. Τέλος, η άριστη διοργάνωση του κύκλου «**Η τέχνη ως**

μέσον θεραπευτικής αγωγής» οφείλει τα μέγιστα στην κα Ελένη Γραμματικοπούλου, την οποία διακρίνει η επιμονή στη διεκπεραίωση της λεπτομέρειας, η αδιάλειπτη προσπάθεια αλλά και η μεγάλη αγάπη στην τέχνη.

Θανάσης Δρίτσας

*MD, FESC Καρδιολόγος, Συνθέτης
Ωνάσειο Καρδιοχειρουργικό Κέντρο*

Περιεχόμενα

9 Μαΐου 2004:

Χοροθεραπεία: Η θεραπευτική οδός που έρχεται από το μακρινό παρελθόν	
Αλέξια Μαργαρίτη -Τζωρτζάκη, Νατάσα Σμυρλή	13
Ο χορός από τη θεραπεία στην (ανα)παράσταση	
Αμάντα Κουγιούφα	23
Χοροκινητική θεραπεία (Dance Movement Therapy)	
Νίνα Αλκαλάη	31

16 Μαΐου 2004:

Η εικαστική προσέγγιση στις θεραπείες μέσω τέχνης	
Γιάννα Κιλίμη	39

23 Μαΐου 2004:

Δραματοθεραπευτική εισ-αγωγή	
Στέλιος Κρασανάκης	49

30 Μαΐου 2004:

Η θεραπευτική δύναμη της αφήγησης	
Στέλιος Κρασανάκης	65
Απ' όσα είπα τίποτα δεν είδα και δεν άκουσα...	
Θανάσης Δρίτσας	73

ΧΟΡΟΘΕΡΑΠΕΙΑ: Η ΘΕΡΑΠΕΥΤΙΚΗ ΟΔΟΣ
ΠΟΥ ΕΡΧΕΤΑΙ ΑΠΟ ΤΟ ΜΑΚΡΙΝΟ ΠΑΡΕΛΘΟΝ

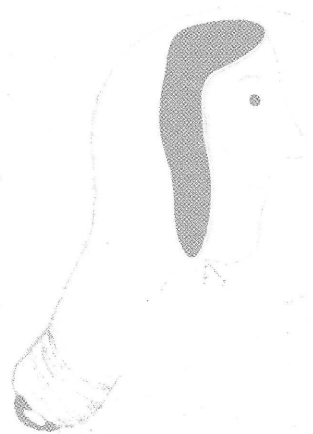
Κείμενα:

Αλέξια Μαργαρίτη - Τζωρτζάκη

Νατάσσα Σμυρλή

Αμάντα Κουγιούφα

Νίνα Αλκαλάη



Χοροθεραπεία: Η θεραπευτική οδός που έρχεται από το μακρινό παρελθόν

Αλέξια Μαργαρίτη - Τζωρτζάκη

*Καθηγήτρια Χορού, Χοροθεραπεύτρια
Πρόεδρος της Ένωσης Χοροθεραπευτών Ελλάδας*

Νατάσα Σμυρλή

Χοροθεραπεύτρια

Ο χορός είναι μία από τις αρχαιότερες μορφές θεραπευτικής πρακτικής και εμπειρίας της ανθρωπότητας και αποτελεί τη ρυθμική σχέση ήχου και κίνησης, σε συνδυασμό με τη συλλογική έκφραση των συναισθημάτων. Οι παραδοσιακές πρακτικές της *χοροθεραπείας* (όρος που χρησιμοποιείται σήμερα) χάνονται στα βάθη των αιώνων και είναι παγκόσμιες. Από την προϊστορική ήδη εποχή, σύμφωνα με σύγχρονους ερευνητές, ο άνθρωπος χρησιμοποιεί τον χορό για τη δύναμη που έχει να τον οδηγήει στη μετουσίωση (ασυνείδητος αμυντικός μηχανισμός με τον οποίο η ενέργεια που σχετίζεται με μη αποδεκτές ενορμήσεις μεταστρέφεται σε κανάλια τα οποία είναι αποδεκτά τόσο προσωπικά όσο και κοινωνικά).

Οι ρίζες της χοροθεραπείας βρίσκονται λοιπόν στο μακρινό παρελθόν και από εκεί αντλούμε πλήθος πληροφοριών για τη σημασία, τη λειτουργία και τη θέση που κατείχε ο χορός στις κοινωνίες αυτές.

Σήμερα προσεγγίζουμε τα στοιχεία αυτά και μέσα από τα σύγχρονα ψυχοθεραπευτικά ρεύματα.

Ως απάντηση στο ερώτημα «τι είναι χοροθεραπεία;» επιγραμματικά μπορούμε να πούμε ότι είναι η ψυχοθεραπευτική χρήση της κίνησης και του χορού μέσα από την οποία το άτομο μπορεί να συμμετάσχει δημιουργικά σε μια διαδικασία που προωθεί τη γνωστική, συναισθηματική, σωματική και κοινωνική του ολοκλήρωση. Βασίζεται στην αρχή ότι το σώμα καθρεφτίζει την ιστορία, την προσωπικότητα και τη συναισθηματική κατάσταση του ατόμου.

Υπάρχουν δύο βασικές κατευθύνσεις, δηλαδή δύο θεραπευτικές προσεγγίσεις: η *πρωτόγονη έκφραση* και η *χοροκινητική*.

Η Παγκόσμια Οργάνωση Υγείας δίνει τον εξής ορισμό για την ασθένεια: «ανατροπή της ιστορίας ανάμεσα στα διάφορα επίπεδα, η διάρθρωση των οποίων συνιστά το ανθρώπινο ον ως οργανισμό συγχρόνως φυσικό, διανοητικό, ψυχικό και κοινωνικό». Παίρνει λοιπόν υπόψη της το άτομο μέσα στην ολότητά του. Ως προς το σημείο αυτό, τοποθετείται μέσα στην οπτική γωνία των παραδοσιακών κοινωνιών που δεν αναζητούν την αιτία του συμπτώματος στο ίδιο το όργανο που πάσχει, και μάλιστα δεν την αποδίδουν καν στο άτομο, αλλά σε μια γενικότερη αταξία που πλήττει την οικογένεια ή την ομάδα.

Η *πρωτόγονη έκφραση* εντάσσεται στην πορεία της θεραπευτικής διαδικασίας των πρωτόγονων κοινωνιών των οποίων ο τρόπος δράσης είναι μη λεκτικός. Συνδυάζοντας ρυθμό, χορό και τραγούδι, δρα σε επίπεδο συμβολικό χωρίς να επιδιώκει την εξωτερίκευση της σημασίας τους.

Μέσα σε αυτή τη γενικευμένη προοπτική, όπου συγκλίνουν τα παραδοσιακά ρεύματα και οι σύγχρονες απόψεις, ο χορός κατέχει προνομίους θέση, στο μέτρο που αντιπροσωπεύει μια δραστηριότητα ταυτόχρονα φυσική, διανοητική, ψυχική και κοινωνική. Επομένως, ο χορός δεν θεωρείται μόνον ότι είναι «τέχνη για την τέχνη» αλλά «τέχνη για κάτι», στην προκειμένη περίπτωση για

την πρόληψη και θεραπεία της διαταραχής της ισορροπίας που προκάλεσε το (νοσηρό) σύμπτωμα. Πολλοί γιατροί σήμερα συμφωνούν ότι ανάμεσα στα αίτια ενός σημαντικού ποσοστού παθολογικών φαινομένων, οι ψυχικές αιτίες καταλαμβάνουν ένα μεγάλο μέρος. Αυτό συνεπάγεται ότι μια ψυχοθεραπεία θα μπορούσε να θεραπεύσει όχι μονάχα διανοητικές διαταραχές αλλά και τις πολυάριθμες ψυχοσωματικές παθήσεις. Με άλλα λόγια, σε όποια αιτία κι αν οφείλεται το νοσηρό σύμπτωμα, σωματική ή ψυχική, μπορεί να εφαρμοστεί για τη θεραπεία του μια μέθοδος προορισμένη να συμφιλιώσει τα διάφορα επίπεδα σε μια αρμονική ολοκλήρωση.

Το θεραπευτικό έργο της *πρωτόγονης έκφρασης* συνίσταται στο να καλέσει και να επαναπροσανατολίσει τους διάφορους μηχανισμούς που συμμετέχουν στην εξέλιξη του ανθρώπινου πλάσματος και στην οργάνωση του ψυχισμού του. Στην *πρωτόγονη έκφραση* λοιπόν υιοθετούμε τα παρακάτω θεραπευτικά εργαλεία:

- τη σημαντικότητα της ομάδας
- τη δυναμικότητα του ρυθμού
- τον ήχο των κρουστών
- τη σχέση με το έδαφος
- την απλότητα των κινήσεων
- την επανάληψη
- τη χρήση κωδικοποιημένων κινήσεων
- τη χρήση της φωνής
- τη δυαδικότητα
- την εμπειρία της μετουσίωσης
- το παιχνίδι με την παραβίαση
- την αναζήτηση της υπέρβασης του εγώ μέσω της μετουσίωσης και
- την «τελετουργική» επένδυση των ποικίλων θεραπευτικών εργαλείων που προαναφέραμε.

Στην ψύχωση, για παράδειγμα, αν το παιδί δεν καταφέρει να συνειδητοποιήσει την απουσία της μητέρας υποκαθιστώντας την στην αρχή με ένα και ύστερα με μια συστοιχία σημαινόντων, παραμένει σε μια κατάσταση ψυχικής συγκώνευσης με εκείνη, που το κάνει ψυχωτικό όταν ενηλικιωθεί. Η κατάσταση της αυτονομίας απαιτεί τρεις τουλάχιστον προϋποθέσεις: τη συνειδητοποίηση ότι το σώμα του είναι μια ολότητα χωριστή από εκείνη της μητέρας, τη δυνατότητα να παρηγορηθεί για τον χωρισμό (από το σώμα της μητέρας) με τη δημιουργία υποκατάστατων και τέλος τον προσανατολισμό της δραστηριότητας του ατόμου προς τον έξω κόσμο. Η *πρωτόγονη έκφραση* επαναδραστηριοποιεί τις τρεις όψεις αυτής της θεμελιακής κατάστασης, επιτρέποντάς της να ξαναλειτουργήσει, δίνοντάς της καινούργιες ευκαιρίες επιτυχίας.

Ο χορός, όπως αναμφίβολα κάθε χορός, είναι ενεργητικός. Επιπλέον, ο κατευθυντικός μηχανισμός του και η έντονη παρουσία του ρυθμού στρέφουν την προσοχή του χορευτή προς τα έξω. Επιτρέπει επίσης στον χορευτή να συνειδητοποιήσει ότι είναι μια ψυχοσωματική μονάδα, μια συνοχή του εγώ, γεννημένη από το συναίσθημα της συνέχισης της ολοκλήρωσής του.

Το σώμα δοκιμάζει με τον χορό την απόλαυση μιας καλά συντονισμένης κινητικότητας, την ικανοποίηση της άσκησης ισορροπίας, του προσανατολισμού, της επιδεξιότητας, της ταχύτητας, της αντανακλαστικής ικανότητας, ικανότητες δηλαδή ζωτικές, που του επιτρέπουν να ολοκληρώσει μια αλληλουχία από κινητικές ακολουθίες, γενετικά εγγεγραμμένες μέσα του (όπως επίθεση, φυγή, κ.λπ.).

Η χρησιμοποίηση ρυθμών και κινήσεων που επιτρέπουν στο υποκείμενο που χορεύει να αισθανθεί ότι εκφράζει τον εαυτό του δημιουργεί ή αποκαθιστά έναν βασικό ναρκισσισμό, προτείνει μια αξιολόγηση της εικόνας του σώματος. Αυτή η τελευταία μπορεί να οριστεί ως ασυνείδητη απεικόνιση του εγώ στη σχέση του με τους άλλους. Πρόκειται για μια αυτοαντίληψη εντελώς φαντασιωσική, υποκειμενική και μη ρεαλιστική. Η εικόνα αυτή προσδιορίζεται προφανώς κατά μεγάλο μέρος από το βλέμμα που ανταλλάσσει το παιδί με τη μητέρα, το οποίο συμβάλλει στην ποιότητα των μελλοντικών ανταλλαγών του παιδιού με τον εξωτερικό κόσμο, καθώς και στην ποιότητα των απαντήσεων που

μπορεί να του δώσει στις ερωτήσεις του σχεικά με την καταγωγή και το φύλο του. Μια τέτοια συμβολική τοποθέτηση του «εγώ μέσα στον κόσμο» είναι ασυνείδητη, ωστόσο δεν ζωντανεύει γι' αυτό τον λόγο λιγότερο τον τρόπο με τον οποίο κατοικούμε το σώμα μας και συμπεριφερόμαστε στους άλλους.

Για τον χορευτή –ο οποίος είναι απασχολημένος ολοκληρωτικά με τη μορφή της κίνησης που πρέπει να πραγματοποιήσει– η ασυνείδητη εικόνα του σώματος μεταφέρεται στην έκφραση της προτεινόμενης κίνησης και δίνει μορφή σε μια αναπαράσταση του εγώ που έχει σχέση με τον θεραπευτή και βρίσκεται σε αλληλεπίδραση με την ομάδα. Επεξεργάζεται έτσι μια δυναμική συμβολοποίηση. Το ενδιαφέρον που παρουσιάζει η *πρωτόγονη έκφραση* στη διαδικασία αποκατάστασης του ναρκισσισμού οφείλεται και στις επαναληπτικές κινήσεις, τις οποίες χαρακτηρίζει μεγαλείο και ολοένα αυξανόμενη ομορφιά.

Η δύναμη της αυτονομίας οφείλεται επίσης στο παιχνίδι κάλεσμα-απόκριση, το οποίο χωρίζει τον χορευτή από το σώμα του άλλου (θεραπευτή, συγχορευτή) με τις διχοτομημένες κινήσεις και τις αντιθέσεις της φωνής. Η χρησιμοποίηση του ρυθμού, η παλμική κίνηση των ποδιών και η προσφυγή στις διχοτομημένες κινήσεις χρησιμοποιούνται για να ξαναδώσουν ζωή στην ανάδυση του υποκειμένου ως εκείνου που με την εναλλαγή ενώνει τον «μητρικό» πόλο της συγχώνευσης και τον «πατρικό» πόλο του χωρισμού. Υπενθυμίζουμε ότι ο ρυθμός απηχεί τους χτύπους της καρδιάς και προκαλεί το λίκνισμα του σώματος που παραπέμπει στο ναούρισμα. Ευνοεί λοιπόν μια επιστροφή στην κατάσταση της συγχώνευσης του εμβρύου (ή του νεογέννητου) με τη μητέρα. Ταυτόχρονα όμως ενεργοποιεί. Τα κρουστά όργανα καλούν το σώμα αρχικά να κινηθεί και κατόπιν να αλλάξει θέση. Πολύ συχνά, χωρίς καμιά ιδιαίτερη παρότρυνση, το ανθρώπινο όν που ακούει τον ήχο των κρουστών «σπκώνεται και βαδίζει».

Ξεκινώντας από τη μεταβατική κίνηση που προτείνεται υπό τη μορφή μιας συλλογικής έκφρασης, ο κάθε χορευτής θα αντιλήσει τη δική του ετερότητα, την προσωπική του γλώσσα. Το αντικείμενο που «βρέθηκε» μέσα στο παράγωγο που δόθηκε από τον θεραπευτή θα γίνει το αντικείμενο που «δημιουργήθηκε» από την ερμηνεία του παραγγέλματος, που το φορτίζει τότε με μια και-

νούργια σημασία. Θα σημαίνει στη σωματική γλώσσα την εικόνα του σώματος του κάθε χορευτή. Έτσι βλέπουμε να προκύπτουν τόσα διαφορετικά είδη κίνησης όσα και οι συμμετέχοντες, αφού ο καθένας καταλήγει σε μια αναδημιουργία της δοσμένης κίνησης, που ανταποκρίνεται επίσης σε μια αναδημιουργία του εγώ. Η *πρωτόγονη έκφραση*, ευνοώντας τον αποχωρισμό, επιτρέπει τη διαφοροποίηση του υποκειμένου. Του ξαναδίνει έτσι τη δυνατότητα της επικοινωνίας, την οποία είχε χάσει εξαιτίας της απομόνωσής του και της έλλειψης πρωτοτυπίας. Αυτή η τελευταία δεν είναι δυνατόν να είναι καρπός μιας θεληματικής προσπάθειας που υποχρεώνει τον καθένα να είναι δημιουργικός. Επιτελείται χάρη σε ένα άνοιγμα του ασυνείδητου που καθίσταται δυνατό μέσα από κάποια άρση του απωθημένου.

Η σύνδεση ενός σωματικού λόγου με τον κόσμο της φαντασίωσης και με την πραγματικότητα του σώματος γίνεται αυτόματα, εν αγνοία του υποκειμένου, και μάλιστα περισσότερο μέσα από τη χαλάρωση παρά μέσα από την προσπάθεια και την εστίασή της στο πρόσωπο του υποκειμένου. Στην πραγματικότητα, μέσα στη λήθη του εγώ που επιτυγχάνεται με την επανάληψη μπορεί να ενεργοποιηθεί ό,τι ίδιο το υποκείμενο έχει λησμονήσει και που συνιστά το ασυνείδητό του. Αυτό το απωθημένο που δεν εμφανίζεται στον λόγο απελευθερώνεται με μια κίνηση που υποτάσσεται σε αυτό που δεν λέγεται, για να το αναγάγει σε έναν χορευτικό λόγο. Ο χορός επιτρέπει στο υποκείμενο να αναγνωρίσει τις επιθυμίες που έχει απωθήσει στο ασυνείδητο γιατί κρίθηκαν πολύ επικίνδυνες, όπως το αποδεικνύει ο W. Reich αναλύοντας την κοινωνική καταπίεση των επιθετικών ή σεξουαλικών ενορμώσεων. Από την άποψη αυτή, η *πρωτόγονη έκφραση* αποτελεί μια καλή ένδειξη για τη θεραπεία της νεύρωσης, της κατάθλιψης και των ψυχοσωματικών εκτροπών ή αναστολών. Δεν προσφεύγει στον προφορικό λόγο, αλλά προτείνει μια σωματική συμβολοποίηση των επιθυμιών, που έχει πολλά θεραπευτικά αποτελέσματα.

Η *πρωτόγονη έκφραση*, όπως προαναφέραμε, επιτρέπει στο υποκείμενο που χορεύει να ανακαλύψει της ιδιαίτερη έκφρασή του, η οποία αντιπροσωπεύεται από το σώμα του. Η δική του επιθυμία εκφράζεται με τον τρόπο που χορεύει. «Υπογράφει» το ύφος της εκτελούμενης κίνησης και εγγράφεται

στον χώρο της συμβολοποίησης, της οποίας η έλλειψη που βρίσκεται στη ρίζα της παθολογίας του ναρκισσισμού, δηλαδή της ψυχωτικής προβληματικής, επηρεάζει επίσης το νευρωτικό υπόστρωμα, συνδέοντας τις ενορμήσεις με αρνητικές αναπαραστάσεις κι άρα καταδικάζοντάς τις σε αποτυχία ή καταστροφή.

Το συμπέρασμα είναι ότι η θεραπευτική διαδικασία συνίσταται στην πραγματοποίηση μιας αποσύνδεσης της παθογενούς διάρθρωσης για να δημιουργηθεί μια νέα σύνδεση, που θα επιτρέπει τον θετικό επαναπροσανατολισμό της ενόρμησης. Αυτό επιτυγχάνεται μέσα από την κινητοποίηση των συναισθημάτων προς το πρόσωπο του θεραπευτή μέσω της μεταβίβασης, η οποία συνοδεύεται από τη θετική αναδιάρθρωση που αντιπροσωπεύει μια αληθινή συμβολική αναδιοργάνωση. Η διαδικασία της εξιδανίκευσης απομακρύνει τις ενορμήσεις από τον αρχικό τους σκοπό και συμβάλλει κατ' αυτό τον τρόπο στη θετικοποίηση των αναπαραστάσεων που συνδέονται με αυτές.

Μπορούμε να αναλύσουμε σύντομα τους ομόλογους μηχανισμούς στους οποίους βασίζεται η θεραπευτική ενέργεια της *πρωτόγονης έκφρασης*, συνοψίζοντάς τους στα ακόλουθα σημεία:

- ❑ Διοχετεύουν τις ενορμήσεις και τους δίνουν διεξοδο μέσω μιας θετικής αποκωδικοποίησης που επιτρέπει την κάθαρσή τους.
- ❑ Προτείνουν έναν χώρο δημιουργικής ελευθερίας που επιτρέπει στον καθένα να εκφράσει την ατομικότητά του, επομένως να επαναλάβει για δικό του λογαριασμό μια συλλογική και αρχετυπική ιστορία με την οποία συνδέεται.
- ❑ Οδηγούν στην εκφόρτιση των ενορμήσεων, στην ικανοποίηση της επιθυμίας, που υλοποιείται διαμέσου της χορευτικής έκφρασης με χρήση υποκατάστατου και με τρόπο συμβολικό και συνήθως ασυνείδητο, επομένως μετατοπισμένο σε καλλιτεχνικό επίπεδο.
- ❑ Επιτρέπουν ένα διακριτικό παιχνίδι με την υπέρβαση μέσω της εξιδανίκευσης.

Ο άνθρωπος χρησιμοποιεί τον συμβολισμό επειδή οι επιθυμίες του πολεμούνται από τις απαγορεύσεις της κοινωνίας. Το ανθρώπινο ον αισθάνεται εξαναγκασμένο να μεταθέτει, να δίνει τελετουργική μορφή στα ένστικτά του, αναπαριστώντας τα με τον λόγο, τη γραφή, τις κινήσεις, τη μουσική, κ.λπ.

Μπορούμε να επιτύχουμε μια έμμεση ικανοποίηση –τη μόνη που επιτρέπει το υπερεγώ–, με την προϋπόθεση ότι αυτό έχει καταπραυνθεί από την αποδοχή του νόμου που κρατά σε απόσταση τη βαναυσότητα των ενστίκτων, εξαναγκάζοντάς τα να συμβολίζονται με τη γλώσσα, να παριστάνονται με ομοιώματα και να εξυψώνονται με την τέχνη.

Άλλωστε ο Νίτσε δεν έλεγε ότι «η τέχνη μας δόθηκε για να μην πεθάνουμε εξαιτίας της αλήθειας;» Η τέχνη, όπως το παιχνίδι, επιτρέπει στον καθένα να εκφραστεί χωρίς να επικεντρώνεται υπερβολικά στον εαυτό του. Έτσι, οι χορευτές αναζητούν την ομορφιά της κίνησης με το ξεπέραςμα του εαυτού τους προς ένα ιδεώδες. Είδαμε πως δεν παρουσιάζουν στη σκηνή το εγώ τους αλλά έναν «άλλο», την εξιδανικευμένη μορφή του. Ο Φρόιντ θεωρούσε την εξιδανίκευση ως τον μόνο μηχανισμό άμυνας που έχει επιτύχει πραγματικά. Ο χορευτής μεταφέρει έναν λόγο μέσα στον οποίο μπορεί επιτέλους να μην αναγνωρίσει τον εαυτό του, να εκφραστεί υπό το κάλυμμα του παιχνιδιού, της τελετουργίας και της ομορφιάς. Η *πρωτόγονη έκφραση* διαθέτει ένα μαγικό όπλο, ένα συμπληρωματικό θεραπευτικό εργαλείο που ο Lévi-Strauss αποκαλεί «συμβολική αποτελεσματικότητα».

Ο χορός παρέχει στον άνθρωπο μια μη λεκτική γλώσσα που του επιτρέπει να δηλώσει και να εκφράσει τις ανάγκες του. Η χοροθεραπεία προτείνει στον άνθρωπο-χορευτή εναλλακτικούς δρόμους προς τη διαδικασία της πραγματοποίησης των επιθυμητών αλλαγών.

ΒΙΒΛΙΟΓΡΑΦΙΑ

Bourcier, P., *Danser devant les Dieux, La recherche en danse, Danse en Sorbonne*, 1969.

Chodorow, J., *Dance Therapy and depth Psychology*, Routledge, 1991.

Dolto, F., *L' image inconsciente du corps*, Seuil, 1984.

Eliade, M., *Le chamanisme et les techniques archaïques de l' extase*, Payot, 1983.

Jung, C. G., *Ma vie*, Gallimard, 1973.

Lévi-Strauss, C., *Anthropologie structurale*, Plon, 1958.

Pearson, J., *Discovering the Self through Drama and Movement*, Jessica Kingsley Publishers, 1996.

Reich, W., *La révolution sexuelle*, Plon, 1968.

Schott-Billmann, F.,

– *Possession, danse et thérapie*, Sand, 1985.

– *Χοροθεραπεία με την Πρωτόγονη Έκφραση*, Τρόπος ζωής, 1995.

– *Όταν ο χορός θεραπεύει*, Ελληνικά Γράμματα, 1998.

– *Le besoin de danser*, Editions Odile Jacob, 2001.

Winnicott, D. W., *Jeu et réalité*, Gallimard, 1975.

Ο χορός από τη θεραπεία στην (ανα)παράσταση

Αμάντα Κουγιούφα

Χοροθεραπεύτρια



Ω, Συνέχισε να σίβεις στάλες του ήλιου από τις προσευχές σου.

Και την εργασία

Και τη μουσική

Και από του συντρόφου σου τ' όμορφο χαμόγελο

Και από τις πιο ασήμαντες κινήσεις του δικού σου ιερού σώματος.

Τώρα, γλυκέ μου, γίνε σοφός

Ρίξε όλες τις ψήφους σου για ΧΟΡΟ.

HAFIZ

Από την πρώτη ως την τελευταία τους ανάσα, οι άνθρωποι κινούνται. Από τις εκφραστικές παρορμήσεις αυτής της κίνησης γεννιέται ο χορός (C. Fowles).

Κατά την αρχαία κινέζικη παράδοση, ο σκοπός της μουσικής και του χορού είναι να κρατούν τον κόσμο στη σωστή του πορεία, εξευμενίζοντας τα στοιχεία της φύσης υπέρ του ανθρώπου (J. Hurzinga).

Ο χορός παίζει πρωταρχικό ρόλο στη λατρεία όλων των αρχαίων θρησκειών, αφού έννοιες της ζωής, της κίνησης και του θείου είναι μεταξύ τους συνηφασμένες. «Οι αρχαίοι Έλληνες πίστευαν ότι οι θεοί χορεύουν και ήταν φυσικό επομένως να τους πλησιάζουν οι θνητοί λάτρεις τους με τον χορό ή να ενσαρκώνουν χορευτές τους θεούς στις θρησκευτικές τελετές» (R. Ginner).

Ανέκαθεν, και ίσως σε επίπεδο γενετικά κωδικοποιημένου αντανάκλαστικού επιβίωσης, ο χορός ήταν αναπόσπαστο μέρος όλων των κοινωνικών τελετουργιών και της θεραπείας (M. B. Leventhal). Συνόδευε κάθε σημαντικό ή μεταβατικό γεγονός της ζωής (γέννηση, θάνατο, εφηβεία, αλλαγή εποχών, σπορά, συγκομιδή, κ.λπ.) ώστε όλα τα μέλη της κοινότητας να μοιράζονται και να αντιμετωπίζουν συλλογικά κάθε χαρά, λύπη ή αγωνία. Κατ' αυτή την έννοια, ο χορός υπενθυμίζει ότι «εγώ είμαι γιατί εμείς είμαστε», σκέψη που ενθαρρύνει και απελευθερώνει από φόβους και αμφιβολίες.

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

Οι θεραπευτικές ιδιότητες του χορού αναγνωρίστηκαν ξανά στις αρχές του 20ού αιώνα, όταν πρωτοπόρες χορεύτριες μετατόπισαν την προσοχή τους στις ατομικές ανάγκες παρά στην τεχνική. Στράφηκαν προς τον αυτοσχεδιασμό με την πεποίθηση ότι ο χορός παρακινείται από αυθόρμητα συναισθήματα και ιδέες που μεταφέρουν την προσωπική οπτική γωνία και τις εσωτερικές, εννοιολογικές, υποσυνείδητες διεργασίες.

Ως δημιουργική τέχνη, ο χορός εισχωρεί ομοιόμορφα στην ψυχοσωματική σχέση, όπου το σώμα δεν παίζει απλώς έναν δευτερεύοντα ρόλο στη δημιουργική πράξη αλλά αφυπνίζεται ολόκληρος ο κόσμος της πολυδιάστατης συνειδητότητας. Ποιότητες του ζωντανού κόσμου αναδύονται, γιατί «είναι η τέχνη στο κέντρο όλων των τεχνών συνδέοντας ρυθμό, ήχο, σχήμα, μορφή, υφή, φύση, άνθρωπο και όλα τα διαδραματιζόμενα της ζωής» (V. Bruce). «Η κίνηση συμβαίνει στον πραγματικό –δηλαδή στον σωματικό– κόσμο ο οποίος προϋπήρχε των λέξεων, ακόμα και της ζωγραφικής» (I. Chodorow).

Ετυμολογικά, η αγγλική λέξη *health* (υγεία) προέρχεται από την αγγλοσαξονική λέξη *hale* που σημαίνει ολόκληρος. Άρα η έννοια της υγείας εμπεριέχεται στην ιδέα της ακεραιότητας (D. Bhom), όπως και στην ψυχοθεραπεία όπου αποσκοπείται η ολοκλήρωση του ατόμου. Γι' αυτό ίσως χρειάζεται να πάψουμε να αντικρίζουμε την υγεία ως ένα παγωμένο πίνακα πληροφοριών που μεταφράζει την κινητική εμπειρία και τη ρευστή αρχή της υγείας σε στατικούς αριθμούς και νεκρά δεδομένα (D. Bhom). Να θυμηθούμε ότι το σώμα είναι πηγή μνήμης, ανταπόκρισης και μάθησης, το πρωτογενές εργαλείο για τη ζωή στο οποίο αντανakλάται κάθε ψυχική, νοητική, συναισθηματική και πνευματική διάθεση. Τόσο οι εκφραστικές και λειτουργικές κινήσεις όσο και η στάση του σώματος αποκαλύπτουν στοιχεία της προσωπικότητας και της εξελικτικής μας ιστορίας.

Στη χοροκινητική θεραπεία χρησιμοποιούμε την αυθόρμητη κίνηση ως μέσον ατομικής έκφρασης, συνειδητοποίησης και αλλαγής. Η σχέση με το περιβάλλον επίσης εξαρτάται από την εικόνα σώματος, όπου κατευθυντήριες έννοιες προσανατολισμού (μπρος, πλάι, πίσω, πάνω, κάτω, κ.λπ.) στον εξωτερικό χώρο συσχετίζονται με την εσωτερική αίσθηση του εαυτού. Όσο πιο διαταραγμένο είναι το άτομο, τόσο πιο αποδιοργανωμένες ή αποσυντονισμένες είναι οι κινητικές του συνήθειες. Ο W. Reich παρατήρησε ότι η θωράκιση του χαρακτήρα εμφανίζεται ταυτόχρονα ως ψυχολογική και μυϊκή άμυνα, σχηματίζοντας μια «πανοπλία» ενάντια στα εξωτερικά ερεθίσματα και τις απωθημένες ορμές.

Κατά τη χοροθεραπευτική διαδικασία δίνεται η δυνατότητα για συνειδητοποίηση μυϊκών και σπλαχνικών αντιδράσεων σε εσωτερικά ή εξωτερικά ερεθί-

οματα, προσφέροντας την ευκαιρία για χαλάρωση, εκτόνωση, απελευθέρωση, κάθαρση, αναγνώριση επιλογών και προσωπική εξέλιξη.

Στα άτομα με αναπηρίες (με βασική διάγνωση τη νοτική στέρση) η χορευτική κίνηση υπερβαίνει τη γυμναστική άσκηση και την πεζή κίνηση διότι εμπλέκει ρυθμό, έκφραση και ροή με στόχο τη δημιουργία μιας εμπειρίας μεταμόρφωσης.

Πρωτεύον στοιχείο της χοροκινητικής θεραπείας είναι η δημιουργία **ασφαλούς χώρου** σε φυσικό και ψυχολογικό επίπεδο, εφόσον η αίσθηση του χώρου είναι αλληλένδετη με την ψυχική διάθεση, όπως υποδεικνύει στα ελληνικά η λέξη «στεναχώρια» από το «στενός-χώρος», την άμεση σχέση του «ανοικτού» και της ευημερίας.

Επόμενο σημείο αναφοράς είναι η **σωματογνωσία**. Παιχνίδια κατά τα οποία ονομάζουμε και αγγίζουμε ρυθμικά ορισμένα μέρη του σώματος βοηθούν στο χτίσιμο της εικόνας σώματος και των σωματικών ορίων. Παρόμοιες κιναισθητικές εμπειρίες που αναφέρονται στα μέρη που αποτελούν το σώμα λειτουργούν ως σωματικό και ψυχολογικό ζέσταμα, αυξάνοντας την αίσθηση του φυσικού εαυτού που περιέχει τον ψυχολογικό εαυτό.

Παίζοντας με τη βαρύτητα, τα παιδιά αποκτούν αυτοπεποίθηση καθώς εμπιστεύονται **το βάρος τους** στο πάτωμα ή σε κάποιον άλλον. Δανειζόμαστε στοιχεία από τα αρχικά στάδια ανάπτυξης, όπως το συμβιωτικό (κατά το οποίο το βρέφος είναι πλήρως εξαρτημένο από το αντικείμενο-μητέρα, η οποία το κρατά στην αγκαλιά της υποστηρίζοντας όλο του το βάρος). Ο τρόπος με τον οποίο η μητέρα φροντίζει το βρέφος και χειρίζεται το βάρος του «θρέφει» σε αυτό την αίσθηση της αξίας του (V. Sherborne).

Η ατομική ταυτότητα και η βαθύτερη ουσία κάθε παιδιού αναδύεται μέσα από αυτοσχεδιασμούς που αποκαλύπτουν τον *αληθινό εαυτό*. Δραστηριότητες απλές, επαναλαμβανόμενες, δομημένες σε οργανική διαδοχή και εμπειρίες που ενισχύουν τον κινητικό έλεγχο και την αυτοπεποίθηση συμβάλλουν στην ελάττωση της αντικοινωνικής συμπεριφοράς και στην ανάπτυξη κοινωνικών προμαθησιακών δεξιοτήτων (M. B. Leventhal).

Κάθε ψυχοθεραπευτική διαδικασία ξεκινά από το σημείο «ετοιμότητας» του πελάτη. Έτσι, κατά τη διάρκεια του πρώτου χρόνου χοροθεραπείας, στα άτομα με νομική στέρση αναδύθηκαν θέματα που είχαν ανάγκη να εκπληρωθούν από προηγούμενα εξελικτικά στάδια.

Κυρίαρχο θέμα ήταν οι αναπαραστάσεις ζώων με κινήσεις κοντά στο πάτωμα, όπως το μπουσουλήμα που αντιστοιχεί στην αισθητικοκινητική περίοδο (Piaget) κατά την οποία το παιδί ξεκινά το συμβολικό παιχνίδι, αρχίζει να αποκτήσει έλεγχο στο περιβάλλον του και να νιώθει ξεχωριστό άτομο (separation-individuation). Εξάλλου, η μίμηση ζώων συναντάται στους πρωτόγονους και σαμανικούς χορούς ως θεραπευτικό εργαλείο. Ένσαρκώνοντας διάφορα ζώα, μας δίνεται η ευκαιρία να βιώσουμε ιδιότητες έξω από τις δικές μας, που μπορούν να μας ενδυναμώσουν ή να προσφέρουν εκτόνωση καθώς εκφράζουμε χωρίς ντροπή ή κίνδυνο ένστικτα, διεκδικώντας και εκπολιπίζοντας μέρη του ψυχισμού μας (P. Lewis).

Ακολουθώντας την εξελικτική πορεία, οι χοροί των επόμενων παραστάσεων αντανακλούν την πρόοδο των παιδιών καθώς αυτά κατακτούν τη βαρύτητα και στέκονται όρθια και γερά στα πόδια τους, δείχνοντας την αυτοπεποίθηση που έχουν αποκτήσει. Η μεταμόρφωσή τους είναι πλέον φανερή σε όλους και το ταλέντο τους ξεχειλίζει. Εμπνεύσεις τους γίνονται καινούργιες χορογραφίες που εμπλουτίζουν το ρεπερτόριο και τους επιτρέπουν να λάβουν με μεγάλη επιτυχία μέρος σε διαγωνισμούς και εκδηλώσεις. Χαρακτηριστικά αναφέρω ότι στις παραστάσεις οι ξένοι ή επίσημοι προσκεκλημένοι ρωτούν «πού είναι τα άτομα με ειδικές ανάγκες;» Η σκηνική τους παρουσία ξεπερνά κάθε ιδιαιτερότητα.

«Ο αυθορμητισμός είναι έκφραση του ασυνείδητου. Οι συντονισμένες κινήσεις είναι λειτουργία του συνειδητού. Όταν το ασυνείδητο και το συνειδητό αλληλοσυμπληρώνονται στο άτομο, υπάρχει χάρη, η σωματική έκφραση της συναισθηματικής υγείας» (A. Lowen).

Κατ' επέκταση, οι ανάγκες των χορευτικών παραστάσεων έφεραν ισορροπία μεταξύ της παρορμητικής και της αυτοελεγχόμενης έκφρασης και ώθησαν τα

παιδιά στο επόμενο εξελικτικό στάδιο ανάπτυξης, όπου την κίνηση συνοδεύει ο λόγος. Έτσι, γεννήθηκε η ανάγκη για την πρώτη θεατρική παράσταση. Η αποκορύφωση της επιτυχίας των παιδιών ήταν η χορηγία μιας αεροπορικής εταιρείας για παραστάσεις σε μεγάλο θέατρο, με όλες τις επαγγελματικές παραμέτρους (φώτα, κουστούμια, σκηνικά) και πολλούς επίσημους καλεσμένους. Καταφέραμε να γεφυρώσουμε σχέσεις, να ανοίξουμε δίαυλους επικοινωνίας ανάμεσα σε διαφορετικούς κόσμους, προσφέροντας εμπειρίες πρωτόγνωρες που τονώνουν την αυτοεκτίμηση και μας γεμίζουν θάρρος και χαρά για ζωή.

Οι βιντεοσκοπημένες συνεδρίες, αυτοσχεδιασμοί και παραστάσεις φανερώνουν τη σταδιακή μεταμόρφωση των παιδιών του ιδρύματος στο οποίο λειτουργεί τμήμα χοροθεραπείας από το 1991 με την υπογράφουσα Αμάντα Κουγιούφα.

ΒΙΒΛΙΟΓΡΑΦΙΑ

- Bhom, D., *Wholeness and the implicate order*, Routledge, 1980.
- Blom, L.A., – Chaplin, L.T., *The intimate act of choreography*, University of Pittsburg Press, 1982.
- Bradshaw, J., *Healing the shame that binds you*, Health Communications Inc., 1988.
- Chodorow, J., *Dance Therapy and Depth Psychology. The moving imagination*, Routledge, 1991.
- Chopra, D., *Κβαντική θεραπεία: Εξερευνώντας τα σύνορα της ιατρικής του/σώματος*, Bantan Books, 1989.
- Evans, J., Powell, H., *Inspirations for dance and movement*, Scholastic Ltd, 1996.
- Espanak, L., *Dance Therapy. Theory and application*, C.T. Thomas, 1981.
- Harley, L., *Wisdom of the body moving*, Worth Atlantic Books, 1981.
- Harplin, D., *The Expressive Body in Life Art and Therapy*, Jessika Kingsley Publishers, 2003.
- Harner, M., *The way of the shaman*, Harper Collins Publishers, 1990.
- Jung, C.G., *Ο άνθρωπος και τα σύμβολά του*, εκδόσεις Αρσενίδη, 1964.

Kopp, S., *If you meet the Buddha on the road kill him!*, Bantan books, 1976.

Laing, R.D., *The divided self*, Penguin Book, 1969.

Leventhal, M.B., *Movement and growth. Dance therapy for the special child*, New York University, 1980.

Levine, S.K., *Poiesis The language of psychology and the speech of the soul*, Jessika Kingsley Publishers, 1997.

Lewis, P., *Creative transformation. The healing power of the Arts*, Chiron Publications, 1993.

North, M., *Personality assessment through movement*, MacDonald & Evans, 1972.

Payne, H., *Dance Movement Therapy: theory and practice*, Routledge, 1992.

Reed, A.W., *Aboriginal Myths. a) Tales of the dreamtime b) Fables and Legendary tales*, New Holland Publishers, 1999.

Russel, J., *Creative dance in the primary school*, Macdonald & Evans Ltd, 1965.

Sherborne, V., *Developmental movement for children*, Cambridge University Press, 1990.

Stanton-Jones, K., *An introduction to Dance Movement Therapy in psychiatry*, Routledge, 1992.

Storr, A., *The dynamics of creation*, Rengvin Books, 1972.

Warner, B., *Using the creative arts in therapy*, Cambridge, Massachusetts, Brookline Books, 1984.

Watts, A., *Psychotherapy East and West*, Vintage Books, 1975.

Whitfield, C., *Healing the child within*, Health Communication Inc., 1989.

Χοροκινητική Θεραπεία (Dance Movement Therapy)

Νίνα Αλκαλάν

Χοροθεραπεύτρια, Καθηγήτρια Χορού

Ο όρος αυτός αναφέρεται στο μοντέλο της χοροθεραπείας το οποίο αναπτύχθηκε στις Η.Π.Α μετά τον Β΄ Παγκόσμιο Πόλεμο. Η *χοροκινητική θεραπεία*, όπως και η *πρωτόγονη έκφραση*, είναι μια μέθοδος ψυχοθεραπείας μέσω της κίνησης και του χορού η οποία στοχεύει στη σωματική, γνωστική και συναισθηματική ολοκλήρωση του ατόμου. Ο στόχος των δύο κυρίαρχων μοντέλων χοροθεραπείας είναι ο ίδιος: η ανασυγκρότηση του ατόμου, η προώθηση της ψυχικής ισορροπίας με την ενεργοποίηση του σώματος μέσω μιας δημιουργικής και συμβολικής διαδικασίας. Και τα δύο μοντέλα χρησιμοποιούν την κίνηση και τον χορό, τη σχέση με τον χώρο και με τους άλλους, τη δύναμη των ήχων, της φωνής, της μουσικής. Παρόλο που οι στόχοι είναι ίδιοι, η προσέγγιση είναι διαφορετική. Σε αυτές τις διαφορές θα εστιάσει αυτή η πολύ σύντομη παρουσίαση ώστε να κατανοηθούν πληρέστερα τα βιωματικά δράματα στο πλαίσιο της ημερίδας χοροθεραπείας.

Η *χοροκινητική θεραπεία* ως επιστημονικός κλάδος είναι αποτέλεσμα των ταυτόχρονων επαναστάσεων που συντελέστηκαν στους τομείς των επιστημών και των τεχνών στις αρχές του 20ού αιώνα. Στις αρχές του αιώνα, οι έρευνες του Φρόιντ σε σχέση με την υστερία αποδεικνύουν ότι οι ψυχικές συγκρούσεις

και η αντιφατικότητα της ανθρώπινης ύπαρξης μετατρέπονται σε σωματικά συμπτώματα. Η αποδοχή της ψυχανάλυσης ως επιστημονικού κλάδου και οι μετέπειτα έρευνες των Καρλ Γιουνγκ, Βίλχελμ Ράιχ, Αλεξάντερ Λόουεν και πολλών άλλων έριξαν νέο φως στη σχέση ψυχής-νου-σώματος και στην αδιάσπαστη ενότητά τους.

Ταυτόχρονα, στον χώρο του έντεχνου χορού, η Ισιδώρα Ντάνκαν απελευθερώνει τον χορευτή από τους περιορισμούς του μπαλέτου. Το σώμα –ελεύθερο από συγκεκριμένο κινητικό λεξιλόγιο– αυτοσχεδιάζει, αφήνεται στα ερεθίσματα της στιγμής. Το σώμα καθιερώνεται ως εκφραστικό εργαλείο και ο χορός ως έκφραση ψυχικής διέγερσης και εκτόνωσης. Με την πάροδο του χρόνου, η εξέλιξη του σύγχρονου χορού θα επιτρέψει νέες επιλογές και δυνατότητες: Η αποδοχή της βαρύτητας και η σχέση με το πάτωμα, η ενσωμάτωση κινήσεων της καθημερινότητας, οι κινήσεις εκτός άξονα ισορροπίας, η παρουσίαση χορευτικών δρώμενων εκτός θεατρικών χώρων έδωσαν νέα διάσταση στη χορευτική εμπειρία. Δεν είναι, λοιπόν, τυχαίο το γεγονός ότι η χοροθεραπεία ως επιστημονικός κλάδος αναπτύχθηκε από χορεύτριες οι οποίες είχαν προσωπική, βιωματική εμπειρία της επίδρασης που έχει η κίνηση στην ψυχική κατάσταση του ατόμου που χορεύει. Μέσα σε ψυχιατρικές κλινικές των Η.Π.Α., κατά τη δεκαετία του '50, επαγγελματίες χορεύτριες με πρωτοπόρους τις Marian Chase και Fransiska Boas άρχισαν να εφαρμόζουν τη χοροκινητική θεραπεία. Η *χοροκινητική θεραπεία* εξελίχθηκε σταδιακά, διευρύνθηκε και εξαπλώθηκε από τους ψυχιατρικούς ασθενείς και σε αυτούς που ονομάζουμε «φυσιολογικούς νευρωτικούς». Το 1966 δημιουργήθηκε η Ένωση Χοροθεραπευτών Αμερικής.

Αυτή τη στιγμή, ακόμα και μέσα στο πλαίσιο του χοροκινητικού μοντέλου, υπάρχουν διαφορετικοί τρόποι προσέγγισης, γεγονός που σχετίζεται άμεσα με την εκπαίδευση, την προσωπικότητα και τις επιλογές του κάθε θεραπευτή. Εξάλλου είναι πολύ σημαντικό να έχουμε υπόψη μας ότι η χοροθεραπεία, όπως και οι άλλες θεραπείες μέσω της τέχνης, κρατούν μια λεπτή ισορροπία ανάμεσα στην επιστήμη και την τέχνη. Η χοροθεραπεία αποτελεί το σημείο σύγκλισης της επιστήμης της ψυχοθεραπείας και της τέχνης του χορού. Γι'

αυτό τον λόγο απαιτεί από τον θεραπευτή μια γερή θεωρητική κατάρτιση αλλά ταυτόχρονα και την ικανότητα που έχουν οι καλλιτέχνες να αυτοσχεδιάζουν ανάλογα με τις ανάγκες του ατόμου, της ομάδας ή της συγκεκριμένης στιγμής.

Αν προσπαθήσουμε να εστιάσουμε στις διαφορές προσέγγισης ανάμεσα στα δύο μοντέλα, δηλαδή την *πρωτόγονη έκφραση* και τη *χοροκινητική θεραπεία*, οι πιο σημαντικές είναι η έμφαση στην ομάδα ή το άτομο και η δομή της συνεδρίας. Στην *πρωτόγονη έκφραση* οι συνεδρίες γίνονται πάντα σε ομάδα. Αυτός που χορεύει αποτελεί πάντα μέρος ενός συνόλου και στο μεγαλύτερο μέρος της συνεδρίας ακολουθεί τις κινητικές και φωνητικές εντολές του θεραπευτή μέσα σε ένα αυστηρά δομημένο πλαίσιο όπου όλη η ομάδα κάνει τις ίδιες κινήσεις υπό τον ήχο κρουστών οργάνων. Η αποτελεσματικότητα του συστήματος βασίζεται ακριβώς σε αυτά τα στοιχεία: την αίσθηση της δύναμης και ανακούφισης που δημιουργεί η αίσθηση της ομάδας, η συμμετρία της κίνησης, η δυναμικότητα του ρυθμού, ο ήχος των κρουστών και οι συμβολισμοί των συγκεκριμένων κινήσεων που βασίζονται στις θεραπευτικές τεχνικές των πρωτόγονων λαών.

Στο μοντέλο της *χοροκινητικής θεραπείας*, αντίθετα, αυτό που αναζητείται με κάθε τρόπο είναι η ατομικότητα, η αυθεντική κίνηση του καθενός η οποία θα τον οδηγήσει μέσω του συμβολισμού της στα δικά του καθαρά προσωπικά βιώματα. Σε αυτό το μοντέλο, ο θεραπευτής είναι κυρίως παρατηρητής, μάρτυρας των κινήσεων που ξετυλίζονται μπροστά του και που πρέπει να καταγράψει νοερά για να βοηθήσει μετά τον/τους πελάτες του να βρουν τον συμβολισμό και το κοινό νήμα των κινήσεών τους. Ο χοροθεραπευτής που χρησιμοποιεί το χοροκινητικό μοντέλο εκπαιδεύεται συστηματικά στην παρατήρηση και ανάλυση κίνησης, σύστημα το οποίο διαμόρφωσε ο χορογράφος και θεωρητικός του χορού Rudolf Laban (1879-1958). Ο Laban συμφωνούσε με την υπόθεση της ψυχανάλυσης ότι οι κινήσεις είναι εκφράσεις γνωστικών και ψυχικών διεργασιών. Το επίκεντρο των ερευνών του ήταν οι έμφυτες κινητικές τάσεις του ατόμου, καθώς πίστευε ότι η ιδιαιτερότητα της κίνησης του καθενός παρέρπει στη μοναδικότητα της ιδιοσυγκρασίας του και της διαφορετικής εμπειρίας του από τον κόσμο.

Στο χοροκινητικό μοντέλο, ο θεραπευτής –μέσα από συγκεκριμένες οδηγίες, ασκήσεις και παιχνίδια, με μουσική ή χωρίς, παρατηρητής ή συμμετέχων στο χορευτικό δρώμενο– κατευθύνει τον/τους πελάτες του στο δικό τους προσωπικό κινητικό ταξίδι. Όταν θα έχει διαμορφώσει μια εικόνα για την κινητική συμπεριφορά του πελάτη, θα αρχίσει και η προσπάθεια επέμβασης. Ο στόχος, ανάλογα με τις ανάγκες του συγκεκριμένου πληθυσμού, μπορεί να είναι η διαμόρφωση, εξέλιξη, διεύρυνση, διαφοροποίηση, εξισορρόπηση του κινητικού προφίλ.

Στο μοντέλο αυτό, το λεκτικό μέρος της συνεδρίας (αν υπάρχει δυνατότητα λεκτικής επικοινωνίας) τονίζει ακόμα μια φορά τη σημασία της προσωπικής εμπειρίας. Στη διάρκεια ή στο τέλος της συνεδρίας το/τα άτομα μπορούν αν θέλουν να εκφράσουν λεκτικά τις σκέψεις, συναισθήματα, εικόνες που αναδύθηκαν στη διάρκεια της κίνησης. Με αυτό τον τρόπο η αυθόρμητη αυτοσχεδιαστική κίνηση (έκφραση του ασυνείδητου) μεταφέρεται μέσα από την προσωπική ερμηνεία στο συνειδητό επίπεδο.

Κλείνοντας, θα ήθελα να τονίσω ότι οι χοροθεραπευτές εξοικειώνονται και με τα δύο συστήματα ώστε να είναι σε θέση να χρησιμοποιούν στοιχεία και τεχνικές και από τα δύο, ανάλογα με τις ανάγκες του συγκεκριμένου πελάτη/ομάδας.

ΕΝΔΕΙΚΤΙΚΗ ΒΙΒΛΙΟΓΡΑΦΙΑ

Arnheim, R., «Artistic symbols -Freudian and Otherwise», στο Arnheim *Toward a Psychology of Art*, University of California Press, 1953.

Arieti, S., *Creativity, the magic synthesis*, Basic Books, 1976.

Bartennief, I., *Body Movement: Coping with the environment*, Gordon and Breach, 1980.

Bernstein, P., *Theory and methods in Dance – Movement Therapy*, Kentall / Hunt Publishing Company, 1981.

Chodorow, J., *Dance Therapy and Depth Psychology*, Routledge, 1991.

Johnson, D.R, «On the Therapeutic Action of the Creative Arts Therapies», στο *The Arts in Psychotherapy*, Vol. 25, No 2., 1998.

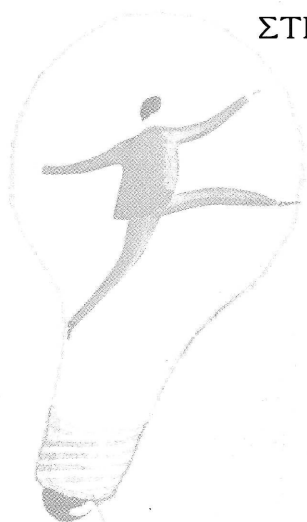
Jones, K., *Dance Movement Therapy in Psychiatry*, Routledge Publishing Co., 1992.

Laban, R., *The Mastery of Movement*, Mackdonald and Evans, 1980.

Η ΕΙΚΑΣΤΙΚΗ ΠΡΟΣΕΓΓΙΣΗ
ΣΤΙΣ ΘΕΡΑΠΕΙΕΣ ΜΕΣΩ ΤΕΧΝΗΣ

Κείμενο:

Γιάννα Κιλίμη





Η εικαστική προσέγγιση στις θεραπείες μέσω τέχνης

Γιάννα Κιλίμη

Ζωγράφος, Art Therapist

Η ιστορία της θεραπείας μέσω των εικαστικών χάνεται στα βάθη των απροσπέλαστων σπηλαίων από την εποχή των Παγετώνων, ανιχνεύεται στις αγκαλιές των ειδωλίων της γονιμότητας, καθρεφτίζεται στα ασκληπιεία δωμάτια του ονείρου και της κάθαρσης, μέχρι το σύνορο του Β΄ Παγκοσμίου Πολέμου και λίγο πριν το κατώφλι του 19ου αιώνα, τον Φρόιντ, με την αποκαλυπτική *Ερμηνεία των ονείρων*. Η Μ. Naumburg, Αμερικανίδα ψυχολόγος και αναλύτρια, στο μακρινό 1915 στη Νέα Υόρκη, θα εφαρμόσει πρώτη τη φράση του Φρόιντ: «Τα όνειρα εκφράζονται καλύτερα με εικόνες», προσέγγιση την οποία υιοθέτησε σύντομα και ο Γιουνγκ. Η Ευρώπη, η οποία πρώτη τον 19ο αιώνα ανακάλυψε πιθανά «τα αρχαιότερα δείγματα της ανθρώπινης πίστης στη δύναμη της εικόνας»¹ (σπήλαια Λασκώ, Αλταμίρα), εκπροσωπείται από τον ζωγράφο Adrian Hill γύρω στο 1945, ο οποίος –νοσηλευόμενος σε σανατόριο– οργάνωσε εργαστήρια ζωγραφικής επινοώντας τον όρο *art therapy* για τα ευεργετικά αποτελέσματα αυτής της εμπειρίας.

1. E. H. Gombrich, *Το χρονικό της τέχνης*, εκδόσεις ΜΙΕΤ, 1994.

Καθοριστικό ρόλο για τη γέννηση της θεραπείας μέσω των εικαστικών έπαιξε η συλλογή “art brut” του Jean Dubuffet με έργα ψυχασθενών από διάφορες συλλογές και γενικότερα το ενδιαφέρον των καλλιτεχνών να προσεγγίσουν και να υποκλιθούν –αλλά και να σοκαριστούν– από τα έργα συναδέλφων τους περιθωριοποιημένων, απόμακρων ανθρώπων, χαρισματικών αλλά ακατανόητων και εξωπραγματικών. Παράλληλα, η αναγνώριση της τέχνης των παιδιών –αδικημένη πριν τη δεκαετία του ’20 όταν τη θεωρούσαν «αδέξια και ανώριμη εκδοχή της τέχνης των ενηλίκων»² – αποτέλεσε «προϊκα» στα χέρια ψυχολόγων και άλλων επαγγελματιών στον χώρο της ψυχικής υγείας, μια και το παιδί –όπως μοναδικά έγραψε ο V. Lowenfeld– μέσα από την εικόνα μάς λέει πώς βλέπει τον κόσμο, πώς αισθάνεται και πώς σκέφτεται.

Το 1960, η θεραπεία μέσω των εικαστικών αναγνωρίζεται ως επάγγελμα στην Αμερική. Στη δε Αγγλία, το 1982 οι εικαστικοί θεραπευτές αναγνωρίζονται ως αυτόνομη επαγγελματική ομάδα. Στη μικρή μας, γεμάτη φως χώρα η θεραπεία μέσω των εικαστικών αρχίζει, με ιδιωτική πρωτοβουλία, να αναδύεται πριν από 20 περίπου χρόνια.

Η ζωή είναι ένα «ταξίδι ανάμεσα στη Σκύλλα και τη Χάρυβδη» γράφει ο Γιουνγκ και μοιάζει να είναι ακόμα μια *Οδύσσεια* το ταξίδι αναγνώρισης της θεραπείας μέσω των εικαστικών, σαν ένα ποτάμι με δύο όχθες: τους καλλιτέχνες από τη μία, οι οποίοι έχουν βιώσει τη λυτρωτική δύναμη της δημιουργικής διαδικασίας και αρνούνται να αναλύσουν και να αναλυθούν, καθώς η μεταφυσική ιδιότητα του βαπίσματος της δημιουργίας τους είναι οικεία· από την άλλη έχουμε τους ψυχολόγους και ψυχιάτρους, οι οποίοι είναι μαγεμένοι από το σαγηνευτικό «ένδυμα της ψυχής», λαχταρούν να γίνουν συνένοχοι αλλά και συναυτουργοί στο μυστήριο της «γέννας» του, να το ερμηνεύσουν, να το αναλύσουν, κυρίως όμως να το ξεγυμνώσουν με λάθος «εργαλεία». Το δημιουργήμα επιθυμεί σεβασμό και δεν θα αιχμαλωτιστεί ποτέ στα χέρια των λεκτικών «ληηλασιών» και αυθαίρετων ερμηνειών.

2. L. H. Chapman, *Διδακτική της Τέχνης*, Νεφέλη, 1993.

Είναι ύπαρξη αυτόνομη η οποία χρειάζεται αποδοχή και αγάπη. Εμείς οι ίδιοι, συμβολικά, μέσα από το δημιουργημά μας συμφιλιωνόμαστε με τον εαυτό μας.

Οι εικόνες κινούνται ανάμεσα στην περιπλάνηση και τη δέσμευση, την προσδοκία και τη ματαίωση. Σε μια εποχή αποδέσμευσης μέσων και δυνατοτήτων –στη χρυσή εποχή της εικονικής πραγματικότητας– λησμονήσαμε τη μέθη των κυμάτων πύργων, τα χρώματα των μεδουσών, την αρμύρα της κραυγής και του ψίθυρου. Έχουμε ανάγκη να υπάρξουμε διαφορετικά.

Η ψυχοθεραπεία για τον I. Yalom μπορεί τελικά να είναι μια δημιουργική πράξη. Η επικουρική θεραπεία, μέσω των εικαστικών και σε κάποιες περιπτώσεις εναλλακτικής ψυχοθεραπείας, υπενθυμίζει και αναγνωρίζει στην καλλιτεχνική διαδικασία ένα μονοπάτι προς το ασυνείδητο «τη μήτρα του ανθρώπινου και των εφευρέσεών του».³

Ο Μπόρχες γράφει στον *Δημιουργό*.

*Κάποιος άνθρωπος βάζει σκοπό της ζωής του να
ζωγραφίσει τον κόσμο. Χρόνια ολόκληρα γεμίζει μια
επιφάνεια με επαρχίες, βασιλεια, βουνά, κόλπους
καράβια, νησιά, ψάρια, σπίτια, εργαλεία, άστρα,
άλογα και ανθρώπους. Λίγο πριν πεθάνει ανακαλύπτει
ότι αυτός ο υπομονετικός λαβύρινθος των γραμμών
σχηματίζει την αυτοπροσωπογραφία του.⁴*

Οι φωτοσκιάσεις μιας προσωπογραφίας, η γραμμή του ορίζοντα δεν είναι ένα απλό σύνορο ανάμεσα στον ουρανό και τη γη [...] ανά πάσα στιγμή μπορεί να γίνει μια αυθαιρεσία [...] το κάθε όριο, το κάθε περίγραμμα, προσδιορίζει αλλά και αναιρεί το όριο της ανθρώπινης δυνατότητας, το αόρατο σύνορο αυτού που θεωρούμε ανέφικτο, αδύνατο, παράδοξο. Στην τέχνη όλα είναι δυνατά. Να σκοτώσεις συμβολικά και να λυτρωθείς από το φίδι, τον δράκο,

3. C. G. Jung, *Η ψυχολογία της Μεταβίβασης*, Ιάμβλικος, 1990.

4. H. L. Borges, *Ο Δημιουργός*, Ύψιλον, 1985.

τον δαίμονα, «τον σκοτεινό εκθρό», ο οποίος σχεδόν πάντα κρύβεται στις απροσπέλαστες σπηλιές του εαυτού μας.

Η απροσδιόριστη ανάγκη να ξεχαστεί ο εφιάλτης του νοσοκομείου έφερε δεκάδες παιδιά στον ξενώνα του «Ελπίδα» να γλεντάνε με τη «μάγισσα» ζωγραφική (εικ. 1).



Έργο της Ζωής Καραμέτου.
Πιλοτικό πρόγραμμα
εικαστικών για άτομα
με ειδικές ανάγκες.
Μουσείο Ελληνικής
Παιδικής Τέχνης, 1999.

Η ανάγκη για απόδραση δίνει στα χέρια χιλιάδων φυλακισμένων σύμβολα αλλόκοτα και γραμμές δυναμικές που γίνονται πουλιά και βουνοκορφές στον βωμό της ελευθερίας.

Η ανάγκη για επικοινωνία οδηγεί ανθρώπους δίχως «θέλω» και πρόσωπο να δίνουν μορφή στην επιθυμία, να εγκαταλείπουν έστω και για λίγο το σκοτάδι της μεγάλης ή μικρής ειδικής ανάγκης, να αισθάνονται λίγο θεοί...

Η έκφραση του συναισθήματος πάντα θα είναι Ανάγκη σε οποιαδήποτε μορφή της. Οι άνθρωποι δύσκολα θα πάψουν να χορεύουν, να παίζουν ρόλους, να κάνουν γκριμάτσες, να σκαλίζουν στα δέντρα ή στα παγκάκια των πάρκων την αγάπη τους, να διαδηλώνουν την εκρηκτικότητα μέσα από τα γκράφιτι στους τοίχους, να μουτζουρώνουν αμύχανα μιλώντας στο τηλεφώνο.

Συχνά μια κηλίδα χρώματος μπορεί να γίνει αφορμή για να ξετυλιχτεί κάποιο νήμα από γεγονότα έως τότε ανεξήγητα και να φέρει στο φως αλήθειες οι οποίες είχαν κλειδωθεί βαθιά μέσα μας.

Η Μορφή είναι η πραγματική εκδήλωση της ύλης, σύμφωνα με τη θεωρία του Αριστοτέλη. Το να αποκτήσουμε συνείδηση σημαίνει να πάρουμε μια μορφή. Και η «συνείδηση είναι άνθηση», όπως λέει ο Osho.

Μέσα από τη δημιουργική διαδικασία και με την καθοδήγηση του θεραπευτή μέσω των εικαστικών, ο θυμός, ο φόβος, η αγαλλίαση θα πάρουν μια μορφή, θα αναδυθούν από το εσωτερικό μας σκοτάδι και θα γίνουν ορατά και συνειδητά. Όταν ο φόβος γίνει δράκος είναι λιγότερο άγνωστος, γίνεται πιο οικείος, αντιμετωπίζεται. Η Judith Rubin, μια μεγάλη μορφή στον χώρο της θεραπείας μέσω των εικαστικών, υπενθυμίζει πως «η ανακούφιση, η ευχαρίστηση και η αίσθηση ολοκλήρωσης που αντλεί ένας άνθρωπος από μια αισθητική εμπειρία έχουν επίσης θεραπευτική αξία». Πράγματι, το πιλοτικό πρόγραμμα του Μουσείου Ελληνικής Παιδικής Τέχνης για νέους και νέες με ειδικές ανάγκες είχε ως στόχο την ψυχαγωγία, την ευχαρίστηση μέσα από τον πειραματισμό με διαφορετικά υλικά και τεχνικές, το «ταξίδι» σε έναν χώρο ονειρικό και σπάνιο (εικ. 2). Το αποτέλεσμα της συνεργασίας διέψευσε την πολύ



Σύλλογος Φίλων Παιδιών «Ελπίδα». Μια μαγική στιγμή από το εννιάμηνο πιλοτικό πρόγραμμα θεραπείας μέσω των εικαστικών στον Ξενώνα (2001-2001).

Μάιος 2004. Ο Δημήτρης, η Στέλλα, ο Διονύσης και η Μαργαρίτα μαγεμένοι από την περιπλάνησή τους στο «Δάσος», το οποίο οι ίδιοι έφεραν στο φως. (Λέσχη Ενηλίκων-Εταιρεία Προστασίας Σπαστικών).



συχνά παρεξηγημένη έννοια της ζωγραφικής, η οποία επί αιώνες ταυτίστηκε με τη μίμηση και την αναπαράσταση. Ο Δ. Κοντόπουλος γράφει σχετικά –στα «αισθητικά του»– πως «η τέχνη ποτέ δεν είχε σκοπό της να αναπαραστήσει τη φύση, μα εκείνο που υπάρχει μέσα στον άνθρωπο: εντυπώσεις, παροτρύνσεις, προσδοκίες, αίσθηση, σύλληψη και επινόηση του κόσμου».

Για αυτόν τον «κόσμο», τον αλλιώτικο, με τον οποίο μπορούμε και πάλι να επανασυνδεθούμε, μιλάει ο ποιητής Ράινερ Μαρία Ρίλκε:

*Η συναίσθηση πως είσαι δημιουργός, πως γεννοβολάς,
πως πλάθεις και δίνεις μορφή είναι ολότελα ασήμαντη
σαν δε βρίσκει αδιάκοπη κι απέραντη την επικύρωση και
την επαλήθευσή της μες στον κόσμο, σαν δεν επιδοκιμάζεται
μύριες και μύριες φορές απ' τα πράγματα και τα ζώα – κι η
χαρά που σου δίνει είναι έτσι ανείπωτα όμορφη και πλέρια,
μόνο και μόνο επειδή την πλημμυρίζουν πανάρχαιες κληρο-
νομημένες θύμψες από καρποφορίες και γεννοβολήματα
εκατομμυρίων υπάρξεων.*

Η ύπαρξη της θεραπείας μέσω των εικαστικών υπενθυμίζει το γεγονός ότι «η τέχνη δεν είναι κατασκευή, τεχνούργημα ή επιδέξια σχέση με έναν εξωτερικό χώρο και κόσμο. Είναι αληθινά η “άναρθη κραυγή” για την οποία μιλά ο

Ερμής ο Τρισμέγιστος, αυτή η κραυγή η οποία έμοιαζε να είναι η φωνή του φωτός». ⁵ Ευχή είναι, σαν άλλος αιγυπτιακός σκαραβαίος –σύμβολο του ανατέλλοντος ηλίου και της ανάστασης– να συνεχίζει να «σπρώχνει κάθε πρωί τον ηλιακό δίσκο πάνω από τον ορίζοντα των προβλημάτων μας και να τον κάνει να ανατέλλει».

ΒΙΒΛΙΟΓΡΑΦΙΑ

- Gombrich, E.H., *Τέχνη και ψευδαίσθηση*, Νεφέλη, 1995.
- Jung, C.G., *Σύμβολα της Μεταμόρφωσης*, Αρσενίδης.
- , *Ο άνθρωπος και τα σύμβολά του*, Αρσενίδης.
- Campbell, J., *Ο ήρωας με τα χίλια πρόσωπα*, Ιάμβλικος, 2001.
- Kandinsky, W., *Για το πνευματικό στην Τέχνη*, Νεφέλη, 1981.
- Jennings Sue, Minde Ase, *Μάσκες της ψυχής*, Ελληνικά Γράμματα, 1996.
- Dalley T., Case C., Halliday D., κ.ά., *Θεραπεία μέσω Τέχνης – Η Εικαστική προσέγγιση*, Ελληνικά Γράμματα, 1995.
- Landgarten, H.B., *Οικογενειακή Εικαστική θεραπεία*, Ελληνικά Γράμματα, 1999.
- Milner, M., *Όταν δεν μπορείς να ζωγραφίσεις*, Ελληνικά Γράμματα, 1998.
- Rubin, J.A., *Θεραπεύοντας παιδιά μέσα από την Τέχνη*, Ελληνικά Γράμματα, 1997.
- Σάλλα-Δοκουμετζίδη, Τ., *Δημιουργική φαντασία και παιδική τέχνη*, Εξάντας, 1996.
- Γκλον Τόμας & Σιλκ Ανζελ, *Η ψυχολογία του παιδικού σχεδίου*, Καστανιώτης.
- Φίσερ, Ε., *Η αναγκαιότητα της τέχνης*, Θεμέλιο.

5. Μ. Μερλώ - Ποντύ, *Η αμφιβολία του Σεζάν – Το μάτι και το πνεύμα*, Νεφέλη, 1991.

ΔΡΑΜΑΤΟΘΕΡΑΠΕΥΤΙΚΗ ΕΙΣ-ΑΓΩΓΗ

Κείμενο:

Στέλιος Κρασνάκης



Δραματοθεραπευτική εισ-αγωγή

Στέλιος Κρασσανάκης

*Ψυχίατρος, Δραματοθεραπευτής,
Επιστημονικός Υπεύθυνος του
Κέντρου Ψυχοθεραπείας μέσω Δράματος ΑΙΩΝ*

Η δραματοθεραπεία, όπως υποδηλώνει και η ίδια η ονομασία της, είναι η θεραπεία μέσω του δράματος, η συμμετοχή δηλαδή σε μια δραματική διαδικασία με σκοπό τη θεραπεία. Οι έννοιες της θεραπείας αφενός και του δράματος αφετέρου είναι ιδιαίτερα φορτισμένες, πολυσήμαντες αλλά και με συσσωρευτική δυναμική στο πέρασμα του χρόνου.

Η έννοια και κυρίως η πρακτική του δράματος, του δρώμενου, του θεατρικού διακυβεύματος μεταλλάσσεται, διατηρώντας όμως ως κεντρικό σημείο αναφοράς τον άνθρωπο, τη διερεύνηση της ανθρώπινης φύσης και των παθών της.

Από τους αρχαίους τραγικούς στον Σάμιουελ Μπέκετ και από τον Σαίξπηρ στη Σάρα Κέην, η αγωνία του ανθρώπου να υπάρξει αντιμέτωπος με τα παιχνίδια του έρωτα, της εξουσίας, ακόμη και της ίδιας του της ψυχής αποτελεί τον πυρήνα των δραμάτων. Τα ίδια παιχνίδια της ψυχής αναπαριστά ο ηθοποιός επί σκηνής και στα ίδια ακριβώς παιχνίδια αναγνωρίζει ο θεατής τον εαυτό του κι επέρχεται η κάθαρση.

Από την άλλη πλευρά, η έννοια –και κυρίως η πρακτική– της θεραπείας χαρακτηρίζουν ολόκληρη τη σύγχρονη κοινωνία και καθορίζουν την αντίληψή μας για το υγιές και το μη υγιές, την ταύτιση της υγείας με τη νεότητα, τη διατήρηση ή την αλλαγή.

Η δραματοθεραπεία, λοιπόν, αποτελεί τη συνάντηση της θεραπείας και του δράματος μέσα από ρόλους της καθημερινότητάς μας, ρόλους εξιδανικευμένους, εσωτερικευμένους, απωθημένους, ρόλους που απαρτίζουν την ταυτότητά μας και καθορίζουν τη συμπεριφορά μας, την κοινωνική μας στάση, τη συντονισμένη λειτουργία και συνύπαρξή μας.

Ο ρόλος συνδέει το δράμα, τη θεραπεία και τη δραματοθεραπεία και συμβάλλει αφενός στην υγιή δομή της προσωπικότητας κι αφετέρου στη θεραπεία της προβληματικής δομής. Ο ρόλος είναι βασικό κύτταρο της προσωπικότητας και εμπεριέχει ειδοποιά γνωρίσματα τα οποία της προσδίδουν μοναδικότητα και συνοχή. Ο R. Landy (1990) ορίζει τον ρόλο ως «το περιέχον όλες τις σκέψεις και τα συναισθήματα που έχουμε για τον εαυτό μας και τους άλλους, μέσα στον κοινωνικό και τον φαντασιακό μας κόσμο». Η έννοια «ρόλος» ανήκει στο θέατρο και αναφέρεται στα γνωρίσματα του συγκεκριμένου τύπου ενός σκηνικού χαρακτήρα. Για τους κοινωνικούς επιστήμονες (Goffman 1959, Brissett και Edgley 1975) ο ρόλος αποτελεί μια επιτυχή μεταφορά για να αναλύουμε την καθημερινή ζωή –ψυχολογική, κοινωνική ή πολιτισμική– με όρους θεατρικής παράστασης.

Ο Burns (1972) επισημαίνει τη συνεχή χρήση της μεταφοράς από την Αρχαία Ελλάδα και Ρώμη (μέσω Πλάτωνα και Πετρώνιου) έως την Αναγέννηση (Θερβάντες - Σαίξπηρ) η οποία φθάνει έως τη σύγχρονη εποχή. Ήδη στις μέρες μας –την εποχή του μεταμοντέρνου– έχει αναβιώσει η αντίληψη του *theatricum mundi*, ότι ο κόσμος δηλαδή είναι ένα μεγάλο θέατρο· γίνεται συνεπώς ευρεία χρήση των θεατρικών όρων προκειμένου να περιγράψουμε την κοινωνική ζωή. Επιπλέον, ο ρόλος ως έννοια ταιριάζει σε όλο το φάσμα των εμπειριών που βιώνει ο άνθρωπος, μέσω του σώματος και των αισθήσεων, της λογικής και του συναισθήματος, των διαισθήσεων και του πνεύματος.

(Στο σημείο αυτό ζητείται η συμμετοχή του κοινού)

Εδώ θα ζητήσω από το κοινό, ο καθένας να μοιραστεί έναν από τους ρόλους της ζωής του με τον διπλανό του.

– Αρχή γνωριμίας – Ορισμένη διάρκεια – Συγκεκριμένο τέλος

Όπως ήδη διαπιστώσατε, ο ρόλος είναι κάτι πολύ περισσότερο, ουσιαστικότερο και ευρύτερο από μια επιτυχή μεταφορά που επεξηγεί τη ζωή με όρους ανειλημμένους από το θέατρο. Πρόκειται για μια θεμελιώδη έννοια που προσδίδει συνοχή στην προσωπικότητα και κάνει συγκεκριμένη την ταυτότητά μας. Αναδεικνύει την ίδια τη δραματικότητα της ζωής μας με τις διαφορετικές όψεις της πραγματικότητας, τον πολύπλευρο εαυτό μας κι όχι την αίσθηση ότι η ζωή μας παίζεται σε θεατρική σκηνή που είναι ακριβώς το αντίθετο, η αποπραγματοποίηση, ο ψεύτικος εαυτός.

Ο ρόλος αποτελεί το όχημα, τον συνδετικό κρίκο μεταξύ πραγματικής ζωής και θεραπείας, ανάμεσα στην εσωτερική και την εξωτερική σκηνή, ανάμεσα στις επιθυμίες μας και τις συμπεριφορές μας, ανάμεσα στο ασυνείδητο και το συνείδητο. Με την έννοια λοιπόν του ρόλου εννοούμε, όπως επισημαίνει και ο R. Landy (*Persona & Performance*, 1995), όλα τα ακόλουθα:

1. Μονάδα προσωπικότητας
2. Έννοια της προσωπικότητας
3. Χαρακτήρας που ερμηνεύεται στο θέατρο
4. Μεταφορά για την κοινωνική ζωή
5. Ένα περιέχον από σκέψεις και συναισθήματα
6. Μια μέθοδο εργασίας στη θεραπεία μέσω δράματος

Εδώ θα πρέπει να αναφέρουμε τον εμπνευστή του ψυχοδράματος και του κοινωνιοδράματος J. L. Moreno, ο οποίος συνέλαβε τον άνθρωπο ως υποδύμενο ενεργά τους ρόλους του κι όχι απλώς ως αποδέκτη τους.

Σύμφωνα με τον Moreno (1960) ο ρόλος έχει τρεις πρωταρχικές διαστάσεις: την ψυχοσωματική, που χαρακτηρίζεται από τόσο βασικές πρωταρχικές λειτουργίες όπως το φαγητό και ο ύπνος, την ψυχοδραματική, που προσιδιάζει στη φαντασίωση και στις εσωτερικές ψυχικές διεργασίες, και τέλος την κοινω-

νική, που αφορά στις σχέσεις μας με τον κοινωνικό περίγυρο. Οι πρώτες δύο όψεις που αναφέρονται στους σωματικά και ψυχικά εδρασμένους ρόλους προηγούνται της ανάπτυξης των κοινωνικών ρόλων.

Εκτός όμως από αυτή την κατά πλάτος διερεύνηση των ρόλων, τα σωματικά, ψυχικά και κοινωνικά χαρακτηριστικά τους ή την ποικιλία των ρόλων, ιδιαίτερο ενδιαφέρον παρουσιάζει η διερεύνηση σε βάθος, οι παραλλαγές δηλαδή ενός ρόλου, οι υπό-ρόλοι που ένας ρόλος εμπεριέχει και μοιάζει με ένα είδος ρώσικης κούκλας. Η διερεύνηση των υπό-ρόλων μάς βοηθά να εμβαθύνουμε στο πρόβλημά μας, να κατανοήσουμε πληρέστερα τον χαρακτήρα μας αλλά και τη συμπεριφορά των άλλων ως αντίδραση στη δική μας. Ένα κλασικό παράδειγμα αποτελεί εκείνος που συνήθως σηκώνει τα βάρη, που γίνεται θυσία για τους άλλους. Μια τέτοια επεξεργασία βοηθά συχνά στην ανάδειξη της ανάγκης του να τον αγαπούν ή ακόμα και να εξουσιάζει τους άλλους μέσα από μια τέτοια στάση. Ένας τέτοιος τρόπος εργασίας αποκαλύπτει τις αντιφάσεις, τις αμφιθυμίες, την εναντιοδρομία που κάθε ρόλος εμπεριέχει.

Η μέθοδος του ρόλου ενθαρρύνει την αναζήτηση των καλά κρυμμένων και από τον ίδιο μας τον ρόλο-εαυτό αντιθέσεων, ακόμη κι όταν ο αρχικός ρόλος (εξουσιαζόμενος) μεταλλάσσεται στον αντίθετό του (εξουσιαστής).



*Στιγμιότυπο από ομάδα
Δραματοθεραπείας*



Στιγμιότυπο από
δραματοθεραπευτική
παράσταση του
κέντρου απεξάρτησης
«ΘΗΣΕΑΣ».

(Και πάλι ζητείται η συμμετοχή του κοινού)

Εδώ ζητάω ξανά από το κοινό, τα ίδια ζευγάρια όπως πριν, να ερευνήσουν τους υπό-ρόλους των ρόλων που είχαν μοιραστεί προηγουμένως. Ακολουθεί ανάλογη διαδικασία.

Πιστεύω ότι μόνο βιωματικά μπορεί κάποιος να γνωρίσει τη δραματοθεραπεία. Μπορεί να σας δίνω πληροφορίες, όμως αισθάνομαι ότι δεν μπορώ να σας μεταδώσω τι πραγματικά συμβαίνει σε μια δραματοθεραπευτική συνεδρία. Το «παίζω» έναν ρόλο εμπεριέχει από μόνο του μια ανείπωτη χαρά. Ιδιαίτερα για κάποιον που δεν το κάνει για άλλο στόχο παρά μόνο για την ψυχή του. Η αίσθηση ότι είσαι συγχρόνως και ο εαυτός σου και ο ρόλος σου επιτρέπει να γνωρίσεις, να μπεις και να βιώσεις πολλούς διαφορετικούς χαρακτήρες, να προεκτείνεις τον εαυτό σου, να διερευνήσεις όλη τη γκάμα των συναισθημάτων σου, των συμπεριφορών σου, να διευρύνεις την εμπειρία σου.

Ιδιαίτερη σημασία έχει ότι αυτή η διεύρυνση περιλαμβάνει και το σώμα, τη σωματική μνήμη, τις σωματικές δυνατότητες, την επίγνωση ότι δεν φέρουμε ένα σώμα αλλά ότι είμαστε το σώμα μας. Ο J. L. Moreno εμπνεύστηκε και εξέλιξε μια ολοκληρωμένη θεωρία και πρακτική θεραπείας μέσω του δράματος: το ψυχόδραμα.

Όλοι όμως γνωρίζουμε ότι, ήδη από την αρχαιότητα, η σχέση ανάμεσα στη δραματική έκφραση και τη θεραπευτική διαδικασία ήταν αποδεκτή και αναγνωρίσιμη. Δίπλα ακριβώς από το αρχαίο θέατρο της Επιδαύρου υπήρχε ένα θεραπευτήριο και συχνά η λειτουργία τους ήταν συμπληρωματική, καθώς οι ασθενείς συμμετείχαν κάποιες φορές στον χορό της τραγωδίας. Η θεραπευτική απελευθέρωση καταπιεσμένων παθών ήταν μέρος της τελετουργικής διαδικασίας, μέσω της οποίας η κοινότητα μπορούσε να συμβιβαστεί με τις απογοητεύσεις και τις δυσκολίες των αγώνων της για επιβίωση σε ένα μπερδεμένο και συχνά εχθρικό κόσμο, με τις απώλειες και τις νίκες του, τις χαρές και τις λύπες του, τις καταστροφές και τους θριάμβους του. Ο Αριστοτέλης είχε ονομάσει αυτή την εντεταλμένη απελευθέρωση της έντασης των θεατών «κάθαρση παθών». Αιώνες αργότερα, συναντάμε την ηθική θεραπεία μέσα στα θέατρα των ψυχιατρικών ασύλων. Ο Coulmier, διευθυντής του ασύλου Charenton έξω από το Παρίσι, εργάζεται με ασθενείς σε θεατρικές παραγωγές με τη συμμετοχή του έγκλειστου μαρκήσιου De Sade μεταξύ 1797 και 1811. Ο Reil, Γερμανός συγγραφέας, κάνει αναφορές σε παραστάσεις μέσα σε ψυχιατρικά νοσοκομεία το 1803. Θεατρικές θεραπευτικές δραστηριότητες αναπτύσσονται και σε άλλα άσυλα της Ευρώπης.

Στο τέλος του 19ου αιώνα, η τραγωδία επηρεάζει τον νεαρό Φρόιντ στη σύλληψη της ψυχαναλυτικής θεωρίας, όπου η κάθαρση εξυπηρετεί την αυτογνωσία. Σχεδόν παράλληλα με τον Φρόιντ, ο σπουδαίος αναμορφωτής του θεάτρου Stanislavski είχε εγκαινιάσει μια άλλη αντιμετώπιση του θεάτρου και της σχέσης ρόλου και ηθοποιού. Ο σύγχρονος του Evreinov προχώρησε αντιλαμβανόμενος δύο πραγματικότητες: του ατόμου και της persona, την οποία αποκαλούμε το άλλο εγώ. Μέσω της ερμηνείας φανταστικών ρόλων, ο ηθοποιός δύναται να υπερβεί έναν αριθμό ψυχολογικών και φυσικών ασθενειών, σύμφωνα με τον Evreinov, όπως παρατηρεί στο βιβλίο του *The theatre in life* (1927). Την ίδια εποχή, ο Vladimir Iljine ανέπτυξε μια αντίληψη του θεραπευτικού θεάτρου βασισμένη στην εκπαίδευση και τον αυτοσχεδιασμό. Σιγά-σιγά, όσο προχωρούσε ο αιώνας μας, το θέατρο άρχισε να αλλάζει, οι απόψεις του Antonin Artaud με το «Θέατρο της Ωμότητας» εύρισκαν πρόσφορο έδαφος, ενώ μέσα στη δεκαετία του '50 άρχισαν να κάνουν την εμφάνισή τους πρωτοποριακά θεατρικά σχήμα-

τα όπως το «Living theatre» και αργότερα το «Bread and Puppet» και το θέατρο του Grotovski και του Barba. Δεν πρέπει να ξεχνάμε τη δυναμική παρουσία του αναμορφωτή του θεάτρου Μπέρτολ Μρέχτ, με το θέατρο της συνειδητοποίησης και την έννοια της αποστασιοποίησης, που βρίσκει ιδανική εφαρμογή στην απόσταση από το πραγματικό γεγονός στην ψυχοθεραπεία μέσω δράματος.

Μέσα σε κλίμα κοινωνικών ανακατατάξεων, επιστημονικών και καλλιτεχνικών αποδομήσεων, το θέατρο πλησιάζει τη ζωή, την ψυχιατρική και την ψυχοθεραπεία, αρχίζει να αλλάζει η αντίληψη για τον ασθενή και την αντιμετώπισή του και εμφανίζεται η «θεραπεία μέσω δράματος». Ο όρος *dramatherapy* δημιουργήθηκε από τον Peter Slade το 1939, ο οποίος έγινε ευρύτερα γνωστός για την ιδέα του ότι το δραματικό παιχνίδι των παιδιών είναι μια φυσική μορφή εκμάθησης και θεραπείας. Το άρθρο του είχε τίτλο «*Dramatherapy as an Aid to Becoming a Person*».

Τη δεκαετία του '60, μέσα σε ένα κλίμα επαναστατικότητας, ακτιβισμού και κοινωνικής συμμετοχής, κάποιοι πρωτοπόροι στην Αγγλία –ανάμεσα σε αυτούς και η δασκάλα μου Emy Sue Jennings, ο Peter Slade, η Billy Lindkvist– καταφέρνουν να εφαρμόσουν ποικίλες τεχνικές και να δώσουν έμφαση στην ιδιότητα του δράματος ως πρωταρχικού μέσου για την αλλαγή και τη θεραπεία. Με την πάροδο του χρόνου διαμορφώνεται και συγκεκριμενοποιείται μια μέθοδος, ενώ παράλληλα εξαπλώνεται στις Ηνωμένες Πολιτείες (Robert Landy) και στην υπόλοιπη Ευρώπη. Στην Ελλάδα ερχόμαστε σε επαφή με τη δραματοθεραπεία το 1985, μέσω της Emy Sue Jennings και στη συνέχεια χάρη στον Robert Landy και τους υπόλοιπους πρωτοπόρους (Ann Calannach – *play therapy*, Mooli Lahad, Steve Mitchel, κ.ά.). Ιδιαίτερο ενδιαφέρον παρουσιάζει η διαμόρφωση της μεθόδου που αξιοποίησε στοιχεία του δράματος, της ψυχοθεραπείας, της ανθρωπολογίας, της μυθολογίας, του ψυχοδράματος ενώ συγχρόνως διαφοροποιούνταν από το θεατρικό παιχνίδι και τη δραματοποίηση.

Όπως γίνεται κατανοητό, ανάλογα με την επιστημονική προέλευση και το ενδιαφέρον των πρώτων δραματοθεραπευτών διαμορφώνονται και τα μοντέλα δραματοθεραπείας που ούτως ή άλλως έχει χαρακτήρα υβριδίου. Με αυτόν τον τρόπο διακρίνουμε το ανθρωπολογικό (Emy Sue Jennings), το αφηγηματικό

(Alida Cersie), το παραθεατρικό (Steve Mitchel), το αυτοσχεδιαστικό (Emunah), το αναπτυξιακό μοντέλο (Johnson) όπως και εκείνο που χρησιμοποιεί τον ρόλο (Robert Landy). Με την πάροδο του χρόνου, τα μοντέλα συγκλίνουν και οι σύγχρονοι δραματοθεραπευτές εκπαιδεύονται και αξιοποιούν τεχνικές και θεωρητικές προσεγγίσεις από όλα τα μοντέλα, με στόχο το όφελος του θεραπευόμενου.

Η δραματοθεραπεία απευθύνεται σε όλους τους πληθυσμούς θεραπευόμενων σε πολλά θεραπευτικά πλαίσια, και τούτο διότι έχει τη δυνατότητα να λειτουργήσει σε τρία επίπεδα: το δημιουργικό-εκφραστικό με στόχο την κινητοποίηση, ανάπτυξη και έκφραση της δημιουργικότητας και παραγωγής συγκεκριμένου καλλιτεχνικού αποτελέσματος· το μαθησιακό με έμφαση στην εκμάθηση κοινωνικών δεξιοτήτων· τέλος το ψυχοθεραπευτικό για την αντιμετώπιση συγκεκριμένων ψυχολογικών καταστάσεων (Daves, in Jennings 1987).

Ήδη η δραματοθεραπεία εφαρμόζεται σε νοσοκομεία, κέντρα ψυχικής υγείας, κέντρα απεξάρτησης, ειδικά σχολεία, σε χώρους εγκλεισμού, σε δομές επανένταξης και αποασυλοποίησης αλλά και σε ιδιωτικά θεραπευτικά κέντρα. Παράλληλα, αρκετοί πανεπιστημιακοί φοιτητές γνωρίζουν τη μέθοδο της δραματοθεραπείας, ενώ γίνονται έρευνες και έχουμε ενδιαφέροντα άρθρα και ανακοινώσεις σε επιστημονικά περιοδικά και συνέδρια. Από το 2000 άρχισε και η έκδοση στα ελληνικά των πλέον σημαντικών βιβλίων δραματοθεραπείας από τη διεθνή βιβλιογραφία.

Τι συμβαίνει στην πράξη σε μια συνεδρία δραματοθεραπείας; Ποιες είναι οι τεχνικές της συγκεκριμένης μεθόδου; Πώς λειτουργεί το παράδοξο του θεάτρου και η σωματική μνήμη; Υπάρχει ένα συγκεκριμένο πλάνο σε κάθε δραματοθεραπευτική διαδικασία που λειτουργεί με βάση την ψυχοθεραπευτική σχέση και διέπεται από τις ψυχοθεραπευτικές αρχές.

Το πλάνο έχει ως εξής: Στην αρχή, μετά το τυπικό της έναρξης τίθενται τα αιτήματα. Στη συνέχεια έχουμε το ζέσταμα, μια σωματική διαδικασία ώστε το σώμα και οι αισθήσεις να βρίσκονται σε ετοιμότητα. Κατόπιν έχουμε την κυρίως δράση όπου εφαρμόζονται ποικίλες τεχνικές και δοκιμάζονται οι γνώσεις και η ικανότητα του δραματοθεραπευτή και η δημιουργική φαντασία των θεραπευόμε-

νων. Χρησιμοποιούμε κατασκευή ιστοριών και παίξιμο ρόλων, μάσκες, μαριονέτες, εγκαταστάσεις χώρου, ζωγραφική, γλυπτική σωμάτων, μύθους, θεατρικούς ρόλους, ντουμπλάρισμα ρόλων, κατασκευές με άμμο και πηλό, κ.ά. Στο τέλος έχουμε το μίρασμα των σκέψεων, των συναισθημάτων και των συσχετισμών που προέκυψαν κατά τη διαδικασία. Η συγκεκριμένη διεργασία δίνει έμφαση στη διαδικασία και συχνά, χωρίς να είναι απαραίτητο ή αναγκαίο, γίνονται και οι τυχόν ερμηνείες. Τέλος, ακολουθεί το κλείσιμο της ομάδας ή της συνεδρίας με ένα συγκεκριμένο τυπικό.

Ένα στοιχείο απαραίτητο για τη θεραπευτική διαδικασία είναι η αισθητική απόσταση, η χρονικά αποστασιοποιημένα αναπαράσταση δηλαδή ενός γεγονότος της ζωής του θεραπευόμενου στη δραματοθεραπευτική σκηνή και η παράλληλη μετουσίωσή του σε αισθητικό-καλλιτεχνικό γεγονός. Ας σημειωθεί ότι απαραίτητη προϋπόθεση για να συμβεί αυτό αποτελεί η *δραματική μεταφορά* (Jennings 1990). Ο όρος δεν αναφέρεται αποκλειστικά στον *theatricum mundi* αλλά και στον χώρο μεταξύ πραγματικότητας και φαντασίας, όπου εδράζεται και η δημιουργικότητα.

Στη δραματοθεραπεία η μεταφορά λειτουργεί με τη διπλή της έννοια, αφενός ως μετακίνηση, εξωτερίκευση της εσωτερικής σκηνής στην εξωτερική σκηνή και αφετέρου ως εσωτερίκευση ως κατανόηση και πληρέστερη ενσυναίσθηση των εξωτερικών δρώμενων.

Σημαντικό ρόλο στη δραματοθεραπευτική διεργασία παίζουν τα σύμβολα, οι μηχανισμοί της προβολής και της ταύτισης, καθώς και το θεατρικό παράδοξο, ότι δηλαδή τη στιγμή που παίζεται ένας ρόλος έχει συγχρόνως και πραγματικές διαστάσεις.

ΜΕΛΕΤΗ ΠΕΡΙΠΤΩΣΗΣ

Πρόκειται για ένα νεαρό άνδρα ηλικίας 35 ετών, ο οποίος συμμετέχει για δεύτερο έτος στην ομάδα δραματοθεραπείας. Είναι μοναχοπαιδί και έχει κάνει σπουδές ψυχολογίας, ενώ βρίσκεται παράλληλα και σε ψυχαναλυτική διαδικασία.

Σε προηγούμενη συνάντηση από αυτή που θα παρουσιάσουμε είχε ζητηθεί από τα μέλη της ομάδας να δημιουργήσουν σε ένα μεγάλο κομμάτι χαρτιού τη «γραμμή της ζωής τους» τη μέχρι τώρα διαδρομή τους, όπως είναι το δρομολόγιο του μετρό, βάζοντας σε κύκλο τους σημαντικούς σταθμούς-πρόσωπα και ακολουθώντας ανοδική ή καθοδική πορεία ανάλογα με την ψυχολογική κατάσταση στα μεσοδιαστήματα.

Στις επόμενες συνεδρίες, τα μέλη –με διαφορετικό τρόπο κάθε φορά– επαγγελματιών αυτή τη διαδρομή τοποθετώντας μέλη της ομάδας σε ρόλους της προσωπικής τους ζωής, κατόπιν επιλογής και με ένα τυπικό εισόδο στον ρόλο. Έπειτα έρχονται μπροστά από τον καθένα και απευθύνουν μία φράση που ήθελαν να έχουν πει στο συγκεκριμένο πρόσωπο. Το πρόσωπο απαντά ανάλογα με την πληροφόρηση που έχει φροντίσει ο ίδιος ο θεραπευόμενος να δώσει στην προετοιμασία της δράσης.

Αφού γίνει το πέρασμα από όλους τους σταθμούς-πρόσωπα, το άτομο παίρνει απόσταση, βλέπει συνολικά τη μέχρι τώρα πορεία του –εξωτερική και εσωτερική– και απευθύνει έναν συνολικό αναστοχασμό, μια σκέψη στο εδώ και τώρα, ενώ μοιράζεται το κυρίαρχο συναίσθημά του.

Κατόπιν, τα μέλη της ομάδας απεκδύονται τους ρόλους τους με το ίδιο τυπικό που τους υποδύθηκαν.

Επιστρέφουμε στην ομάδα για το μοίρασμα των συναισθημάτων της όλης διεργασίας και τέλος δίδονται κάποιες επεξηγήσεις περισσότερο παρά ερμηνείες επί της διαδικασίας.

Πριν το πέρασμα στην επεξεργασία της «γραμμής της ζωής» του Τάσου, (υποθετικά τα ονόματα) η ομάδα επιδόθηκε σε μια σωματική άσκηση όπου ο καθένας έπρεπε να κινηθεί στον χώρο ως μια ηχητική πηγή (κασέτα, CD, μπιμπίνα, βινύλιο, κ.ά.) αναπαράγοντας παράλληλα ένα τραγούδι, ένα ποίημα, ένα κείμενο. Στη συνέχεια κάθε ρόλος θα λειτουργούσε ως η ίδια φωνητική πηγή. Πρόκειται για μια δραματοθεραπευτική εφαρμογή βασισμένη στο έργο του Σάμιουελ Μπέκετ, *Η τελευταία μαγνητοταινία του Κραπ*.

Το σχεδιάσμα της «γραμμής» του Τάσου είχε πολλά πρόσωπα και πολλά σκαμπεναβιάσματα χωρίς όμως να είναι μεγάλης έντασης.

Επέλεξε να δραματοποιήσει τα πρόσωπα της μητέρας, τις δύο αδελφές της, τη γιαγιά, δύο σημαντικές ερωτικές σχέσεις με κοπέλες (Εύα – Χριστίνα), έναν καθηγητή στο πανεπιστήμιο, τη θεραπεία του (ψυχαναλυτική – δραματοθεραπευτική), τον Γρηγόρη με τον οποίον είχε οικονομικές διαφορές και το χρηματιστήριο, εξαπτίας του οποίου είχε υποστεί μια σημαντική απώλεια χρημάτων.

Τάσος: Γιατί δεν είχα την προσοχή σου;

Μπέρα: Ούτε εμένα μου έδωσες ποτέ τίποτα.

Τάσος: Είσαι ο πιο σημαντικός άνθρωπος στη ζωή μου. Σε αγαπώ, σε κουβαλάω μέσα μου.

Γιαγιά: Και εγώ σε αγαπώ πολύ. Είμαι υπερήφανη για σένα.

Τάσος: Πέρασα μαζί σου μερικές από τις πιο συναρπαστικές στιγμές της ζωής μου και τις πιο δύσκολες. Σε αγάπησα αλλά δεν ήμουν α έτοιμος.

Εύα: Και εγώ δεν ήμουν έτοιμη.

Τάσος: Να βρεις κάποιον άνδρα.

Ελένη: (ανύπανδρη θεία): Κάποιος πρέπει να βάλει όρια σ' αυτό το παιδί.

Τάσος: Εσύ ήσουν η μάνα που ήθελα να έχω και όχι η μπέρα μου.

Σοφία: (άτεκνη θεία): Εάν είχα ένα γιο θα ήθελα να είναι σαν και σένα.

Τάσος: Δεν ήμουν έτοιμος να σε διεκδικήσω. Συγγνώμη που δεν μπόρεσα να αφήσω αυτή τη σχέση να εξελιχθεί.

Χριστίνα: Και εγώ δεν ήμουν έτοιμη.

Τάσος προς χρηματιστήριο (με ερωτική σχεδόν φωνή):

Έκανα μεγάλο λάθος, δεν σε είδα στις πραγματικές σου διαστάσεις. Σε είδα και σαν μπέρα. Επιθυμούσα να στηριχτώ πάνω σου και στο τέλος γκρεμοτσακίστηκα.

Χρηματιστήριο: Τελικά μην μπερδεύεις τη μάνα σου με το χρηματιστήριο. Τέτοιες προβολές έχουν κόστος.

- Τάσος:** Θαυμάζω την ικανότητά σου αλλά είμαι θυμωμένος μαζί σου γιατί το εμπορικό σου ταλέντο το εφάρμοσες σε μένα. Άντε στο διάβολο.
- Γρηγόρης:** Έτσι είναι η ζωή. Πρέπει να το αποδεχθείς.
- Τάσος:** Σε θαυμάζω, είσαι πρότυπο για μένα. Είσαι ένας σημαντικός άνθρωπος και είναι τιμή μου που σ' έχω γνωρίσει.
- Καθηγητής:** Φρόντισε να γίνεις εσύ πρότυπο του εαυτού σου. Ο πιο καλός ο μαθητής ήσounα εσύ στην τάξη.
- Τάσος:** Θα σε ήθελα πιο κοντά μου, σε στερήθηκα. Είσαι καλύτερος από ό,τι σε είχα στο μυαλό μου, θυμώνω που δεν σε γνώρισα.
- Θεραπευτής:** Περίπτωση 1829. Άνδρας 30 και κάτι με βλέπει σαν τον πατέρα του, πρέπει να αντέξω τις επιθέσεις του και να λειτουργήσω επανορθωτικά. Ελπιδοφόρα περίπτωση.

Στο τέλος αισθάνθηκε ικανοποίηση και είπε από απόσταση ότι θα γίνει εκείνο που θέλει αυτός κι όχι η οικογένεια. Στο μοίρασμα του τέλους, ο Τάσος είπε ότι συνετελέσθη μια μεταστροφή, ότι όλες αυτές οι μορφές έπαψαν να είναι διωκτικές. Του ζήτησα να ξαπλώσει στο κέντρο της ομάδας και όλα τα μέλη ακούμπησαν πάνω του τα χέρια τους. Τον αισθανθήκαμε μούσκεμα στον ιδρώτα και πολύ κουρασμένο.

Στην επόμενη συνεδρία μίλησε για τη σωματική μνήμη που η όλη διεργασία τού διακίνησε. Ο σωματικός πόνος είχε σχέση με τη συνήθεια της μητέρας του να τον τσιμπάει και να τον δαγκώνει (του έκανε μελανά δείγματα αγάπης, τα ονόμαζε «ρολογάκια») σε όλο του το κορμί, γεγονός που έδιδε ελευθερία και στους υπόλοιπους συγγενείς να πράττουν το ίδιο. Η υγρασία δε του σώματός του ήταν τα δάκρυα του κορμιού του. Ένωσε ότι η ομάδα λειτουργήσε επανορθωτικά και μας ευχαρίστησε ιδιαίτερα για το τελευταίο άγγιγμα που δεν τον τσιμπήσαμε. «Ξάπλωσα, είπε, με φόβο μπρούμυτα αλλά σιγά-σιγά καλάρωσα και το απόλαυσα». Θυμάμαι ακόμα την έκφρασή του στο πρόσωπό του. Εξάισια, ανεπανάληπτη, ανταποδοτική.

Τελειώνοντας, θα ήθελα να πω ότι είναι ιδιαίτερα δύσκολο να μεταφερθεί η ατμόσφαιρα μιας συνεδρίας που έχει τη μοναδικότητα του θεάτρου, του ανε-

πανάληπτου happening, του ονείρου. Όσο συνεχίζουμε να ονειρευόμαστε, να υπάρχουμε ως όντα καθημερινά αλλά με ανεπανάληπτες επιθυμίες, με διαφορετικά και ποικίλα εσωτερικά αντικείμενα, η δραματοθεραπεία φαίνεται ότι θα είναι μια ιδιαίτερα αποτελεσματική θεραπεία, διότι δεν αποτελεί μόνο ένα θεραπευτικό γεγονός αλλά ένα πολιτισμικό γίνεσθαι ιδιαίτερα αξιοποιήσιμο και αναγνωρίσιμο στη μεταμοντέρνα εποχή μας.

ΒΙΒΛΙΟΓΡΑΦΙΑ

Phil Jones, *Δραματοθεραπεία. Το θέατρο ως τρόπος ζωής και θεραπείας*, Ελληνικά Γράμματα, 2003.

Robert J., Landy, *Προσωπικότητα και προσωπείο. Ο ρόλος στο Δράμα, τη θεραπεία και την καθημερινότητα*, Ελληνικά Γράμματα, 2001.

Κρασανάκης Σ., *Ψυχοθεραπεία μέσω Δράματος. Σύγχρονες Ψυχοθεραπείες στην Ελλάδα*, University of Indianapolis Athens Press, Αθήνα, 1999.

Jones P., *Drama as therapy*, Routledge, 1996.

Segal H., *Dream, fantasy and art*, London and N. York, 1991.

Winnicott, *Playing and reality*, London and N. York Tavistock / Routledge, 1971.

Landy R., «Dramatherapy – The state of the art», *The arts in Psychotherapy*, Pergamon, 1997.

Landy R., *Essays in Drama Therapy*, Jessica Kingsley Publishers, 1996.

James F.T., Bugental W.W., *The art of the psychotherapist*, New York-London, Norton, 1997.

Jennings S., *Dramatherapy – Theory & practice*, Routledge, 1987.

Artaud A., *Το θέατρο και το είδωλό του*, Δωδώνη, 1958.

Bendley E., *Theatre and therapy*, New York, Harper Colophon, 1977.

Boal A., *Theatre of the Oppressed*, London, Penguin, 1979.

Cattanach A., *The Developmental Model of Dramatherapy*, London, Routledge, 1994.

Cox M., *Shakespeare Comes to Broadmoor*, London, Jessica Kingsley, 1992.

Gersie Λ., *Storymaking in Bereavement*, London, Jessica Kingsley, 1991.

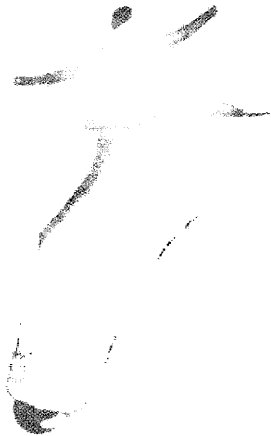
- Goffman E., *The Presentation of Self In Everyday Life*, New York, Doubleday, 1959.
- Grotowski J., *Towards a Poor Theatre*, London, Methuen, 1968.
- Huizinga J., *Homo Ludens. A study of the play element in culture*, Boston, Beacon Press, 1955.
- Jennings S., *Remedial Drama*, London, Pitman, 1973.
- Emunah, R., *Acting for real-drama therapy process, technique, and Performance*, New York, Brunner / Mazel, 1993.
- Freud, S., *Totem and taboo*, New York, Random House (πρώτη δημοσίευση 1913), 1960.
- Gersie A. & King N., *Storymaking in education and therapy*, London, Kingsley, 1990.
- Jennings S., *Theatre, ritual and transformation*, London, Routledge, 1993.
- Johnson D., «Developmental approaches in drama therapy», στο *The Arts in Psychotherapy*, 9, σσ. 183- 190, 1982.
- Johnson D., «The theory and technique of transformation in drama therapy», στο *The Arts in Psychotherapy*, 18, σσ. 285- 300, 1991.
- Boal A., *Games for Actors and Non – Actors*, London, Routledge, 1992.
- Grainger R., *Drama and Healing: The Roots of Dramatherapy*, London, Jessica Kingsley, 1990.
- Jones P., «Dramatherapy, Five Core Processes», στο *Dramatherapy, Journal of the British Association for Dramatherapists*, vol. 14, no 1, σσ. 5-10, 1991.
- Klein M., *The Psychoanalysis of Childhood*, London, Hogarth, 1932.
- Klein M., *Narrative of a Child Analysis*, vol. 4, London, Hogarth, 1961.
- Landy R., *Drama Therapy*, Springfield, IL, Charles C. Thomas, 1986.
- Michell S., «Therapeutic Theatre: a Paratheatrical Model for Dramatherapy», στο Jennings S., (ed.) *Dramatherapy, theory and practice for teachers and clinicians*, vol. 2, London, Routledge, 1992.
- Wilshire B., *Role playing and Identity*, Bloomington, IN, Indiana University Press, 1982.
- Winnicott D. W., «Transitional Objects and Transitional Phenomena, A Study of the First Non-Me Possessions», στο *International Journal of Psychoanalysis*, vol. 34, Part 2, 1953.

ΔΥΟ ΜΟΥΣΙΚΑ ΠΑΡΑΜΥΘΙΑ
ΓΙΑ ΑΦΗΓΗΤΗ ΚΑΙ ΣΥΝΟΛΟ
ΜΟΥΣΙΚΗΣ ΔΩΜΑΤΙΟΥ

Κείμενα:

Στέλιος Κρασανάκης

Θανάσης Δρίτσας



Η Θεραπευτική δύναμη της αφήγησης

Στέλιος Κρασσανάκης

*Ψυχίατρος, Δραματοθεραπευτής,
Επιστημονικός Υπεύθυνος του
Κέντρου Ψυχοθεραπείας μέσω Δράματος ΑΙΩΝ*



υχνά, όταν κάποιος που με γνωρίζει για πρώτη φορά με ρωτάει για την εργασία μου, αποκρίνομαι ότι ασχολούμαι με τους ανθρώπους και τις ιστορίες τους, θέλοντας να δώσω μια κάποια μυστηριώδη, παιγνιώδη αλλά και κυριολεκτική απάντηση.

Νομίζω ότι ο ψυχοθεραπευτής αυτό ακριβώς κάνει. Ακούει τις προσωπικές ιστορίες, προσπαθεί να τις ακούει όσο το δυνατόν καλύτερα, με στόχο να τις ερμηνεύσει.

Από την άλλη πλευρά ο καλλιτέχνης, ο δημιουργός, προσπαθεί να αφηγηθεί τη δική του ιστορία, ιστορία που αποτελεί και τη δική του ερμηνεία για τον κόσμο.

Ανάμεσα όμως στην αφήγηση και την ερμηνεία της μεσολαβεί το άκουσμά της, η δυνατότητα κάποιου να μεταδώσει και κάποιου να προσλάβει.

Σε μια πρόσφατη γαλλική ταινία με τίτλο *Εξομολογήσεις πολύ προσωπικές*, η ηρωίδα απευθύνει σε κάποιον φοροτεχνικό το ψυχοθεραπευτικό της αίτημα,



*Ο Στέλιος Κρασσανάκης στο ΕΙΕ
(εκδήλωση 30.5.04).*

στην αρχή από λάθος, στη συνέχεια όμως παραμένει, διότι έχει ένα πιο καθαρό άκουσμα, μια μεγαλύτερη επιθυμία να την ακούσει, όπως επισημαίνει ο επαγγελματίας ψυχοθεραπευτής τον οποίον ο φοροτεχνικός με τη σειρά του επισκέπτεται για βοήθεια.

Μπορείτε να φανταστείτε το δίδυμο, κάποιος να αφηγείται και κάποιος να ακούει, καθισμένοι ο ένας δίπλα στον άλλον. Σκεφτείτε πόσες εικόνες-παραστάσεις αναδύονται και καταλαμβάνουν τον χώρο ανάμεσά τους. Ρόλοι, καταστάσεις, χαρακτήρες και σχέσεις εμπλέκονται. Ήρωες τα καταφέρνουν ή δεν τα καταφέρνουν, κάνουν ή όχι επιλογές, επιλογές λυτρωτικές ή καταστροφικές, σε ιστορίες με αρχή, μέση και τέλος.

Και οι δύο άνθρωποι ακούν την ίδια ιστορία όμως την ίδια στιγμή ο καθένας αναδημιουργεί και επικοινωνεί τη δική του ιστορία. Στις ίδιες λέξεις ο καθένας μεταφέρει τις δικές του παραστάσεις, τις δικές του προβολές. Παρακολουθούμε ένα δίδυμο ενεργό, κινητοποιημένο, σε αναμονή. Ανάμεσά τους υπάρχει δυναμική, έμπνευση και δημιουργικότητα. Παρακολουθούμε ένα κύταρο επικοινωνίας, το μικρότερο σύστημα σχέσης.

Παρακολουθούμε ένα μίγρμα συναισθημάτων, ιδεών, εμπειριών, πράξεων από τον αφηγητή σε εκείνον που ακούει με στόχο την απόλαυση, τη γνώση, την ανταπόκριση, την αντανάκλαση. Και οι δύο απολαμβάνουν, αλληλοκαθρεπίζονται, αναγνωρίζουν και γνωρίζουν τον εαυτό τους. Υπάρχει αλληλεπίδραση ανάμεσά τους, η αφήγηση πολλαπλασιάζεται, επαναδημιουργείται και αναδύεται μια νέα δυναμική που ξεπερνά τους συμμετέχοντες. Τα όρια ανάμεσα στον αφηγητή και εκείνον που ακούει συγχέονται, το συμβολικό υλικό δίδει τη θέση του στην πραγματικότητα και αντιστρόφως.

Ποιος ομιλεί και ποιος ακούει; Η σιωπή εναλλάσσεται με τον λόγο. Το ταξίδι έχει ξεκινήσει. Για πού; Στη φαντασία; Στο ανοίκειο; Στο ασυνείδητο;

Οδηγός είναι η εμπιστοσύνη και η επιθυμία για γνώση. Ο χώρος ανάμεσα στους συνομιλητές, ο χώρος της συνάντησης γίνεται ένας μεταβατικός χώρος και η εσωτερική εμπειρία γίνεται εξωτερική εμπειρία.

Αυτό αποτελεί τον πυρήνα της κοινωνικοποίησής μας, το πώς δηλαδή η εσωτερική εμπειρία θα εξωτερικευτεί και η εξωτερική θα εσωτερικευθεί.

Τούτη η παλίνδρομη, αμφίδρομη κίνηση, τούτη η διαπίστωση ότι η αφήγηση αποτελεί μια κατ' εξοχήν κοινωνική δραστηριότητα διαπνέεται από την επιθυμία να επικοινωνήσουμε, από την ανάγκη όχι μόνο να δημιουργήσουμε και να βιώσουμε τις ιστορίες, αλλά κυρίως από την ανάγκη να τις αφηγηθούμε, να τις μοιραστούμε. Να έχουμε μάρτυρες για την ύπαρξή μας, επιβεβαίωση για την εσωτερική αρχιτεκτονική της σκέψης μας, για την οργάνωση του ψυχικού μας χώρου.

Η Alida Gersie (1997) υποστηρίζει ότι «Η επιθυμία μας να αφηγηθούμε, η δυνατότητα να κρίνουμε τη στιγμή που θα το κάνουμε και η ικανότητα να μάθουμε από την αφήγηση αποτελούν τη βάση για την οργάνωση του ψυχισμού μας. Μας βοηθάνε να αναπτυχθούμε και να γίνουμε τελικά αυτό που είμαστε, ο εαυτός μας, η προσωπικότητά μας».

Η γενναιόδωρη ικανότητα να αφηγηθούμε και η ζεστή ικανότητα να ακούσουμε δημιουργούν ισορροπία ανάμεσα σε εμάς και τον κόσμο μας, ενώ η ευαίσθητη αυτή ισορροπία εκφράζει επίσης τον βαθμό της υγιούς ή παθολογικής

συμπεριφοράς μας, την ικανότητά μας να επιβιώνουμε, να διαχειριζόμαστε και να αναπλαισιώνουμε τις καθημερινές δυσκολίες. Αρκετοί από τους ανθρώπους που είχαν μια παροδική ή μια πιο μόνιμη εμπειρία ψυχικής ασθένειας, έχουν και την εμπειρία της στέρσης ή της μείωσης της αφηγηματικής τους ικανότητας.

Η εμπειρία μου με ψυχωσικούς αλλά και με άτομα με εθισμό στις εξαρτησιογόνες ουσίες το επιβεβαιώνει. Η εφαρμογή της δραματοθεραπείας σε τέτοιους πληθυσμούς βοηθά και στην αποκατάσταση του αφηγηματικού λόγου, τη σύνδεσή του με τις πράξεις, αλλά και στην εσωτερική οργάνωση, στο μέτρο που είναι εφικτό. Ιδιαίτερα στις εξαρτήσεις, μετά από 16 έτη εφαρμογής μεθόδων δραματοθεραπείας, θεωρώ ότι η δόμηση μιας διαδικασίας έκφρασης αποτελεί και αποκατάσταση της συναισθηματικής αγωγής.

Η διαδικασία της **επανάληψης** που η αφήγηση εμπεριέχει αποτελεί μια διαδικασία δόμησης, οργάνωσης και κυρίως νοηματοδότησης της προσωπικότητάς μας μέσα από τη μνήμη. Εάν αποδεχτούμε την άποψη του Λακάν ότι το υποσυνείδητο είναι δομημένο ως λόγος, τότε η εκφορά του λόγου αποτελεί παράλληλα και ανάδειξη πολύτιμου προσωπικού υλικού. Η τέχνη διευκολύνει συχνά αυτή την εκφορά και γι' αυτό οι θεραπείες μέσω τέχνης γνωρίζουν όλο και μεγαλύτερη αποδοχή και επιβεβαίωση.

Όπως παραδέχεται και ο ψυχοθεραπευτής-συγγραφέας Irvin Yalom, όλες οι αναφορές από τη θεραπευτική πρακτική είναι μύθοι που λέγονται ξανά, με όλα τα όρια που μια τέτοια διαδικασία επιβάλλει. Οι όποιες δε μεταβολές στις ιστορίες και τους μύθους, η οποία ελαχιστοποίηση ή διόγκωση εκφράζει και τις ψυχικές ανάγκες ενός ατόμου ή ενός ολόκληρου λαού. Μια εύστοχη εφαρμογή αποτελεί η τροποποίηση του τέλους στον μύθο της Μήδειας στην ταινία *Ποτέ την Κυριακή*. Πρόθεση του αφηγητή είναι να μεταφέρει για δικούς του προσωπικούς λόγους την εξιστορημένη γνώση, ενώ εκείνου που ακούει είναι να ψάξει για αυτό που σχεδόν ποτέ δεν θα αποσαφηνισθεί επακριβώς, για το νόημα της ιστορίας.

Όσον αφορά τον αφηγητή, ο γνωστός σκηνοθέτης Peter Brook (1989), επισημαίνει ότι «Χρειάζεται να έχει τη διανοητική ικανότητα ενός φυσικομηχα-

νικού, τον ανθρωπισμό και την κατανόηση ενός ψυχιάτρου και την ευελιξία ενός αθλητή». Μέσα από την αφήγηση και κατασκευή ιστοριών **μαθαίνουμε** να διαπραγματευόμαστε με τη διαφορετικότητα, τα έντονα συναισθήματα, τις απίστευτες καταστάσεις και τις ανεπίπττες λέξεις, μαθαίνουμε να γεφυρώνουμε το χάσμα ανάμεσα στην εμπειρία και στην έκθεσή της.

Το 1983, οι Gergen and Gergen επινόησαν τον όρο *αυτό-αφήγηση*, (self-narration), για να περιγράψουν τη διαδικασία με την οποία λέμε ιστορίες για τον εαυτό μας στον εαυτό μας. Υπόθεσή τους είναι ότι αυτό το σύστημα δημιουργείται με στόχο να γίνουν συνδέσεις ανάμεσα στα γεγονότα της ζωής μας και να αποκτήσουμε την αίσθηση μιας νοηματοδοτημένης συνέπειας, συνέχειας και διάρκειας. Θα προσέθετα ότι η αφήγηση στον εαυτό μας (self-narration) εξυπηρετεί την εξοικείωση με τον ίδιο μας τον εαυτό. Τον απομακρύνουμε για να τον αισθανθούμε πιο κοντά μας. Είναι σαν να προβάλλουμε τον εαυτό μας μέσα σε έναν άλλο χρόνο και χώρο.

Μια σιωπή ακολουθεί το τέλος μιας αφήγησης, με διαφορετική διάρκεια κάθε φορά. Οι σιωπές έχουν ιδιαίτερη σημασία στην αφήγηση όπως και στην ψυχοθεραπεία, η οποία έχει υποκαταστήσει τη θεραπευτικότητα της αφήγησης στην εποχή μας. Μια εποχή όπου οι γονείς δεν αφηγούνται, οι παππούδες δεν ζουν μαζί μας, η γειτονιά δεν λειτουργεί, το κουτσομπολιό γίνεται στα ΜΜΕ.

Αφηγούνται τα ΜΜΕ; Αφηγείται η τηλεόραση; Η αφήγηση γίνεται με εικόνες; Η γραφή είναι κατακερματισμένη και αποδομημένη. Τι σημαίνει αφήγηση στη μεταμοντέρνα εποχή μας; Έχει παρέλθει, όπως λένε οι θεωρητικοί της τέχνης, η εποχή των μεγάλων αφηγήσεων;

Κάθε φορά όμως που βρίσκομαι σε μια θεραπευτική ομάδα έρχεται έντονα στον νου μου η εικόνα μιας ομάδας ανθρώπων καθισμένων κυκλικά γύρω από μια φωτιά να περιμένουν κάτι, να συμμετέχουν σε κάτι, να έχουν κάποιο αίτημα. Και αυτό το αίτημα είναι να μιλήσουν για τις ιστορίες τους, να μοιραστούν την εμπειρία τους, να κατανοήσουν τον απέναντί τους, να γνωρίσουν το ενδιαφέρον του, να τους νοιαστούν.

Να αναπαραστήσουν τον εαυτό τους στο περιβάλλον τους. Και αυτή η αναπαράσταση επιτυγχάνεται με την αφήγηση. Η μια ιστορία μπλέκεται μέσα στην άλλη, αναζητούνται οι διαφορές και αναδύονται οι ομοιότητες. Αντιμετωπίζουμε τις δυσκολίες μας από πολλές διαφορετικές οπτικές και μαθαίνουμε ότι τα προβλήματά μας είναι την ίδια στιγμή και δυνατότητες. Τούτο γίνεται ιδιαίτερα κατανοητό, αποδεκτό και εφικτό μέσα από την κατασκευή ιστοριών που συνιστά ένα θεραπευτικό εργαλείο στη δραματοθεραπευτική πρακτική.

Η κατασκευή μιας κοινής ιστορίας συνέχει την ομάδα, εξομαλύνει τις σχέσεις, κινητοποιεί τη δημιουργικότητα, αναδεικνύει κοινούς στόχους και συμβάλλει στη συμπαραγωγή έργου. Η ολοκλήρωση μιας ιστορίας αντιπροσωπεύει την απαρτίωση του εαυτού, τη συμφιλίωση των αντιθέτων, την υπέρβαση της ατομικότητας.

Στην εποχή μας, την εποχή που κινδύνευσε να χαρακτηριστεί ως το τέλος της Ιστορίας, ανακαλύπτουμε ξανά τις ιστορίες. Ιστορίες ειπωμένες όμως όχι γύρω από μια φωτιά ή μέσα από τις σελίδες ενός βιβλίου, αλλά πάνω σε ψυχαναλυτικά ντιβάνια, θεραπευτικές ομάδες, new age τελετές, τηλεφωνικά καλέσματα ή SMS μηνύματα.

Μια μεγάλη αλλαγή συντελείται, την οποία ο ψυχισμός μας δεν ακολουθεί πάντα με ευκολία και πολύ περισσότερο δεν την υιοθετεί χωρίς κόστος. Φαίνεται ότι ένα μεγάλο μέρος του ιντερμέδιου που είναι η εποχή μας παίζεται σε επίπεδο ιστοριών, στον ρυθμό αναμετάδοσής τους, στις πολλαπλά αποδομημένες μορφές τους και στη βία που τις χαρακτηρίζει, όχι όσον αφορά το περιεχόμενο –οι ιστορίες πάντα συνδιαλέγονταν με τη βία, άλλοτε τη μετουσίωσαν κι άλλοτε όχι– αλλά στον τρόπο επιβολής και κατανάλωσής τους.

Αντιθέτως, μια διαφορετική προσέγγιση και αξιοποίηση του χρόνου (εκτείνοντας ή συμπυκνώνοντάς τον) προτείνουν οι αφηγήσεις: κάτι ανάλογο επιχειρούν και οι διαφορετικές ψυχοθεραπευτικές πρακτικές.

Το να δημιουργείς ή να αναδημιουργείς μια ιστορία, να την ακούς και να την αναπαράγεις αποτελούν συνήθειες που ο άνθρωπος είχε προ αμνημονεύτων ετών, εκφράζοντας με αυτό τον τρόπο την ανάγκη του να γεφυρώσει, να

δημιουργήσει ένα ισχυρό δεσμό ανάμεσα στο παρελθόν και το παρόν, να φέρει το χθες στο σήμερα και παράλληλα να φέρει πιο κοντά το μέλλον, προετοιμάζοντάς το και εξευμενίζοντάς το, με το να προβάλλει πάνω του τη συσσωρευμένη εμπειρία του.

ΒΙΒΛΙΟΓΡΑΦΙΑ

Phil Jones, *Δραματοθεραπεία. Το θέατρο ως τρόπος ζωής και θεραπείας*, Ελληνικά Γράμματα, 2003.

Robert J. Landy, *Προσωπικότητα και Προσωπείο. Ο ρόλος στο Δράμα*, Ελληνικά Γράμματα, 2001.

Wolland Brian, *Η διδασκαλία του δράματος στο δημοτικό σχολείο*, Ελληνικά Γράμματα, 1999.

Irvin Yalom, *Ο δήμιος του έρωτα*, Άγρα, 2003.

Gersie Alida, *Reflections on Therapeutic Storymaking. The Use of Stories in Groups*. Jessica Kingsley Publishers, London, 1997.

Gersie Alida & King Nancy, *Storymaking in Education and Therapy*, Stockholm Intitute of Education Press & Jessica Kingsley Publishers, London, 1990.

Altieri C., [in Tyrrell, L. (1990)] «Storytelling and moral agency», στο *The Journal of Aesthetics and Art Criticism*, 48, 2, 24.

Austin J.L., *How To Do Things With Words*, Cambridge, Mass., Harvard University Press, 1962.

Aylwin T., *Storytelling and Education*, London, School of Primary Education, Thames Polytechnic, 1989.

Bauman R., *Story, Performance, and Event: Contextual Studies of Oral Narrative*, Cambridge, Cambridge University Press, 1986.

Bower G.H. and Morrow D.G., «Mental models in narrative comprehension», στο *Science* 247, σσ. 44-48, 1990.

Bruner J., «The narrative construction of reality», στο *Critical Enquiry*, 18, σσ. 1-21, 1991.

Rennie D.L., «Storytelling in psychotherapy. The client's subjective experience», στο *Psychotherapy* 31, 2, σσ. 234-243, 1994.

- Ricoeur P., *Time and Narrative*, Chicago, University of Chicago Press, 1984.
- Sawyer S., *The Way of the Storyteller*, New York, Viking, 1942.
- Shedlock M., *The Art of the Storyteller*, New York, Dover Publications, 1951.
- Tambling J., *Narrative and Ideology*, Story Stratford, Open University Press, 1991.
- Tyrrell L., «Storytelling and moral agency», στο *The Journal of Aesthetics and Art Criticism* 48,2, σσ. 115-126, 1990.
- Zipes J., *Creative Storytelling*, New York, Routledge, 1995.

Storytelling

- Baker A. & Greene E., *Storytelling, Art & Technique*, Bowker, 1977.
- Bauer Caroline F., *Handbook for Storytellers*, ALA, 1977.
- Bryant Sara C., *How to tell stories to children*, Ed., Gale Repr. of 1924.
- Burrell Arthur, *A Guide to Storytelling*, Ed. Arden Lib, Repr. of 1926.
- Carlsson Bernice W., *Listen & Help Tell the Story*, Abingdon, 1965.
- Colwell Eileen., *Storytelling*, Merrimack Pub. Cir, 1983.
- Farrell Catharine H., *Word Weaving, A Storytelling Guide*, SF Study Ctr, 1983.
- Farrell C. & Nessel D., *Word Weaving, A Teaching Sourcebook*, Zallerback FF, 1984.
- Harrell J. & Harrell M., *A Storyteller's Treasury*, York House, 1977.

Απ' όσα είπα τίποτα δεν είδα και δεν άκουσα...

...Σχόλια για την αξία των παραμυθιών στην εποχή μας

Θανάσης Δρίτσας

*MD, FESC Καρδιολόγος, Συνθέτης,
Ωνάσειο Καρδιοχειρουργικό Κέντρο*

Κόκκινη κλωστή δεμένη... Μια φορά και ένα καιρό...

Ετσι αρχίζουν την αφήγηση τους οι λαϊκοί παραμυθάδες προκειμένου να ζωντανέψουν στο κοινό τους νεράιδες, βασιλιάδες, δράκους, μυθικές βασιλοπούλες και χρυσά παλάτια, πλάσματα του σκότους και του φωτός, δυνάμεις του καλού και του κακού. Οι παραμυθάδες λιγότεψαν, ακόμη και οι παππούδες και οι γιαγιάδες δεν αφηγούνται πια παραμύθια από μνήμης, οι εργαζόμενοι γονείς δεν έχουν πια αρκετό χρόνο για να διαβάσουν παραμύθια στα παιδιά τους. Τα παραμύθια γούπευαν κάποτε γενιές και γενιές παιδιών, όταν τηλεόραση και παιδικές εκδόσεις δεν υπήρχαν. Ευτυχώς όμως, τα περισσότερα παραμύθια τυπώθηκαν σήμερα σε όμορφα βιβλία, καρπός μιας συλλογικής προσπάθειας ανθρώπων που λάτρεψαν το παραμύθι και κατάλαβαν την αξία του.

Τις περασμένες δεκαετίες, το παραμύθι βρέθηκε ακόμα και στο εδώλιο του κατηγορουμένου σύμφωνα με ένα κατηγορητήριο που του απέδιδε χαρακτηρισμό τρομοκράτη. Εκείνοι που στάθηκαν απέναντι στο παραμύθι θεώρησαν ότι

τρομοκρατεί τα παιδιά με τερατώδη πλάσματα της φαντασίας, ότι αποπροσανατολίζει από τα σύγχρονα προβλήματα κι ότι αποτελεί μέσο φυγής προς κόσμους ανύπαρκτους και πλασματικούς. Υπάρχει ακόμη και μερίδα γονέων που θεωρεί ότι δεν πρέπει να διαβάζει παραμύθια στα παιδιά για να μη γίνουν ονειροπαρμένα και να μη ξεστρατίσουν από την αλήθεια της ζωής και τα καταναλωτικά στερεότυπα που εξασφαλίζουν τη δημιουργία πολιτών «καριέρας» με «επαγγελματική» νοοτροπία και κερδοσκοπικές βλέψεις μετά από επιτυχή ένταξη στη σημερινή κοινωνία του μεγάλου αδελφού (big brother).

Υπάρχουν ακόμη και δάσκαλοι –ευτυχώς όχι η πλειοψηφία– που απορρίπτουν το παραμύθι επειδή δεν προσφέρει πρακτικές γνώσεις και επιπλέον διαθέτει γοητεία, συναρπαστική και ευχάριστη φαντασία που μπορεί ακόμη και να καταργεί τις καθιερωμένες δομές εξουσίας όπως οι βασιλιάδες, οι βασίλισσες και οι πρίγκιπες. Η παραμυθένια ονειροφαντασία γεννά ήρωες δίχως όνομα, σύννεφα που παίρνουν μορφές ανθρώπων ή ζώων, φθάνει στο φεγγάρι πολύ καιρό πριν προσγειωθούν σύγχρονα διαστημόπλοια των Η.Π.Α. Με απλότητα και ουσιαστικό ρεαλισμό, χωρίς εξωραϊσμό μιλά για ανδρόγυνα που μισούνται, γονείς που εγκαταλείπουν τα παιδιά τους, αδέρφια που σκοτώνονται από έχθρα. Τα παραμύθια δεν κάνουν ζαβολιές και δεν εξαπατούν κανέναν. Δεν καταφεύγει κανείς στο παραμύθι για να δώσει διέξοδο στη ζωή του και να την υποκαταστήσει με κάτι υπερφυσικό. Και όσο για τους βασιλιάδες, τους πλούσιους και τις πεντάμορφες, αυτοί δεν μπορούν να γίνουν πρότυπα μίμησης όπως οι σύγχρονες κούκλες Barbie, αφού είναι μάλλον στερημένοι από κάθε καταναλωτική και γενικότερα υλική επένδυση.

Μέσα από τα παραμύθια φαίνεται η διαχρονική ανάγκη για ευτυχία, προσωπική και κοινωνική ικανοποίηση. Τα παραμύθια μάς μεταφέρουν τους πόθους, τα οράματα και την απελπισία απλών λαϊκών ανθρώπων που έζησαν στη σκιά της φήμης λαμπρών ονομάτων αλλά και στον απόηχο ιστορικών πράξεων. Το παραμύθι κατάφερε να επιβιώσει από αρχαιστάτων χρόνων μέχρι σήμερα, και αυτό οφείλεται στο ότι έκανε την καθημερινή πραγματικότητα τέχνη και χρησιμοποίησε τη δύναμη των συμβόλων. Ο φτωχός μυλωνάς που σκοτώνει τον δράκο και αφού πείθει τον βασιλιά παντρεύεται τη βασιλοπούλα δεν

συγκινεί με τους υπαινιγμούς για τη φεουδαρχία που περιέχει αλλά ως σύμβολο προσπάθειας και εντιμότητας κάποιου καταφρονημένου αλλά προικισμένου ανθρώπου. Άνθρωποι με τη βοήθεια ζώων, όπως ο Παπουτσωμένος Γάτος, ξεπερνούν τα μειονεκτήματα της κοινωνικής τους τάξης και θριαμβεύουν.

Εδώ θα πρέπει να τονίσουμε ότι τα περισσότερα παραμύθια δεν φτιάχτηκαν αποκλειστικά για παιδιά. Αποτέλεσαν παρηγοριά και ανάγκη των μεγάλων τις ατέλειωτες νύχτες του χειμώνα και τις όμορφες καλοκαιρινές φεγγαροβραδιές. Οι φυσικές δυνάμεις εκείνη την εποχή αδάμαστες και καταστροφικές, η μπότα της εξουσίας έντονη πάνω στη μάζα των λαϊκών ανθρώπων. Οι παλαιότεροι άνθρωποι, μέσα από τα παραμύθια που παρέδιδαν στα παιδιά και στα εγγόνια τους, έμαθαν να εξασκούν την υπομονή τους. Όπως αναφέρει η Ζωή Βαλάση σε κείμενά της, οι Θεσσαλοί αφεντάδες δεν επέτρεπαν στους κολίγους να φυτεύουν δένδρα στην αυλή τους, γιατί η λαϊκή ψυχαγωγία με τη μορφή του παραμυθιού συσπείρωνε τον κόσμο κάτω από τη σκιά του δένδρου. Όλοι αυτοί, βέβαια, ήσαν άνθρωποι που ζούσαν αληθινά, δηλαδή άνθρωποι που σκέφτονταν, διηγούνταν, διασκέδαζαν και ήταν άρα ανεπιθύμητοι από κάθε μορφή εξουσίας, καθώς η ομαδική ψυχαγωγία ανεβάζει τις εντάσεις και κρατά ζωντανή τη συνείδηση της ενότητας του συνόλου.

Το παραμύθι χρησιμοποιείται σήμερα στη σύγχρονη θεραπευτική διαδικασία ως θεραπευτική αγωγή σε ασθενείς με ψυχικά προβλήματα (δραματοθεραπεία). Σε όλα τα παραμύθια παρατηρούμε μια προσπάθεια του ήρωα να ανακαλύψει την πραγματική του αξία και τον εσωτερικό του κόσμο. Στη δραματοθεραπεία, ο κατάλληλα εκπαιδευμένος θεραπευτής καθοδηγεί τα άτομα ή τη θεραπευόμενη ομάδα μέσα από τα δρώμενα, χρησιμοποιώντας όχι μόνο γνωστά παραμύθια αλλά και παραμύθια που οι θεραπευόμενοι θα πλάσουν και θα δραματοποιήσουν. Ο δραματοθεραπευτής που θα χρησιμοποιεί αυτοσχέδια παραμύθια και ρόλους οφείλει ο ίδιος να είναι καλός παραμυθός και να έχει πλατιά γνώση των παραμυθιών. Το νόημα βέβαια του παραμυθιού γίνεται με διαφορετικό τρόπο αντιληπτό από το κάθε άτομο, καθώς και διαφορετικά σε άλλη στιγμή από το ίδιο άτομο. Ο δραματοθεραπευτής πρέπει να δίνει ευκαιρία στο θεραπευόμενο άτομο ή την ομάδα να δημιουργούν δικά τους παραμύ-

θια. Στο τέλος είναι αναγκαίο το παραμύθι να προσγειώνει σε σταθερό έδαφος και να επαναφέρει το άτομο στην πραγματικότητα.

Καλοί και κακοί, βασιλιάδες, αδελφοί και αδελφές, μπότερες και μπτριές είναι ρόλοι που υπάρχουν και στον πραγματικό κόσμο. Οι κατήγοροι είναι λύκοι και μπτριές ή μάγισσες, δηλαδή όντα που στο μυαλό μας εκπροσωπούν πάντα το κακό. Τα θύματα καταπίεσης και εκμετάλλευσης είναι συνήθως όντα που κερδίζουν τη συμπάθειά μας, όπως φτωχά παιδιά, ορφανά, καλοσυνάτα κορίτσια, κατοικίδια ζώακια. Αντίθετα, οι εκπρόσωποι του καλού είναι νεράιδες, σοφά ζώα, ωραίοι πρίγκιπες. Το δάσος –σκοτεινό ή φωτεινό– συμβολίζει τη ζωή και τη σημασία που δίνεται από κάθε νέο σε αυτή. Συνήθως, κατά το πέρασμα μέσα από τη ζωή, παρουσιάζονται κίνδυνοι, τέρατα και υπερφυσικά όντα τα οποία ο ήρωας με τις ικανότητές του μπορεί να ξεγελάσει. Το μαγεμένο δάσος μπορούν να διαβούν μόνο οι έτοιμοι, οι θαρραλέοι, οι δυνατοί, αυτοί που άφησαν πίσω σημάδια στο διάβα τους ώστε να βρουν πάλι τον δρόμο. Επίσης, τη θέση του δάσους παίρνουν συχνά τα σκοτεινά και απειλητικά νερά που κάποιες φορές γίνονται ήρεμα και διάφανα. Η μεταμόρφωση του ήρωα σε κάποιο μεταφυσικό ον, ζώο ή αερικό συμβολίζει τη λύτρωσή του από τα όρια του πραγματικού κόσμου.

Ως συμπληρωματικό μέσο, η μουσική σε συνδυασμό με την αφήγηση –ιδιαιτέρως με ζωντανά μουσικά μουσικά όργανα– ολοκληρώνει τις εικόνες, πλουτίζει περισσότερο τη φαντασία, αποδίδει ακριβέστερα τα συναισθήματα αφού συχνά η εκφραστική δυνατότητα της μουσικής ξεπερνά εκείνη της γλώσσας. Σε πολλά γνωστά μουσικά παραμύθια, όπως *Ο Πέτρος και ο Λύκος* του Σεργκέι Προκόφιεφ, τα μουσικά όργανα αναλαμβάνουν ξεχωριστούς ρόλους (π.χ. το φλάουτο το πουλάκι, τα κόρνα τον κακό λύκο, το όμποε την πάπια, κ.λπ.) έτσι ώστε μπορεί το παιδί να ακολουθήσει τα δρώμενα παρακολουθώντας τα μουσικά ηχοχρώματα. Στο τέλος του παραμυθιού οι παραμυθάδες προσγειώνουν πάντα τον ακροατή. Τον επαναφέρουν στην εποχή και τη θέση του.

Και ζήσαν αυτοί καλά και μείς καλύτερα... Πέρασα και γω από κει και είχα παπούτσια απο χαρτί... **Απ' όσα είπα τίποτα δεν είδα και δεν άκουσα...**

Τα παραμύθια καλλιεργούν ικανότητες όπως η φαντασία, η ευαισθησία, η σύγκριση, η ερευνητική διάθεση, η ταξινόμηση και είναι ιδιαίτερα σημαντικά για την πνευματική ανάπτυξη των παιδιών. «Καίπερ άνευ αποδείξεων την των όντων αλήθεια διδάσκουσιν οι μύθοι», έλεγαν σοφά οι αρχαίοι.

ΒΙΒΛΙΟΓΡΑΦΙΑ

Διαβάσω, Επιθεώρηση του Βιβλίου, «Το Ελληνικό Παραμύθι», τ. 130, Νοέμβριος 1985 (περιέχει κείμενα των Μ. Μερακλή, Δημήτρη Λουκάτου, Ζωής Βαλάση και άλλων συγγραφέων).

Ευδοκίμου - Παπαγεωργίου Ράνια, *Δραματοθεραπεία-Μουσικοθεραπεία, Η Επέμβαση της Τέχνης στην Ψυχοθεραπεία*, Ελληνικά Γράμματα, Αθήνα 1999.

Κουλουμπή - Παπαετροπούλου Κούλα, *Η Τέχνη της Αφήγησης*, επιμέλεια Πατάκης, 1997.

Ο συγγραφέας απευθύνει θερμές ευχαριστίες στον κ. Γιώργο Γαλάντη, ηθοποιό, θεατρολόγο και καθηγητή θεατρικού παιχνιδιού στο Παιδαγωγικό Τμήμα του Παν/μίου Αθηνών, για την πολύτιμη βοήθειά του στην προετοιμασία του κειμένου.

Στην εικονογράφηση χρησιμοποιήθηκαν ζωγραφίες του μικρού Γιάννη Δρίτσα, 6 ½ ετών, που έκανε για τα παραμύθια *Πήτερ Παν* και *Το Ανδόνι του Αυτοκράτορα*.

ΠΡΟΓΡΑΜΜΑ

Θανάση Δρίτσα:

Δύο Μουσικά Παραμύθια

για αφηγητή και ορχήστρα δωματίου

**Το απδόνι του Αυτοκράτορα
και
Πίτερ Παν**

Αφήγηση, Γιώργος Γαλάντης

Συμμετέχει το σύνολο μουσικής δωματίου
Music Therapy Ensemble

Η συναυλία γίνεται στο πλαίσιο του κύκλου
**«Η τέχνη ως μέσον θεραπευτικής αγωγής,
Κυριακάτικα Πρωινά II»**

Θα προηγηθεί εισήγηση του ψυχιάτρου - δραματοθεραπευτή
Στ. Κρασανάκη με θέμα: **«Η θεραπευτική δύναμη της αφήγησης»**

Κυριακή 30 Μαΐου 2004, 11:00 π.μ.

Εθνικό Ίδρυμα Ερευνών

Το σύνολο μουσικής δωματίου **Music Therapy Ensemble** αποτελούν οι: Μαριλένα Δωρή (φλάουτο), Οδυσσέας Κορέλης (α' βιολί), Δημήτρης Αγγελίδης (β' βιολί), Αλέξανδρος Παπανικολάου (βιόλα), Βαγγέλης Νίνα (βιολοντσέλο).



Τα μέλη του συνόλου *Music Therapy Ensemble*, ο συνθέτης κ. Θ. Δρίτσας και ο αφηγητής κ. Γ. Γαλάντης στο ΕΙΕ (εκδήλωση 30.5.04).

ΤΟ ΑΗΔΟΝΙ ΤΟΥ ΑΥΤΟΚΡΑΤΟΡΑ

κείμενο Χανς Κρίστιαν Άντερσεν

Στη μακρινή Κίνα υπάρχει ένα αηδόνι με υπέροχη φωνή για το οποίο ο αυτοκράτορας δεν γνωρίζει τίποτα. Από βιβλία που έχουν γράψει ξένοι ταξιδιώτες μαθαίνει για το αηδόνι και στέλνει τους αυλικούς του να το φέρουν στο παλάτι του. Αυτοί το βρίσκουν με τη βοήθεια ενός μικρού κοριτσιού και το φέρνουν στο αυτοκρατορικό παλάτι. Όταν το αηδόνι αρχίζει να κελαηδά όλος ο κόσμος θαυμάζει τις όμορφες μελωδίες, ο βασιλιάς δακρύζει από συγκίνηση και αποφασίζει να κρατήσει για πάντα το αηδόνι στο παλάτι κλεισμένο σε χρυσοποίκιλτο κλουβί. Τότε ο αυτοκράτορας της Ιαπωνίας στέλνει δώρο στον αυτοκράτορα ένα κουρδιστό, ένα μηχανικό δηλαδή αηδόνι που μιμείται το αληθινό. Ο λαός και ο αυτοκράτορας θαυμάζουν πλέον το μηχανικό αηδόνι και το αληθινό αηδόνι δραπετεύει μακριά από το παλάτι. Κάποια στιγμή ο αυτοκράτορας αρρωσταίνει βαριά και από το κρεβάτι του ζητάει από το μηχανικό αηδόνι να τραγουδήσει για να του απαλύνει τον πόνο, μάταια όμως γιατί τα γράναζια του έχουν καταστραφεί και παραμένει σιωπηλό. Τη στιγμή που όλοι περιμένουν ότι ο αυτοκράτορας θα ξεψυχήσει και ο θάνατος βρίσκεται στο προσκέφαλό του, μπαίνει ξαφνικά από το παράθυρο το αληθινό αηδόνι που επιστρέφει στο παλάτι για να σώσει τον αυτοκράτορα με το τραγούδι του. Πράγματι, το μαγευτικό του κελάηδημα ξαναζωντανεύει τον αυτοκράτορα και εκείνος επιστρέφει ακμαίος στα καθήκοντά του μπροστά στα έκπληκτα μάτια των αυλικών του...



ΠΗΤΕΡ ΠΑΝ

κείμενο Τζέιμς Μάθιου Μπάρν

Ο Πήτερ Παν γράφτηκε το 1904 από τον Τζέιμς Μάθιου Μπάρν κι έχει γίνει κλασικό παραμύθι της παιδικής λογοτεχνίας σε ολόκληρο τον κόσμο.

Ο Πήτερ Παν αντιπροσωπεύει το παιδί που αρνείται να μεγαλώσει και είναι η ιστορία ενός αγοριού που ζούσε στη Χώρα του Ποτέ-Ποτέ, μια χώρα της ονειροφαντασίας. Ένα βράδυ, ο Πήτερ εμφανίζεται ξαφνικά και παρασύρει τη μικρή Γουέντι και τα αδέρφια της, που ζούνε στο Λονδίνο με τους γονείς τους, και τους μαθαίνει να πετάνε με τη βοήθεια της νεραϊδόσκονης. Έτσι, πετούν μαζί και μετά από μια περιπετειώδη πτήση φτάνουν στη Χώρα του Ποτέ-Ποτέ όπου θα συναντήσουν τα αερικά, τις γοργόνες, τους

Ινδιάνους και τον φοβερό πειρατή

Κάπταιν Χουκ με το χέρι-

γάντζο, αφού το αληθινό

του χέρι το έφαγε ένας

κροκόδειλος. Ένα τα-

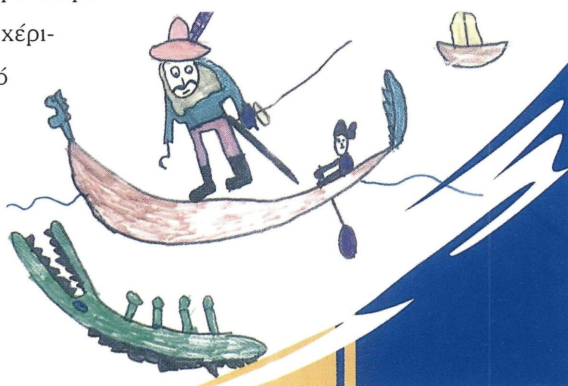
ξίδι στον κόσμο της

φαντασίας, της μαγεί-

ας και της ανεμελιάς

μακριά από τον κόσμο

των μεγάλων...



Εκδόσεις της σειράς «ΕΠΙΣΤΗΜΗΣ ΚΟΙΝΩΝΙΑ»
του Εθνικού Ιδρύματος Ερευνών

1. Σύγχρονα επιτεύγματα των Θετικών Επιστημών, ΑΘΗΝΑ 1993
2. Μοριακή βάση των ασθενειών, ΑΘΗΝΑ 1994
3. Η Θεωρία της Εξελίξεως, ΑΘΗΝΑ 1994
4. Αρχαιολογία της πόλεως των Αθηνών, ΑΘΗΝΑ 1994
5. Περιβάλλον και Υγεία, ΑΘΗΝΑ 1996
6. Νεοελληνικό Θέατρο (17ος-20ός αι.), ΑΘΗΝΑ 1996
7. Κατανόηση και αποδοχή των εφαρμογών της Βιοτεχνολογίας από το Κοινό, ΑΘΗΝΑ 1997
8. Τα βιολογικά αίτια της γήρανσης και τα προβλήματα της «Τρίτης Ηλικίας», ΑΘΗΝΑ 1998
9. Η Άλλη Πλευρά της Βιοτεχνολογίας, ΑΘΗΝΑ 1998
10. Βιοτεχνολογία και Μέσα Μαζικής Ενημέρωσης, ΑΘΗΝΑ 1999
11. Οι Μεταμορφώσεις της Πελοποννήσου (4ος-15ος αι.), ΑΘΗΝΑ 2000
12. ΧΗΜΕΙΑ & ΚΟΙΝΩΝΙΑ, ΑΘΗΝΑ 2000
13. ΘΡΑΚΗ. Ιστορικές και Γεωγραφικές Προσεγγίσεις, ΑΘΗΝΑ 2000
14. ΕΥΘΑΝΑΣΙΑ. Η σημαντική του «καλού θανάτου», ΑΘΗΝΑ 2000
15. Οι Συλλογικοί Φόβοι στην Ιστορία, ΑΘΗΝΑ 2001
16. Τα Βαλκάνια στην Προϊστορία, ΑΘΗΝΑ 2001
17. ΚΥΠΡΟΣ. Σταυροδρόμι της Μεσογείου, ΑΘΗΝΑ 2001
18. Η Πρόοδος στις Βιολογικές Επιστήμες: Νέες Τεχνολογίες και οι εφαρμογές τους στην Υγεία, ΑΘΗΝΑ 2001
19. Greek Archaeology without Frontiers, ΑΘΗΝΑ 2002
20. ΧΗΜΕΙΑ & ΔΙΑΤΡΟΦΗ, ΑΘΗΝΑ 2002
21. Βίκτωρ Ουγκώ (1802-1885), ο ρομαντικός συγγραφέας, ο οραματιστής στοχαστής, ο Φιλέλληνας. 200 χρόνια από τη γέννησή του, ΑΘΗΝΑ 2002
22. Χημεία και Υγεία, η Χημεία ως εργαλείο για την ανάπτυξη νέων φαρμάκων, ΑΘΗΝΑ 2002
23. Λατρείες στην 'περιφέρεια' του αρχαίου ελληνικού κόσμου, ΑΘΗΝΑ 2002
24. Ανθρωποι στα άκρα. Ο θάνατος ως επιλογή, ΑΘΗΝΑ 2002
25. Ιστορική Διαδρομή της Νομισματικής Μονάδας στην Ελλάδα, ΑΘΗΝΑ 2002
26. Κοινωνία και Υγεία. Επίκαιρα προβλήματα υγείας και η αντιμετώπισή τους, ΑΘΗΝΑ 2003
27. Κοινωνία και Υγεία II. Επίκαιρα προβλήματα υγείας και η αντιμετώπισή τους, ΑΘΗΝΑ 2003
28. Βυζαντινό κράτος και κοινωνία, ΑΘΗΝΑ 2003
29. Η αμφισβήτηση της εξουσίας, ΑΘΗΝΑ 2003
30. Μουσικοκινητικά δρώμενα ως μέσον θεραπευτικής αγωγής, ΑΘΗΝΑ 2003
31. The Human Predicament II, (συνέκδοση με την Δελφική Εταιρεία) υπό την αιγίδα της Πολιτιστικής Ολυμπιάδας, ΑΘΗΝΑ 2003
32. Το Ταξίδι από τους αρχαίους έως τους νεότερους χρόνους, ΑΘΗΝΑ 2004
33. Φιλοσοφία και Θετικές Επιστήμες στον 20ό αιώνα, ΑΘΗΝΑ 2004
34. Το Βυζάντιο και οι απαρχές της Ευρώπης, ΑΘΗΝΑ 2004

Την τελευταία δεκαετία παρατηρείται, με συνεχώς αυξανόμενο ρυθμό και σε παγκόσμια κλίμακα, η ένταξη των διαφόρων μεθόδων θεραπείας μέσω τέχνης στα πανεπιστημιακά προγράμματα εκπαίδευσης.

Εκτός από τη μουσική (μουσικοθεραπεία), και άλλες μορφές τέχνης (χοροθεραπεία, εικαστικές τέχνες, θεατρική έκφραση) εμπλέκονται πλέον δυναμικά και χρησιμοποιούνται ως θεραπευτικές προσεγγίσεις μέσω τέχνης με κοινό χαρακτηριστικό τη δυνατότητα του ανθρώπου να συμμετέχει ο ίδιος ως δημιουργός και συν-δημιουργός. Για τον λόγο αυτό αποκαλούνται δημιουργικές θεραπείες.

Στον παρόντα τόμο περιλαμβάνονται οι εισηγήσεις των ειδικών που συμμετείχαν στον ομώνυμο κύκλο ομιλιών «Η τέχνη ως μέσον θεραπευτικής αγωγής» και παρουσίασαν τις θεωρητικές αρχές αλλά και τις πρακτικές εργασίες στους ανωτέρω τομείς της τέχνης.

ΕΘΝΙΚΟ ΙΔΡΥΜΑ ΕΡΕΥΝΩΝ (ΕΙΕ)

Λεωφ. Βασιλέως Κωνσταντίνου 48, 116 35 Αθήνα

Τηλ.: 210 72 73 700, Fax: 210 72 46 618

e-mail: eie@eie.gr, <http://www.eie.gr>

ISBN: 960-7998-25-1