



# Προσεγγίσεις Μουσικοθεραπείας

Ενότητα 2: Θεραπεία μέσω διασύνδεσης τεχνών με  
εφήβους

Ψαλτοπούλου Ντόρα

Τμήμα Μουσικών Σπουδών - Σχολή Καλών Τεχνών



Ευρωπαϊκή Ένωση  
Ευρωπαϊκό Κοινωνικό Ταμείο



ΥΠΟΥΡΓΕΙΟ ΠΑΙΔΕΙΑΣ ΚΑΙ ΘΡΗΣΚΕΥΜΑΤΩΝ  
ΕΙΔΙΚΗ ΥΠΗΡΕΣΙΑ ΔΙΑΧΕΙΡΙΣΗΣ

Με τη συγχρηματοδότηση της Ελλάδας και της Ευρωπαϊκής Ένωσης



ΕΥΡΩΠΑΪΚΟ ΚΟΙΝΩΝΙΚΟ ΤΑΜΕΙΟ

# Άδειες Χρήσης

- Το παρόν εκπαιδευτικό υλικό υπόκειται σε άδειες χρήσης Creative Commons.
- Για εκπαιδευτικό υλικό, όπως εικόνες, που υπόκειται σε άλλου τύπου άδειας χρήσης, η άδεια χρήσης αναφέρεται ρητώς.



# Χρηματοδότηση

- Το παρόν εκπαιδευτικό υλικό έχει αναπτυχθεί στα πλαίσια του εκπαιδευτικού έργου του διδάσκοντα.
- Το έργο «Ανοικτά Ακαδημαϊκά Μαθήματα στο Αριστοτέλειο Πανεπιστήμιο Θεσσαλονίκης» έχει χρηματοδοτήσει μόνο την αναδιαμόρφωση του εκπαιδευτικού υλικού.
- Το έργο υλοποιείται στο πλαίσιο του Επιχειρησιακού Προγράμματος «Εκπαίδευση και Δια Βίου Μάθηση» και συγχρηματοδοτείται από την Ευρωπαϊκή Ένωση (Ευρωπαϊκό Κοινωνικό Ταμείο) και από εθνικούς πόρους.



Με τη συγχρηματοδότηση της Ελλάδας και της Ευρωπαϊκής Ένωσης



# Θεραπεία μέσω διασύνδεσης τεχνών με εφήβους



Ευρωπαϊκή Ένωση  
Ευρωπαϊκό Κοινωνικό Ταμείο



ΥΠΟΥΡΓΕΙΟ ΠΑΙΔΕΙΑΣ ΚΑΙ ΘΡΗΣΚΕΥΜΑΤΩΝ  
ΕΙΔΙΚΗ ΥΠΗΡΕΣΙΑ ΔΙΑΧΕΙΡΙΣΗΣ

Με τη συγχρηματοδότηση της Ελλάδας και της Ευρωπαϊκής Ένωσης



ΕΥΡΩΠΑΪΚΟ ΚΟΙΝΩΝΙΚΟ ΤΑΜΕΙΟ

# Περιεχόμενα ενότητας

1. Εισαγωγή.
2. Θεσμικό πλαίσιο και μέθοδος.
  - Συλλογή και ανάλυση δεδομένων.
3. Το ταξίδι της ομάδας.
4. Αποτελέσματα.
  - Ποσοτική ανάλυση.
  - Ποιοτική ανάλυση.
5. Συμπεράσματα και προτάσεις.



# Σκοποί ενότητας

- Άμεση πρόσβαση σε ψυχικές διεργασίες.
- Ασφαλής, μη απειλητική σύνδεση των μελών της ομάδας μέσω της συμβολικής λειτουργίας.
- Άμεση αίσθηση εαυτού μέσω της μεταφοράς.
- Αναπαράσταση του εαυτού και του αντικειμένου.
- Σύνδεση σώματος, πνεύματος, λόγου και δράσης.



# Εισαγωγή

- Η καλλιτεχνική διαδικασία αποτελεί το πρωταρχικό μέσο θεραπείας σε ατομικό ή ομαδικό πλαίσιο, διευκολύνοντας και ενθαρρύνοντας προσωπική ανάπτυξη και αλλαγή. «Ό,τι είναι δημιουργικό είναι και θεραπευτικό» (N. Rogers, 1993). Η αναδημιουργία της ψυχοκοινωνικής κατάστασης μέσα από την τέχνη παρέχει απεριόριστες δυνατότητες για αφύπνιση του εσωτερικού «καλλιτέχνη», ώστε να αναδυθούν λειτουργικοί δεσμοί και υγιείς τρόποι ανάπτυξης. Με τη συνεχή διατήρηση ενός υποστηρικτικού περιβάλλοντος στο εδώ και τώρα, προσφέρεται ο χώρος, η ενέργεια και η ορμή για αλλαγή. Η έκφραση με χορό, μουσική, θέατρο και ζωγραφική γίνεται ο τόπος συνάντησης ή/και η γέφυρα ανάμεσα στους θεραπευτές και τα μέλη, δίνοντας την δυνατότητα αλληλεπίδρασης ανάμεσα στον εσωτερικό και εξωτερικό κόσμο. «Ο ασθενής και ο θεραπευτής δημιουργούν μαζί μια μήτρα όπου ζωντανεύει η λεκτική και μη λεκτική επικοινωνία. Αυτός ο περίπλοκος τρόπος συναλλαγής παίρνει μορφή παρόμοια με μια συμφωνία ή ένα έργο τέχνης, όπου πολλαπλά επίπεδα συνείδησης και νοήματος υπάρχουν ταυτόχρονα. Η θεραπευτική και η δημιουργική διαδικασία έχουν εδώ σαφείς αντιστοιχίες.» (A. Robbins, 1987, p.21).
- Λόγω του ότι η μία μορφή τέχνης εγείρει μια άλλη μορφή τέχνης επιχειρήσαμε διασύνδεση τεχνών ως προσέγγιση, με τρεις διαφορετικές θεραπεύτριες.



# Ομάδα Αυτογνωσίας μέσω Τέχνης

- Ντ. Ψαλτοπούλου, Μουσικοθεραπεύτρια, Λέκτορας Α.Π.Θ.
- Α. Αρσενοπούλου, Ψυχολόγος – Δραματοθεραπεύτρια.
- Στ. Κολυβοπούλου, Ψυχολόγος – Ψυχοθεραπεύτρια μέσω Κίνησης.
- Ε. Χατζηιωαννίδου, Ψυχολόγος, Msc Σχολικής-Εξελικτικής Ψυχολογίας.
- Ν. Ζηλίκης, Ψυχίατρος-Παιδοψυχίατρος, Καθηγητής Α.Π.Θ.

Μονάδα Εφήβων, Γ΄ Ψυχιατρική Κλινική Α.Π.Θ., Π.Γ.Ν. ΑΧΕΠΑ,  
Θεσσαλονίκη.





# Θεσμικό πλαίσιο και μέθοδος

- Το πρόγραμμα πραγματοποιήθηκε από τον Φεβρουάριο 2012 έως τον Μάιο του 2012 σε ειδικά διαμορφωμένο χώρο στη Μονάδα Εφήβων της Γ΄ Πανεπιστημιακής Ψυχιατρικής Κλινικής του Α.Π.Θ. Ολοκληρώθηκαν εννέα εβδομαδιαίες συναντήσεις διάρκειας δύο ωρών με τρεις ψυχοθεραπεύτριες μέσω τεχνών. Στην ομάδα συμμετείχαν έξι άτομα εφηβικής και μετεφηβικής ηλικίας (17-22 ετών), δύο αγόρια και τέσσερα κορίτσια. Οι τρεις ψυχοθεραπεύτριες, δραματοθεραπεύτρια, μουσικοθεραπεύτρια και θεραπεύτρια μέσω κίνησης, ήταν παρούσες όλες μαζί κατά την πρώτη και τελευταία συνάντηση της ομάδας. Οι υπόλοιπες συνεδρίες πραγματοποιήθηκαν από την κάθε μια από τις ψυχοθεραπεύτριες εναλλάξ.



# Συλλογή και ανάλυση δεδομένων

- Σε κάθε συνεδρία γινόταν καταγραφή των παρεμβάσεων, των δυναμικών της ομάδας και του «καλλιτεχνικού» και προσωπικού υλικού. Μετά από κάθε συνεδρία υπήρχε συνεργασία των θεραπευτριών, στην οποία γινόταν εκτίμηση, επεξεργασία και σχεδιασμός της επόμενης συνεδρίας.
- Μετά τη λήξη της ομάδας μοιράστηκαν στα μέλη της ομάδας ερωτηματολόγια τα οποία συμπληρώθηκαν από τους έξι νέους ανώνυμα. Το πρώτο μέρος τους περιλάμβανε ερωτήσεις οι οποίες αφορούσαν κυρίως δημογραφικά στοιχεία και ερωτήσεις κλειστού τύπου, για τα οποία έγινε ποσοτική ανάλυση. Το δεύτερο μέρος περιλάμβανε ανοιχτού τύπου ερωτήσεις για τη διερεύνηση της εμπειρίας από την πρωτότυπη αυτή ομάδα αυτογνωσίας, για την ανάλυση των οποίων χρησιμοποιήθηκε η ποιοτική μέθοδος ανάλυσης περιεχομένου (content analysis).



# Το ταξίδι της ομάδας (1/2)

Τα κυριότερα στοιχεία στην εξέλιξη των 9 συνεδριών περιγράφονται παρακάτω:

1. Παρέμβαση «μουσική στη θεραπεία». Μουσική και καθοδηγούμενη ονειροπόληση. Ελεύθερη σωματική κίνηση. Γράψιμο ιστορίας. Στόχος: Δημιουργία μη απειλητικής ατμόσφαιρας, διερεύνηση προσωπικού αιτήματος αλλαγής μέσα στην ομάδα, πρωταρχική αίσθηση της δυναμικής της ομάδας σε συμβολικό επίπεδο.
2. Ελεύθερη σωματική κίνηση με διαμεσολαβητικό υλικό, υφάσματα. Τα μέλη της ομάδας κινούνται από το ατομικό στο συλλογικό. Δημιουργήθηκαν αρχετυπικά σύμβολα.
3. Το Δέντρο της Ζωής ως μεταφορά του εαυτού. Ενσωμάτωση μέσω κίνησης. Προβολή με ζωγραφιά. Ρόλος Δραματοποίηση με ασφαλή τρόπο. Εκφράζονται συναισθήματα φόβου, πόνου, μοναξιάς, εγκατάλειψης.
4. Μουσική ως θεραπεία: σύνδεση στοιχείων της φύσης με προσωπικούς ήχους και προσωπική ηχητική ταυτότητα. Δημιουργία προσωπικών τραγουδιών και ομαδικού τραγουδιού. Αυτοσχεδιασμός με όργανα. Φωνητικός συντονισμός σώματος με στόχο την αίσθηση εαυτού και ομάδας.



# Το ταξίδι της ομάδας (2/2)

5. Κινητικός αυτοσχεδιασμός στο πάτωμα. Δημιουργείται κλίμα εμπιστοσύνης μεταξύ των μελών. Αναδύονται θέματα σεξουαλικότητας, φόβου για τις σχέσεις.
6. Το «Δάσος της Ομάδας» και ο μύθος του. Διερευνώνται θέματα δυναμικής της ομάδας. Επιφυλάξεις για το χώρο που καταλαμβάνουν και αφήνουν στους άλλους. Η επικοινωνία είναι αυξημένη και η προσωπικότητα ζωντανεύει.
7. Κλινική χρήση της μουσικής στη θεραπεία και ως θεραπεία για επεξεργασία θεμάτων θανάτου, εγκατάλειψης, αποχωρισμού. Σύνδεση με επιθυμία για ζωή και για προσωπική αλλαγή.
8. Κατασκευή Μάσκας. Ιδιωτικό πρόσωπο. Δημόσιο πρόσωπο. Αυτοσχεδιασμοί με τις μάσκες. Πάλη ανάμεσα στην δύναμη και στην αδυναμία. Έντονη συγκινησιακή φόρτιση και συνοχή στην ομάδα.
9. Το πορτραίτο του ήρωα της παιδικής ηλικίας. Μέσω του μύθου δόμηση της ενέργειας τους, την ουσία της προσωπικότητάς τους. Αναπαριστούν ψυχολογικούς θριάμβους ώστε να αναγνωρίσουν την δύναμη τους και να προχωρήσουν σε περαιτέρω αλλαγές.



# Αποτελέσματα - Ποσοτική ανάλυση

- Όλοι οι συμμετέχοντες (100%) αξιολόγησαν την εμπειρία τους στην ομάδα από πολύ καλή ως καλή και πολύ σημαντική.
- Όλοι θα σύστηναν την ομάδα σε άλλους και θα συμμετείχαν ευχαρίστως ξανά σε μια τέτοια ομάδα.
- Όλοι αισθάνθηκαν δημιουργικοί και απέκτησαν αυτογνωσία.
- Κοινό θέμα (100%) θεωρήθηκε κυρίως το ζήτημα της μοναξιάς.



# Η μουσικοθεραπεία στην Ελλάδα μέσα από τα μάτια των γονέων

	Αναδείχθηκαν θέματα	Αντιμετώπιζαν προβλήματα	Βοηθήθηκαν σε αυτά
Μοναξιά	6	4	4 (100%)
Εμπιστοσύνη	5	4	2 (50%)
Εγκατάλειψη	6	4	3 (75%)
Θάνατος	5	2	2 (100%)
Σχέσεις με άλλο φύλο	2	2	1 (50%)
Σχέσεις με τους γονείς	5	3	0 (0%)
Σεξουαλική ταυτότητα	1	1	0 (0%)



# Αποτελέσματα - Ποιοτική ανάλυση

- Από τις ενδεικτικές απαντήσεις των συμμετεχόντων βρέθηκε ότι η τέχνη τους πρόσφερε αυτογνωσία.
- Επίσης, τους πρόσφερε την ελευθερία έκφρασης ζητημάτων που τους απασχολούσαν, χωρίς επίκριση.
- Δήλωσαν την προτίμηση για ομαδική δουλειά και αισθάνθηκαν υπέροχα για αυτήν.

# Συμπεράσματα και προτάσεις (1/2)

Το πλαίσιο λειτούργησε θετικά για τους συμμετέχοντες σε:

- Τα μέλη της ομάδας βρέθηκαν σε ασφαλές πλαίσιο και συνδέθηκαν με οδυνηρά συναισθήματα. Τα μετουσίωσαν μέσω τέχνης, χωρίς να διαλυθούν.
- Ανακάλυψαν ένα ευρύτερο φάσμα έκφρασης αναπτύσσοντας το σώμα και τη φωνή.
- Εμπνεύστηκαν, δημιούργησαν, πειραματίστηκαν, εξερεύνησαν θέματα του «καλού» και του «κακού», βελτιώνοντας την εναισθησία (insight).
- Έχτισαν σχέσεις εμπιστοσύνης μέσα στην ομάδα και επιβεβαίωσαν την πίστη τους στην αξία των σχέσεων με προσωπικό νόημα.
- Διηγήθηκαν ιστορίες και προχώρησαν στη δημιουργία προσωπικού λόγου, ενισχύοντας την ταυτότητά τους.
- Εκτίμησαν την προσωπική τους αξία κι αποδέχτηκαν τη διαφορετικότητα και μοναδικότητα του εαυτού και του άλλου.





# Συμπεράσματα και προτάσεις (2/2)

Φαίνεται ότι «όταν αρνητικά συναισθήματα εκφράζονται, μοιράζονται και μετουσιώνονται σε θεραπευτικά πλαίσια μέσω τέχνης, προκύπτουν θετικά αποτελέσματα» (Psaltopoulou, 2012). Το γεγονός ότι «ο άνθρωπος ανακαλύπτει τον εαυτό του μόνο όταν είναι δημιουργικός» (Winnicott, 1971) ανοίγει νέους δρόμους αυτοεξερεύνησης και θεραπείας. Προτείνεται η δημιουργία παρόμοιων πλαισίων σε δομές ψυχικής υγείας, κοινωνικής φροντίδας και εκπαίδευσης με στόχο να δημιουργηθούν κίνητρα ανάδυσης θεραπευτικών αιτημάτων.



# Σημείωμα Χρήσης Έργων Τρίτων

---

Το Έργο αυτό κάνει χρήση των ακόλουθων έργων:

- Rogers, N. (1993). The creative connection: Expressive Arts as Healing. Hushion House, Ontario.
- Robbins, A. (1997). Unlimited Power : The New Science Of Personal Achievement. Free Press, U.S.A.



# Σημείωμα Αναφοράς

Copyright Αριστοτέλειο Πανεπιστήμιο Θεσσαλονίκης, Ψαλτοπούλου Ντόρα.  
«Προσεγγίσεις Μουσικοθεραπείας. Ενότητα 2: Θεραπεία μέσω διασύνδεσης  
τεχνών με εφήβους». Έκδοση: 1.0. Θεσσαλονίκη 2014.  
Διαθέσιμο από τη δικτυακή διεύθυνση:<http://eclass.auth.gr/courses/OCRS186/>



# Σημείωμα Αδειοδότησης

Το παρόν υλικό διατίθεται με τους όρους της άδειας χρήσης Creative Commons Αναφορά - Παρόμοια Διανομή [1] ή μεταγενέστερη, Διεθνής Έκδοση. Εξαιρούνται τα αυτοτελή έργα τρίτων π.χ. φωτογραφίες, διαγράμματα κ.λ.π., τα οποία εμπεριέχονται σε αυτό και τα οποία αναφέρονται μαζί με τους όρους χρήσης τους στο «Σημείωμα Χρήσης Έργων Τρίτων».



Ο δικαιούχος μπορεί να παρέχει στον αδειοδόχο ξεχωριστή άδεια να χρησιμοποιεί το έργο για εμπορική χρήση, εφόσον αυτό του ζητηθεί.

[1] <http://creativecommons.org/licenses/by-sa/4.0/>



# Τέλος ενότητας

Επεξεργασία: Οικονόμου Δημήτριος  
Θεσσαλονίκη, Εαρινό Εξάμηνο 2013-2014



Ευρωπαϊκή Ένωση  
Ευρωπαϊκό Κοινωνικό Ταμείο



ΥΠΟΥΡΓΕΙΟ ΠΑΙΔΕΙΑΣ ΚΑΙ ΘΡΗΣΚΕΥΜΑΤΩΝ  
ΕΙΔΙΚΗ ΥΠΗΡΕΣΙΑ ΔΙΑΧΕΙΡΙΣΗΣ

Με τη συγχρηματοδότηση της Ελλάδας και της Ευρωπαϊκής Ένωσης



ΕΥΡΩΠΑΪΚΟ ΚΟΙΝΩΝΙΚΟ ΤΑΜΕΙΟ



ΑΡΙΣΤΟΤΕΛΕΙΟ  
ΠΑΝΕΠΙΣΤΗΜΙΟ  
ΘΕΣΣΑΛΟΝΙΚΗΣ

---

# Σημειώματα

# Διατήρηση Σημειωμάτων

Οποιαδήποτε αναπαραγωγή ή διασκευή του υλικού θα πρέπει να συμπεριλαμβάνει:

- ✦ το Σημείωμα Αναφοράς
- ✦ το Σημείωμα Αδειοδότησης
- ✦ τη δήλωση Διατήρησης Σημειωμάτων
- ✦ το Σημείωμα Χρήσης Έργων Τρίτων (εφόσον υπάρχει)

μαζί με τους συνοδευόμενους υπερσυνδέσμους.

