

"ΘΕΡΑΠΕΙΑ ΜΕΣΩ ΤΗΣ ΤΕΧΝΗΣ" Εικαστική έκφραση – Συμβολισμός

Κωνσταντίνος Α. Κουκουρίκος¹

Φανή Α. Τόττη²

¹ ΠΕ Νοσπλευτής, MSc «Ψυχική Υγεία» Ψυχιατρικό Νοσοκομείο Θεσσαλονίκης

² ΤΕ Νοσπλεύτρια, Καθηγήτρια Δευτεροβάθμιας Εκπαίδευσης

K. A. Koukourikos¹

F. L. Totti²

¹ RN, MSc "Mental Health" Psychiatric Hospital of Thessaloniki

² Trained Nurse

Περίληψη Τα τελευταία χρόνια οι ψυχοθεραπευτικές πρακτικές αυξάνονται θεαματικά. Καθεμιά απ' αυτές πιστεύει ότι έχει τη μεγάλη απάντηση στον ανθρώπινο πόνο, σωματικό και ψυχικό.

Μια απ' αυτές, είναι και η "θεραπεία μέσω της τέχνης", που κατέχει ιδιαίτερη θέση στις Η.Π.Α και στην Ευρώπη. Στο κέντρο αυτής της θεραπευτικής προσέγγισης είναι η έμφαση που δίνει στον πάσχοντα άνθρωπο ως ενεργητικού παράγοντα για την ίαση του ίδιου. Η "θεραπεία μέσω της τέχνης" ή Art Therapy, όπως είναι γνωστή στα αγγλικά, θέλει τον άνθρωπο "δημιουργό". Ο άνθρωπος μέσα από τα σχέδια, τα γλυπτά, τις ζωγραφιές, τα κεντήματα που κατασκευάζει αυθόρμητα, προβάλλει ένα κομμάτι του ψυχισμού του. Η εξωτερίκευση αυτή έχει από μόνη της θεραπευτική αξία, άσχετα αν αργότερα ειδικοί του χώρου αντελήφθησαν και υποστήριξαν ότι οι δημιουργίες των ασθενών έχουν άμεση σχέση με τις ενδοψυχικές συγκρούσεις τους.

Κατανοούμε λοιπόν, τη σημασία που μπορεί να ασκίσει η "θεραπεία μέσω της τέχνης" κυρίως στο χώρο της ψυχικής υγείας. Τα άτομα που πάσχουν από μια ψυχική νόσο, στην προσπάθειά τους να μην χάσουν την επαφή τους με την πραγματικότητα, βρίσκουν, ως σανίδα σωτηρίας, τη δημιουργία κάποιου έργου. Αλλά και οι επαγγελματίες του χώρου (ψυχίατροι - νοσπλευτές) κατανοούν και εκτιμούν τον "εναλλακτικό" αυτό τρόπο επικοινωνίας, την ιδιαίτερη αισθητική δύναμή του και την δυναμική που αναπτύσσει.

Στην παρούσα μελέτη επιχειρείται μια γνωριμία με τη "θεραπεία μέσω της τέχνης", γίνεται ιδιαίτερη αναφορά στην εικαστική έκφραση ως θεραπεία και στο ρόλο της συμβολικής έκφρασης.

Λέξεις Κλειδιά: θεραπεία μέσω της τέχνης, εναλλακτική θεραπεία, εικαστική έκφραση, συμβολισμός

"ART THERAPY" PLASTIC EXPRESSION-SYMBOLISM

Abstract In the last few years the psychotherapeutic practices are increasing spectacularly. Each one of them claims to have the big answer to the human pain both bodily and mental.

One of them is the "Art Therapy", which has a significant place in the USA and Europe. In the center of this therapeutic approach lies the emphasis, which it attributes to the patient, as an active factor for his/her own cure. Art Therapy, requires the human being to be a "creator". The person projects a part of his/her psychism through designs, sculptures, drawings and embroidery that are created spontaneously. This manifestation bears a therapeutic value of its own, regardless of the fact that later experts in the fields realized and supported that the creations of the patients have a close relation with their inner conflicts.

We realized then the importance of the "Art Therapy" in the field of mental health mainly. People who suffer from a mental illness find the creation of some kind of work of art as a salvation, in their effort not to lose contact with reality. But even experts in the field (psychiatrists - nurses) understand and appreciate this "alternative" way of communication and the particular aesthetic power and dynamics that it develops.

In the present research there is an attempt to approach the "Art therapy", there is a particular reference to the plastic expression, as a cure and the role of symbolic expression.

Key Words: art therapy, alternative therapy, plastic expression, symbolism

Εισαγωγή

Η θεραπεία μέσω της τέχνης - εικαστικών αποτελεί μια θεραπευτική προσέγγιση, η χρήση της οποίας ολοένα και αυξάνεται. Έχει φτάσει σε σημείο να αναγνωρίζεται ως επάγγελμα κυρίως στις Η.Π.Α και στη Μ. Βρετανία.

Η τέχνη ετιμολογικά προέρχεται από το ρήμα "τίκτω", που σημαίνει γεννώ - δημιουργώ και ουσιαστικά στην προκειμένη περίπτωση αποτελεί το όχημα, που θα οδηγήσει το άτομο στην αναγέννηση - κάθαρση.

Με την τέχνη είναι δυνατό να εκφραστούν και να αντιμετωπιστούν εμπειρίες που δύσκολα θα μπορούσαν να επεξεργαστούν διαφορετικά. Είναι παράλληλα μια μορφή επικοινωνίας του αρρώστου με τον ίδιο του τον εαυτό και ταυτόχρονα ένα μήνυμα με δέκτη τους άλλους. Έχοντας το προνόμιο να "καταλύει" άμυνες, να αποδοσμεύει και να παρέχει ικανοποιητική ασφάλεια, βοηθά στη διοχέτευση συναισθημάτων προς τα έξω.¹

Η θεραπεία μέσω των εικαστικών αποτελεί ουσιαστικά ένα μέσο επικοινωνίας, το οποίο βοηθά στην ανάδυση συγκεχυμένων και δυσνόητων συναισθημάτων - νοημάτων και μ' αυτό τον τρόπο επιτυγχάνεται η έκφραση των κρυφών πτυχών του εσωτερικού κόσμου του ανθρώπου.²

Κέντρο όλης αυτής της διαδικασίας είναι ο άνθρωπος - δημιουργός, ο οποίος έχει τον πρώτο και κύριο ρόλο στην όλη προσπάθεια ίσής του.

Εικαστική έκφραση ως θεραπεία

Το θεωρητικό υπόβαθρο αυτής της θεραπευτικής προσέγγισης στηρίζεται στις έννοιες της μεταβίβασης, της δημιουργικότητας, της αισθητικής καθώς και στην ψυχαναλυτική προσέγγιση του Freud.

Οι θεραπευτές ενθαρρύνουν την έκφραση των εμπειριών του ατόμου, με τη μορφή εικαστικών έργων, με τον τρόπο αυτό η τέχνη καθίσταται μια αυθόρμητη διαδικασία απελευθέρωσης ασυνείδητων πτυχών του ανθρώπου. Με τη διαδικασία αυτή ο άνθρωπος αναγνωρίζει μύχιες σκέψεις και συναισθήματά του, τα οποία εκφράζει με μεγαλύτερη ευκολία μέσα από τα έργα του, παρά με λέξεις. Αποτελεί δηλαδή ένα μέσο μη λεκτικής επικοινωνίας, ένα τρόπο δήλωσης τμημάτων της συνείδησης και του ασυνείδητου, το οποίο μπορεί να χρησιμοποιηθεί στην όλη θεραπευτική αλληλαγή.²

Το δημιούργημα στη θεραπεία μέσω της τέχνης είναι κάτι παρόμοιο με τον ελεύθερο συνειρμό και τα όνειρα της ψυχαναλυτικής θεωρίας και θεωρείται η κεντρική μέθοδος για τη διαδικασία αυτή. Η διαφορά μεταξύ των δύο, έγκειται στο γεγονός ότι η εικαστική έκφραση είναι μια συνειδητή διαδικασία που ολοκληρώνεται με ένα έργο, απόρροια συναισθημάτων - σκέψεων, ενώ στη δεύτερη διαδικασία με τα όνειρα, προσπαθούμε να

δώσουμε νόημα ή να τα κατανοήσουμε μέσω της ερμηνείας. Όπως μάλιστα αναφέρει ο Ehrenzweig "η ανάληψη της τέχνης συνεχίζεται από το σημείο που σταματά η ανάληψη του ονείρου".³

Επίσης θα πρέπει να σταθούμε και στο θέμα του καλλιτεχνικού δημιουργήματος. Είναι μόνο το βασικό μέσο στη διαδικασία της θεραπείας ή ως τέχνη έχει και καλλιτεχνική αξία; "Ο θεραπευτής μέσω των εικαστικών είναι ένας επαγγελματίας υγείας με γνώσεις ψυχοπαθολογίας και ψυχολογίας ή πρέπει να έχει και εικαστικές γνώσεις";

Στα παραπάνω ερωτήματα υπάρχουν αντικρουόμενες απόψεις. Ο Dubowski αμφισβητεί εκείνους που "διαχωρίζουν τα εικαστικά από τη θεραπεία των εικαστικών" και υποστηρίζει ότι η εικαστική θεραπεία δεν είναι μια απεικονιστική θεραπεία, κατά την οποία ο ασθενής καλείται να φτιάξει ένα έργο και στη συνέχεια να μιλήσει γι' αυτό.⁴

Ο Judd αντίθετα υποστηρίζει ότι όταν ο θεραπευτής δίνει μεγάλη αξία στο καλλιτεχνικό έργο τότε "δημιουργούνται φραγμοί στην επικοινωνία από την πλευρά του ασθενούς και περιορίζεται η αντιληπτική ικανότητα του θεραπευτή".⁵

Μεγάλη σημασία σ' αυτή τη θεραπεία έχουν τα υλικά που χρησιμοποιούνται (πηλός, μπογιές για ζωγραφική, πηλαστέλινη για παιδιά, τεχνική με άμμο, γλυπτική σε ξύλο) και η σωστή χρήση του κάθε μέσου. Ο θεραπευτής προσφέρει το σύνολο των υλικών, ενώ ο ασθενής επιλέγει διαισθητικά κυρίως αυτό που του ταιριάζει. Πολλές φορές συμβαίνει ένας ασθενής να μην παρουσιάζει σημαντική αλληλαγή με τη χρήση ενός υλικού, να έχει "κολλήσει", όπως λέμε. Στην περίπτωση αυτή η χρήση ενός άλλου υλικού μπορεί να οδηγήσει στη διακίνηση συναισθημάτων και σκέψεων.⁶

Μεταβίβαση - αντιμεταβίβαση στην εικαστική έκφραση

Οι έννοιες της μεταβίβασης και αντιμεταβίβασης στην εικαστική έκφραση βοηθούν στην κατανόηση της αναπαράστασης, που παράγεται στη θεραπεία αυτή.

Μεταβίβαση στην ψυχοθεραπεία συμβαίνει, όταν ο ασθενής μεταβιβάζει έντονα συναισθήματα, που προέρχονται κυρίως από την παιδική ηλικία, στο θεραπευτή. Αναβιώνει και επανακτά στάδια ανάπτυξης που είχε βιώσει στα αρχικά στάδια της ψυχοσεξουαλικής του ανάπτυξης. Η θεραπευτική της χρήση έγκειται στο γεγονός ότι τα πρώτα αυτά στάδια ερμηνεύονται, κατανοούνται πλήρως με αποτέλεσμα να γίνονται μέρος του συνειδητού περιεχομένου της ψυχικής ζωής του ατόμου, που πλέον μπορεί και τα ελέγχει.

Αντιμεταβίβαση είναι η αντίθετη διαδικασία από την προηγούμενη και δηλώνει την αντίδραση του θεραπευτή προς τον ασθενή. Περιλαμβάνει τις έννοιες της θερα-

πεντικής ενσυναίσθησης (κατανοώ τον ασθενή, "μπαίνω στη θέση του") και της ταύτισης.

Στη θεραπεία μέσω της τέχνης εκείνο που έχει μεγάλη σημασία είναι το πως λειτουργεί αυτή η διεργασία στο πλαίσιο της θεραπείας και το ποιος είναι ο ρόλος του καλλιτεχνικού έργου.

Η εισαγωγή ενός καλλιτεχνήματος σε οποιαδήποτε κατάσταση πρέπει να συνεπάγεται κάποια σχέση ανάμεσα στο δέκτη, που στην προκειμένη περίπτωση είναι ο θεραπευτής και το ίδιο το έργο. Η αντίδραση μας σε ένα καλλιτεχνικό δημιούργημα συνεπάγεται αρχικά την παρατήρηση, τη γέννηση συναισθημάτων (θυμός, χαρά, αποστροφή), τη γέννηση ερωτημάτων (πως ένιωθε άραγε ο ζωγράφος, όταν ζωγράφιζε αυτό το πρόσωπο?) ακόμη και την αυτό – εξέταση. Όλη αυτή η διακίνηση συναισθημάτων στη ψυχή του δέκτη – θεραπευτή, μπορεί να συνδεθεί με τη διαδικασία της μεταβίβασης.⁷

Ο Gorham – Davies αναφέρει: "όταν κάποιος παραδίδεται στον καλλιτέχνη, όπως στον ψυχαναλυτή, συμβαίνει μια μεταβίβαση που αποδίδει στα παρόντα βιώματα, τα οποία απεικονίζονται στο έργο τέχνης, συγκινησιακές σημασίες, που αφορούν προηγούμενα, θαμμένα πια, βιώματα".⁸

Στη μορφή αυτή της θεραπείας η ερμηνεία της μεταβίβασης ανάμεσα στο θεραπευτή και στο θεραπευόμενο πιθανόν να διαφοροποιηθεί από την παρουσία του καλλιτεχνικού προϊόντος, το οποίο μπορεί να γίνει το κέντρο ανάπτυξης της μεταβιβατικής σχέσης. Τόσο η μεταβίβαση όσο και η αντιμεταβίβαση στο πλαίσιο αυτής της θεραπείας, αναπτύσσονται μέσω της αντίδρασης στο καλλιτεχνικό προϊόν. Το καλλιτεχνικό προϊόν, π.χ. ένας πίνακας ζωγραφικής που ενσαρκώνει, συνειδητά ή ασυνείδητα, κάποιο συναίσθημα, μπορεί να γίνει αντικείμενο μεταβίβασης και κατά συνέπεια ο πυρήνας από τον οποίο αρχίζει η ενδοψυχική κίνηση.⁹

Η ύπαρξη της αντιμεταβίβασης, που ονομάζεται και "κρυμμένος καθρέφτης" απαιτεί από το θεραπευτή να χρησιμοποιεί γνώσεις και τεχνικές για να διευκολύνει τη διαδικασία. Όταν η διαδικασία δεν προχωρά ικανοποιητικά, ο θεραπευτής θα προσπαθήσει να διευκρινίσει τους παράγοντες που την παρακωλύουν και αυτοί θα αναζητηθούν είτε στην πλευρά του ασθενούς (τι βιώνει κατά τη μεταβίβαση) ή τη δική του (αντιμεταβίβαση). Όλα τα μηνύματα από τον ασθενή επηρεάζουν την αντιμεταβίβαση (αντίδραση θεραπευτή), γι' αυτό δεν αποτελούν εξαίρεση και τα μηνύματα των καλλιτεχνικών έργων. Η αντίδραση ενός θεραπευτή σε κάποιο ασθενή μπορεί να επηρεαστεί από την αισθητική εκτίμηση του για κάποιο έργο του. Επίσης η αισθητική εκτίμηση του θεραπευτή για ένα έργο επηρεάζεται από την εκτίμηση που τρέφει για τον ασθενή.¹⁰

Με βάση τα παραπάνω μπορούμε να ισχυριστούμε ότι τα καλλιτεχνικά έργα βιώνονται από τους θεραπευ-

τές με πολλούς και διάφορους τρόπους και με πληθώρα συναισθημάτων. Αυτό έχει ως αποτέλεσμα οι θεραπευτές μέσω της εικαστικής έκφρασης, να αντιλαμβάνονται την αντιμεταβίβαση ως μια ευκαιρία για περαιτέρω ανάλυση πάνω στη συγκεκριμένη θεραπεία ή ως μια ολική εμπειρία μέσα στη θεραπευτική σχέση με τον ασθενή.¹¹

Συμβολική έκφραση

Σύμβολο, σύμφωνα με την ψυχανάλυση, είναι ένας τρόπος έμμεσης και μεταφορικής αναπαράστασης μιας ασυνείδητης ιδέας, σύγκρουσης ή επιθυμίας.¹² Με άλλα λόγια απωθημένες ιδέες ή επιθυμίες της ψυχής αποσπώνται από ένα "αντικείμενο" και μεταβιβάζονται σε κάποιο άλλο. "Αντικείμενο", σύμφωνα με την M.Klein, είναι εικόνες των γονιών του, που δημιουργεί το παιδί στο μυαλό του και οι οποίες ενδεχομένως να μην έχουν σχέση με την εξωτερική πραγματικότητα. Επίσης αναφέρει ότι η χρήση της συμβολικής έκφρασης αποτελεί απαραίτητο στοιχείο της ανάπτυξης του εγώ, ως άμυνας στον αποχωρισμό. Το παιδί έχοντας την ανάγκη να διατηρήσει την εικόνα π.χ του απόντος πατέρα, την προβάλλει σε εξωτερικά αντικείμενα και με τον τρόπο αυτό αναδημιουργεί τη σχέση του με τον απόντα γονιό του.¹³

Με τον ίδιο τρόπο ο ασθενής είναι δυνατό να προβάλλει στα δημιουργήματά του ιδέες, επιθυμίες, συγκρούσεις, συναισθήματα που είναι απωθημένες καταστάσεις στη ψυχή του και αυτό να σταθεί αφετηρία για ενδοψυχική παρατήρηση, διακίνηση και τέλος προσπάθεια για αλληλαγία, με τη βοήθεια βέβαια και του θεραπευτή. Στόχος η δημιουργία νέας σχέσης κυρίως με τον ίδιο τον εαυτό του.

Το καλλιτεχνικό δημιούργημα στη διαδικασία αυτή ταυτίζεται με τις εσωτερικές πτυχές του ατόμου, αποτελεί δηλαδή ένα σύμβολο. Για την ερμηνεία αυτών των συμβόλων απαιτείται ο θεραπευτής να έχει όλες εκείνες τις γνώσεις που θα τον βοηθήσουν στο έργο του, δηλαδή, γνώσεις ψυχοθεραπείας και φυσικά γνώσεις εικαστικών τεχνών.

Τέχνη και παιχνίδι

Το παιχνίδι είναι μια δημιουργική δραστηριότητα κυρίως των παιδιών και συμβαίνει να εκδηλώνεται εξωτερικά, όπως και οι εικαστικές τέχνες. Αποτελεί τρόπο έκφρασης του παιδιού και μέσο μετάδοσης των σκέψεων και συναισθημάτων του. Επίσης τρόπο εξερεύνησης και κατάκτησης του εξωτερικού κόσμου και ελέγχου του άγχους.¹⁴ Η Klein υποστηρίζει ότι το ελεύθερο παιχνίδι του παιδιού μαζί με τη λεκτική επικοινωνία μπορεί να χρησιμοποιηθεί στη ψυχανάλυση με τρόπο παρόμοιο προς τον ελεύθερο συνειρμό που χρησιμοποιείται για τους ενήλικες.

Κύριο χαρακτηριστικό του παιχνιδιού είναι ο αυθορμητισμός και η ελευθερία, διαφορετικά δεν έχουμε παι-

χνίδι. Κάτι ανάλογο συμβαίνει και στην καλλιτεχνική δημιουργία. Αν ένας πίνακας δημιουργηθεί αυθόρμητα και ακολούθησει η κατανόησή του στο πλαίσιο της θεραπευτικής σχέσης, τότε είναι δυνατή η ανάλυση της μεταβίβασης (των συναισθημάτων του ασθενούς).

Ο αυθορμητισμός παίζει λοιπόν πρωτεύοντα ρόλο στη θεραπευτική προσέγγιση μέσω της τέχνης για τους ίδιους λόγους που και το παιχνίδι μπορεί λόγω διαφόρων κανόνων να αλλοιωθεί. Το παιχνίδι, όπως και η αυθόρμητη εικαστική έκφραση, αποτελεί το κέντρο του θεραπευτικού έργου για ανήλικους και ενήλικες αντίστοιχα. Άλλωστε η τέχνη κάνει τους ενήλικους ικανούς να παίζουν.¹⁵

Ο Winnicott υπήρξε πρωτοπόρος της ιδέας του παιχνιδιού στη σχέση μεταξύ ασθενούς και θεραπευτή. Ο θεραπευτής προσπαθεί να κατευθύνει τον ασθενή από μια κατάσταση στην οποία δεν μπορεί να παίξει σε μια άλλη στην οποία μπορεί να παίξει. Η θεραπευτική συνέπεια του παιχνιδιού εκτός από τον έλεγχο του άγχους είναι αποκάθλυψη του εαυτού του που είναι εξίσου σημαντική και για τη θεραπεία μέσω της εικαστικής έκφρασης.¹⁶

Επίλογος

Στην παρούσα μελέτη έγινε μια προσπάθεια προσέγγισης και γνωριμίας με μια από τις λεγόμενες εναλλακτικές μορφές θεραπείας, τη θεραπεία μέσω της τέχνης. Δόθηκε έμφαση στο χαρακτηριστικό στοιχείο αυτής της θεραπείας, που είναι η εικαστική έκφραση (δημιουργία καλλιτεχνικών έργων) και ο συμβολισμός, καθώς και στη σχέση μεταξύ θεραπευτή – ασθενούς και καλλιτεχνικού έργου. Έγινε ιδιαίτερη αναφορά στη μεταβίβαση και στην αντιμεταβίβαση που χαρακτηρίζει τη σχέση του δίπολου θεραπευτή – ασθενή καθώς και στη σχέση τέχνης και παιχνιδιού.

Η σημασία αυτής της θεραπείας βρίσκεται στο γεγονός ότι θέλει τον άνθρωπο –δημιουργό και με ουσιαστική συμμετοχή στη προσπάθεια της ίασής του. Δίνει τη δυνατότητα έκφρασης και διαμαρτυρίας, κυρίως στους ψυχικά πάσχοντες. Είναι χαρακτηριστικά τα λόγια ενός ασθενούς:

"Δεν μπορούσα να μιλήσω, δεν μπορούσα να φωνάξω, μπορούσα όμως να ζωγραφίσω".

Βιβλιογραφία

1. Trauger-Querry B, Haghghi KR. Balancing the focus: art and music therapy for pain control and symptom management in hospice care. *Hosp J* 1999, 14 (1): 25-38.
2. Dalley T. *Art as Therapy*. London, Tavistock, 1984.
3. Ehtenzweing A. *The hidden Order of Art*. London, Paladin, 1967.
4. Dubowski J. Who took the Art out of Art Therapy – Αδημοσίευτη μελέτη που ανακοινώθηκε στο International review of the arts in Therapy, Goldsmiths' College, London, 1985.
5. Judd D. Book reviews. *British Journal of Psychotherapy* 1986,2 (4) : 145-151.
6. Stern RS. Many ways to grow : creative art therapies. *Pediatr Ann* 1989 Oct, 18 (10): 645-652.
7. Fuller P. *Art and Psychoanalysis*. London, Writers and readers, 1980
8. Gorham – Davies R. *Art and Anxiety*. In *Art and Psychoanalysis*, S. W. Philips (ed), London, Tavistock, 1984.
9. Wood M. *The Child and Art Therapy*. In *Art as Therapy*, Dalley T (ed), London, Tavistock, 1984.
10. Kuhns R. *Psychoanalytic theory of Art*. New York, Columbia University Press, 1983.
11. Searles H. *Countertransference*. New York, IUP, 1979.
12. Stokes A. *Painting and Inner World*. London, Tavistock, 1963.
13. Klein M. *The importance of Symbol Formation in the Developing Ego*. (Collected Works Vol 1), London, Hogarth Press, 1975.
14. Klein M. *The Writings of M. Klein*. London, The Hogarth Press and Institute of Psychoanalysis, 1975.
15. Hoxter S. *Play and Communication in Child Psychotherapy*. In *The Child Psychotherapist and problems of young people*, M. Boston and D.Daws (eds), London, Wildwood House.
16. Winnicott D. W. *Playing and Reality*. London, Tavistock, 1975.