



ΠΑΝΕΠΙΣΤΗΜΙΟ ΘΕΣΣΑΛΙΑΣ
ΓΕΝΙΚΟ ΤΜΗΜΑ ΛΑΡΙΣΑΣ
ΠΡΟΓΡΑΜΜΑ ΜΕΤΑΠΤΥΧΙΑΚΩΝ ΣΠΟΥΔΩΝ
ΣΤΗ «ΨΥΧΙΚΗ ΥΓΕΙΑ»

ΔΙΠΛΩΜΑΤΙΚΗ ΕΡΓΑΣΙΑ
«Θεραπεία μέσω τέχνης στα Σχολεία»

Ευθυμία Χριστοπούλου
Εκπαιδευτικός Εικαστικών

ΤΡΙΜΕΛΗΣ ΣΥΜΒΟΥΛΕΥΤΙΚΗ ΕΠΙΤΡΟΠΗ

Μαρία Παπαλιάγκα, Ψυχίατρος, Επιβλέπουσα καθηγήτρια
Ευαγγελία Κοτρώτσιου, Καθηγήτρια Πανεπιστημίου Θεσσαλίας, Μέλος Τριμελούς Επιτροπής
Αλέξανδρος Θωμάς, Ψυχίατρος, Μέλος Τριμελούς Επιτροπής

Λάρισα, 2020



ΠΑΝΕΠΙΣΤΗΜΙΟ ΘΕΣΣΑΛΙΑΣ

ΓΕΝΙΚΟ ΤΜΗΜΑ ΛΑΡΙΣΑΣ
ΠΡΟΓΡΑΜΜΑ ΜΕΤΑΠΤΥΧΙΑΚΩΝ ΣΠΟΥΔΩΝ
ΣΤΗ «ΨΥΧΙΚΗ ΥΓΕΙΑ»

“Art therapy in educational settings”

Υπεύθυνη Δήλωση Μεταπτυχιακού Φοιτητή: Η κάτωθι υπογεγραμμένη φοιτήτρια μεταπτυχιακών σπουδών έχω επίγνωση των συνεπειών του Νόμου περί λογοκλοπής και δηλώνω υπεύθυνα ότι είμαι συγγραφέας αυτής της Διπλωματικής Εργασίας, έχω δε αναφέρει στην βιβλιογραφία μου όλες τις πηγές τις οποίες χρησιμοποίησα και έλαβα ιδέες ή δεδομένα. Δηλώνω επίσης ότι, οποιοδήποτε στοιχείο ή κείμενο το οποίο έχω ενσωματώσει στην εργασία μου προερχόμενο από Βιβλία ή άλλες εργασίες ή το διαδίκτυο, γραμμένο ακριβώς ή παραφρασμένο, το έχω πλήρως αναγνωρίσει ως πνευματικό έργο άλλου συγγραφέα και έχω αναφέρει ανελλιπώς το όνομά του και την πηγή προέλευσης.

Η Φοιτήτρια Μεταπτυχιακών Σπουδών

Χριστοπούλου Ευθυμία

(Υπογραφή)

ΠΙΝΑΚΑΣ ΠΕΡΙΕΧΟΜΕΝΩΝ

ΠΕΡΙΛΗΨΗ	7
ABSTRACT	8
ΕΙΣΑΓΩΓΗ	9
ΚΕΦΑΛΑΙΟ 1°	13
Η ΘΕΡΑΠΕΙΑ ΜΕΣΩ ΤΗΣ ΤΕΧΝΗΣ (ART THERAPY).....	13
1.1 Ιστορική Αναδρομή.....	13
1.2 Ορισμοί και αντικείμενο της Εικαστικής Θεραπείας	15
1.3 Η Εικαστική Τέχνη στη θεραπεία	17
1.4 Η χρησιμότητα της Εικαστικής Θεραπείας	20
ΚΕΦΑΛΑΙΟ 2°	22
Η ΘΕΡΑΠΕΙΑ ΜΕΣΩ ΤΗΣ ΤΕΧΝΗΣ ΚΑΙ Η ΕΚΠΑΙΔΕΥΣΗ	22
2.1 Γενική Ανασκόπηση.....	22
2.2 Η Θεραπεία μέσω της τέχνης στα σχολεία.....	25
2.3 Η Τέχνη της Θεραπείας σε Δημόσια Σχολεία του Miami – Dade County.....	27
2.4 Τεκμηρίωση της Σχολικής Θεραπείας.....	30
2.5 Η χρήση της θεραπείας μέσω των Εικαστικών Τεχνών στην Εκπαίδευση	31
και την Υγεία	
ΚΕΦΑΛΑΙΟ 3°	33
Η ΑΠΟΤΕΛΕΣΜΑΤΙΚΟΤΗΤΑ ΚΑΙ Η ΛΕΙΤΟΥΡΓΙΑ ΤΗΣ ΘΕΡΑΠΕΙΑΣ	33
ΜΕΣΩ ΤΗΣ ΤΕΧΝΗΣ	
3.1 Θεραπευτικές Τεχνικές.....	33
3.2 Αποτελεσματικότητα της Εικαστικής Θεραπείας	33
3.3 Μεθοδολογία της Εικαστικής Θεραπείας.....	35
3.4 Ο ρόλος του Εικαστικού Θεραπευτή.....	37
3.5 Παιδική «Άτεχνη» Τέχνη	39
ΚΕΦΑΛΑΙΟ 4°	42
ΒΙΒΛΙΟΓΡΑΦΙΚΗ ΑΝΑΣΚΟΠΗΣΗ ΕΡΕΥΝΩΝ ΣΧΕΤΙΚΕΣ ΜΕ ART THERAPY.....	42
4.1 Το Φάσμα του Αυτισμού.....	42
4.2 Η Αυτιστικής θεραπείας – Τέχνης.....	42
4.3 Η αποτελεσματικότητα της θεραπείας μέσω της τέχνης στη μείωση του Σχολικού.....	44
Εκφοβισμού	
4.4 Η επίδραση της Καλλιτεχνικής Θεραπείας στη μείωση συμπτωμάτων	45

διαταραχής άγχους	
4.5 Η χρήση εικονιδίων, συμβόλων και κοινωνικών ιστοριών, ως βοήθεια47	
στα παιδιά με ανάγκες	
4.6 Η Εικαστική Τέχνη ως Θεραπεία στην Ελλάδα48	
Συμπεράσματα Ερευνητικής Επισκόπησης της Εικαστικής Ψυχοθεραπείας.....50	
Αποτελέσματα Ποσοτικής Επισκόπησης52	
Αποτελέσματα Ποιοτικής Επισκόπησης53	
ΣΥΜΠΕΡΑΣΜΑΤΑ – ΠΡΟΤΑΣΕΙΣ.....54	
ΒΙΒΛΙΟΓΡΑΦΙΑ.....56	

Ευχαριστίες

Με την ολοκλήρωση της Διπλωματικής μου εργασίας θα ήθελα να ευχαριστήσω όλους όσους στάθηκαν δίπλα μου σε όλη μου την προσπάθεια που κατέβαλα.

Στην συνέχεια θα ήθελα να ευχαριστήσω μέσα από την καρδιά μου την κα. Μαρία Παπαλιάγκα, για την πολύτιμη βοήθεια που μου προσέφερε για την επιτυχή ολοκλήρωση και παρουσίαση της Διπλωματικής μου εργασίας, καθώς και για την άψογη συνεργασία που είχαμε όλο αυτό το διάστημα.

Επίσης θα ήθελα να ευχαριστήσω το ίδιο θερμά τα μέλη της επιτροπής την κα. Ευαγγελία Κοτρώτσιου και τον κ. Αλέξανδρο Θωμά.

ΠΕΡΙΛΗΨΗ

Η θεραπεία μέσω της Τέχνης συνδυάζει τις εικαστικές τέχνες και την ψυχοθεραπεία σε μια δημιουργική διαδικασία όπου η εικόνα που παράγεται γίνεται η βάση για την εξερεύνηση και την κατανόηση του εαυτού. Σκέψεις και συναισθήματα συχνά εκφράζονται καλύτερα με εικόνες παρά με λέξεις. Επίσης με την εικαστική τέχνη το άτομο καλλιεργεί το πνεύμα του και την ψυχή του. Η εικαστική θεραπεία μπορεί να είναι πιο εύχρηστη στις περιπτώσεις των παιδιών, καθώς τα παιδιά λόγω του μη αναπτυγμένου λεξιλογίου τους, νιώθουν μεγαλύτερη άνεση να εκφραστούν μέσα από μια εικόνα. Σε μια ποιοτική μελέτη που πραγματοποιήθηκε από τους Deboys, Holttum και Wright (2017), 14 παιδιά πρωτοβάθμιας σχολικής ηλικίας που ζουν στο Ηνωμένο Βασίλειο και συμμετείχαν σε ατομική καλλιτεχνική θεραπεία στο σχολείο βίωσαν πολλά συναισθηματικά οφέλη. Οι μελετητές πήραν συνέντευξη από τα παιδιά, τους γονείς και τους δασκάλους για να κατανοήσουν τις αντιλήψεις τους για τη θεραπεία τέχνης στα δημόσια σχολεία. Η μελέτη διαπίστωσε ότι «η σχολική θεραπεία τέχνης μπορεί να βοηθήσει τα παιδιά με επεξεργασία ψυχικού τραύματος, ανάπτυξη επικοινωνίας, ανθεκτικότητα και συμπεριφορά στο εγώ».

Επίσης η Θεραπεία τέχνης στα δημόσια σχολεία του Miami-Dade County μεγάλωσε από την ανάγκη παροχής κατάλληλης εκπαίδευσης και σχετικές υπηρεσίες για μαθητές με αναπηρία. Ο σκοπός του προγράμματος ήταν να βοηθήσει στην εξυπηρέτηση των μαθητών με ειδικές ανάγκες των οποίων οι δάσκαλοι τέχνης δεν γνώριζαν την εφαρμογή κατάλληλων παρεμβάσεων για την αντιμετώπιση του προβλήματος των μαθητών. Κάποιες από τις στρατηγικές περιελάμβαναν τη δημιουργία εικόνων που απεικόνιζαν φόβο, ανησυχία και συναισθήματα.

Τα παιδιά με αυτισμό, ενώ ως προς τη ζωγραφική ικανότητα δεν υστερούν σε σύγκριση με τα ψυχικώς υγιή, εντούτοις παρουσιάζουν, ορισμένες ιδιομορφίες, όσον αφορά για παράδειγμα, στην απεικόνιση άωρων και ανολοκλήρωτων μορφών ή στη μειωμένη ποσοτικά προτίμηση έναντι των ψυχικά υγιών, κοινωνικών (διαπροσωπικών) σκηνών. Μια τεχνική που χρησιμοποιείται ήδη ευρέως μεταξύ θεραπευτών που διδάσκουν κοινωνικές δεξιότητες σε παιδιά με αυτιστικές τάσεις είναι η χρήση κόμικς με εργαλεία διδασκαλίας. Οι κωμικές ταινίες σχεδιάζονται από το δάσκαλο και στη συνέχεια αυτός εξηγεί στα παιδιά με συζήτηση την ανάλυση των απεικονιζόμενων γεγονότων. Όσον αφορά τον εκφοβισμό, αυτός σχετίζεται σε μεγάλο βαθμό με το περιβάλλον διαβίωσής τους. Μελέτες έχουν διαπιστώσει ότι οι παρεμβάσεις καλλιτεχνικής θεραπείας μπορούν να είναι ένα αποτελεσματικό εργαλείο κατά του εκφοβισμού. Μέσα από την δημιουργική διαδικασία το άτομο μπορεί να αναπτύξει τις διαπροσωπικές του σχέσεις, τις κοινωνικές του δεξιότητες, να αναπτύξει την θετικότητα του και να βελτιώσει την αυτοεικόνα του. Όταν δυσκολευόμαστε να εκφράσουμε τον ψυχισμό μας, η εικαστική θεραπεία μάς προσφέρει έναν απλό τρόπο να «πούμε» τα συναισθήματά μας.

Λέξεις Κλειδιά: Τέχνη, Εκπαίδευση, Θεραπεία, Εικαστικά, Θεραπευτή

ABSTRACT

Art therapy combines the visual arts and psychotherapy in a creative process where the image produced becomes the basis for exploring and understanding the self. Thoughts and feelings are often better expressed in pictures than in words. Also with the visual art the person cultivates his spirit and his soul. Art therapy can be more convenient in the case of children, as children due to their underdeveloped vocabulary, feel more comfortable to express themselves through an image.

In a qualitative study conducted by Deboys, Holtum and Wright (2017), 14 primary school children living in the UK who participated in individual art therapy at school experienced many emotional benefits. The researchers interviewed children, parents and teachers to understand their perceptions of art therapy in public schools. The study found that "school art therapy can help children with mental trauma treatment, communication development, resilience and ego behavior."

Also, Art Therapy in Miami-Dade County public schools grew out of the need to provide appropriate education and related services for students with disabilities. The purpose of the program was to help serve students with special needs whose art teachers did not know the implementation of appropriate interventions to address the problem of students. Some of the strategies involved creating images that depicted fear, anxiety, and emotion.

Children with autism, while not inferior to the mentally healthy in terms of painting ability, nevertheless show some peculiarities, for example, in the depiction of immature and incomplete forms or the reduced quantitative preference for the mentally healthy,) scenes. One technique that is already widely used among therapists who teach social skills to children with autism is the use of comics with teaching tools. The comic films are drawn by the teacher and then he explains to the children through discussion the analysis of the depicted events. In terms of bullying, it has a lot to do with their living environment. Studies have shown that art therapy interventions can be an effective tool against bullying. Through the creative process the individual can develop his interpersonal relationships, his social skills, develop his positivity and improve his self-image. When we have difficulty expressing our psyche, art therapy offers us a simple way to "express" our emotions.

Key- words: Art, Education, Therapy, Visual Arts, Therapist.

ΕΙΣΑΓΩΓΗ

Στο κατώφλι του 21^{ου} αιώνα, οι Θεραπείες μέσω Τέχνης, αναδύονται αφυπνιστικά προσφέροντας ανακούφιση, εκτόνωση και ψυχική γαλήνη για μια δυναμική διέξοδο στο αδιέξοδο των ανατροπών της εποχής μας.

Η Θεραπεία μέσω των Εικαστικών Τεχνών, διεθνώς γνωστή ως “Art Therapy”, αξιοποιώντας τη θεραπευτική δύναμη της τέχνης, εντάσσοντας στο χώρο της Ψυχοθεραπείας την εικαστική δημιουργική πράξη, εξυψώνει την έννοια της δημιουργίας και της προσφοράς προς τον συνάνθρωπο ως δυναμικό πεδίο ίασης, αυτοπραγμάτωσης και αλληλεγγύης.

Πυρήνας της εικαστικής δημιουργικής διαδικασίας είναι η τριαδική σχέση θεραπευτή-θεραπευόμενου και τέχνης, με ή χωρίς δημιούργημα (project – artwork), αξιοποιώντας το δυναμικό έκφρασης και τη λεκτική πλαισίωση της συνεδρίας (ερμηνεία, διάγνωση, αξιολόγηση, κλπ.) ανάλογα με την προσέγγιση του εικαστικού θεραπευτή και το πλαίσιο εφαρμογής.

Η ευεργετική συνύπαρξη της τέχνης (εικαστικές τέχνες) με τη θεραπεία (Ψυχολογία, Ψυχιατρική), δημιουργεί τις προϋποθέσεις μιας αυτόνομης, και σε ιδιαίτερες περιπτώσεις, επικουρικής μορφής ψυχοθεραπείας σε ένα ευρύ ηλικιακό φάσμα, προσφέροντας εκτόνωση, υποστήριξη και θεραπεία αλλά και μια μοναδική, ιδιαίτερη συνθήκη θεραπευτικής σχέσης εμπεριέχοντας την υπερβατική διάσταση των εικαστικών τεχνών σε λεκτικό ή / και μη λεκτικό επίπεδο.

Η παρούσα εργασία έχει ως αντικειμενικό σκοπό την κατανόηση εις βάθος της έννοιας της θεραπείας μέσω της τέχνης (art therapy), στον αναγνώστη της.

Για το λόγο αυτό στο πρώτο κεφάλαιο γίνεται η εισαγωγική περιγραφή της θεραπείας μέσω της τέχνης. Δίνονται με σαφήνεια οι ορισμοί , ενώ δεν παραλείπεται να αναφερθεί και η χρησιμότητα της εικαστικής θεραπείας.

Στο δεύτερο κεφάλαιο γίνεται αναφορά στην θεραπεία μέσω της τέχνης στην εκπαίδευση. Περιγράφεται ένα χαρακτηριστικό παράδειγμα για την “art therapy” σε δημόσια σχολεία στο Miami – Dade County. Επίσης στο δεύτερο κεφάλαιο δίνεται βαρύτητα στην χρήση της “art therapy” στην εκπαίδευση και την υγεία.

Στο τρίτο κεφάλαιο ο αναγνώστης μπορεί να δει την αποτελεσματικότητα της εικαστικής θεραπείας, ενώ στο ίδιο κεφάλαιο αναπτύσσεται η μεθοδολογία της, παράλληλα δε δίνεται έμφαση στον ρόλο που αναλαμβάνει ο εικαστικός θεραπευτής, έναντι των παιδιών.

Στο τέταρτο κεφάλαιο γίνεται η βιβλιογραφική ανασκόπηση των διαφόρων ερευνών που έγιναν κατά καιρούς, οι οποίες σχετίζονται με την “art therapy”.

Αναφέρεται η σχέση των παιδιών με αυτισμό με την εικαστική θεραπεία, καθώς επίσης η σχέση που μπορεί να έχει με τον σχολικό εκφοβισμό.

Από την παρούσα εργασία δεν θα μπορούσε να παραληφθεί και η σπουδαιότητα της εικαστικής θεραπείας στη χώρα μας.

Η εργασία κλείνει με μια ερευνητική επισκόπηση της εικαστικής ψυχοθεραπείας που διεξήχθη στη Μ. Βρετανία, αναφέρονται δε, τα αποτελέσματα της ποσοτικής και της ποιοτικής επισκόπησης.

Ακολουθούν τα συμπεράσματα, οι προτάσεις και οι βιβλιογραφικές πηγές της εργασίας.

ΓΕΝΙΚΟ ΜΕΡΟΣ

*«Η Τέχνη δεν είναι το ένα όμορφο αντικείμενο αλλά η
μεταφορά της εμπειρίας και των συναισθημάτων του
δημιουργού του».*

Λέων Τολτσόι

ΚΕΦΑΛΑΙΟ 1^ο

Η ΘΕΡΑΠΕΙΑ ΜΕΣΩ ΤΗΣ ΤΕΧΝΗΣ (ART THERAPY)

1.1 Ιστορική Αναδρομή

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, εμφανίζεται στα πολύχρωμα ενδύματα των Σαμάνων και τις μαγικές μάσκες, και καθρεφτίζεται στα Ασκληπιεία δωμάτια του ονείρου και της κάθαρσης. Ακόμα δε βαθύτερα, πράγμα το οποίο ήταν ήδη γνωστό από τους Αρχαίους, η θέαση της Φύσης (η ηλιόλουστη ημέρα, η καθαρότητα του ορίζοντα, ο ρυθμός των κυμάτων, το θρόισμα των φύλλων, η λάμψη του κεραυνού κ.λπ.) επιδρά είτε θετικά, είτε αρνητικά στον ανθρώπινο ψυχισμό. Έτσι, η Art Therapy είναι ταυτόχρονα τόσο παλαιά, όσο και νέα, τη συναντούμε ήδη στους προϊστορικούς ανθρώπους (ιχνογραφήματα, ζωγραφιές ή σκαλίσματα σε σπήλαια) με αυτήν ακριβώς τη θεραπευτική σημασία και όχι απλώς την αισθητική (Rubin, J. 2008).

Στα τέλη του 19^{ου} αιώνα, οι Γάλλοι ψυχίατροι Ambrose Tardieu και PaulMax Simon δημοσίευσαν σχετικές μελέτες με τη διαγνωστική επιτυχία των οπτικοποιημένων χαρακτηριστικών και του συμβολισμού σε ψυχικά ασθενείς. 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. Η Art therapy λοιπόν, ενώ έχει τις ρίζες της στην Ψυχανάλυση και την ψυχοδυναμική θεωρία, εξελίχθηκε, δανειζόμενη θεωρητική γνώση από την Ψυχοθεραπεία και τη Συμβουλευτική, με τη βοήθεια και άλλων θεωρητικών προσεγγίσεων, όπως της Γνωσιακής Art therapy, της Gestalt, της Γιούνγκειας υπαρξιακής Art therapy και της Αφηγηματικής (narrative) ή φαινομενολογικής Art therapy.

Περίπου στο 1940, μια σειρά ζωγράφων και ψυχοθεραπευτών, έχουν αρχίσει να αντιλαμβάνονται, πως για κάποιο λόγο, η δημιουργική έκφραση έχει θεραπευτική επίδραση στην ψυχολογική υγεία του ανθρώπου. Από τότε, το «μυστήριο» έχει εξελιχθεί τόσο ώστε να αποτελεί ξεχωριστή ψυχοθεραπευτική μέθοδο, την «Εικαστική Θεραπεία» (Art Therapy). Η Εικαστική Θεραπεία εφαρμόστηκε στις Η.Π.Α. και τη Μεγάλη Βρετανία από το 1960, ενώ στην Ελλάδα αρχίζει να εφαρμόζεται γύρω στο 1980. Οι ρίζες της Εικαστικής θεραπείας, ανάγονται στις προϊστορικές εποχές, όταν οι μακρινοί μας πρόγονοι, εξέφραζαν τη σχέση τους με τον κόσμο τους, μέσω ζωγραφικής των σπηλαίων, στην προσπάθειά τους να κατανοήσουν το νόημα της ύπαρξης, μέσα από την εικονογράφηση. Συχνά η τέχνη χρησιμοποιείται από το ίδιο το άτομο, σε μια ασυνείδητη προσπάθεια να αυτοθεραπευτεί, ή για να δείξει στους άλλους ότι χρειάζεται βοήθεια.

Η Εικαστική Τέχνη στη θεραπεία εμφανίστηκε για πρώτη φορά στις αρχές του Β΄ Παγκοσμίου Πολέμου όπου ένας βρετανός καλλιτέχνης, ο Andrian Hill νοσηλευόμενος σε σανατόριο κατά τη διάρκεια του πολέμου ασχολήθηκε με τη ζωγραφική. Τον ακολούθησαν και άλλοι ασθενείς που ζωγράφιζαν θέλοντας να εκφράσουν τις σκέψεις, τους φόβους και τα συναισθήματα τους. Αυτό ήταν το έναυσμα για την ένταξη της εικαστικής τέχνης στη θεραπεία (Jennings, S., Minde, A. 1996).

1.2 Ορισμοί και αντικείμενο της Εικαστικής Θεραπείας

Η Εικαστική Θεραπεία είναι ουσιαστικά η ένωση δύο πεδίων: της τέχνης και της ψυχολογίας. Πλευρές των εικαστικών τεχνών, η δημιουργική διαδικασία, η ανθρώπινη ανάπτυξη, η συμπεριφορά, η προσωπικότητα και η ψυχική υγεία μεταξύ άλλων, είναι απαραίτητα στοιχεία για να δοθεί ο ορισμός της εικαστικής τέχνης. (Malchiod, C., A. 2009). Υπάρχουν πολλοί ορισμοί για την εικαστική, αλλά μόνο δύο κατηγορίες αντιπροσωπεύουν την θεραπεία. Η πρώτη συνεπάγεται με την πεποίθηση ότι η δημιουργική διαδικασία της τέχνης έχει εγγενώς θεραπευτική δύναμη. Αυτή η άποψη ασπάζεται την ιδέα ότι η διαδικασία δημιουργίας ενός έργου τέχνης είναι θεραπευτική. Αυτή η διαδικασία αποκαλείται τέχνη ως μέσω θεραπείας (Malchiod, C., A. 2009).

«Η εικαστική θεραπεία είναι η δυναμική θεραπεία που απαιτεί από το άτομο να συμμετέχει στην θεραπεία του, μέσα από τη δημιουργία τέχνης». Σύμφωνα με την (Malchiod, C., A. 2009), ο δεύτερος ορισμός της εικαστικής θεραπείας βασίζεται στην άποψη ότι η τέχνη είναι μέσο συμβολικής επικοινωνίας. Αυτή η προσέγγιση, που συχνά αποκαλείται εικαστική ψυχοθεραπεία, τονίζει την χρησιμότητα των υλικών που χρησιμοποιούνται για να εκφραστεί το άτομο. Με την καθοδήγηση του θεραπευτή και την κατανόηση της τέχνης από το άτομο, το τελευταίο, οδηγείται στην ολοκλήρωση του. Επίσης ο ίδιος ο θεραπευτής πετυχαίνει την ενσυναίσθηση. Η πρακτική της εικαστικής καταφέρνει να κάνει το άτομο να αντιλαμβάνεται καλύτερα τα προβλήματα του, να αναπτύξει ιδέες τις οποίες έχει την δυνατότητα και να τις εκφράσει. Η διαδικασία της «συνειδητοποίησης», που σημαίνει η θεραπεία μέσω των εικαστικών, προϋποθέτει την ανάδυση και τη δημιουργία εικόνων του ασυνειδήτου, των εσωτερικών ψυχικών πόρων, στις οποίες δίνει σχήμα και μορφή κι έτσι τις κάνει πραγματικές, απτές και εξωτερικές. Ακόμη, πρόκειται για μια διαδικασία ενσυναίσθησης και επικοινωνίας. Η πρωταρχική σχέση φτιάχνεται ανάμεσα στη δημιουργία και στο δημιουργό της, ανάμεσα στον εαυτό και στο εγώ. Η εικόνα έτσι γίνεται μεσολαβητής και ο δημιουργός της γίνεται θεραπευτής του ίδιου του εαυτού του (Hall, P. N. 1998). Προσφέρει ένα είδος γέφυρας και μεγαλύτερης σύνθεσης, για παράδειγμα ανάμεσα στο λεκτικό και το μη λεκτικό, στο ασυνείδητο και το συνειδητό, στο εσωτερικό και το εξωτερικό, στο να κάνεις και το να μιλάς στη φαντασία και την πραγματικότητα, στη διαίσθηση και τον ορθολογισμό, βοηθώντας στην ενότητα του σώματος, του νου και του πνεύματος. Με τον τρόπο αυτό προσφέρει έναν τρόπο θεραπείας τηςσχάσης (Hall, P. N. 1998). Όταν κάποιος φτιάχνει ένα έργο τέχνης του δίνεται η ευκαιρία να εκφράσει την φαντασία που κρύβει μέσα του. Αυτός ο τρόπος έκφρασης τον οδηγεί στην προσωπική ικανοποίηση και γενικότερα στην αλλαγή του ατόμου, καθώς έτσι ενισχύεται και η υγεία του ατόμου (Malchiod, C., A. 2009). Η διαδικασία της θεραπείας μέσω της εικαστικής έκφρασης υποστηρίζει ότι σε μια θεραπεία η χρήση των εικαστικών υλικών διευκολύνει την κατάλυση των αμυντικών μηχανισμών και την ανάδυση των συναισθημάτων και ότι το αποτέλεσμα είναι συχνά πολύ αποδιοργανωμένο για να ονομαστεί «τέχνη»

η επιθετικότητα, η αμφιθυμία και τα εκρηκτικά συναισθήματα που βιώνονται κατά τη διαδικασία που αποτελούν την ουσία του θεραπευτικού έργου. Εκείνοι δίνουν έμφαση στην αισθητική σημασία του τελικού προϊόντος της θεραπείας τείνουν να υπονομεύουν τις καθαρικές πτυχές της διαδικασίας της δημιουργίας του (Dalley, T. 1998). Η εικαστική εμπειρία διευκολύνει την αλληλεπίδραση, την ανοιχτή στάση, την ευαισθησία και την υιοθέτηση νέων δεξιοτήτων. Ακόμη, παρέχει ένα πλαίσιο για τη δοκιμή νέων ρόλων και νέου επικοινωνιακού ύφους, αφού οι θεραπευόμενοι μπορούν να έχουν την ευκαιρία της μεταξύ τους αντιμετώπισης με έναν καινούριο τρόπο μέσα από τη μη απειλητική εικαστική εμπειρία (Landgarten, B. H. 1999). Η θεραπεία μέσω των εικαστικών είναι μία διαδικασία πολύ πιο ισχυρή και πολύπλοκη από το άθροισμα των μερών της. Σε πρώτο επίπεδο, οι εικόνες μπορούν να θεωρηθούν ως ισχυρές μορφές ενός συμβολικού λόγου, ανεξάρτητα από τα αρχέτυπα συστατικά (Hall, P. N. 1998).

Art Therapy αποκαλούμε γενικά, τη χρησιμοποίηση της Τέχνης, προκειμένου ο ασθενής να εκφράσει και στη συνέχεια να ερμηνεύσει επιθυμίες, αισθήματα, συναισθήματα και αντιλήψεις, μέσω της δημιουργίας και ανάλυσης των οπτικών και άλλων αισθητών συμβόλων και έργων (Λάγιου – Λυγνού, E. & Μπούκας, Δ. 2007).

Η Εικαστική Θεραπεία ή Θεραπεία μέσω Τέχνης, είναι μία μορφή ψυχοθεραπείας, που βασίζεται στη χρήση υλικών, χρωμάτων, καθώς και την θεραπευτική σχέση (σχέση θεραπευτή και θεραπευμένου), μέσω των οποίων ενθαρρύνεται η δημιουργικότητα και η συναισθηματική έκφραση του ατόμου, επιδιώκοντας την επιθυμητή θεραπευτική αλλαγή του ασθενή.

1.3 Η Εικαστική Τέχνη στη Θεραπεία

Η Εικαστική Ψυχοθεραπεία ή όπως έχει καθιερωθεί να ονομάζεται «Art Therapy», όπως αναφέρθηκε και σε πιο πάνω ενότητα, είναι μία μη λεκτική θεραπεία που συνδυάζει δύο πεδία, την τέχνη και τη ψυχολογία. Μία εναλλακτική μορφή θεραπείας που χρησιμοποιεί την τέχνη προκειμένου να ζωντανέψει τις λέξεις που δεν μπορούν να ειπωθούν με λόγια. Επικοινωνεί την εσωτερική αλήθεια των ανθρώπων μέσα από εικόνες, σύμβολα ή αντικείμενα. Είναι η έκφραση των συναισθημάτων μέσα από την ύλη. Συνδυάζει τη δημιουργία και τη θεραπεία μέσα από μια διαδικασία έντονης αλληλεπίδρασης μεταξύ του ασθενούς και του θεραπευτή (Jennings, S., Minde, A. 1996).

Στη γέννηση της εικαστικής θεραπείας συνέβαλε η συλλογή του Γάλλου ζωγράφου και γλύπτη Zan Dubuffet που συγκέντρωσε έργα ανθρώπων που νοσηλεύονταν σε ψυχιατρικά ιδρύματα ενώ αργότερα η συλλογή αυτή έγινε γνωστή και ως «Art Brut» (Ωμή Τέχνη ή η Τέχνη των Τρελών). Από τα τέλη της δεκαετίας του 40', εμπλουτίστηκε και με έργα άλλων ανθρώπων που δεν ανήκαν σε κάποιον καλλιτεχνικό χώρο, ωστόσο αποτύπωναν ιδέες και συλλήψεις πολύ διαφορετικές, σκληρές ή ακόμα και εξωπραγματικές. Ο Φρόντ μας μιλάει για τη λογική του ασυνειδήτου, τις εσωτερικές παρορμήσεις του ανθρώπου που η λογική του προσπαθεί να αποκρύψει αλλά η ψυχανάλυση τις αποκαλύπτει. Οι άνθρωποι όμως αντιστέκονται στη ψυχανάλυση φοβούμενοι να αντιμετωπίσουν αυτό το «άλλο» που θα αποκαλυφθεί. Οι παρορμήσεις αυτές συχνά εκφράζονται πολύ πιο αβίαστα και ανώδυνα μέσα από την τέχνη. Έτσι και η Τέχνη των Τρελών του Dubuffet επιζητά να αναδείξει την άγρια ψυχή, την πρωτόγονη έκφραση που ο 20^{ος} αιώνας επέτρεψε στη Δύση να ανακαλύψει.

Στην Αγγλία τις δεκαετίες του 60' και 70', διάφοροι καλλιτέχνες πεπεισμένοι ότι η ζωγραφική και το σχέδιο προσφέρουν σημαντική διέξοδο στα άτομα που δυσκολεύονται να εκφραστούν και να επικοινωνήσουν απασχολήθηκαν σε διάφορες κλινικές και νοσοκομεία. Οι περισσότεροι από αυτούς δούλευαν ανεξάρτητα αναπτύσσοντας διαφορετικές μεθόδους όσον αφορά τις θεραπευτικές δυνατότητες της τέχνης (David, E. 2004).

Οι θεραπευτικές δομές στις οποίες εντάσσονταν η εικαστική θεραπεία ήταν κυρίως υπερπλήρη ιδρύματα, απομονωμένα, παραμελημένα, με δύσκολα και περιορισμένα θεραπευτικά πλαίσια. Η εικαστική θεραπεία φάνηκε τότε να προσφέρει ένα τρόπο βελτίωσης της ποιότητας ζωής των ασθενών και να παρέχει μία σημαντική διέξοδο ενθαρρύνοντας τους ανθρώπους να επικοινωνήσουν, να κοινωνικοποιηθούν, να εκφράσουν τις αγωνίες τους, να τονώσουν την αυτοεκτίμησή τους, να κατανοήσουν καλύτερα τον εαυτό τους και να θεραπευτούν. Αυτό έφερε την εικαστική θεραπεία απέναντι στη ψυχιατρική που δεδομένων των κοινωνικών αλλαγών της εποχής υπέφερε μεγάλο πλήγμα. Το γενικότερο κλίμα και η ανάπτυξη διαφόρων ανθρωπιστικών επιστημών ενθάρρυνε την άνθηση και εδραίωση της εικαστικής θεραπείας (David, E. 2004).

Η Καλλιτεχνική Θεραπεία έχει ουσιαστικά διαπιστευτήρια ως αποτελεσματικός τρόπος εργασίας με παιδιά και ενήλικες, τα οποία διαπιστευτήρια είναι συχνά για διάφορους λόγους, συμπεριλαμβανομένου του φόβου και της ντροπής και αδυνατεί να εκφράσει την εμπειρία τους (Liebmann, M. 2008).

Η συστηματική ανασκόπηση των ερευνητικών μελετών δείχνει ότι τα αποτελέσματα των θεραπειών τέχνης εκφράζονται συχνά στους όρους όπως: μειωμένη επιθετικότητα, θυμό, ένταση, άγχος και νοητική παραμόρφωση (Smeijsters, H., et al, 2011). Μια πιθανή πρώτη εξήγηση είναι για τους ασφαλείς τρόπους έκφρασης θυμού που θα μπορούσε η καλλιτεχνική θεραπεία να παρέχει για παιδιά. Ένα άλλο είναι η φαντασία σε συνδυασμό με την τέχνη (Baljon, M., C., L. 2011).

Η καλλιτεχνική θεραπεία, ειδικότερα, περιλαμβάνει στοιχεία αυτοσχεδιασμού και δημιουργικότητας στο σχέδιο, τη ζωγραφική ή γλυπτική (καλές τέχνες), με ή χωρίς μουσική, που πραγματοποιούνται σε περισσότερο ή λιγότερο ελεγχόμενα πειράματα, με ένα άτομο ή συγκεκριμένη ομάδα. Η εκπαιδευτική προσέγγιση πρέπει να εφαρμοστεί ταυτόχρονα σε πολλά επίπεδα έτσι ώστε η ανάπτυξη των δεξιοτήτων να συμβαίνει ταυτόχρονα σε ένα συγκεκριμένο πλαίσιο, ή σε μία σύνθετη και αποτελεσματική εκπαιδευτική μονάδα (<http://www.arttherapy.org/aata-educationalprograms.html>).

Η Art therapy «γεννήθηκε» στο δεύτερο μισό του 20^{ου} αιώνα κυρίως από καλλιτέχνες, οι οποίοι είχαν παρατηρήσει κάποια θεραπευτικά αποτελέσματα σε ψυχικά ασθενείς μέσω της Τέχνης τους. Από την άλλη μεριά, οι ψυχολόγοι και μάλιστα της βαθυψυχολογίας, όπως ο S. Freud και ο C. Jung, στις αρχές του 20^{ου} αιώνα, έδωσαν έμφαση ο μιν πρώτος στις εικόνες του ονείρου (του ατομικού ασυνείδητου), ο δε δεύτερος στις συμβολικές εικόνες (Αρχέτυπους) του συλλογικού ασυνείδητου. Η Art therapy υπήρξε και παραμένει ένα πολυμορφικό πεδίο, αφ' ενός μεν λόγω της ποικιλίας των Τεχνών, αφ' ετέρου δε της πολυειδούς των ψυχικών διαταραχών (Rubin, J. 2008).

Η Art therapy είναι ήδη πολύ γνωστή, περισσότερο στο εξωτερικό και λιγότερο στη χώρα μας, κυρίως για νήπια και μικρά παιδιά. Σήμερα υπάρχουν επίσημα η American Art Therapy, η Association και η British Association of Art Therapists. Εξ άλλου, λειτουργούν διάφορα ψυχοθεραπευτικά κέντρα αυτισμού και εκπονούνται πολλά και ποικίλα σχετικά προγράμματα, ιδίως στην Αμερική.

Η θεραπευτική διάσταση αυτή της Τέχνης βασίστηκε στην άποψη ότι η ψυχική διαδικασία των νοητικών εικόνων και γενικά, η δημιουργική έκφραση θεραπεύουν και μεταμορφώνουν τις δυσάρεστες εμπειρίες της ζωής δια μέσου της συμβολικής επικοινωνίας (Malchiodi, C. A. 2002). Η θεραπεία μέσω των Τεχνών (Art therapy) αναφέρεται και εμπλέκει τον όλο άνθρωπο, δεδομένου ότι το παιχνίδι, η κατασκευή/δημιουργία και εν γένει η Τέχνη διαθέτουν τη δύναμη να «συνθέτουν» σώμα, νου και πνεύμα σε ένα «λειτουργικό όλο» (Χαραλάμπους, Μ. 2007).

Η Art therapy μπορεί να εφαρμοσθεί είτε σε ενήλικες, είτε σε παιδιά, ατομικά ή ομαδικά. Ομοίως, η Art therapy διαθέτει τέτοια ελαστικότητα και προσαρμοστικότητα, που είναι δυνατόν κανείς να επιλέξει την καταλληλότερη μορφή της για μια συγκεκριμένη ψυχική πάθηση (Rubin, J. 2008).

Η Εικαστική Ψυχοθεραπεία, βασίζεται στη δύναμη της εικαστικής έκφρασης (ζωγραφικής, πηλού, κολλάζ, φωτογραφίας, άμμου κ.α.) ως μέσου επικοινωνίας. Η θεραπευτική προσέγγιση μέσα από την τέχνη, αναγνωρίζει τις καλλιτεχνικές διεργασίες, τις δομές, το περιεχόμενο και τους συνειρμούς πάνω σε αυτά, σαν καθρέπτες των ικανοτήτων, της προσωπικότητας και των ενδιαφερόντων του ανθρώπου. Η ζωγραφική είναι μια προβλητική τεχνική που επιτρέπει σε παιδιά και ενήλικες να δημιουργήσουν, να κατασκευάσουν μια εικόνα του κόσμου όπως τον βιώνουν. Μια εικόνα που αντανακλά τους συναισθηματικούς προβληματισμούς των ανθρώπων.

Η αξία της εικαστικής, και όχι μόνο, ψυχοθεραπείας προσφέρει έναν «καθρέφτη» στα συναισθήματα και στις σκέψεις. Σε αντίθεση με τον προφορικό λόγο, η εικόνα είναι κάτι που μένει. Εκφραζόμενος κάποιος μέσα από τα δημιουργήματά του αποκτά έναν απόλυτα προσωπικό και ιδιαίτερο τρόπο για να επικοινωνήσει αυτά που γνωρίζει ή αυτά που δεν γνωρίζει και αγνοεί. Όπως ήδη γνωρίζουμε, από τα παιδικά μας κιόλας χρόνια, μπορούμε να πούμε πως ο εικαστικός τρόπος, είναι ο πιο συνηθισμένος τρόπος έκφρασης. Όλοι οι άνθρωποι, σε κάποια χρονική περίοδο της ζωής τους, έχουν εκφραστεί μέσω των εικαστικών, όπως για παράδειγμα με κάποια ζωγραφιά. Βλέποντας τα συναισθήματά τους να αποτυπώνονται στο χαρτί, ή σε οποιαδήποτε άλλο υλικό, βιώνουν ποικίλα συναισθήματα, που μπορούν να τους οδηγήσουν στη συνειδητοποίηση και αποδοχή αυτών. Οι εικαστικές τέχνες, τις τελευταίες δεκαετίες, έχουν ξεκινήσει να εφαρμόζονται με θεραπευτικό σκοπό στον χώρο της ψυχικής υγείας. Η εικαστική τέχνη, δίνει την δυνατότητα στον άνθρωπο να είναι ενεργός ως προς τον τρόπο θεραπείας του. Η ιδέα του να είναι ενεργό το άτομο, είναι πολύ γνωστή στον τομέα της ψυχολογίας (Αναγνωστοπούλου, Ν. 1999).

1.4 Η χρησιμότητα της Εικαστικής Θεραπείας

Η εικαστική θεραπεία βοηθά στην ανάπτυξη του ατόμου και στην αποκατάσταση που επιτυγχάνεται μέσα από την δημιουργία του έργου. Μπορεί η ερμηνεία του έργου τέχνης από το άτομο να είναι σημαντική, εξίσου σημαντική όμως είναι και η δημιουργία του. Η οπτική σκέψη είναι η ικανότητα μας να ομαδοποιούμε μέσω των εικόνων, τις σκέψεις και τα συναισθήματα μας καθώς και για το πώς λειτουργεί ο κόσμος. Αυτό συμβαίνει σε όλη την πορεία την ζωή μας, είτε είμαστε ξύπνιοι είτε κοιμόμαστε, καθώς μέσω του ονείρου σχηματίζουμε εικόνες. Μέσα από την εικόνα ερμηνεύουμε τον κόσμο γύρω μας. Έτσι βγαίνουν προς τα έξω αναπαριστώντας τες. Κάποιες άσχημες εμπειρίες που μπορεί να βιώσει το άτομο, με την βοήθεια της εικαστικής θεραπείας, τις φέρνει στο νου του με λιγότερο επώδυνο τρόπο. Με μια εικόνα είναι πιο εύκολο να εκφραστεί κάποιος από ότι με μια πρόταση ή λέξη. Μάλιστα για το άτομο που τα εκφράζει μέσα από την εικαστική τέχνη, του φαίνονται πρωτόγνωρα κάποια συναισθήματα τα οποία δεν γνώριζε πιο πριν ότι τα είχε. Η εικαστική θεραπεία μπορεί να είναι πιο εύχρηστη στις περιπτώσεις των παιδιών, καθώς τα παιδιά λόγω του μη αναπτυγμένου λεξιλόγιου τους, νιώθουν μεγαλύτερη άνεση να εκφραστούν μέσα από μια εικόνα. Η επίτευξη κάποιου έργου τέχνης και η έκφραση του για να πραγματοποιηθεί χρειάζεται τα χέρια, (κατασκευάζουμε, αγγίζουμε, πλάθουμε, κολλάμε, σχεδιάζουμε, συνδέουμε, ζωγραφίζουμε, δίνουμε μορφή και προβαίνουμε σε άλλες ενέργειες με τα χέρια). Το σχέδιο, η ζωγραφική και η γλυπτική είναι επίσης ψυχοκινητικές δραστηριότητες, δηλαδή αισθητηριακής φύσεως, αφού για να πραγματοποιηθούν χρειάζεται η όραση, η αφή, η ακοή, η κίνηση και άλλες αισθήσεις ανάλογα με τα μέσα που χρησιμοποιούμε. Οι αισθητηριακές ιδιότητες βοηθούν στον τρόπο έκφρασής των συναισθημάτων και των αντιλήψεων των ατόμων που δυσκολεύονται να τα εκφράσουν με τον λόγο (Malchiod, C., A. 2009).

Η εικαστική θεραπεία βοηθάει επίσης, στην απελευθέρωση των συναισθημάτων, στην επερχόμενη ψυχική κάθαρση. Η κάθαρση είναι ο καθαρισμός της ψυχής. Στη θεραπεία αναφέρεται στην έκφραση και στην εκφόρτιση ισχυρών συναισθημάτων που οδηγούν στην ανακούφιση του ατόμου. Η δημιουργία ενός έργου, είτε αυτό είναι κατασκευή, είτε είναι ζωγραφιά, είτε είναι ένα γλυπτό, μπορεί να κάνει το άτομο να νιώσει συναισθηματικά εκφρασμένο και ανακουφισμένο. Η ίδια διαδικασία μπορεί να κατευνάσει το αίσθημα του άγχους και του στρες, δίνοντας του κέφι και όρεξη (Malchiod, C., A. 2009).

Η εικαστική θεραπεία χρησιμοποιείται σε όλες τις ηλικίες ατόμων και βοηθά στα παρακάτω:

- Τόνωση της δυνατότητας όσον αφορά τον πειραματισμό με υλικά για την ενθάρρυνση της δημιουργικότητας.
- Αύξηση της αίσθησης της αυτοαντίληψης και της αυτογνωσίας.
- Ανάπτυξη της δημιουργικότητας.
- Ανάπτυξη της μη-λεκτικής γλώσσας.
- Ανάπτυξη της δυνατότητας επικοινωνίας με τους άλλους.

- Ενίσχυση της αυτοεκτίμησης και της αυτοπεποίθησης.
- Παροχή των κατάλληλων διαύλων έκφρασης και επικοινωνίας των συναισθημάτων.
- Χρησιμοποίηση και αποδοχή της φαντασίας τους.
- Ανακάλυψη χαρακτηριστικών του εαυτού το άτομο που δεν γνώριζε ότι διέθετε.

Έτσι, μέσα από την εικαστική τέχνη το άτομο μπορεί να νιώσει οικεία ως προς το να εκφράσει τους φόβους του, το άγχος του και άλλα συναισθήματα που μπλοκάρουν τη φυσιολογική λειτουργία της ζωής του. Με την εικαστική τέχνη το άτομο καλλιεργεί το πνεύμα του και την ψυχή του, βοηθάει το άτομο να βρει το νόημα της ζωής του σε έναν κόσμο δυσλειτουργικό (Malchiod, C., A. 2009).

ΚΕΦΑΛΑΙΟ 2^ο

Η ΘΕΡΑΠΕΙΑ ΜΕΣΩ ΤΗΣ ΤΕΧΝΗΣ ΚΑΙ Η ΕΚΠΑΙΔΕΥΣΗ

2.1 Γενική Ανασκόπηση

Έρευνα διαπίστωσε ότι η καλλιτεχνική θεραπεία είναι ευεργετική για τους μαθητές όταν προσφέρεται κατά τη διάρκεια της σχολικής μέρας. Σε μια ποιοτική μελέτη που πραγματοποιήθηκε από τους Deboys, Holtum και Wright (2017), 14 παιδιά πρωτοβάθμιας σχολικής ηλικίας που ζουν στο Ηνωμένο Βασίλειο και συμμετείχαν σε ατομική καλλιτεχνική θεραπεία στο σχολείο βίωσαν πολλά συναισθηματικά οφέλη. Οι μελετητές πήραν συνέντευξη από τα παιδιά, τους γονείς και τους δασκάλους για να κατανοήσουν τις αντιλήψεις τους για τη θεραπεία τέχνης στα δημόσια σχολεία. Οι συνεντεύξεις αναλύθηκαν με τη χρήση γειωμένης θεωρίας. Η μελέτη διαπίστωσε ότι «η σχολική θεραπεία τέχνης μπορεί να βοηθήσει τα παιδιά με επεξεργασία ψυχικού τραύματος, ανάπτυξη επικοινωνίας, ανθεκτικότητα και συμπεριφορά στο εγώ». Από τις συνεντεύξεις διαπιστώθηκε ότι οι γονείς και οι δάσκαλοι εκτιμούσαν τη διαθεσιμότητα της θεραπείας τέχνης στα σχολεία επειδή το σχολείο είχε ήδη θεωρηθεί ως ένα φυσικό και υποστηρικτικό περιβάλλον. Γονείς τείνουν να αισθάνονται άνετα να πλησιάζουν το θεραπευτή τέχνης στα σχολεία, συζητώντας την πρόοδο του παιδιού τους. Αν και πολλοί γονείς δεν είχαν πλήρη κατανόηση της διαδικασίας της καλλιτεχνικής θεραπείας, εκτίμησαν την παιδαγωγική φύση της εργασίας, επιτρέποντας στα παιδιά τους να κάνουν επιλογές και να είναι ενεργά και δημιουργικά. Τα παιδιά βρήκαν επίσης πολύ σημαντικές τις επιλογές. Πολλοί συμμετέχοντες θεώρησαν τη θεραπευτική σχέση ως κεντρική για τη θεραπεία τέχνης, η οποία περιγράφεται ως ένας ασφαλής, ήρεμος χώρος. «Τα παιδιά χαρακτήρισαν την καλλιτεχνική θεραπεία ευχάριστη, τους έκανε να νιώθουν χαρούμενοι, ασφαλείς και με αυτοπεποίθηση (Deboys et al., 2017). Οκτώ από τα 14 παιδιά ανέφεραν προσωπική αλλαγή και τουλάχιστον ένας ενήλικας ανέφερε μάρτυρας αλλαγής ανά κάθε παιδί. Υπήρχαν θετικές αλλαγές όσον αφορά τη βελτιωμένη διάθεση, την αυξημένη εμπιστοσύνη, τη βελτιωμένη επικοινωνία, την αυξημένη κατανόηση, την αυξημένη ανθεκτικότητα και γενικά την ακαδημαϊκή μάθηση. Ο τριγωνισμός των ερωτηθέντων και τα θετικά αποτελέσματα υποστήριξαν την ανάγκη για καλλιτεχνική θεραπεία στα δημόσια σχολεία.

Ο Spier, (2010), διεξήγαγε μια μελέτη που επικεντρώθηκε στην ομαδική θεραπεία τέχνης σε μαθητές οκτώ τάξεων που μεταβαίνουν στο λύκειο, σε ιδιωτικό σχολείο. Οι έξι μαθητές στη μελέτη αναφέρθηκαν στην ομάδα από τους καθηγητές λόγω του σημαντικού αντίκτυπου των συμπεριφορών τους στην ακαδημαϊκή ικανότητα. Οι μαθητές δεν διαγνώστηκαν κλινικά με διαταραχή συμπεριφοράς ή

αντιφατική διαταραχή, αλλά εμφάνισαν κακές δεξιότητες αντιμετώπισης που καθορίστηκαν από τους καθηγητές να έχουν δυνητικά αρνητικές επιπτώσεις στις μεταβάσεις τους στο γυμνάσιο.

Πριν από την έναρξη της ομάδας, οι συμμετέχοντες ολοκλήρωσαν τα αυτο-αποθέματα και μετρήθηκαν συμπεριφορές αντιμετώπισης και συνεντεύξεις με γονείς. Οι θεραπείες πραγματοποιήθηκαν δύο φορές την εβδομάδα κατά τη διάρκεια της σχολικής ημέρας και διήρκεσε 45 έως 60 λεπτά. Κάθε ομάδα ξεκίνησε με ένα λεκτικό checkin ακολουθούμενο από μια οδηγία καλλιτεχνικής θεραπείας που επικεντρώθηκε στο άγχος. Ο Spier διαπίστωσε ότι η καλλιτεχνική θεραπεία βοήθησε οι μαθητές αναπτύσσουν θετικές στρατηγικές αντιμετώπισης που οδηγούν σε μεγαλύτερη αίσθηση ότι ανήκουν στο σχολείο και τους επέτρεψε να έχουν πιο θετικές στάσεις σχετικά με τη μετάβαση στο γυμνάσιο (Spier, E. 2010).

Οι Ziff, Ivers και Shaw (2016), διεξήγαγαν επίσης μια μελέτη που υποστηρίζει υπηρεσίες καλλιτεχνικής θεραπείας που παρέχεται στα σχολεία. Το παιδικό άγχος αυξάνεται αλλά τα σχολεία έχουν την ικανότητα να παρέχουν θετικές εμπειρίες που μειώνουν το άγχος προκειμένου οι μαθητές να μάθουν να αντιμετωπίζουν το άγχος και να επιτρέπουν να επιστρέψουν στην τάξη. Το ArtBreak είναι ένα μικρό πρόγραμμα ομάδας που ήταν σχεδιασμένο από έναν σύμβουλο δημοτικών σχολείων για να παρέχει στα παιδιά την ευκαιρία να έχουν αποκαταστατικές εμπειρίες κατά τη διάρκεια της σχολικής ημέρας. Τα παιδιά θα μπορούσαν να χαλαρώσουν και να αναπτύξουν κοινωνικές/συναισθηματικές δεξιότητες. Το πρόγραμμα βασίζεται στις επιλογές, έτσι ώστε οι μαθητές να μπορούν να είναι εξίσου ανεξάρτητοι με όσο το δυνατόν περισσότερες δημιουργίες. Πάνω από πέντε χρόνια, συμμετείχαν 149 συμμετέχοντες, ηλικίας πέντε έως 12 ετών, χωρισμένοι σε 25 μικρές ομάδες (Ziff, K. et al., 2016). Τα δεδομένα συλλέχθηκαν σε πολλές μορφές, συμπεριλαμβανομένων ανακλαστικών σημειώσεων, παιδικών περιοδικών, φωτογραφίες του έργου τέχνης, προφορικές απαντήσεις παιδιών, συμβουλές και παραπομπές καθηγητών. Η αλλαγή της θερμοκρασίας στο δάχτυλο συλλέχθηκε επίσης ως μέτρο μείωσης του στρες. Αυτή η μορφή δεδομένων διαπίστωσε ότι η θερμοκρασία των μαθητών μετά την παρέμβαση αυξήθηκε κατά μέσο όρο 4,6 βαθμούς, που υποδηλώνει μείωση του στρες (Ziff, K. et al., 2016).

Παρόλο που η σχολική τέχνη παρέχει πολλές θετικές αλλαγές για τους μαθητές, το 2013 η American Art Therapy ανέφερε ότι μόνο το 12,5% των μελών της εργάζονται στην εκπαίδευση. Από αυτούς τους θεραπευτές τέχνης που εργάζονται σε σχολεία, κανένας από αυτούς δεν προσλήφθηκε με τον τίτλο «θεραπευτής τέχνης», αλλά όλοι χρησιμοποίησαν την καλλιτεχνική θεραπεία όταν συνεργάζονταν με μαθητές. Ο Gonzalez-Dolginko πήρε συνέντευξη από οκτώ θεραπευτές τέχνης που εργάζονται σήμερα σε δημόσια σχολεία σε Πολιτεία της Υόρκης για να δημιουργήσει μια αναφορά κατάστασης για τους θεραπευτές τέχνης σε δημόσια σχολεία. Το άρθρο παρείχε κρίσιμες βασικές πληροφορίες για την κατανόηση της τρέχουσας τεχνολογίας θεραπείας στα δημόσια σχολεία.

Η καλλιτεχνική θεραπεία εφαρμόζεται συνήθως σε δημόσια σχολεία με τρεις τρόπους: ένα κλινικό μοντέλο, ένα μοντέλο εκπαίδευσης τέχνης και ένα μοντέλο σχολικής συμβουλευτικής. Η καλλιτεχνική θεραπεία μπορεί να βοηθήσει τους μαθητές στο κοινό σχολείο με κοινωνικούς-συναισθηματικούς, συμπεριφορικούς και ακαδημαϊκούς στόχους. Οι συνεντεύξεις αποκάλυψαν ότι όλοι οι καλλιτέχνες τέχνης προσλήφθηκαν από δημόσια σχολεία με τίτλους διαφορετικούς από τον «θεραπευτή τέχνης», ωστόσο όλοι χρησιμοποίησαν καλλιτεχνική θεραπεία στη δουλειά τους με μαθητές. Μερικά αρνητικά που βίωσαν οι συμμετέχοντες τα σχολεία τους ήταν η υποψία γύρω από τη «θεραπεία» σε σχολεία, με απορριπτική διοίκηση, με μεγάλη έμφαση στο πρόγραμμα σπουδών και μια γενική έλλειψη ενδιαφέροντος, ευαισθητοποίησης και κατανόησης της θεραπείας τέχνης. (Gonzalez-Dolginko, B. 2018).

Το άρθρο τελειώνει με τη δήλωση ότι «Η πρόσληψη θεραπειών τέχνης θα βοηθούσε τη μετάβαση καλλιτεχνικής θεραπείας από την τέχνη και τη σχολική συμβουλευτική προς ένα κλινικό μοντέλο στο οποίο η φύση, η αξία και η εκτίμηση της θεραπείας τέχνης θα μπορούσε να αναγνωριστεί καλύτερα στα δημόσια σχολεία » (Gonzalez-Dolginko, B. 2018).

Ο Gonzalez-Dolginko παρέχει μια ματιά στην καλλιτεχνική θεραπεία στο κοινό σχολείο από την οπτική των θεραπευτών τέχνης που απασχολούνται σε αυτούς τους ιστότοπους. Το άρθρο περιλαμβάνει πληροφορίες σχετικά με τη νομοθεσία που περιβάλλει την καλλιτεχνική θεραπεία και παρέχει απαντήσεις στο γιατί η τέχνη και θεραπευτές συνήθως δεν προσλαμβάνονται σε δημόσια σχολεία. Υπάρχει μια κρίσιμη ανάγκη για περισσότερη υπεράσπιση και τεκμηριωμένα δεδομένα για την προώθηση της αξίας της θεραπείας τέχνης στα δημόσια σχολεία (Gonzalez-Dolginko, B. 2018).

Ο Moriya, (2006), πιστεύει επίσης ότι μια παρεξήγηση της καλλιτεχνικής θεραπείας στο σχολικό σύστημα μπορεί να οδηγήσει σε μη ρεαλιστικές προσδοκίες. Αυτό το άρθρο διερεύνησε τα ηθικά ζητήματα της συμπεριφοράς της θεραπείας τέχνης στα σχολεία. Θεραπευτές τέχνης που εργάζονται σε σχολεία πρέπει να διατηρήσουν επαφή με όλους όσους εμπλέκονται στη θεραπεία και την εκπαίδευση του παιδιού, συμπεριλαμβανομένων των εκπαιδευτικών, των γονιών, συμβούλων, ψυχολόγων και άλλων πάροχων υπηρεσιών στο σχολείο, μαζί και με εξωτερικούς πάροχους. Πρέπει να υπάρχει διατήρηση της εμπιστευτικότητας όταν αναμένεται επίσης να μοιραστούν πληροφορίες με μια ομάδα παρόχων που μπορεί να γίνει περίπλοκη για τους θεραπευτές τέχνης που εργάζονται σε σχολεία. Υπάρχει πάντα μια ερώτηση για το πόσες πληροφορίες είναι κατάλληλες για κοινή χρήση. Με τόσους πολλούς ανθρώπους που εμπλέκονται στη θεραπεία του παιδιού, υπάρχει επίσης το ζήτημα της παραπομπής. Οι σχολικοί σύμβουλοι ή οι δάσκαλοι μπορούν να ανατρέξουν στο παιδί για σχολική θεραπεία τέχνης και σε ορισμένες περιπτώσεις, οι γονείς μπορούν να υποβάλουν το αίτημα.

2.2 Η Θεραπεία μέσω της τέχνης στα σχολεία

Μια ιδιαίτερη εξειδίκευση της εικαστικής θεραπείας έχει αναδυθεί τις τελευταίες τρεις δεκαετίες, στην Αμερική και σε ορισμένες χώρες της Ευρώπης, η Σχολική Εικαστική Θεραπεία. Η εφαρμογή της εικαστικής θεραπείας στην εκπαίδευση έχει μακρά προϊστορία, καθώς η αισθητική αγωγή, το σχολείο και το νοσοκομείο είναι οι χώροι στους οποίους γεννήθηκε η εικαστική θεραπεία. Η Αμερικάνικη Εταιρία Εικαστικής Θεραπείας, θεωρεί ότι πρόκειται για μια ξεχωριστή εξειδίκευση, στην οποία ο εικαστικός θεραπευτής, πρέπει να έχει εκτός από την εκπαίδευση στην εικαστική θεραπεία και αντίστοιχη παιδαγωγική κατάρτιση (<http://art.therapy.org/>).

Η εικαστική θεραπεία τείνει να εφαρμόζεται και να χρησιμοποιείται στο σχολείο, ως αποτέλεσμα δύο ευρύτερων τάσεων οι οποίες είναι η παροχή υπηρεσιών ψυχικής υγείας στο χώρο της εκπαίδευσης και η εφαρμογή των θεραπειών μέσω της τέχνης στο χώρο της εκπαίδευσης. Σαφώς η δεύτερη αυτή τάση θα μπορούσε ίσως κανείς να παρατηρήσει ότι είναι προέκταση ή εξειδίκευση της πρώτης και γενικότερης τάσης, εντός της οποίας κατά μια έννοια εντάσσεται. Οι Βασικοί στόχοι της Σχολικής Εικαστικής Θεραπείας, όπως προσδιορίζονται από την Αμερικανική Εταιρία Εικαστικής Θεραπείας είναι:

- Η διαγνωστική αξιολόγηση των ψυχολογικών λειτουργιών, της προσωπικότητας και της κοινωνικής και συναισθηματικής ανάπτυξης του παιδιού.
- Η πρόληψη μέσω της δημιουργίας προγραμμάτων για την ενημέρωση, την ευαισθητοποίηση και τη διαμόρφωση στάσεων γύρω από προβλήματα ψυχικής και σωματικής υγείας.
- Η θεραπευτική αντιμετώπιση συναισθηματικών διαταραχών, δυσκολιών προσαρμογής και μάθησης.
- Η ενδυνάμωση των μαθητών, των εκπαιδευτικών και των γονέων μέσω εκπαιδευτικών και επιμορφωτικών προγραμμάτων που διοργανώνουν και υλοποιούν οι σχολικοί εικαστικοί θεραπευτές. Κυρίως οι εικαστικοί θεραπευτές υποστηρίζουν τους γονείς και τους εκπαιδευτικούς στο ρόλο τους, στην περίπτωση αυτή.
- Διεξαγωγή ερευνών με στόχο την προώθηση της επιστημονικής γνώσης για το παιδί και τις θεραπευτικές διαστάσεις της τέχνης (Τσέργας, Ν. 2014).

Η εικαστική θεραπεία με παιδιά είναι ένας τομέας με μεγάλη παράδοση και τεκμηριωμένη αποτελεσματικότητα. Η εικαστική θεραπεία χρησιμοποιείται ως μορφή παρέμβασης για την πρόληψη της σχολικής διαρροής, την αντιμετώπιση προβλημάτων επίδοσης, δυσκολιών προσαρμογής στο σχολείο και την οικογένεια, την ενίσχυση μιας αυθεντικής και θετικής σχέσης με τον εαυτό και τους άλλους.

Ήδη από τη δεκαετία του 1970, έχει αρχίσει να χρησιμοποιείται και να συγκροτείται η συμβουλευτική μέσω της τέχνης, ενώ αναφορές για τη χρήση της τέχνης στη συμβουλευτική καταγράφονται από τη δεκαετία του 1950. Η συμβουλευτική μέσω της τέχνης στο σχολικό περιβάλλον έχει αρχίσει να εφαρ-

μόζεται από πολλούς συμβούλους που εργάζονται στο πλαίσιο του σχολείου. Η συνεισφορά της συμβουλευτικής είναι σημαντική, διευκολύνει την φυσιολογική ανάπτυξη και την κοινωνικοποίηση, την ενσωμάτωση των παιδιών στο περιβάλλον του σχολείου, ενώ ενισχύει τη σύνδεση του παιδιού με τις κοινωνικές και τις ακαδημαϊκές, μαθησιακές διαδικασίες του σχολείου. Η εικαστική τέχνη βοηθά στην οικοδόμηση της σχολικής κοινότητας, διευρύνει τα όρια της παρέμβασης μέσα από τη διερεύνηση των οπτικών μεταφορών και των φιλοσοφικών και πραγματικών προεκτάσεων τους. Η συμβουλευτική μέσω της τέχνης συμβάλλει στην οικοδόμηση μιας θετικής εικόνας εαυτού και στη διαμόρφωση ενός πλέγματος προστατευτικών παραγόντων για τα παιδιά και τους εφήβους που διατρέχουν υψηλό κίνδυνο να εκδηλώσουν ψυχικές διαταραχές ή παραβατική συμπεριφορά. Αρκετά σχολεία στον κόσμο έχουν αναπτύξει προγράμματα συμβουλευτικής, ορισμένα από τα οποία εφαρμόζονται στο επίπεδο της σχολικής τάξης, με αρκετά υψηλό βαθμό επιτυχίας, καθώς επαυξάνουν την ανθεκτικότητα των μαθητών σε αντίξοες συνθήκες, στο στρες ή όταν έρχονται αντιμέτωποι με τραυματικές εμπειρίες (Καλούρη, Ο., Τσέργας, Ν., Μπότου, Α. 2014).

Σε γενικές γραμμές θα λέγαμε πως η θεραπεία μέσω τέχνης στον σχολείο συμβάλλει:

- Στην αντιμετώπιση προβληματικών συμπεριφορών.
- Στην αντιμετώπιση μαθησιακών δυσκολιών.
- Στην αντιμετώπιση διαταραχών επικοινωνίας.
- Στην ανάπτυξη κοινωνικών δεξιοτήτων και εκμάθηση κοινωνικών ρόλων.
- Στην βελτίωση της επίδοσης και στη σχολική επιτυχία.
- Ενεργοποιεί τη φαντασία και δημιουργικότητα.
- Στην επίλυση συγκρούσεων.
- Στην ψυχοκοινωνική ωρίμανση.
- Στην ανάπτυξη την ενσυναίσθησης και καλλιέργεια του σεβασμού.
- Στην ψυχική κινητοποίηση/ενεργοποίηση ψυχικών διεργασιών και πιο θετικών συμπεριφορών.
- Στην πρόληψη ψυχοκοινωνικών/ συμπεριφορικών δυσκολιών.

2.3 Η Τέχνη της Θεραπείας σε Δημόσια Σχολεία του Miami-Dade County

Το πιλοτικό πρόγραμμα Θεραπεία τέχνης στα δημόσια σχολεία του Miami-Dade County μεγάλωσε από την ανάγκη παροχής κατάλληλης εκπαίδευσης και σχετικές υπηρεσίες για μαθητές με αναπηρία. Μέσα από την ομοσπονδιακή νομοθεσία των Η.Π.Α. γνωστή ως δημόσιος Νόμος 94-142, αυξημένος αριθμός παιδιών που είχαν αναπηρία ελάμβανε ανεπαρκείς υπηρεσίες ειδικής εκπαίδευσης στα κοινά σχολεία. Ο νόμος αναθεωρήθηκε το 2000 για δικαιώματα για παιδιά με αναπηρία. Αυξημένη χρηματοδότηση για σχολικές περιοχές παρείχαν τις απαραίτητες υπηρεσίες υποστήριξης για μια ουσιαστική εκπαίδευση. Το ενδιαφέρον, η χρηματοδότηση και ο αυξημένος πληθυσμός των μαθητών που χρειάζονται ειδική εκπαίδευση κατέστησαν εφικτό για τη Janet Bush να παρουσιάσει ένα πιλοτικό πρόγραμμα καλλιτεχνικής θεραπείας στα παιδιά με αναπηρίες. Έμφαση δόθηκε στις δυνατότητες για αναπαραγωγή του πιλοτικού μοντέλου και της μοναδικότητας μιας υπηρεσίας συνδυάζοντας την τέχνη εκπαίδευσης με την τέχνη θεραπείας. Ο σκοπός του προγράμματος ήταν να βοηθήσει στην εξυπηρέτηση των μαθητών με ειδικές ανάγκες των οποίων οι δάσκαλοι τέχνης δεν γνώριζαν την εφαρμογή κατάλληλων παρεμβάσεων για την αντιμετώπιση του προβλήματος των μαθητών. Αυτοί οι μαθητές χρειάζονταν εξειδικευμένες προσεγγίσεις και στρατηγικές δεδομένου ότι οι καθηγητές τέχνης δεν ήταν κατάλληλα εκπαιδευμένοι για να συνεργαστούν με τους μαθητές σε ειδική εκπαίδευση. Εκτός από την άμεση εξυπηρέτηση, το πιλοτικό πρόγραμμα περιλάμβανε την ανάπτυξη προσωπικού στην τέχνη θεραπείας και εκπαίδευσης τέχνης για τους δασκάλους, γονείς και σχολείο. Αναφέρεται η αξιολόγηση του πιλοτικού προγράμματος ότι τα παιδιά, που αρχικά αναγνωρίστηκαν ως δύσκολα για έναν κανονικό δάσκαλο τέχνης, είχαν σημειώσει εξαιρετική πρόοδο όταν εργάζονταν στην τέχνη της θεραπείας. Το προσωπικό του σχολείου, συμπεριλαμβανομένων των διαχειριστών και του προσωπικού υποστήριξης, ήταν υπέρ του προγράμματος συνεχίζοντας το μοντέλο για την επόμενη σχολική χρονιά (Bush, J. 1997).

Ως άμεσο αποτέλεσμα του πιλοτικού προγράμματος, πολλοί νέοι καθηγητές τέχνης προσλήφθηκαν με συγκεκριμένη ειδική εκπαίδευση και ενδιαφέρον για συνεργασία με μαθητές με αναπηρία. Αυτή τη στιγμή, η τέχνη είναι συνιστώσα της τάξης εκπαίδευσης, ενώ εξαλείφθηκε από το πρόγραμμα του θεραπευτή τέχνης. Αυτή η τροποποίηση χρειάζεται επιπλέον χρόνο για την ολοκλήρωση των αξιολογήσεων, τη συντήρηση περισσότερων μαθητών, εφαρμόζοντας παραδοσιακά και κλινικά με βάση τους στόχους της καλλιτεχνικής θεραπείας, την παροχή περισσότερης εκπαίδευσης στο σχολικό προσωπικό. Παρείχε επίσης θεραπευτές τέχνης με μεγαλύτερη ευκαιρία να συναντηθούν με γονείς, δασκάλους, συνομηλίκους θεραπευτές τέχνης και μέλη της ομάδας θεραπείας για συζήτηση. Θεραπευτές τέχνης ανατέθηκαν σε προγράμματα μαζί με σχολικούς ψυχολόγους, οικογενειακούς θεραπευτές, κοινωνικούς λειτουργούς και εκπαιδευτικούς. Με αυτήν την προσέγγιση στελέχωσης, σχηματίστηκε μια ομάδα σχολικής θεραπείας.

Το μοντέλο ήταν δομημένο παραδοσιακά, όπως τα κλινικά προγράμματα ημερήσιας θεραπείας που βρίσκονται σε ψυχιατρικά γραφεία ή νοσοκομεία (Charles, C., T., Levick, M., F. 2009).

Οι θεραπευτές τέχνης συνειδητοποίησαν την ανάγκη αντιμετώπισης αυτών των ανησυχιών, έχοντας παρατηρήσει κλιμακούμενη κακή προσαρμοστική συμπεριφορά και μια αύξηση στις ψυχιατρικές νοσηλείες αμέσως πριν και κατά τη διάρκεια της δοκιμής. Σε όλο το διάστημα που διήρκησε η δοκιμαστική περίοδος οι θεραπευτές τέχνης προσαρμόζαν τους ρόλους τους βοηθώντας τα παιδιά να έχουν καλύτερη πρόσβαση στην εκπαίδευσή τους στη μείωση συμπτωμάτων που προκαλούνται από αυξημένο στρες στο εκπαιδευτικό περιβάλλον, για τη μεγιστοποίηση της αυτοπεποίθησης η οποία σχετίζεται με το άγχος της δοκιμασίας ενός παιδιού. Κάποιες από τις στρατηγικές περιελάμβαναν τη δημιουργία εικόνων που απεικόνιζαν φόβο, ανησυχία και συναισθήματα. Σε επόμενες συνεδρίες, οι μαθητές και ο θεραπευτής τους, επανεξέτασε την ολοκληρωμένη εργασία τους ως τρόπο διασφάλισης από την ικανότητά τους να διαχειριστούν επιτυχώς το τεστ ή οποιαδήποτε εργασία στο χέρι. Αυτές οι τεχνικές, μαζί με εκπαίδευση των μαθητών σχετικά με τα καταλύματα και τις δοκιμές δεξιοτήτων, μείωσε τον αριθμό των μη προσαρμοστικών συμβάντων που συνέβη κατά τη διάρκεια της δοκιμαστικής περιόδου (Charles, C., T., Levick, M., F. 2009).

Οι θεραπευτές τέχνης στο Miami-Dade County έχουν διατηρήσει υψηλά επίπεδα από επαγγελματικά πρότυπα, ενώ έχουν προσαρμοστεί στις διάφορες μεταβάσεις που συνυπάρχουν στο τέταρτο μεγαλύτερο σχολικό σύστημα στις Ηνωμένες Πολιτείες. Αυτές οι προσαρμογές οδήγησαν το τμήμα αυτό στην παρούσα ενσάρκωση. Ως όρος απασχόλησης, το MDCPS απαιτεί από τους θεραπευτές τέχνης να έχουν αποκτήσει μεταπτυχιακό πτυχίο από εγκεκριμένο πρόγραμμα, και να διατηρούν την πιστοποίηση των δασκάλων της Φλόριντα σε σχετικό πεδίο η οποία βρίσκεται στη διαδικασία απόκτησης εγγραφής και βέλτιστης πιστοποίησης. Το Τμήμα Κλινικής Θεραπείας και Τέχνης προσφέρει στους μαθητές με συναισθηματικές/συμπεριφορικές αναπηρίες, στρατηγικές για πρόσβαση στην εκπαίδευσή τους παρέχοντας εβδομαδιαίο άτομο ή και ομαδικές συνεδρίες που επικεντρώνονται στο κοινωνικό των μαθητών. Συνήθως την τάξη που αποτελείται από μαθητές με ειδικές ανάγκες, την παραλαμβάνει ο καθηγητής, ο σχολικός ιατρός ή σύμβουλος και θεραπευτής τέχνης. Κάθε μαθητής που αναφέρεται για υπηρεσίες καλλιτεχνικής θεραπείας πρέπει να πληροί τα κριτήρια με βάση τις ανάγκες και να αξιολογείται πριν ξεκινήσει την καλλιτεχνική θεραπεία. Οι θεραπευτές τέχνης διαχειρίζονται το LECATA ή το Silver Drawing Test (ή και τα δύο) με βάση τις ανάγκες κάθε μαθητή. Το Silver Drawing Test (SDT) σχεδιάστηκε για την αξιολόγηση της γνωστικής, αναπτυξιακής και συναισθηματικής λειτουργίας, παρακάμπτοντας την προφορική ή γραπτή λέξη μέσω σχεδίων. Τα αποτελέσματα της αξιολόγησης καθοδηγούν στην ανάπτυξη των εκπαιδευτικών στόχων του μαθητή.

Το Ινστιτούτο Εκπαιδευτικής Πολιτικής είναι ένα νομικό έγγραφο που εξουσιοδοτεί το συγκεκριμένο ακαδημαϊκό, συναισθηματικό και κοινωνικό στόχο για κάθε μαθητή που λαμβάνει ειδική εκπαίδευση.

Η ομάδα θεραπείας ΙΕΡ του μαθητή παρακολουθεί και αξιολογεί σε τριμηνιαία βάση την πρόοδο του μαθητή. Οι καλλιτέχνες της τέχνης διατηρούν ένα κλινικό αρχείο για καθένα φοιτητή που λαμβάνει υπηρεσίες, που περιέχει λίστα των αναγκών του, αξιολογήσεις της καλλιτεχνικής θεραπείας, ψυχολογικές αναφορές, σημειώσεις περιόδου σύνδεσης, φόρμες γονικής άδειας και αρχεία καταγραφής επαφών. Εκτός από την παροχή κλινικών υπηρεσιών, οι θεραπευτές τέχνης απαιτείται να συμμετέχουν σε πολλές επαγγελματικές δραστηριότητες συμπεριλαμβανομένου του προγραμματισμού ομάδας θεραπείας ΙΕΡ, σε συναντήσεις γονέων, σε συνέδρια σχολικών σχολών κ.λπ. Ένας εκπαιδευτικός επόπτης και ο πρόεδρος επιβλέπει το τμήμα. Ο εκπαιδευτικός επόπτης υποστηρίζει το τμήμα και διασφαλίζει το προγράμματα για μαθητές με συναισθηματική / συμπεριφορική αναπηρία έχοντας επιρόσθετα έγκριση αιτημάτων αγοράς για το απαραίτητο υλικό του προγράμματος. Ο επόπτης παρακολουθεί και επανεξετάζει την απόδοση των θεραπειών τέχνης παρακολουθώντας μια κλινική συνεδρία και αξιολογώντας τις επαγγελματικές σχέσεις του καλλιτέχνη με διαχειριστές τοποθεσίας σχολείου, προσωπικό προγράμματος και Φοιτητές. Ο πρόεδρος του τμήματος συντονίζει την τέχνη με θεραπεία παροχής υπηρεσιών, αναπτύσσει και παρακολουθεί μακροχρόνια και βραχυπρόθεσμους στόχους του τμήματος, αναπτύσσει προτάσεις προϋπολογισμού, παρακολουθεί τις δαπάνες, οργανώνει και εκτελεί επαγγελματική ανάπτυξη και παρέχει τεχνική υποστήριξη σε θεραπευτές τέχνης στον τομέα (Charles, C., T., Levick, M., F. 2009).

2.4 Τεκμηρίωση της Σχολικής Θεραπείας

Τα αρχεία θεραπείας ενέχουν άλλο κίνδυνο ή ηθική συμπεριφορά των θεραπευτών τέχνης στα σχολεία. Στο σχολείο οι θεραπευτές τέχνης συχνά θέτουν ερωτήματα σχετικά με το περιεχόμενο έκθεσης και την ιδιοκτησία των αρχείων. Η τεκμηρίωση της θεραπείας έχει μεγάλη σημασία για τους θεραπευτές παρακολούθησης, για τη μεταφορά πληροφοριών σε άλλα θεραπευτικά πλαίσια, ακόμη και για το νομικό σύστημα. Ο Moon, B. (2000), προτείνει την πρόοδο της καλλιτεχνικής θεραπείας με σημειώσεις που πρέπει να περιλαμβάνουν: αναγνώριση πληροφοριών σχετικά με το υπομονετικός, την ημερομηνία και τη διάρκεια της συνεδρίας, μια περιγραφή του τι έκανε ο ασθενής κατά τη διάρκεια της συνεδρίας, τα υλικά τέχνης που χρησιμοποιήθηκαν και οι εικόνες που δημιουργήθηκαν, μια περίληψη των πραγμάτων που είπε ο ασθενής, συγκεκριμένα αποσπάσματα από τη συνεδρία, εάν είναι σχετική μια αναφορά από τρέχοντες θεραπευτικούς στόχους και ενέργειες που έκανε ο θεραπευτής τέχνης αντιμετωπίζοντας τους με μια σύντομη περίληψη της συνεδρίασης. (Moon, B. 2000).

Ο Blase, (2000), δηλώνει ότι ο θεραπευτής πρέπει να διατηρεί τα ηθικά όρια διασφαλίζοντας ότι εξυπηρετούνται οι ανάγκες του παιδιού. Οι Hass και Malouf, (2002), διακρίνουν τις περιπτώσεις όπου οι πληροφορίες είναι πόρος είτε για τον θεραπευτή είτε για άλλους κλινικούς γιατρούς. Επιπλέον, οι ασθενείς μπορεί να χρειάζονται παραπομπές σε άλλους κλινικούς ιατρούς για διάφορους λόγους και επιπλέον, μπορεί να επιστρέψει η θεραπεία στο μέλλον. Σε αυτές τις περιπτώσεις οι καλές τοποθετήσεις θα βοηθήσουν στο μέλλον τον σχεδιασμό της θεραπείας. Οι ασθενείς με παιδική θεραπεία ή οι γονείς τους μπορεί όποτε το επιθυμούν να ελέγξουν το γράφημα. Οι Hass και Malouf, (2002), προτείνουν ότι οι σημειώσεις πρέπει να διατυπώνονται με τέτοιο τρόπο ώστε ο θεραπευτής να μην ανησυχεί αν τα μέλη της οικογένειας τις διαβάζουν. Τα αρχεία δείχνουν ότι ο θεραπευτής είναι υπεύθυνος για την επιλογή ενός σχεδίου θεραπείας και αξιολόγησης για κινδύνους αυτοκτονίας, πιθανότητα βίας και οποιοδήποτε άλλο ιατρικό στοιχείο. Οι συγγραφείς υπενθυμίζουν επίσης στους θεραπευτές ότι όταν κάτι περιλαμβάνεται στο γράφημα που γίνεται αρχείο, μπορεί να αποδοθεί σε αυτό μεγαλύτερη σημασία από ότι αξίζει. Επομένως, ο θεραπευτής πρέπει να είναι προσεκτικός όταν γράφει εικασίες και να δείχνει ξεκάθαρα ότι δεν είναι γεγονότα (Hass, L. J., & Malouf, J. L. 2002). Ο θεραπευτής τέχνης σε ένα σχολείο αντιμετωπίζει ένα δίλημμα: Από τη μία πλευρά, απαιτείται υπεύθυνη επαγγελματική συμπεριφορά περίτεχνες σημειώσεις για τη χρήση και για μελλοντική θεραπεία. Από την άλλη πλευρά, τα αρχεία μπορεί να εκτεθούν στους γονείς του παιδιού, στο εκπαιδευτικό προσωπικό και σε άλλους που δεν είναι εκπαιδευμένοι κλινικοί γιατροί.

2.5 Η χρήση της θεραπείας μέσω των Εικαστικών Τεχνών στην Εκπαίδευση και την Υγεία

Η θεραπεία μέσω των εικαστικών τεχνών, διεθνώς γνωστή ως Art Therapy, αξιοποιώντας τη θεραπευτική δύναμη της εικαστικής δημιουργικής πράξης σε χώρους θεραπευτικούς, κέντρα συμβουλευτικής, ομάδες αυτογνωσίας κ.λπ. εξυψώνει την έννοια της δημιουργίας και της προσφοράς ως δυναμικό πεδίο ίασης και αυτοπραγμάτωσης.

Με την ενθάρρυνση και την καθοδήγηση των εικαστικών θεραπειών, εκατομμύρια άνθρωποι (παιδιά, έφηβοι, ενήλικες) σε όλο τον κόσμο, έχουν την δυνατότητα να εκφραστούν σε ένα καινούργιο πεδίο ύπαρξης πέρα από το σύνορο της διάγνωσης, της αναπηρίας, της ειδικής ανάγκης.

Η τέχνη γίνεται μέσα από την παγκόσμια εικαστική της γλώσσα, αρωγός στην οικουμενική της διάσταση δημιουργώντας άνοιγμα ψυχής και ορίζοντα για νόημα ζωής.

Η Art Therapy, αγκαλιάζοντας τις έννοιες της ενσυναίσθησης και της αλληλεγγύης, είναι ένας ύμνος στην αφυπνιστική δύναμη της συμβολικής, μη λεκτικής έκφρασης και επικοινωνίας.

Η θεραπεία μέσω των εικαστικών τεχνών αξιοποιεί την δημιουργική διαδικασία και το δημιούργημα ως μέσο έκφρασης και προβολής και προάγει μία μέθοδο συμβολικής επικοινωνίας μεταξύ ασθενούς και θεραπευτή.

Η θεραπεία μέσω των Εικαστικών τεχνών βασίζεται στη γνώση ότι ο κάθε άνθρωπος έχει την ικανότητα να προβάλλει μέσω των εικαστικών δημιουργημάτων του τις ασυνείδητες πτυχές του εαυτού του, τις εσωτερικές του συγκρούσεις, αναμνήσεις, σκέψεις, φαντασιώσεις.

Η θεραπεία μέσω των Εικαστικών τεχνών χρησιμοποιεί διαφορετικά υλικά έκφρασης πέρα από τους παραδοσιακούς μαρκαδόρους, κηρομπογιές, ακρυλικά κ.λπ. και αφορά σε υλικά της καθημερινότητας ετερόκλητα ή και ανακυκλώσιμα αλλά και αναρίθμητες τεχνικές από τον χώρο της τέχνης, πάντα με στόχο θεραπευτικό.

Μέσα από την κάθε καλλιτεχνική δημιουργία ο άνθρωπος μπορεί και εκφράζεται ασυνείδητα και συμβολοποιεί τις σκέψεις και τα συναισθήματά του. Το σχέδιο, το ίχνος σε μία επιφάνεια είναι ένας τρόπος εικαστικής γραφής. Στα πλαίσια της Art Therapy τα σύμβολα, οι αλληγορίες και η μεταφυσική διάσταση της κατά τα άλλα πεζής πραγματικότητας, παίζουν καθοριστικό ρόλο ως πεδίο διαλόγου ανάμεσα στον θεραπευτή και τον θεραπευόμενο, αλλά και ευρύτερα ως πεδίο αυτογνωσίας για τον σύγχρονο σκεπτόμενο άνθρωπο.

Η δημιουργική διαδικασία που εμπλέκεται στην έκφραση μέσω της Τέχνης, μπορεί να βοηθήσει ανθρώπους να επιλύσουν εσωτερικά ζητήματα καθώς και να αναπτύξουν και να διαχειρίζονται τις συμπεριφορές και τα συναισθήματά τους, να μειώσει το άγχος και να βοηθήσει στην βελτίωση της αυτοεκτίμησής τους. Στην διαδικασία αυτή μπορεί να εμπλακεί ο οποιοσδήποτε, δεν χρειάζονται να προϋπάρχουν τεχνικές δεξιότητες ή κάποιο ταλέντο.

Η Θεραπεία μέσω της τέχνης μπορεί να επιτύχει διαφορετικά πράγματα για διαφορετικούς ανθρώπους. Μπορεί να χρησιμοποιηθεί για την παροχή συμβουλών, στην θεραπεία, στην αποκατάσταση, συμπληρωματικά στην ψυχοθεραπεία και με την ευρεία έννοια του όρου, η θεραπεία τέχνης μπορεί να χρησιμοποιηθεί για την ανάδειξη στην επιφάνεια κάποιου εσώτερου εαυτού με έναν τρόπο που μπορεί να παρέχει στο άτομο μια βαθύτερη κατανόηση για τον εαυτό του.

(<https://www.iatropedia.gr/ygeia/art-therapy-i-therapia-meso-mias-zografias/32601/>).

ΚΕΦΑΛΑΙΟ 3^ο

Η ΑΠΟΤΕΛΕΣΜΑΤΙΚΟΤΗΤΑ ΚΑΙ Η ΛΕΙΤΟΥΡΓΙΑ ΤΗΣ ΘΕΡΑΠΕΙΑΣ ΜΕΣΩ ΤΗΣ ΤΕΧΝΗΣ

3.1 Θεραπευτικές Τεχνικές

Ένας θεραπευτής πρέπει να χρησιμοποιεί μουσική / τέχνη και όλες τις άλλες τεχνικές π.χ. πνευματική, σωματική, συναισθηματική, διανοητική, κοινωνική και αισθητική, για να μπορέσει να βοηθήσει τα παιδιά με αναπηρίες να βελτιώσουν τα εκπαιδευτικά τους αποτελέσματα χρησιμοποιώντας τις συγκεκριμένες διαδικασίες. Οι μέθοδοι καλλιτεχνικής θεραπείας ταξινομήθηκαν σύμφωνα με τις επιπτώσεις τους σε παιδιά με ειδικές ανάγκες. Οι προτεινόμενες μέθοδοι είτε είναι αυστηρά μουσικά περιεχόμενα είτε είναι ενσωματωμένες σε ένα περίπλοκο πλαίσιο που περιλαμβάνει τη μουσική θεραπεία, τη θεατρική θεραπεία, (η σκόπιμη χρήση θεατρικών ή και θεατρικών διαδικασιών για την επίτευξη θεραπευτικών στόχων) και καλλιτεχνική θεραπεία (ειδικά για εφήβους). Αυτές οι μέθοδοι χρησιμοποιούνται ταυτόχρονα όπως απαιτείται, σε περίπλοκα εργαστήρια θεραπευτικής τέχνης, (που διοργανώνονται ανάλογα με την ηλικία και το επίπεδο ανάπτυξης των παιδιών), υπό την άμεση επίβλεψη επαγγελματιών θεραπευτών. Η μουσική, η art therapy είναι αποτελεσματική και για τα υγιή παιδιά, έχοντας προφανή θετικά αποτελέσματα στη βελτίωση των δεξιοτήτων επικοινωνίας, της εξωστρέφειας των συναισθημάτων, της ανάπτυξης συναισθηματικής και εκούσιας ωριμότητας και την ένταξη σε μια κοινότητα που μοιράζεται κοινά ενδιαφέροντα (Heaton, P. 2009).

3.2 Αποτελεσματικότητα της Εικαστικής Θεραπείας

Όπως αναφέρθηκε πιο πάνω στην καλλιτεχνική διαδικασία της εικαστικής θεραπείας, η διαμόρφωση των συμβόλων παίζει αποφασιστικό ρόλο στη μετατόπιση της προσοχής του ατόμου από το αρχικό αντικείμενο στο εγώ και μέσω της προβολής σε ένα έργο τέχνης. Δεν πρέπει όμως να παραλείπεται, ότι η ίδια μετατόπιση μπορεί να συμβεί και χωρίς το ενδιάμεσο στάδιο της εσωτερίκευσης. Στην περίπτωση αυτή βλέπουμε ότι το αρχικό αντικείμενο δεν έχει εγκαταλειφθεί, αλλά εξακολουθεί να ζει με μία προβεβλημένη μορφή. Η θεραπεία μέσω των εικαστικών προσφέρει στους ασθενείς της ευκαιρία και τον τρόπο εξερεύνησης και έκφρασης των πιο αποδεκτών συναισθημάτων τους. Η θεραπεία μέσω των εικαστικών αποδείχτηκε ένας τρόπος για να γίνει η αρχή. Η δραστηριότητα πρόσφερε ένα μείγμα δομής κι ελευθερίας και αποτέλεσε έναν τρόπο εξαιρετικά ασφαλή, με τον οποίο οι άνθρωποι μπορούν να αρχίσουν να εκφράζονται και να αποκαλύπτουν τον εαυτό τους και να

επικοινωνούν με τους άλλους μέσω των εικόνων, με λόγια ή χωρίς. Η έλλειψη συνεχούς έμφασης στα προβλήματα, η έλλειψη τυπικότητας που σημαίνει το να κάνεις κάτι, συνέβαλαν σε μία πιο χαλαρή ατμόσφαιρα. Αυτό οδήγησε σε μεγαλύτερη αυθεντικότητα. Η θεραπεία μέσω των εικαστικών κάνει επίσης τους ασθενείς αρχικά να αποκτήσουν μία πραγματική επαφή με τους άλλους και τους βοηθά να αρχίσουν να φτιάχνουν σχέσεις και να αποκτούν την απαραίτητη εμπιστοσύνη και κοινωνική υποστήριξη για να προχωρήσουν την εξερεύνηση (Hall, P.,N. 1998).

Η πρακτική της καλλιτεχνικής θεραπείας περιλαμβάνει την εφαρμογή της γνώσης για την ανθρώπινη συναισθηματική, κοινωνική και συμπεριφορική ανάπτυξη. Οι ρίζες αυτής της πειθαρχίας μπορούν να εντοπιστούν στις αρχές του 1900. Ωστόσο, ακόμη και με σχεδόν έναν αιώνα εκτεταμένης κλινικής χρήσης, είναι δύσκολο να εντοπιστούν εμπειρικά στοιχεία σχετικά με την αποτελεσματικότητα αυτής της θεραπείας. Μεγάλο μέρος της δημοσιευμένης βιβλιογραφίας για τη θεραπεία τέχνης επικεντρώνεται σε θεωρητικές έννοιες και τα αποτελέσματα των περιπτώσιολογικών μελετών. Οι περιπτώσιολογικές μελέτες είναι χρήσιμες για περιγραφικούς σκοπούς και δημιουργούν υποθέσεις, αλλά παρέχουν λίγα στοιχεία για τα αποτελέσματα που σχετίζονται με τη θεραπεία της τέχνης. Ελεγχόμενες μελέτες, ιδιαίτερα τυχαιοποιημένες δοκιμές, ταιριάζουν πολύ καλύτερα στην παροχή αυτών των πληροφοριών. Τα πειραματικά πρωτόκολλα θεραπείας γίνονται πιο δημοφιλή για αυτήν την πειθαρχία. Αρκετά πρόσφατα τεύχη της *Art Therapy: Journal of the American Art Therapy Association* (τόμος 15, Τα θέματα 1 και 2), επικεντρώθηκαν στη σημασία της ενσωμάτωσης έρευνας για την πρακτική της θεραπείας τέχνης. Σε μια προσπάθεια να συνοψίσουν την προηγούμενη βιβλιογραφία, οι Burleigh και Beutler (1997) διεξήγαγαν μια ανασκόπηση των μελετών αποτελεσματικότητας της θεραπείας τέχνης. Η τελική τους έκθεση περιελάμβανε μια μελέτη χωρίς ομάδα ελέγχου, μία τυχαιοποιημένη ελεγχόμενη δοκιμή και δύο περιπτώσεις μελετών. Κατέληξαν δε στο συμπέρασμα ότι οι μελέτες που εντόπισαν παρείχαν μόνο ενδείξεις υποστήριξης για την αξία της θεραπείας τέχνης ως μέσο αλλαγής στοχευμένων προβληματικών συμπεριφορών μεταξύ των παιδιών.

Επιπλέον, άρθρα στο δύο περιοδικά του τομέα, *Art Therapy: Journal of the H American Art Therapy Association* and *Arts and Psychotherapy*, επανεξετάστηκε την τελευταία δεκαετία. Οι μελέτες που επιλέχθηκαν για αναθεώρηση ανταποκρίθηκαν στο ακόλουθα κριτήρια:

1. Εκτίμησαν τον αντίκτυπο της καλλιτεχνικής θεραπείας σε ένα μετρήσιμο αποτέλεσμα (π.χ. κατάθλιψη, αυτοεκτίμηση, συμπεριφορές κ.λπ.).
2. Η επίδραση της θεραπείας σε δείγμα ή ομάδα θεραπείας που αξιολογήθηκε.

Οι μελέτες που πληρούν αυτά τα κριτήρια θεωρήθηκαν ως μελέτες «αποτελεσματικότητας» και χωρίστηκαν σε τρεις ξεχωριστές ομάδες: την ενιαία ομάδα χωρίς σχέδια ομάδας ελέγχου, τα ελεγχόμενα σχέδια κλινικών δοκιμών και τα τυχαιοποιημένα σχέδια κλινικών δοκιμών. Αυτή η τρέχουσα ανασκόπηση της βιβλιογραφίας προσπάθησε να ταυτοποιήσει όλα τα δημοσιευμένα εμπειρικά στοιχεία σχετικά με την αποτελεσματικότητα της θεραπείας τέχνης. Ο στόχος ήταν να

προσδιοριστούν τυχόν τάσεις έκβασης που σχετίζονται με τη μελέτη και το σχεδιασμό και να αναθεωρήσει τη συνολική βάση της βιβλιογραφίας σχετικά με αποτελεσματικότητα της θεραπείας τέχνης (Burleigh, L. R., & Beutler, L. E. 1997).

3.3 Μεθοδολογία της Εικαστικής Θεραπείας

Οικογενειακή Εικαστική Θεραπεία: Οι εικαστικές δραστηριότητες, ανεξάρτητα από το σημείο της εστίασης, μπορούν να προσαρμοστούν σε πολλές πτυχές της οικογενειακής θεραπείας. Π.χ. στη σταδιακή αποκάλυψη των πρώιμων βιωμάτων των μετεχόντων, τη διερεύνηση της γονικής οικογένειας, την εξέταση ιστοριών του παρελθόντος και του παρόντος, την ανάδυση ασυνειδήτου υλικού, την ελάττωση των αμυνών, την απόκτηση ευαισθησίας, τη συναισθηματική βίωση εμπειριών, την κατανόηση αιτίας και αποτελέσματος, την παρατήρηση συνδιαλλακτικών φαινομένων, την επισήμανση δυσλειτουργικών προτύπων συμπεριφοράς, τη διαφοροποίηση των μελών της οικογένειας, την αποκάλυψη των συγκρούσεων, τη βελτίωση του συνόλου των γονικών στάσεων και των δεξιοτήτων επίλυσης προβλημάτων, καθώς και την αντιμετώπιση της θλίψης και του πένθους. (Landgarten, B., H. 1999).

Ομαδικό Επίπεδο: Όταν προσεγγίζουμε τη θεραπεία μιας ομάδας μέσω των εικαστικών, μπορούμε να επωφεληθούμε από τις δυνατότητες που προσφέρουν τα εικαστικά και το ομαδικό πλαίσιο. Αν προστεθεί το στοιχείο της ομάδας στη θεραπευτική εμπειρία μέσω των εικαστικών, θα ενισχυθεί η επίδραση απόμου-εικόνας μέσα από την ενίσχυση της επίδρασης αυτών. Ακόμη, η ομάδα προσφέρει ένα πιο ασφαλές, πιο αξιόπιστο και λιγότερο απειλητικό περιβάλλον μέσα στο οποίο μπορούν να εξερευνήσουν τον εαυτό τους (Dalley, T. 1998).

Μέσα Εφαρμογής: Μεγάλη σημασία επίσης σε αυτού του είδους την επικοινωνία έχει η σωστή χρήση του κάθε μέσου. Τα καλλιτεχνικά υλικά έχουν πολλές χρήσεις και το καθένα έχει ιδιαίτερες θεραπευτικές ιδιότητες. Η εισαγωγή της ζωγραφικής, της τεχνικής με άμμο ή με πηλό σε κάποια συγκεκριμένη στιγμή της θεραπείας, πιθανόν να αποδειχθεί κρίσιμη. Η χρησιμοποίηση των εικαστικών υλικών είναι σύμφυτη με την επιλογή του εικαστικού έργου. Εκτός από τη δημιουργική λειτουργία, τα υλικά εξυπηρετούν και άλλους σκοπούς. Για παράδειγμα, μπορούν να εξυψώσουν ή να αμβλύνουν τη συναισθηματική κατάσταση του θεραπευόμενου, να επηρεάσουν την ελευθερία της αυτοέκφρασης και να παρακάμψουν τις άμυνες. Για αυτό το λόγο το μέγεθος και οι ιδιότητες των υλικών λαμβάνονται προσεκτικά υπόψη. Τα υλικά θα μπορούσαν να τοποθετηθούν με μία κλίμακα 10 σημείων, από τα λιγότερα έως τα περισσότερα ελεγχόμενα (Landgarten, B., H. 1999).

Έλεγχος των υλικών στην Εικαστική Θεραπεία

1. Υγρός πηλός.
2. Νερομπογιές.
3. Μαλακή πλαστελίνη.

4. Λαδομπογιές.
5. Μαρκαδόροι (λεπτοί).
6. Κολάζ.
7. Σκληρή πλαστελίνη.
8. Μαρκαδόροι (χοντροί).
9. Ξυλομπογιές.
10. Μολύβια.

Μέσα σε ένα πλαίσιο σεβασμού και προστασίας των ατόμων, μπορούμε να χρησιμοποιούμε όλα τα μέσα που έχουμε στη διάθεση μας: έναν ή περισσότερους συντονιστές, χώρο, χρόνο, υλικά βαθμό δόμησης, φύση του έργου που επιλέγεται κ.λπ. Με όλα αυτά τα μέσα μπορεί κανείς να οργανώσει δημιουργικά τις δραστηριότητες οι οποίες καλύπτουν όσο το δυνατόν καλύτερα τις ανάγκες μιας συγκεκριμένης ομάδας σε κάθε χρονική στιγμή. Επίσης, η φύση του υλικού επιτρέπει, όχι μόνον την κωδικοποίηση των χρωμάτων και την ποικιλία των μεγεθών, των σχημάτων και των θέσεων, αλλά επίσης, χάρη στη διαφάνεια του, επιτρέπει και την αλληλοκάλυψη των διαφόρων κομματιών. Τέλος, στις περισσότερες περιπτώσεις είναι σκόπιμος ο συνδυασμός ελεύθερων και δομημένων δραστηριοτήτων και μάλιστα οι δραστηριότητες αυτές χρειάζεται να είναι συμβατές μεταξύ τους γιατί βοηθούν τα μέλη της ομάδας να γνωρίσουν μια μεγαλύτερη ποικιλία υλικών και ρόλων από ότι με οποιοδήποτε άλλο τρόπο εξερεύνησης (Dalley, T. 1998).

3.4 Ο ρόλος του Εικαστικού Θεραπευτή

Σε μια θεραπευτική σχέση, ο θεραπευτής βιώνει τον αντίκτυπο της εικόνας, κάτι που απαιτεί μια προσωπική αισθητική κατανόηση, προσαρμοσμένη στο θεωρητικό πλαίσιο αναφοράς, στο οποίο λειτουργεί. Αυτό, έχει ως αποτέλεσμα, την αυθόρμητη αποδέσμευση συναισθημάτων από το ασυνείδητο, καθώς η δημιουργικότητα «έλκεται» και γίνεται η κάθαρση. Ο θεραπευτής, διευκολύνει την καλλιτεχνική διαδικασία, παρέχοντας αυτό τον περιορισμό, αλλά ταυτόχρονα επιτρέπει να αναπτύξει μεταβίβαση, μέσα στο πλαίσιο της σχέσης. Ανεξάρτητα από το αν ο πυρήνας του έργου είναι λεκτικός ή μη λεκτικός, ενεργός ή μη ενεργός (όπου σε μερικές συνεδρίες της θεραπείας, μέσω των εικαστικών, μπορούν να είναι εξ ολοκλήρου το ένα ή το άλλο), ο θεραπευτής όσον αφορά τη θεραπευτική διάδραση, πρέπει να εστιάζει σε ότι είναι πιο σημαντικό. Αν υπάρχει άρνηση ή απροθυμία από την πλευρά του ασθενούς, να χρησιμοποιήσει τη διαδικασία της ζωγραφικής ή της γλυπτικής, καλό είναι να μη χρησιμοποιηθούν στη θεραπεία για πολλές εβδομάδες. Μπορεί, αντίθετα, να υπάρχει ένα έντονο, σταθερό ξεχείλισμα δημιουργικής δραστηριότητας (Dalley, T. 1998).

Σύμφωνα με τη γνώμη της Landgarten (1999), ο εικαστικός θεραπευτής:

- Μπορεί να επιλέξει μία ουδέτερη στάση, δίνοντας ερμηνείες βασισμένες στην ατομική συμπεριφορά, όπως αυτή εκδηλώνεται, κατά τη διάρκεια δημιουργίας του εικαστικού έργου, ή όπως αυτή σχετίζεται με το περιεχόμενο του.
- Μπορεί να έχει ρόλο βιωματικό, μετέχοντας ενεργά στη θεραπεία, ενώ συμβάλλει στην ψυχοσυναισθηματική ανάπτυξη του θεραπευμένου.
- Μπορεί να τροφοδοτήσει τον ασθενή, με καινοτόμες εικαστικές εμπειρίες, που επικεντρώνονται στα συναισθήματα, τον αυθορμητισμό, την αυθεντικότητα, την επίγνωση και την κατανόηση.
- Μπορεί μέσα από το εικαστικό έργο, να καθοδηγήσει τους μετέχοντες σε μία διαφοροποιημένη και αυτόνομη λειτουργικότητα.
- Παρατηρεί τα επικοινωνιακά πρότυπα και τις μεθόδους λήψης αποφάσεων, ενώ μετέχει και ο ίδιος στη δημιουργία του εικαστικού έργου.
- Δίνει οδηγίες, για τη δημιουργία ενός εικαστικού έργου, που αποβλέπει σε εκπαιδευτικούς σκοπούς, στην τροποποίηση της συμπεριφοράς και στη θετική ενίσχυση.
- Μπορεί να συμβάλλει στην αλλαγή των ορίων.
- Πρέπει να κατανοεί τη διττή δύναμη της εικαστικής εμπειρίας. Πρώτον, τα συναισθήματα που έχουν σχέση με συγκεκριμένα ζητήματα εντείνονται από τη αμεσότητα του εικαστικού έργου. Δεύτερον, το ίδιο το προϊόν παρέχει συγκεκριμένα στοιχεία όχι μόνο στο θεραπευτή αλλά και στο δημιουργό του όπως επίσης και στα υπόλοιπα μέλη της ομάδας, όπου αυτή υπάρχει.
- Οφείλει να είναι επιλεκτικός στην χρησιμοποίηση του υλικού που αποκαλύπτουν οι θεραπευόμενοι. Πρέπει να αξιολογήσει τη χρονική στιγμή της κοινοποίησης ή της χρησιμοποίησης

των πληροφοριών που αποκαλύφθηκαν. Σε μια θεραπευτική σχέση ο θεραπευτής βιώνει το αντίκτυπο της εικόνας, κάτι που απαιτεί μια προσωπική αισθητική κατανόηση προσαρμοσμένη στο θεωρητικό πλαίσιο αναφοράς στο οποίο λειτουργεί. Αυτό έχει αποτέλεσμα την αυθόρμητη αποδέσμευση συναισθημάτων από το ασυνείδητο, καθώς η δημιουργικότητα έλκεται και γίνεται η κάθαρση. Ο θεραπευτής διευκολύνει την καλλιτεχνική διαδικασία παρέχοντας αυτό τον περιορισμό, αλλά ταυτόχρονα επιτρέπει να αναπτύξει μεταβίβαση μέσα στο πλαίσιο της σχέσης (Landgarten, H. B. 1999).

Τέλος, ο ρόλος του εικαστικού θεραπευτή, είναι να μεταδίδει την προσωπική του γνώση, που αφορά την τέχνη και μέσα από την γνώση αυτή, να βοηθάει το άτομο να εκφραστεί, βάση με τους κανόνες που ισχύουν. Μπορούν να εργαστούν ως βασικοί ή βοηθητικοί φορείς, σε μια υπηρεσία και να απασχολούν όλες τις βαθμίδες ηλικιών που υπάρχουν.

Μπορεί αντίθετα να υπάρχει ένα έντονο, σταθερό ξεχείλισμα δημιουργικής δραστηριότητας. Η κάθε κατάσταση είναι σημαντική όσον αφορά την επικοινωνία μέσα στο πλαίσιο της θεραπευτικής σχέσης και μπορεί να ερμηνευθεί στο θεραπευόμενο την κατάλληλη στιγμή (Dalley, T. 1998).

Επίσης, ο εικαστικός ψυχοθεραπευτής πρέπει να φτιάξει ένα πλαίσιο μέσα στο οποίο ο θεραπευόμενος θα νιώσει ασφαλής και ελεύθερος να εκφραστεί. Η εμπιστοσύνη χτίζεται μέσα από την απόλυτη απουσία κριτικής και επιβλητικότητας του θεραπευτή (Ηλιάδη, Α., Κ. 2006). Ο θεραπευτής μαζί με το άτομο πρέπει να προσπαθήσουν να ερμηνεύσουν ότι θα έχει αποτυπωθεί μέσα από το δημιούργημα του θεραπευόμενου και στην συνέχεια θα πρέπει να το συζητήσουν μεταξύ τους. Έτσι θα γίνει πιο κατανοητό γιατί βγήκαν κάποια συναισθήματα κατά την διάρκεια της κατασκευής του δημιουργήματος.

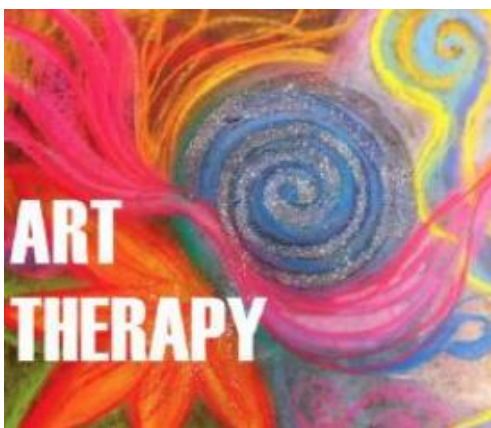
3.5 Παιδική «Άτεχνη» Τέχνη

Η Εικαστική παιδική δημιουργία έχει το μεγάλο πλεονέκτημα να μην εντάσσεται σε κανένα συγκεκριμένο καλλιτεχνικό κίνημα ή σχολή. Ο κόσμος της μπορεί να είναι σκηνές από την πραγματικότητα, απλοϊκός, αφελής, πρωτόγονος, χωρίς βάσεις σε κάποια ειδική παιδεία, και έξω από τα πλαίσια των καθιερωμένων πολιτιστικών και καλλιτεχνικών αξιών. Δεν υπακούει σε καμία σχολή καθώς υπαγορεύεται από τον ψυχικό κόσμο των παιδιών.

Ο όρος, τέχνη, σημαίνει γνώση, γνώση τεχνοτροπίας, γνώση κανόνων και τεχνική γνώση. Σύμφωνα, λοιπόν, με αυτή την ερμηνεία οι εικαστικές δημιουργίες των παιδιών δεν είναι τέχνη, αφού είναι ουσιαστικά άτεχνη. Τα παιδιά δεν γνωρίζουν κανόνες, συμμετρίες, χημεία χρωμάτων. Δεν έχουν γνώση. Εδώ, όμως, ξεπηδά το «μεγάλο μυστήριο» στην εικαστική δημιουργία των παιδιών, μυστήριο γιατί δεν υπάρχει εξήγηση και μεγάλο γιατί είναι αποκαλυπτικό της φύσης του ανθρώπου.

Το μυστήριο συνίσταται στο γεγονός ότι το άτεχνο είναι παρά τούτα τέχνη. Όχι με την έννοια ότι καταργούνται κανόνες οι οποίοι με τόλμη καταργούνται στη μεγάλη τέχνη. Το άτεχνο της παιδικής εικαστικής δημιουργίας είναι τέχνη γιατί φανερώνει αυτό που είναι κατά βάθος τέχνη.

Το Παιδικό Εικαστικό έργο δεν είναι «απεικόνιση της πραγματικότητας». Είναι η ίδια η πραγματικότητα του παιδιού. Ούτε φανταστική, ούτε μυθική, ούτε ρεαλιστική. Δικοί μας είναι αυτοί οι χαρακτηρισμοί, όχι των παιδιών. Το παιδί όταν δημιουργεί, βλέπει. Για το παιδί δεν ισχύει το βλέμμα του καλλιτέχνη που βλέπει χωρίς να βλέπει. Ότι βλέπει το παιδί το μεταφέρει με μορφή και χρώματα. Μεταφέρει την ανησυχία, το φόβο, την ανασφάλεια με τα ανάλογα χρώματα (Παιδική Τέχνη- Σύγχρονη τέχνη, 2006).



Εικόνα 3.1 (Εικαστική δημιουργία των παιδιών).

Η εικαστική δημιουργία των παιδιών είναι τέχνη, αλλά άναρχη τέχνη. Αυτό είναι το κύριο γνώρισμά της. Αυτή η άναρχα φωτίζει τα έργα των παιδιών και είναι εκείνη που δίνει τη σφραγίδα της τέχνης τους. Δεν είναι ελευθερία η οποία κατακτάται μέσα από ανατροπή του επιβεβλημένου. Είναι αυτό που

είναι, από μόνο του. Είναι η ζωή της τέχνης στην αθωότητά της. Είναι σαν ο Παράδεισος που δεν έχουν ακόμα εκδιωχθεί οι πρωτόπλαστοι. Δεν εισέβαλε η γνώση. Χρώματα απίθανα συνυπάρχουν, η τρισδιάστατη γεωμετρία δεν είναι γνωστή, κύματα και караβάκια είναι σαν καρφίτσωμένα στον τοίχο. Όγκος, βάθος, μήκος δίνουν τη θέση τους στα χρώματα, γιατί το χρώμα δίνει και το βάθος και τον όγκο (Παιδική Τέχνη-Σύγχρονη τέχνη, 2006).

Οι ενήλικοι συνήθως ανησυχούν με τα ορνιθοσκαλίσματα και τις μουτζούρες των μικρών παιδιών γιατί δεν ξέρουν πώς να αντιδράσουν σε αυτά. Βλέπουν το μικρό σαν ένα μικρό ενήλικα, το διορθώνουν και το επιτιμούν, το καθοδηγούν και του δείχνουν «πώς να το κάνει». Δεν έχουν την υπομονή να περιμένουν μέχρι την ώρα που τα παιδιά θα αρχίσουν να εκφράζονται και να ασχολούνται εικαστικά με έναν τρόπο που εκείνοι τον θεωρούν σωστό και κανονικό. Άλλοι βλέπουν την παιδική τέχνη ως μια αποκάλυψη αλλά ουσιαστικά δεν ενδιαφέρονται πολύ για το περιεχόμενό της. Και μερικοί χρησιμοποιούν τα έργα και τις ζωγραφιές τους, κάνοντας όμως κατάχρηση του υλικού τους για αμφίβολες αισθητικές αναλύσεις. Σημασία έχει να μπορέσει ο ευαίσθητος κοινωνικός λειτουργός να καταλάβει τη σημασία της εικαστικής δημιουργίας για το άρρωστο παιδί. Να καταλάβει έτσι τι αισθάνεται, πού και γιατί πονά, τι φοβάται, τι ελπίζει, ποια είναι τα αρνητικά ή και τα θετικά του συναισθήματα.

Όταν ασχολείται κανείς με τα έργα τέχνης των παιδιών, ανοίγονται μπροστά του νέα κανάλια για την αναγνώριση και κατανόηση παιδικών μηνυμάτων, που αποτελούν υπαινιγμούς σε επίκαιρα γεγονότα, σε ιδιαίτερες επιθυμίες ή σε στιγμιαίες καταστάσεις σύγκρουσης. Κανάλια που προσφέρουν τη δυνατότητα πιο βαθιάς γνώσης της ικανότητας έκφρασης του παιδιού. Πέρα από τις γενικευμένες ερμηνείες έρχονται στην επιφάνεια, εκφρασμένα στα έργα, περιεχόμενα στα οποία δεν ήταν δυνατόν προηγουμένως να αποκτήσουμε πρόσβαση. Διπλοκλειδωμένες πληροφορίες μέσα στην παιδική ψυχή βρίσκουν το δρόμο προς την επιφάνεια, παίρνουν μορφή μυστηριώδη, συχνά παράξενη αλλά και αλλόκοτη. Έτσι αναζητούμε τα ίχνη τους και καταφέρνουμε να κατανοήσουμε τα ζώα με τα ανθρωπόμορφα πρόσωπα, τους κύκνους με τα αυτιά, τα σπίτια με τις πράσινες σκεπές και τις κόκκινες θάλασσες (Malchiodi, A., C. 2001).

ΕΙΔΙΚΟ ΜΕΡΟΣ

ΚΕΦΑΛΑΙΟ 4^ο

ΒΙΒΛΙΟΓΡΑΦΙΚΗ ΑΝΑΣΚΟΠΗΣΗ ΕΡΕΥΝΩΝ ΣΧΕΤΙΚΕΣ ΜΕ “ART THERAPY”

4.1 Το Φάσμα του Αυτισμού

Το «**φάσμα αυτισμού**» είναι μια φράση που περιλαμβάνει επί του παρόντος αρκετές συγκεκριμένες διαγνώσεις με τα δικά του ιδιαίτερα χαρακτηριστικά και συμπτώματα. Το αυτιστικό φάσμα περιλαμβάνει ένα ευρύ φάσμα διαταραχών που χαρακτηρίζονται από παρέμβαση στην επικοινωνία και την κοινωνική αλληλεπίδραση και κυκλικά πρότυπα ενδιαφέροντος, δραστηριότητες και συμπεριφορά. Το PDD είναι μια διαγνωστική κατηγορία, σύμφωνα με το DSM – IV (Αμερικανική Ψυχιατρική Εταιρεία, 1994). Σύμφωνα με τον Gargiulo, (2003) οι συνθήκες που περιλαμβάνονται στην κατηγορία διαγνωστικών του PDD είναι ο αυτισμός, το σύνδρομο Rett, η παιδική ηλικία, η αποσυνθετική διαταραχή, το σύνδρομο Asperger και η διαδεδομένη αναπτυξιακή διαταραχή.

Μια άλλη μορφή θεραπείας για αυτό το συγκεκριμένο πληθυσμό που δεν έχει διερευνηθεί εκτενώς είναι η θεραπεία τέχνης. Σύμφωνα με τους Cooper και Widdows (2004), η θεραπεία τέχνης είναι ιδιαίτερα κατάλληλη για παιδιά στο φάσμα του αυτισμού επειδή είναι συχνά οπτικοί, συγκεκριμένοι στοχαστές. Η καλλιτεχνική θεραπεία ως στοιχείο της κατάρτισης κοινωνικών δεξιοτήτων μπορεί να αυξήσει την προθυμία των παιδιών να συμμετέχουν σε αυτή, επειδή η τέχνη είναι μια δραστηριότητα που τα παιδιά την βρίσκουν αποδεκτή. (Julian, S. 2004). Η καλλιτεχνική θεραπεία προσφέρει έναν τρόπο επίλυσης προβλημάτων οπτικά. Αναγκάζει τα παιδιά με αυτισμό να είναι λιγότερο κυριολεκτικά και συγκεκριμένα στην αυτο-έκφραση, και προσφέρει έναν μη απειλητικό τρόπο αντιμετώπισης της απόρριψης. Αντικαθιστά την ανάγκη για ταραχές ή συμπεριφορές που ενεργούν έξω επειδή προσφέρει περισσότερα αποδεκτά μέσα απόρριψης επιθετικότητας και επιτρέπει στο παιδί να ηρεμήσει (Henley, D. 2000).

4.2 Η σχέση Αυτιστικής Θεραπείας - Τέχνης

Η Art therapy, από την πρώτη στιγμή, έχει χρησιμοποιηθεί για πολλές ψυχικές διαταραχές, ιδίως της νηπιακής ηλικίας. Όλες οι μορφές της Τέχνης έχουν δοκιμαστεί σε όλες σχεδόν τις ψυχικές παθήσεις, είτε μέσω των αντικειμενοτρόπων σχέσεων, είτε μέσω αναπτυξιακών προσεγγίσεων, είτε μέσω συμπεριφορικών προσεγγίσεων, είτε μέσω της ψυχοθεραπείας, είτε τέλος μέσω συνδυαστικών τεχνικών εκλεκτικά (Martin, N. 2009).

Ειδικότερα, στον αυτισμό, όπως, βέβαια, και σε πολύ πιο ήπιες νοητικές και ψυχικές διαταραχές, η Art therapy έχει αποδειχθεί αρκετά ωφέλιμη. Πράγματι, τα περισσότερα νευροτυπικά παιδιά αρέσκονται να ζωγραφίζουν τον (έξω περίπλοκο και συγκεχυμένο) «κόσμο», καθότι αυτό τα βοηθά να βάλουν μια τάξη στις σκέψεις και τα συναισθήματά τους γι' αυτόν τον κόσμο, η όλη τους δε συμπεριφορά επικεντρώνεται στη θεωρία του σταθερού (αμετάβλητου) αντικειμένου. Αυτό σημαίνει ότι αντιλαμβάνονται πως τα αντικείμενα υπάρχουν, ακόμα και όταν δεν μπορούν να τα παρατηρήσουν, διατηρώντας μια εσωτερική σχέση με το περιβάλλον γύρω τους. Έτσι, εξηγείται και η επαναλαμβανόμενη συμπεριφορά των παιδιών με αυτισμό: ως προσπάθεια διατήρησης της σταθερότητας του αντικειμένου (Haque, S. & Haque, M. 2015).

Οι παιδοψυχολόγοι της Art therapy έχουν κυρίως επικεντρωθεί:

- Στην ανάπτυξη του αισθήματος του εαυτού.
- Στην ανάπτυξη και καλλιέργεια της επικοινωνίας και της φαντασίας των παιδιών, εφήβων και ενηλίκων με αυτισμό. Η ζωγραφική μιας εικόνας ή η σύνθεση ενός πάζλ από αυτά τα παιδιά τους προσδίδει αισθήματα κατοχής, αυτονομίας, οπτικής ευχαρίστησης και ένα είδος διασύνδεσης με τον κόσμο ευρύτερα κάτι που είναι εγγενώς ριζωμένο στον ανθρώπινο ψυχισμό (Evans, K. & Dubowski, J. 2001).

Τα παιδιά με αυτισμό, ενώ ως προς τη ζωγραφική ικανότητα δεν υστερούν σε σύγκριση με τα ψυχικώς υγιή, εντούτοις παρουσιάζουν, ορισμένες ιδιομορφίες, όσον αφορά, για παράδειγμα, στην απεικόνιση άωρων και ανολοκλήρωτων μορφών ή στη μειωμένη ποσοτικά προτίμηση έναντι των ψυχικά υγιών, κοινωνικών (διαπροσωπικών) σκηνών. (Jolley et al. 2013). Ωστόσο, στο ζήτημα του αυτισμού υπήρξαν και εξακολουθούν να υπάρχουν από την πλευρά μιας μερίδας ειδικών ορισμένες σοβαρές αμφισβητήσεις ή ακόμα και αρνήσεις ως προς την εφαρμογή της Art therapy και τούτο, κυρίως λόγω του ότι:

- Δεν υπάρχουν αρκετές ποσοτικές μελέτες (ούτε πολλοί εικαστικοί παιδοψυχοθεραπευτές).
- Πολλές θεραπευτικές τεχνικές αλληλο-επικαλύπτονται.
- Το κόστος μιας τέτοιας μακρόχρονης θεραπείας είναι υψηλό (Martin, N. 2009).
- Στον αυτισμό υφίσταται μια εγγενής δυσκολία όσον αφορά στη χρήση και ερμηνεία των συμβόλων, καθώς και στην ανάπτυξη της φαντασίας.

Η ψυχίατρος Lorna Wing έδειξε ότι η φαντασία αναφέρεται στην ανικανότητα του προσώπου με αυτισμό να προβλέπει και να αντιλαμβάνεται τις συμπεριφορές των ανθρώπων γύρω του και όχι στην παντελή έλλειψη φαντασίας (Haque, S. & Haque, M. 2015).

Πράγματι, σχετική έρευνα έδειξε ότι το μεγαλύτερο ποσοστό των ατόμων με αυτισμό αναπτύσσει και περιγράφει μη κοινωνικά σύμβολα. Εξ άλλου, περίπου το μισό των παιδιών με αυτισμό παράγει

αυθεντική (δημιουργική) φαντασία και συμβολική σκέψη. Παρόλα αυτά, η Art therapy παραμένει για τα άτομα με αυτισμό η μόνη «γλώσσα» έκφρασης (Darewych et al. 2018).

4.3 Η αποτελεσματικότητα της θεραπείας μέσω της τέχνης στη μείωση του Σχολικού Εκφοβισμού

Ο σχολικός εκφοβισμός, συμπεριλαμβανομένης της σωματικής, λεκτικής, σχεσιακής και σεξουαλικής παρενόχλησης, αποτελεί παγκόσμιο φαινόμενο και ανησυχία. Οι μαθητές από τα δημοτικά σχολεία είναι πιο πιθανό να εμπλακούν σε εκφοβισμό στο σχολείο σε σύγκριση με άλλους τύπους σχολείων προσχολικής ηλικίας. Το πιο σημαντικό είναι ότι, ο σχολικός εκφοβισμός έχει συσχετιστεί με αυξημένους κινδύνους εμφάνισης ορισμένων σοβαρών και επίμονων προβλημάτων, συμπεριλαμβανομένης της χαμηλής αυτοεκτίμησης, της κακής ακαδημαϊκής επίδοσης, στοιχεία σχετικά με συναισθηματικά ζητήματα, τη διαταραχή μετατραυματικού στρες, των προβλημάτων ψυχικής υγείας, των αυτοτραυματισμών και ακόμη και την αυτοκτονία. Μελέτες έχουν επίσης δείξει ότι τόσο τα θύματα όσο και οι δράστες του σχολικού εκφοβισμού μπορούν να επηρεαστούν από αυτές τις συνέπειες, επειδή οι μαθητές που εκφοβίζονται στο σχολείο μπορούν επίσης να εκφοβιστούν στις οικογένειες ή τις κοινότητές τους. Ο εκφοβισμός σχετίζεται σε μεγάλο βαθμό με το περιβάλλον διαβίωσής τους. Η μακροχρόνια έλλειψη φροντίδας και φροντίδας από τους γονείς, τους καθιστά πιο ευάλωτους στο εκφοβισμό από άλλους και έχουν συμπεριφορά εκφοβισμού, με αποτέλεσμα συχνό εκφοβισμό. Ένας αυξανόμενος αριθμός μελετών έδειξε ότι ο εκφοβισμός σχετίζεται με χαμηλό επίπεδο ικανοποίησης ζωής και αυτοεκτίμησης.

Ο υψηλός επιπολασμός και οι βλαβερές συνέπειες του σχολικού εκφοβισμού σημαίνουν ότι είναι κρίσιμο να εντοπιστούν και να μειωθούν τα περιστατικά εκφοβισμού. Προηγούμενες μελέτες έχουν διαπιστώσει ότι οι παρεμβάσεις καλλιτεχνικής θεραπείας μπορούν να είναι ένα αποτελεσματικό εργαλείο κατά του εκφοβισμού. Διαφορετικές δημιουργικές τεχνικές έχουν χρησιμοποιηθεί στη θεραπεία τέχνης, συμπεριλαμβανομένης της ζωγραφικής, της γλυπτικής, της ζωγραφικής με δάχτυλα και της θεραπείας κολάζ. Διαφορετική από την παραδοσιακή λεκτική ψυχολογική θεραπεία, η καλλιτεχνική θεραπεία δεν περιορίζεται από τη γλώσσα, την ηλικία, τη γνωστική ικανότητα, τη νόσο και ούτω καθεξής, η οποία είναι χρήσιμη για τη συναισθηματική έκφραση. Ένας μεγάλος αριθμός μελετών έχει δείξει ότι η καλλιτεχνική θεραπεία παίζει μοναδικό και σημαντικό ρόλο στη θεραπεία διαταραχών της διάθεσης μεταξύ εφήβων, άγχους ή κατάθλιψης ασθενών με καρκίνο, ακαδημαϊκή πίεση και άλλες προκλήσεις. Επιπλέον, πολλοί μαθητές απολαμβάνουν τη διαδικασία της ζωγραφικής για να εκφραστούν. Ενώ ζωγραφίζουν, οι μαθητές μπορούν ελεύθερα να δημιουργούν και να εκφράζουν καλλιτεχνικά τα συναισθήματα και τις σκέψεις τους. Έχει αποδειχθεί ότι βοηθά τους μαθητές να κατανοήσουν καλύτερα τον εκφοβισμό μέσω της διαδικασίας αξιοποίησης των ατομικών τους εμπειριών. Μέ-

χρι σήμερα, λίγη έρευνα έχει διεξαχθεί για τη θεραπεία τέχνης ως παρέμβαση για τη συμπεριφορά εκφοβισμού. Περισσότερες μελέτες θα μπορούσαν να διεξαχθούν στο μέλλον για να καταστεί δυνατή η καλύτερη κατανόηση και ο έλεγχος του σχολικού εκφοβισμού (Jingzhong, Y., Lu, P. 2011).

4.4 Η επίδραση της καλλιτεχνικής θεραπείας στη μείωση συμπτωμάτων διαταραχής άγχους

Η ομάδα καλλιτεχνικής θεραπείας είναι ένας συνδυασμός επιστημονικών κλάδων: τέχνης και θεραπείας. Σε μια συνεδρία καλλιτεχνικής θεραπείας το παιδί συμμετέχει στην παραγωγή τέχνης (ζωγραφική, γλυπτική, σύνταξη ποίησης, αφήγηση ιστορίας, χορός, σκηνοθεσία). Η θεραπεία τέχνης είναι ο πειθαρχημένος προβληματισμός για αυτές τις δύο διαδικασίες. Στην ομάδα καλλιτεχνικής θεραπείας το παιδί δημιουργεί τέχνη παρουσία του θεραπευτή και των συναδέλφων του. Αυτό εκθέτει κάθε παιδί στις εικόνες που δημιουργούνται από άλλα μέλη της ομάδας. Αυτό τους επιτρέπει επίσης να μάθουν από τους συνομηλίκους τους και να συνειδητοποιήσουν ότι και άλλα παιδιά μπορεί να αισθάνονται σαν αυτούς (Kalmanowitz, Sheila, K. 2004). Μέσω αυτής της διαδικασίας μπορεί να αρχίσει να αντιλαμβάνεται το παιδί την έννοια των γεγονότων, των συναισθημάτων ή εμπειριών στη ζωή του, παρουσία του θεραπευτή. Η διαδικασία σχεδίασης, ή ζωγραφικής, ή η κατασκευή είναι πολύπλοκη, όπου τα παιδιά συγκεντρώνουν διάφορα στοιχεία της εμπειρίας τους δημιουργώντας ένα νέο και ουσιαστικό σύνολο. Στη διαδικασία επιλογής, ερμηνείας και μεταρρύθμισης αυτών των στοιχείων, τα παιδιά μας έχουν δώσει περισσότερα από μια εικόνα ή ένα γλυπτό. Μας έχουν δώσει μέρος του εαυτού τους: πώς σκέφτονται, πώς αισθάνονται και πώς βλέπουν. (Henley, D. 1998). Μέσω της ομάδας, μαθαίνουν να αλληλεπιδρούν και να μοιράζονται, να διευρύνουν το φάσμα της επίλυσης προβλημάτων, να έχουν στρατηγικές, να μπορούν να ανέχονται τη διαφορά, να συνειδητοποιούν τις ομοιότητες και να κοιτάζουν τις αναμνήσεις και τα συναισθήματα που είχαν στο παρελθόν. Η εικόνα, ή η εφαρμογή κατά τη διάρκεια της συνεδρίας της καλλιτεχνικής θεραπείας μπορεί να απαιτούν πολλές μορφές (φαντασία, όνειρα, σκέψεις, πεποιθήσεις, αναμνήσεις, συναισθήματα). Οι εικόνες έχουν πολλές έννοιες και μπορεί να ερμηνεύονται με πολλούς διαφορετικούς τρόπους. Ο θεραπευτής τέχνης δεν επιβάλλει ποτέ ερμηνείες στις εικόνες που έκανε το άτομο ή η ομάδα, αλλά μάλλον συνεργάζεται με το άτομο για να ανακαλύψει τι σημαίνει το έργο τέχνης της (Kalmanowitz, Sheila, K. 2004).

Η τέχνη είναι ζωτικής σημασίας για τα παιδιά. Είναι ένας τρόπος με τον οποίο ένα μικρό παιδί μπορεί να αλληλεπιδράσει και να το καταλάβει περιβάλλον. Αυτό της δίνει τη δυνατότητα ίσως να συμμετέχει πληρέστερα στον περίπλοκο και συχνά μπερδεμένο ενήλικο κόσμο. Η θεραπεία της τέχνης λειτουργεί σε πολλά επίπεδα: μέσω της απορρόφησης στη διαδικασία δημιουργίας τέχνης, μέσω της δυναμικής των σχέσεων, μέσω της δυναμικής του συνειδητού και ασυνειδητού και μέσω προβληματισμών σχετικά με το περιεχόμενο της εικόνας. Στο κέντρο της τέχνης είναι η κατανόηση ότι όλα τα

παραπάνω μπορούν να οδηγήσουν σε αλλαγές. Η Τέχνη Θεραπείας δεν το κάνει βασίζεται σε προηγούμενες δεξιότητες τέχνης (Kalmanowitz, Sheila, K. 2004).

Στη συνεδρία καλλιτεχνικής θεραπείας, το παιδί κάνει τέχνη. Το παιδί ενθαρρύνεται να εξερευνήσει και να πειραματιστεί, να βρει τον δικό του τρόπο. Στη συνεδρία καλλιτεχνικής θεραπείας δεν υπάρχει σωστός ή λάθος τρόπος για να φτιάξετε την τέχνη, μόνο ένας τρόπος υπάρχει σύμφωνα με τη μοναδική φύση του κάθε παιδιού. Ο σκοπός, ανεξάρτητα από την περίσταση, είναι να ενθαρρύνει τα παιδιά και τους εφήβους να εκφράσουν τα συναισθήματά τους.

Η καλλιτεχνική θεραπεία θεωρήθηκε ως ένα ισχυρό εργαλείο για την ενθάρρυνση των νοσοκομειακών παιδιών, όπως εκείνων με παράλυση, με θανατηφόρα νεφρική νόσο ή ακόμη και ένα οριακό ψυχωτικό παιδί (Steinhardt, L. 1995). Η καλλιτεχνική θεραπεία είναι ομοιόμορφα χρήσιμη για ένα οριακό ψυχωτικό παιδί, το οποίο ως αποτέλεσμα αυτής της μεθόδου, του επέτρεψε να μπει σε φυσιολογικό επίπεδο.

4.5 Η χρήση εικονιδίων, συμβόλων και κοινωνικών ιστοριών, ως βοήθεια στα παιδιά με ανάγκες

Όταν τα παιδιά και οι θεραπευτές έχουν σαν στόχο τη συνεργασία για να δημιουργήσουν αυτά τα σύμβολα, τα εικονίδια και τις ιστορίες, οι θεραπευτές νιώθουν τις μοναδικές προκλήσεις κάθε παιδιού, για ενσωμάτωση της δράσης τους στην εσωτερική τους εμπειρία (Gray, C. 1994). Μια τεχνική που χρησιμοποιείται ήδη ευρέως μεταξύ θεραπευτών που διδάσκουν κοινωνικές δεξιότητες σε παιδιά με αυτιστικές τάσεις είναι η χρήση κόμικς με εργαλεία διδασκαλίας. Οι κωμικές ταινίες σχεδιάζονται από το δάσκαλο και στη συνέχεια αυτός εξηγεί στα παιδιά με συζήτηση την ανάλυση των απεικονιζόμενων γεγονότων.

Τα παιδιά που είναι μαθητές με οπτικά μέσα το παίρνουν αυτό με πληροφορίες και με τρόπο που είναι κατανοητός για αυτά. Για παράδειγμα, η μάθηση για σύγκρουση μεταξύ ανθρώπων, βλέποντάς το να σχεδιάζεται σε μια κωμική ταινία είναι πιο αποτελεσματική στα παιδιά με το φάσμα του αυτισμού απ' ότι μαθαίνουν για αυτό μέσω θεωρητικής συζήτησης. Προσωπικό του προγράμματος που συμμετέχει στην παρούσα μελέτη έχει αναπτύξει τη χρήση του θεραπευτικού κόμικς ως τέχνη σε μια αντίστροφη εφαρμογή, στην οποία ο θεραπευτής καλεί τα παιδιά να σχεδιάσουν το κόμικς. Αυτή η πράξη δημιουργίας γίνεται λεωφόρος έκφρασης για παιδιά με πρακτική δυσκολία γλωσσικών δεξιοτήτων. Τα παιδιά μπορούν τότε πνευματικά και συναισθηματικά να ενσωματώνουν τις προσωπικές τους εμπειρίες από την προβολή και τον προβληματισμό στην τέχνη που αντικατοπτρίζει τη δημιουργικότητά τους για αυτούς. Επιπλέον, μέσω της τέχνης του παιδιού, ο θεραπευτής μπορεί να αποκτήσει εικόνα για το βιώνει το παιδί, καθώς και πληροφορίες που δεν είναι άμεσα διαθέσιμες με λεκτικά μέσα. Η καλλιτεχνική θεραπεία δεν χρειάζεται να περιορίζεται σε κόμικς λωρίδες. Η τέχνη μπορεί να διερευνηθεί με πολλές μορφές, συμπεριλαμβανομένου του δράματος και της μουσικής (Henley, D. 2000).

Οι σύγχρονοι θεραπευτές, μόλις πρόσφατα, άρχισαν να μελετούν τη «μαγική δύναμη της εικόνας» με τη μορφή της θεραπείας. Στις αρχές του αιώνα μας, ορισμένοι ψυχίατροι, κατάλαβαν πόσο σημαντική είναι η δημιουργία ενός έργου, για τους ανθρώπους που παγιδεύονταν μέσα στη σύγχυση μιας ψυχικής διαταραχής και που κινδύνευαν να χάσουν την επαφή τους με την πραγματικότητα. Ορισμένοι ψυχίατροι, άρχισαν να συγκεντρώνουν σχέδια, ζωγραφιές, γλυπτά ακόμα και κεντήματα που έφτιαχναν αυθόρμητα οι ασθενείς τους. Παρόλο που οι περισσότεροι τα θεωρούσαν απλώς αξιοπερίεργα, υπήρξαν αρκετές εξαιρέσεις γιατρών, που δημοσίευαν σοβαρές μελέτες σχετικά με τα σχέδια ψυχασθενών. (Αναγνωστοπούλου, Ν. 1999).

4.6 Η Εικαστική Τέχνη ως Θεραπεία στην Ελλάδα

Η Εικαστική θεραπεία αναγνωρίζεται ως επάγγελμα στην Αμερική το 1960, ενώ το 1982 στην Αγγλία η εικαστική θεραπεία αναγνωρίζεται ως αυτόνομη επαγγελματική κατηγορία. Στην Ελλάδα άρχισε να κάνει την εμφάνισή της ως εναλλακτικός τρόπος θεραπείας πριν από περίπου είκοσι χρόνια (Κιλίμη, Γ. 2004). Η εικαστική θεραπεία είναι μία πράξη δημιουργική, μία πράξη κατά την οποία ο ασθενής μέσα από το έργο του επιτυγχάνει την εξοικείωση με τον ίδιο τον εαυτό, την εκτόνωση των συναισθημάτων του και την ανάγκη για επικοινωνία και συναισθηματική ισορροπία. Όπως αναφέρει η (Rubin J., A.) στο βιβλίο της «Θεραπεύοντας παιδιά μέσα από την Τέχνη», στην τέχνη εκφράζονται εμπειρίες ζωής, εμπειρίες που μπορεί να έχουν στιγματίσει τη ζωή μας και δύσκολα αντιμετωπίζονται διαφορετικά. Η εικαστική θεραπεία συνδυάζει τη ψυχολογία με την τέχνη δημιουργώντας ένα είδος γέφυρας ανάμεσα στο ασυνείδητο και το συνειδητό, τη σκέψη και το λόγο, κάνοντας έτσι πιο εύκολη την επικοινωνία, την έκφραση και την επαφή με τον νου και το πνεύμα (Ρηγοπούλου, Π. 2016).

Η Ρηγοπούλου, Π., υποστηρίζει ότι ο ψυχικά ασθενής δύσκολα θα θεραπευτεί χωρίς την παρέμβαση ενός επιτυχημένου ιατρικού πρωτοκόλλου. Από την άλλη όμως όταν ένας υγιής άνθρωπος βρεθεί να βιώνει μία διαφορετική κατάσταση, ανοίκει για τον ίδιο, όπως για παράδειγμα μία καλλιτεχνική εμπειρία που να ενεργεί ίσως και θεραπευτικά γι' αυτόν, επανέρχεται πλήρως στη φυσιολογική του κατάσταση κατακτώντας και την αίσθηση ότι έχει ολοκληρώσει και επιτύχει ένα σημαντικό έργο.

Μέσα από την εικαστική θεραπεία εκφράζονται επιθυμίες, προσδοκίες και όνειρα. Αισθήματα όπως θυμός, φόβος, αγωνία, μπορούν να πάρουν μορφή μέσα από τα υλικά και τις διάφορες τεχνικές και να οδηγήσουν τον ασθενή σε δρόμους που μέχρι εκείνη τη στιγμή φαίνονταν απροσπέλαστοι (Κιλίμη, Γ. 2004). Η Landgarten B. H., μία από τους πρωτεργάτες της Εικαστικής Θεραπείας, πιστεύει ότι σημαντικό ρόλο στη θεραπεία μέσω της τέχνης παίζουν τα υλικά. Το είδος των υλικών που θα χρησιμοποιηθούν εξαρτάται από το εικαστικό έργο, ωστόσο αυτά δεν εξυπηρετούν μόνο στη δημιουργία και ολοκλήρωση του έργου, αλλά έχουν τη δύναμη να επηρεάσουν το συναισθηματικό κόσμο του ατόμου, να τον απελευθερώσουν ή να τον τρομοκρατήσουν. Για το λόγο αυτό η επιλογή των υλικών είναι σημαντική στην ανάπτυξη μιας παραγωγικής και δημιουργικής σχέσης μεταξύ του θεραπευόμενου και του θεραπευτή (Landgarten, B. H. 1999). Ο θεραπευτής παίζει το ρόλο του πλοηγού, εκείνου που θα δώσει τα ερεθίσματα, θα εμπνεύσει, θα δημιουργήσει ένα αίσθημα εμπιστοσύνης με τον θεραπευόμενο έτσι ώστε να τον απελευθερώσει και να τον κάνει να επικοινωνήσει με τα υλικά που έχει μπροστά του. Η διαδικασία δεν είναι απλή και διαφοροποιείται κάθε φορά ανάλογα με τις συνθήκες, τη ψυχολογική και συναισθηματική διάθεση του θεραπευόμενου αλλά και του θεραπευτή. Η σχέση που δημιουργείται είναι αμφίδρομη. Ο ρόλος του εικαστικού θεραπευτή είναι ιδιαίτερα σημαντικός για την πορεία και τη ζωή της ομάδας. Μέσα από τη δική του διαχείριση μπορούν τα μέλη να νιώσουν ασφάλεια και να εξελιχθούν. Ο εικαστικός θεραπευτής θα πρέπει να κρατάει μια στάση

αποδοχής, να έχει την ικανότητα δεκτικής ακρόασης και να σέβεται τις δημιουργικές ικανότητες των ανθρώπων. Οι περισσότεροι θεραπευόμενοι είναι ικανότεροι να κατανοήσουν το νόημα των εικόνων τους όταν μιλούν για αυτές με κάποιον επαγγελματία, ο οποίος μπορεί να καθοδηγεί τη διαδικασία της ανακάλυψης (Landgarten, B. H. 1999). Όπως τονίζει η Landgarten B. H., ο θεραπευτής ως κεντρικός παρατηρητής στέκεται απέναντι στους ασθενείς άλλοτε με μια στάση ουδέτερη, άλλοτε με μια πιο διεισδυτική ματιά, κατευθύνοντας ή συμμετέχοντας και ο ίδιος στη δημιουργική διαδικασία καθώς καλείται να ενθαρρύνει, να ενισχύσει αλλά παράλληλα να κατανοήσει ο ίδιος τον θεραπευόμενο συμβάλλοντας θετικά στην αλλαγή της στάσης και των συναισθημάτων του.

Όπως προαναφέραμε η δυναμική της θεραπείας μέσω της τέχνης έχει αναγνωριστεί στην Ελλάδα τα τελευταία 20 χρόνια. Οι πληθυσμοί στους οποίους αναφέρεται ποικίλουν καθώς η εικαστική θεραπεία μπορεί να εφαρμοστεί σε πολλά και διαφορετικά θεραπευτικά πλαίσια όπως νοσοκομεία, κέντρα ψυχικής υγείας, φυλακές, ειδικά σχολεία και κέντρα απεξάρτησης (Κρασανάκης, Σ. 2004).

Κάνοντας μια απλή αναζήτηση στις Ελληνικές σελίδες του Διαδικτύου μπορεί να αποδειχθεί αποκαλυπτική. Η εικαστική ψυχοθεραπεία, ένα είδος θεραπείας που χρησιμοποιεί την τέχνη ως βασικό μέσο επικοινωνίας του ασθενούς, φαίνεται να χρησιμοποιείται όλο και πιο πολύ στη χώρα μας, ως κύρια και ως συμπληρωματική θεραπεία. Δέκτες της εικαστικής ψυχοθεραπείας είναι παιδιά με απλά προβλήματα στη μάθηση ή αναπτυξιακές διαταραχές, αλλά και ζευγάρια, οικογένειες, ενήλικοι με ψυχιατρικά προβλήματα, κυρίως κατάθλιψη, τοξικομανείς, αλκοολικοί.

Ολοένα και περισσότερο βλέπουμε την τέχνη να κάνει την εμφάνισή της στις μεθόδους που χρησιμοποιούνται στην ειδική αγωγή αλλά και σε χώρους όπως το Αιγινήτειο, τα ΚΕΘΕΑ, κέντρα ψυχικής υγείας, ειδικά σχολεία. Το art therapy έχει διάφορες εκφάνσεις, αφού μπορεί να βασίζεται σε εικαστικά μέσα, τη μουσική αλλά και το θέατρο. Κοινός άξονας φαίνεται να είναι η δοκιμασία ενός «εναλλακτικού» τρόπου έκφρασης, εναλλακτικού σε σχέση με τον πιο παραδοσιακό λόγο.

(http://news.kathimerini.gr/4dcgi/w_articles_civ_43_25/10/2009_334422).

Συμπεράσματα ερευνητικής επισκόπησης της Εικαστικής Ψυχοθεραπείας

Στο άρθρο αυτό παρουσιάζονται αποτελέσματα και συμπεράσματα από την μεγαλύτερη, ίσως, συστηματική επισκόπηση που διεξήχθη ποτέ σχετικά με την κλινική αποτελεσματικότητα και την αναλογία κόστους-οφέλους της εικαστικής ψυχοθεραπείας. Η επισκόπηση αυτή διεξήχθη στη Μ. Βρετανία και δημοσιεύτηκε στο επιστημονικό περιοδικό Health Technology Assessment τον Μάρτιο του 2015 από τους Lesley Uttley, Alison Scope, Matt Stevenson, Andrew Rawdin, Elizabeth Taylor Buck, Anthea Sutton, John Stevens, Eva Kaltenthaler, Kim Dent-Brown και Chris Wood υπό την αιγίδα του Εθνικού Ινστιτούτου για την Έρευνα στην Υγεία (National Institute for Health Research) του Εθνικού Ινστιτούτου Υγείας (National Health Institute) της Μ. Βρετανίας.

Η εικαστική ψυχοθεραπεία (art therapy) περιλαμβάνει την αξιοποίηση εικαστικών μέσων όπως ζωγραφική, εργασία με πηλό και άλλα δημιουργικά, εικαστικά μέσα (συμπεριλαμβανομένων σχετικών ψηφιακών μέσων), ως μορφές μη λεκτικής έκφρασης στο πλαίσιο κατάλληλης ψυχοθεραπευτικής σχέσης και κατάλληλου ψυχοθεραπευτικού περιβάλλοντος. Η θεραπεία μέσω τέχνης μπορεί να διεξάγεται αυτόνομα, ή σε συνδυασμό, με άλλες, ομιλούσες μορφές θεραπειών. Η θεραπεία μέσω τέχνης, όπως εκείνη ορίζεται από το Συμβούλιο Επαγγελματιών Υγείας και Φροντίδας της Μ. Βρετανίας (Health and Care Professions Council, HCPC), αποτελεί κύριο κλάδο του ευρύτερου πεδίου θεραπείες μέσω τέχνης (arts therapies), ή εκφραστικές θεραπείες, στις οποίες συμπεριλαμβάνονται η δραματοθεραπεία και η μουσικοθεραπεία. Η θεραπεία μέσω χορευτικών κινήσεων, επίσης, περιγράφεται, αλλά δεν αναγνωρίζεται ακόμη, ως θεραπεία μέσω τέχνης. Η επισκόπηση που παρουσιάζεται σε αυτό το άρθρο παρουσιάζει δεδομένα για την εικαστική ψυχοθεραπεία και όχι για άλλες μορφές θεραπείας μέσω τέχνης (David, D..et. al. 2017).

Παρότι η εικαστική ψυχοθεραπεία έχει καθιερωθεί και εφαρμοστεί ως μορφή ψυχοθεραπείας εδώ και δεκαετίες, δεν υπήρχαν μέχρι πρόσφατα, σημαντικά εμπειρικά τεκμηριωμένα, δεδομένα όσον αφορά την αποτελεσματικότητά της. Οι περισσότερες έρευνες, που ασχολούνται με την εικαστική ψυχοθεραπεία, ήταν μελέτες περίπτωσης και θεωρητικές, αλλά όχι συστηματικές, επισκοπήσεις ή αναλύσεις σχετικών εννοιών. Κατά συνέπεια, υπάρχουν λιγοστά, ενδελεχή δεδομένα σχετικά με την κλινική αποτελεσματικότητα και την αναλογία κόστους-οφέλους της εικαστικής ψυχοθεραπείας σε άτομα με δυσκολίες και διαταραχές ψυχικής υγείας. Η επισκόπηση που παρουσιάζεται εδώ με συνοπτικό τρόπο, αποτελεί την πρώτη συστηματική και έγκυρη προσπάθεια για την αποτύπωση της πραγματικής αποτελεσματικότητας της εικαστικής ψυχοθεραπείας.

Η επισκόπηση αυτή, πιο συγκεκριμένα, αφορά την αποτελεσματικότητα της εικαστικής ψυχοθεραπείας σε άτομα με ποικιλία ψυχικών διαταραχών (εκτός ψύχωσης) από την παιδική ηλικία έως την ηλικία των 65 ετών. Για μερικούς ανθρώπους, ειδικά για άτομα με χρόνιες ψυχικές διαταραχές ή σωματικές ασθένειες, η εικαστική ψυχοθεραπεία μπορεί να αποτελέσει μέσο

θεμελιώδους και μακροπρόθεσμης θεραπευτικής αλλαγής, σε σχέση με τις πιο συνήθεις ομιλούσες μορφές θεραπείας, επειδή από τη φύση της παρέχει μέσα μη λεκτικής έκφρασης και απελευθέρωσης από το ψυχικό τραύμα. Όπως προαναφέρθηκε, μέχρι τότε δεν υπήρχε άλλη επίσημη αξιολόγηση της αποτελεσματικότητας της εικαστικής ψυχοθεραπείας στους παραπάνω πληθυσμούς.

Η παραπάνω επισκόπηση περιλαμβάνει περιεκτική και συστηματική έρευνα της υπάρχουσας βιβλιογραφίας αντλώντας σχετικές ερευνητικές δοκιμές από τις κυριότερες επιστημονικές βάσεις δεδομένων όπως οι MEDLINE, EMBASE, Th eCochrane Library, Cumulative Index to Nursing and Allied Health Literature (CINAHL), PsycINFO, Allied and Complementary Medicine Database (AMED) και Applied Social Sciences Index and Abstracts (ASSIA).

Στο πλαίσιο της επισκόπησης αυτής, διεξήχθησαν:

- α)** ποσοτική, συστηματική επισκόπηση της κλινικής αποτελεσματικότητας της εικαστικής ψυχοθεραπείας,
- β)** ποιοτική επισκόπηση αξιολόγησης της καταλληλότητας, του αντικτύπου και των κινδύνων της εικαστικής ψυχοθεραπείας καθώς και
- γ)** ανάλυση κόστους-οφέλους της εικαστικής ψυχοθεραπείας (David, D., et. al. 2017).

Αποτελέσματα Ποσοτικής Επισκόπησης

Όσον αφορά την ποσοτική επισκόπηση, τα αποτελέσματα βασίστηκαν σε δεκαπέντε (15) τυχαιοποιημένες, ελεγχόμενες δοκιμές, οι οποίες ήταν οι μόνες που πληρούσαν συγκεκριμένα επιστημονικά κριτήρια ελάχιστης ποιότητας. Ωστόσο, δεν ήταν δυνατή η διεξαγωγή περαιτέρω στατιστικών αναλύσεων για τις 15 αυτές επιλεγμένες μελέτες λόγω κλινικής ετερογένειας των πληθυσμών, που περιλαμβάνονται σε αυτές, καθώς και λόγω ετερογένειας των μετρήσεων που χρησιμοποιήθηκαν στις έρευνες αυτές και καθιστούσαν σχεδόν αδύνατη τη σύγκριση των δεδομένων που προέκυψαν. Παρόλα αυτά η προσεκτική εξέταση των ποσοτικών αυτών μελετών από τους συγγραφείς της επισκόπησης οδήγησε στο συμπέρασμα ότι, σε 10 από τις 15 παραπάνω μελέτες, η εικαστική ψυχοθεραπεία συνδέεται με σημαντικές, θετικές αλλαγές στο επίπεδο της ανακούφισης συμπτωμάτων σε άτομα που τη λαμβάνουν, σε σύγκριση με κάποια ομάδα ελέγχου ατόμων που δε τη λαμβάνουν. Επίσης οι ομάδες ελέγχου των μελετών αυτών ποίκιλαν περιλαμβάνοντας λίστες αναμονής, απουσία μεθόδου αντιμετώπισης, συνθήκες πλασέμπο και συνθήκες εφαρμογής άλλων μορφών ψυχοθεραπείας. Τέσσερις (4) από τις 15 αυτές μελέτες ανέφεραν βελτίωση μετά την αρχική παρέμβαση, σε σχέση με τις αρχικές μετρήσεις πριν την παρέμβαση, αλλά δεν ανέφεραν βελτίωση μεταξύ διαφορετικών ομάδων. Μία (1) μελέτη ανέφερε ότι τα αποτελέσματα ήταν περισσότερο υπέρ της ομάδας ελέγχου παρά υπέρ της πειραματικής ομάδας. Τα στατιστικά σημαντικά αποτελέσματα αφορούσαν την κατάθλιψη, το άγχος, την πεσμένη διάθεση, το τραύμα, τη γενική συναισθηματική αναστάτωση, την ποιότητα ζωής, τις δεξιότητες αντιμετώπισης δύσκολων καταστάσεων και την αυτοεκτίμηση. Δε βρέθηκαν, ωστόσο, στατιστικά σημαντικά αποτελέσματα ως προς το γνωστικό επίπεδο (αλλαγή διαφόρων γνώσεων, όπως πεποιθήσεων, αυτόματων σκέψεων κ.λπ.). Ωστόσο, η ποιότητα του μικρού αυτού αριθμού (15) τυχαιοποιημένων κλινικών δοκιμών, που εντοπίστηκαν ως κατάλληλες προς περαιτέρω εξέταση, ήταν φτωχή, μη επιτρέποντας τη διεξαγωγή μεταανάλυσης και περιέχοντας αρκετά μεθοδολογικά προβλήματα. Τα δείγματά τους ήταν ετερογενή, χωρίς να περιλαμβάνουν πάντοτε άτομα με προβλήματα ψυχικής υγείας, κάτι που μειώνει την εξωτερική εγκυρότητα των αποτελεσμάτων τους. Επιπλέον, τα δείγματα των μελετών αυτών ήταν μικρά σε μέγεθος, με αποτέλεσμα να μην υπάρχει ακόμη κάποια τυχαιοποιημένη κλινική δοκιμή ευρείας κλίμακας για πιο έγκυρα και γενικεύσιμα αποτελέσματα. Αυτό σημαίνει ότι δε μπορούμε να γενικεύσουμε τα αποτελέσματα της ποσοτικής αυτής επισκόπησης σε πληθυσμούς με συγκεκριμένα χαρακτηριστικά και συγκεκριμένες ψυχικές διαταραχές, όπως αυτοί/αυτές συμπεριλήφθηκαν στις επιμέρους μελέτες. Επίσης, λίγες από τις μελέτες αυτές περιέγραψαν διαδικασίες τυχαιοποίησης των ατόμων που έλαβαν μέρος σε αυτές, ενώ σε ορισμένες από τις μελέτες εντοπίστηκε υψηλή πιθανότητα προκατειλημμένων αποτελεσμάτων (π.χ., εντοπίστηκαν μη «τυφλές» διαδικασίες αξιολόγησης των αποτελεσμάτων των παρεμβάσεων εικαστικής ψυχοθεραπείας σε 14 από τις 15 μελέτες). Σε ορισμένες

από τις μελέτες αυτές παρατηρήθηκαν επιπλέον προβλήματα όπως υψηλό ποσοστό διαρροής ατόμων από την παρέμβαση, ταυτόχρονη λήψη άλλου τύπου θεραπείας από τα άτομα που συμμετείχαν σε εικαστική ψυχοθεραπεία καθώς και χαμηλά ποσοστά πιστότητας στα πρωτόκολλα εικαστικής ψυχοθεραπείας που ακολουθήθηκαν. Τα τελευταία αυτά χαρακτηριστικά συνηγορούν σε χαμηλά επίπεδα εσωτερικής εγκυρότητας των αποτελεσμάτων.

Αποτελέσματα Ποιοτικής Επισκόπησης

Όσον αφορά την ποιοτική επισκόπηση, τα αποτελέσματα βασίστηκαν σε 12 μελέτες, οι οποίες πληρούσαν συγκεκριμένα επιστημονικά κριτήρια ελάχιστης ποιότητας. Γενικά, η εικαστική ψυχοθεραπεία αξιολογήθηκε από ποιοτική άποψη ως θεραπεία αποδεκτή και κατάλληλη στο πλαίσιο των πληθυσμών που μελετήθηκε. Τα θέματα που προέκυψαν από την ποιοτική επεξεργασία των δεδομένων και σχετίζονται με τα οφέλη της εικαστικής ψυχοθεραπείας ήταν η θεραπευτική σχέση με τον θεραπευτή, η προσωπική επίτευξη, η χαλάρωση, η ενδυνάμωση, η απόσπαση από το δύσκολο γεγονός και μερικά θετικά οφέλη για άτομα με χρόνιες ασθένειες (π.χ., διευκόλυνση της σχέσης με την οικογένεια, τους φίλους και τους φροντιστές, προαγωγή της κατανόησης της ασθένειας). Θέματα που σχετίζονται με κινδύνους της εικαστικής ψυχοθεραπείας ήταν ξανά, η θεραπευτική σχέση με τον θεραπευτή, καθώς και η ενεργοποίηση ανεπεξέργαστων συναισθημάτων, η έλλειψη επάρκειας του εικαστικού θεραπευτή και ο ξαφνικός τερματισμός της θεραπείας. Επίσης, μικρός αριθμός ατόμων αρνήθηκε να λάβει μέρος σε εικαστική ψυχοθεραπεία, κάτι που δείχνει ότι πρέπει να λαμβάνεται υπόψη η άποψη και η προτίμηση του ατόμου για την επιλογή μορφής ψυχοθεραπείας καθώς και ότι η εικαστική ψυχοθεραπεία δεν είναι για όλους. Η ποιότητα των 12 αυτών ποιοτικών μελετών ήταν χαμηλή ή μέτρια και τα αποτελέσματα κρίθηκαν ως ευρήματα χαμηλής ή μέτριας βεβαιότητας, αντίστοιχα. Αν και αυτό μπορεί να οφείλεται στον περιορισμό λέξεων που επιβάλλουν οι δημοσιεύσεις σε επιστημονικά περιοδικά, τα δεδομένα και των 12 μελετών δεν ήταν όσο πλούσια όσο αναμενόταν να είναι στο πλαίσιο ποιοτικών ερευνών, ενώ μόνο δύο (2) από τις 12 μελέτες περιλάμβαναν τις απόψεις παρόχων σχετικών υπηρεσιών υγείας και μόνο μία (1) από αυτές περιείχε απόψεις των ίδιων των εικαστικών θεραπευτών. Επιπλέον πρόβλημα ήταν ότι η πλειοψηφία των 12 αυτών μελετών ανέφερε μόνο θετικά ευρήματα: Αυτό μπορεί να αποδοθεί σε προκατάληψη των ερευνητών (οι περισσότεροι ερευνητές ήταν εικαστικοί ψυχοθεραπευτές) καθώς και στη μεθοδολογία των ερευνών, οι περισσότερες από τις οποίες ήταν επιρρεπείς στη διατύπωση θετικών αποτελεσμάτων. Επίσης, δεν υπήρχε σύγκριση μεταξύ εικαστικής ψυχοθεραπείας με άλλες μορφές θεραπείας, με αποτέλεσμα να μη μπορούν να εξαχθούν συμπεράσματα σχετικά με τα επίπεδα καταλληλότητας της εικαστικής ψυχοθεραπείας σε σχέση με άλλες μορφές ψυχοθεραπείας.

ΣΥΜΠΕΡΑΣΜΑΤΑ - ΠΡΟΤΑΣΕΙΣ

Οι εικαστικές τέχνες είναι πολύ σημαντικές στην ανάπτυξη ελεύθερων, κριτικά σκεπτόμενων, ευτυχισμένων και κοινωνικών ατόμων. Η επαφή των παιδιών με τις εικαστικές τέχνες συμβάλλει στην ολοκληρωμένη ανάπτυξη της προσωπικότητάς τους. Τα παιδιά προσχολικής ηλικίας, στο πλαίσιο του μαθήματος των εικαστικών τεχνών, μπορούν να αυξήσουν την ανάκληση πληροφοριών και ερεθισμάτων με στόχο την γνωστική ανάπτυξη. Η οικογένεια διαδραματίζει βαρυσήμαντο ρόλο στην καλλιέργεια του παιδιού. Τα παιδιά είναι σημαντικό να μπορούν να εμπνέονται, να βάζουν σε λειτουργία την φαντασία και την δημιουργικότητά τους για να οδηγηθούν σε νέα γνώση χωρίς να περιορίζονται στην ήδη υπάρχουσα. Ειδικότερα, το νηπιαγωγείο είναι ο χώρος στον οποίο το παιδί ξεκινά να διαπλάθει και να αναπτύσσει την προσωπικότητά του. Εκεί, του δίνονται οι πρώτες ευκαιρίες να δημιουργήσει και να συμμετάσχει σε οποιαδήποτε εικαστική δραστηριότητα, ανακαλύπτοντας τον ίδιο του τον εαυτό, καθώς και τις δυνατότητές του. Ο νηπιαγωγός θα πρέπει να είναι σε θέση να γνωρίζει μεμονωμένα τις καλλιτεχνικές ιδιαιτερότητες του κάθε παιδιού με αποτέλεσμα να το κατευθύνει προς τη σωστή κατεύθυνση. Ανακαλύπτοντας και μελετώντας κάθε φορά τις εικαστικές δημιουργίες των παιδιών, θα πρέπει να είναι σε θέση να μην παρεμβαίνει με τον εκπαιδευτικό του ρόλο στην εικαστική δημιουργία, αλλά με τις γνώσεις του να βοηθήσει το εκάστοτε παιδί να ανακαλύψει τον κόσμο του και να εκφράσει όλα όσα θέλει να πει. Επίσης, οι εκπαιδευτικοί χρειάζεται να στηριχτούν περισσότερο και να λάβουν καλύτερη κατάρτιση σε εκπαιδευτικό και πρακτικό επίπεδο μέσα στο σχολείο για την διδασκαλία της τέχνης. Τέλος, από την διερεύνηση των τάσεων στην εκπαίδευση σχετικά με την ενσωμάτωση των εικαστικών τεχνών γίνεται σαφής, η συνεισφορά τους στην γνωστική και ψυχοσυναισθηματική ανάπτυξη του παιδιού. Να σημειωθεί, επίσης, ότι το Ελληνικό Εκπαιδευτικό σύστημα χρειάζεται να ενισχύσει και να προωθήσει ακόμη περισσότερο την αξιοποίηση των εικαστικών τεχνών στο σχολείο.

Θέλοντας να δώσουμε μεγαλύτερη έκταση στο θέμα πρέπει να γνωρίζουμε ότι ισχύουν τα παρακάτω:

- Η εικαστική θεραπεία είναι η εφαρμογή των τεχνών και η διαδικασία δημιουργικής έκφρασης σε ένα θεραπευτικό πλαίσιο με στόχο την ψυχοκοινωνική, συναισθηματική, σωματική και νοητική βελτίωση του ατόμου, την προσωπική ανάπτυξη και την βελτίωση διαπροσωπικών σχέσεων.
- Αποτελεί ένα είδος ψυχοθεραπείας που βασίζεται στην καλλιτεχνική διεργασία με στόχο τη συναισθηματική έκφραση και επικοινωνία.
- Δημιουργώντας ένα έργο τέχνης δίνεται η δυνατότητα να ειπωθούν, μέσω μια εικόνας, όλα όσα με λέξεις είναι δύσκολο να ειπωθούν. Η εικαστική θεραπεία περιλαμβάνει την τέχνη ως

ένα εργαλείο συμβολικής επικοινωνίας που εκφράζει την προσωπικότητα, τα συναισθήματα και την ανθρώπινη εμπειρία γενικά και δρα υποστηρικτικά στην λεκτική επικοινωνία.

- Στην εικαστική θεραπεία δεν απαιτείται καμία εικαστική γνώση ή ικανότητα διότι ο σκοπός δεν είναι το αισθητικό αποτέλεσμα του έργου τέχνης αλλά η χρήση των προσφερόμενων υλικών ως μέσο έκφρασης. Με άλλα λόγια δηλαδή δίνεται έμφαση στον άνθρωπο-δημιουργό και όχι στον άνθρωπο-καλλιτέχνη.
- Λέγοντας εικαστική θεραπεία αναφερόμαστε στη χρήση ζωγραφικής/ πηλού/collage/φωτογραφίας /κατασκευών/ πλαστελίνης κ.α.
- Απευθύνεται σε ενήλικες, εφήβους, παιδιά, σε ζευγάρια και οικογένειες. Σε άτομα με προβλήματα ψυχικής υγείας, σε άτομα με ειδικές ανάγκες, με ψυχοσωματικά προβλήματα αλλά και σε όλους εκείνους που θέλουν να γνωρίσουν τον εαυτό τους και να διατηρήσουν την ψυχική τους υγεία.
- Σε όλους όσους θέλουν να ξαναγίνουν οι δημιουργοί και καλλιτέχνες της ζωής τους και οι οποίοι μέσα από αυτές τις δράσεις μπορούν πιο εύκολα και άφοβα να «μιλάνε» για τις ανάγκες, επιθυμίες, δυσκολίες, τις εσωτερικές συγκρούσεις ή να συνειδητοποιούν και να αναγνωρίζουν τις πλευρές του εαυτού τους που τις είχαν «θαμμένες» ή απωθημένες, για διάφορους λόγους.

ΒΙΒΛΙΟΓΡΑΦΙΑ

Ελληνόγλωσση:

- Αναγνωστοπούλου, Ν. (1999). «*Art Therapy: Εικόνες της Ψυχής. Μια εισαγωγή στη χρήση των εικόνων σαν θεραπευτική προσέγγιση*». Τεύχος 25.
- Ηλιάδη, Α., Κ. (2006). «*Οι τέχνες ως παράγοντας διατήρησης και ανάκτησης της ψυχικής υγείας του ανθρώπου*».
- Καλούρη, Ο., Τσέργας, Ν., Μπότου, Α. (2014). «*Συμβουλευτική μέσω τέχνης στην εκπαίδευση: Μορφή συλλογικής και συνεργατικής δράσης*». Λευκωσία.
- Κρασανάκης, Σ. (2004). «*Η Τέχνη ως μέσο θεραπευτικής αγωγής*». Αθήνα: ΕΙΕ.
- Κιλίμη, Γ. (2004). «*Η Εικαστική προσέγγιση στις θεραπείες μέσω τέχνης: Η Τέχνη ως μέσο θεραπευτικής αγωγής*». Αθήνα: ΕΙΕ.
- Λάγιου – Λυγνού, Ε. & Μπούκας, Δ. (2007). «*Δουλεύοντας με τις εικόνες και τις λέξεις: Η εκπαιδευτική και θεραπευτική λειτουργία του εργαστηρίου φωτογραφίας του ΚΕΨΥΕ*».
- Ρηγοπούλου, Π. (2016). «*Το Σώμα: Τέχνη και Ιατρική. Νόσος, ενδοσκόπηση, ίαση*». Αθήνα: Σιδέρης, Ι.
- Τσέργας, Ν. (2014). «*Θεραπευτικές προσεγγίσεις μέσω της τέχνης*». Αθήνα: Τόπος.
- Χαραλάμπους, Μ. (2007). «*Όταν μπορείς να ζωγραφίσεις. Ξεπερνώντας τα εμπόδια στην ψυχική δημιουργικότητα: Βουτιά στο Χρώμα*».

Βιβλιογραφία:

- Baljon, M., C., L. (2011). *“Wounded masculinity: Transformation of aggression for male survivors of childhood abuse”*. Person-Centered & Experiential Psychotherapies.
- Bush, J. (1997). *“The handbook of school art therapy: Introducing art therapy into a school system”*.
- Bush, J. (1997). *“The handbook of school art therapy: Introducing art therapy into a school system”*.
- Burleigh, L. R., & Beutler, L. E. (1997). *“A critical analysis of two creative arts therapies”*. The Arts in Psychotherapy.
- Charles, C., T., Levick, M., F. (2009). *“The Levick Emotional and Cognitive Art Therapy Assessment: A normative study”*.
- Dalley, T. (1998). *«Η εικαστική έκφραση ως θεραπεία: Νέες προοπτικές»* Πρακτικά Συνεδρίου Θεραπεία μέσω τέχνης: η εικαστική προσέγγιση Αθήνα: Ελληνικά Γράμματα.
- Darewych, O. H., Newton, N. J, Farrugie, K. W. (2018). *“Investigating Imagination in Adults with Autism Spectrum Disorder with Art- Based Assessments”*. Journal on Developmental Disabilities.
- David, E. (2004). *“Art Therapy. Creative Therapies in Practice”*. London: Sage Publications.
- David, D., Cotet, C., Matu, S., Mogoase, C., Stefan, S. (2017). *“50 years of rational-emotive and cognitive-behavioral therapy: A systematic review and meta-analysis”*. J Clin Psychol.
- Deboys, R., Holtum, S., & Wright, K. (2017). *“Processes of change in school-based art therapy with children: A systematic qualitative study”*. International Journal of Art Therapy.
- Evans, K. & Dubowski, J. (2001). *“Art therapy with children on the autistic spectrum”*. London: Jessica Kingsley.
- Gray, C. (1994). *“The original social story book. Arlington”*. TX: Future Horizons.
- Gonzalez-Dolginko, B. (2018). *“Status report on art therapists in public schools: employment and legislative realities”*. Art Therapy: Journal of the American Art Therapy Association.
- Haque, S. & Haque, M. (2015). *“Art therapy and Autism”*. Asian Journal of Pharmaceutical & Clinical Research.
- Henley, D. (2000). *“Blessings in disguise: Idiomatic expression as a stimulus in group art therapy with children. Art Therapy: Journal of the American Art Therapy Association”*.
- Henley, D. (1998). *“Art therapy in a socialization program for children with attention deficit hyperactivity disorder”*. American Journal of Art Therapy.
- Heaton, P. (2009). *“Music - shelter for the frazzled mind?”*. The Psychologist.
- Hass, L. J., & Malouf, J. L. (2002). *“Keeping up the good work: A practitioner’s guide to mental health ethics”*.

- Hall, P. N. (1998). «Θεραπεία μέσω της τέχνης: Ένας τρόπος θεραπείας της σχάσης» Πρακτικά Συνεδρίου Θεραπεία μέσω τέχνης: η εικαστική προσέγγιση. Αθήνα: Ελληνικά Γράμματα.
- Jennings, S., Minde, A. (1996). «Μάσκες της Ψυχής. Εικαστικά και θέατρο στη θεραπεία». Αθήνα: Ελληνικά Γράμματα.
- Jingzhong Y, Lu P. (2011). «Διαφοροποιημένες παιδικές ηλικίες: επιπτώσεις της μετανάστευσης της αγροτικής εργασίας στα αριστερά παιδιά στην Κίνα».
- Julian, S. (2004). “*The efficacy of art therapy based social skills training in the treatment of children with Asperger’s syndrome*”. Unpublished master’s thesis, Albertus Magnus College.
- Jolley, R. P., O’kelly, R., Barlow, C. M., & Jarrold, C. (2013). “*Expressive drawing ability in children with autism*”. British Journal of Developmental Psychology.
- Kalmanowitz, Sheila, K. (2004). «Καλλιτεχνική Θεραπεία στα Σχολεία, εργασία με παιδιά που έχουν, εμπειρία, πολιτική βία και βασανιστήρια». Α΄ Βιβλίο για εκπαιδευτικούς.
- Landgarten, B. H. (1999). «Οικογενειακή Εικαστική Θεραπεία». Αθήνα: Ελληνικά Γράμματα.
- Liebmann, M. (2008). “*Art Therapy and Anger*”. New York: Guilford Press.
- Moon, B. (2000). “*Ethical issues in art therapy*”.
- Malchiodi, C. A. (2009). «Εικαστική θεραπεία: Ένας πρακτικός οδηγός». Αθήνα: Ελληνικά Γράμματα.
- Malchiodi, C. A. (2002). “*The soul’s palette: Drawing on art’s transformative powers*”. Shambhala Publications.
- Malchiodi, A., C. (2001). «Κατανοώντας τη ζωγραφική των παιδιών. Κέντρο τέχνης και Ψυχοθεραπείας». Αθήνα: Ελληνικά Γράμματα.
- Martin, N. (2009). “*Art as an early intervention tool for children with autism*”. Jessica Kingsley Publishers.
- Rubin, J. (2008). «Θεραπεύοντας παιδιά μέσα από την τέχνη». Αθήνα: Ελληνικά Γράμματα.
- Steinhardt, L. (1995). “*Long-term creative therapy with a borderline psychotic boy*”. American Journal of Art Therapy.
- Smeijsters, H., Kil, J., Kurstjens, H., Welten, J., Willemars, J. (2011). “*Arts therapies for young offenders in secure care — a practice-based research. The Arts in Psychotherapy*”
- Spier, E. (2010). “*Group art therapy with eight-grade students transitioning to high school*”.
- Ziff, K., Ivers, N. N., & Shaw, E. G. (2016). “*ArtBreak group counseling for children: Framework, practice points, and results*”. Journal for Specialists in Group Work.

Διαδικτυακές Πηγές:

- (<http://www.arttherapy.org/aata-educationalprograms.html>).
- (<http://arttherapy.org/>).
- (<https://www.iatropedia.gr/ygeia/art-therapy-i-therapia-meso-mias-zografias/32601/>).
- (http://news.kathimerini.gr/4dcgi/_w_articles_civ_43_25/10/2009_334422).