

Η παρακάτω εργασία αποτέλεσε την διπλωματική μου εργασία για το πρόγραμμα εκπαίδευσης στην Ομαδική Ανάλυση, την οποία κατέθεσα στον Ελληνικό Οργανισμό Ψυχοθεραπείας και Παιδείας στην Ομαδική Ανάλυση (HOPE in GA).

ΕΙΣΑΓΩΓΗ ΑΝΤΙΚΕΙΜΕΝΟΥ «ΜΟΥΣΙΚΗ – ΚΙΝΗΣΗ» ΣΤΗΝ ΟΜΑΔΙΚΗ ΑΝΑΛΥΣΗ

ΠΡΟΛΟΓΟΣ

Η παρούσα εργασία είναι η παρουσίαση μιας μελέτης περίπτωσης ομάδας με αντικείμενο «Μουσική – Κίνηση», που συντόνιζε για χρονικό διάστημα τριών ετών ο συντάκτης στα πλαίσια θεραπευτικής κοινότητας με δημοκρατικά χαρακτηριστικά. Ο συνδυασμός ομαδικής ανάλυσης και τεχνικών χοροθεραπείας με σκοπό την ενοποίηση του ψυχικού με το σωματικό στοιχείο στην ψυχοθεραπεία, αποτελεί τον ευρύτερο στόχο διερεύνησης. Ανιχνεύονται και αναδεικνύονται βασικές θεωρητικές αρχές και φαινόμενα από την πρακτική της ομαδικής ανάλυσης στη συγκεκριμένη ομάδα. Αποτελεί ένα εγχείρημα που αφήνει αισιοδοξία για το μέλλον της ομαδικής ανάλυσης με νέα, καινοτόμα στοιχεία.

ΑΠΟΣΠΑΣΜΑΤΑ ΑΠΟ ΤΗΝ ΕΡΓΑΣΙΑ

Κίνηση σημαίνει ζωή. Χωρίς αυτή η ζωή χάνει το νόημά της. Μέσω αυτής επιτυγχάνεται η αλλαγή. Η αλλαγή σηματοδοτεί επίσης τη ζωή. Οι αισθήσεις μας βασίζονται στην εναλλαγή των ερεθισμάτων. Χωρίς την κίνηση δεν θα βιώναμε τις αισθήσεις, την ύπαρξη. Η σωματική κίνηση αποτελούσε πάντοτε ένα μέσο έκφρασης των συναισθημάτων, αλλά η θεραπευτική χρησιμότητά της παραγκωνίστηκε εδώ και αρκετό καιρό και παρέμενε ανεξερεύνητη, με εξαίρεση ίσως, κάποιες λιγότερες «πολιτισμένες» κοινωνίες και πολιτισμούς. Το ενδιαφέρον για την χρήση δημιουργικών τεχνών, στις οποίες ανήκει και η χοροθεραπεία, στη θεραπεία ασθενειών και στη βελτίωση της ποιότητας ζωής αναζωπυρώθηκε στον εικοστό αιώνα. Δεν έχει όμως παρουσιάσει μια συνοχή στην ανάπτυξή της, όπως η ομαδική

ανάλυση που έχει θέσει ξεκάθαρα όρια που τη διαφοροποιούν και την έχουν εγκαταστήσει στη συνείδηση του κοινού ως μια ολοκληρωμένη, συστηματική μέθοδο θεραπείας (Holden, 1990).

Ο συνδυασμός μουσικής – κίνησης απευθύνεται και κινητοποιεί όλο το ανθρώπινο δυναμικό, δηλαδή σώμα και ψυχή. Το βρέφος από τη στιγμή που γεννιέται δηλώνει την παρουσία του με ήχους και κινήσεις (Schott-Billmann, 1997).

Η μουσική και η κίνηση αποτελούν, όπως και οι άλλες τέχνες, μια μεταβατική διαδικασία. Χρησιμοποιούνται ως μεταβατικά αντικείμενα και καταστάσεις, επειδή διαθέτουν θεραπευτικές ιδιότητες. Η μουσική κίνηση αναπαριστά τη μητρική φιγούρα και επιτρέπει μια ‘μαλακή’ βουτιά στο ηχητικό περιβάλλον της μητέρας. Η ομάδα ακολουθεί συμβολικά τα βήματα μιας μητέρας που τρέφει το παιδί της με ήχους και κινητικά σήματα. Έτσι, γίνεται κανάλι επικοινωνίας με τον έξω κόσμο, προσφέροντας χώρο για να εκφραστούν εντάσεις, μιμήσεις και φαντασιώσεις. Η διαδικασία αυτή οδηγεί σε εκφόρτιση συναισθημάτων και σε χαλάρωση, ενώ οι θεραπευόμενοι αποκτούν σταδιακά, την απαραίτητη αυτονομία (Schott-Billmann, 1997).

Η καλλιτεχνική δημιουργικότητα, και άρα η μουσική, συνδέεται στενά με τη συναισθηματική δημιουργικότητα. Η δημιουργικότητα ορίζεται από την Pavlicenic, (2000) ως ένα χαρακτηριστικό του να υπάρχεις μέσα στον κόσμο. «Έχει να κάνει με την ικανότητα να υπάρχουμε μέσα στον κόσμο αντικειμενικά, τόσο σαν μέρος του εαυτού μας, όσο και ξεχωριστά από αυτόν» (σ. 56). Σημειώνει ότι στην μουσικοθεραπεία η συναισθηματική δημιουργικότητα εκφράζεται μέσω της μουσικής πράξης, όπου η μουσική και το συναίσθημα μοιάζουν να συγχωνεύονται.

Υποθέσεις – στόχοι της μελέτης

Οι βασικοί στόχοι της εργασίας συνοψίζονται στις παρακάτω προτάσεις:

Πως εισάγεις αντικείμενο «Μουσική – Κίνηση» σε ομάδα με προσέγγιση ομαδική ανάλυση.

Ποιες κινήσεις κατά το αντικείμενο συσχετίζονται με ποια συναισθήματα που ανέφερε ότι βίωσε η ομάδα στο τρίτο μέρος, στη συζήτηση δηλαδή μετά το αντικείμενο.

Επιμέρους ερωτήματα που τέθηκαν είχαν να κάνουν με τη θεραπευτική σκοπιμότητα της εισαγωγής του συγκεκριμένου αντικειμένου. Πόσο δηλαδή ταιριάζει το «πάντρεμα» της ομαδικής ανάλυσης με το αντικείμενο «Μουσική και Κίνηση». Έχει θεραπευτική αξία το συγκεκριμένο εγχείρημα; Επιπλέον, είναι δυνατόν να τηρηθούν οι αρχές της ομαδικής ανάλυσης ή καλύτερα είναι να γίνεται λόγος για ομαδική ψυχοθεραπεία γενικά;

Σε ό,τι αφορά τις καταγεγραμμένες εκφράσεις των συναισθημάτων από τα μέλη της ομάδας και την κίνηση που παρατηρήθηκε από τον θεραπευτή – ερευνητή θα μπορούσε να υπάρξει μια συστηματική σύνδεση των δυο τουλάχιστον σε ό,τι αφορά τη συγκεκριμένη ομάδα; Μήπως θα μπορούσε να γίνει και μια μεγαλύτερη γενίκευση; Μια συστηματική παρατήρηση και καταγραφή θα μπορούσε να χρησιμεύσει ως δείκτης συναισθηματικής έκφρασης σε θεραπευτές που θα δούλεψουν με ομάδες με το ίδιο αντικείμενο;

ΣΥΜΠΕΡΑΣΜΑΤΑ

Η εισαγωγή του σωματικού στοιχείου σε ομάδα που ακολουθεί τις αρχές της ομαδικής ανάλυσης είναι εφικτή. Η προτεινόμενη θεραπευτική προσέγγιση και τεχνική φαίνεται να ανταποκρίνεται στην ενοποίηση ψυχής – σώματος. Οι θεωρητικές αρχές της ομαδικής ανάλυσης βρίσκουν αντιστοιχίες και σε ομαδική διαδικασία με μη λεκτική έκφραση. Κυρίαρχες έννοιες είναι η εμπειρία του Winnicott, η οποία οδηγεί σε αύξηση των ορίων της χωρητικότητας του εαυτού και η μήτρα του Foulkes, όπως αναδεικνύεται στις πολλαπλές μεταβιβάσεις τόσο κατά τη διάρκεια του αντικειμένου «Μουσική – Κίνηση», όσο και μετά στη φάση της λεκτικής επικοινωνίας της ομάδας.

Δεν έχει ξεκαθαριστεί ακόμη εάν η θεραπεία μέσω χορού/κίνησης εφαρμόζεται σαν μια συστηματική, αυτόνομη μορφή ψυχοθεραπείας (Payne, στο Karkou & Sanderson, 2000). Τα ίδιο ισχύει και για τις ομάδες αναλυτικού τύπου που χρησιμοποιούν το αντικείμενο «Μουσική – Κίνηση». Επομένως, διαμορφώνονται και άλλα ερωτήματα: τι αποτελέσματα έχει αυτή η μέθοδος θεραπείας; Σε ποια πλαίσια μπορεί να ασκηθεί; Σε ποια ομάδα ανθρώπων θα επιδράσει και σε ποιο βαθμό ωφέλειας; Ποια η θεραπευτική αποτελεσματικότητα του συγκεκριμένου αντικειμένου «Μουσική – Κίνηση»; Ποιοι παράγοντες ενισχύουν τη θεραπευτική συμμαχία π.χ. ο ρόλος της μουσικής; Ποια συγκεκριμένα συναισθήματα πιθανώς συνδέονται με συγκεκριμένες κινήσεις της ομάδας ή ομαδικά φαινόμενα; Πόσο η διασώματος δράση συμπληρώνει ή οδηγεί σε καλύτερα θεραπευτικά αποτελέσματα σε σχέση με ομάδα που χρησιμοποιεί μόνο τη λεκτική έκφραση; Ποιοι ειδικοί νομιμοποιούνται να ασκούν αυτή τη μέθοδο και ποια προσόντα πρέπει να διαθέτουν, ώστε να είναι αποτελεσματικοί; Πόσο αποτελεσματική είναι στη βελτίωση της ψυχικής διάθεσης των μελών; Τι είδους μεθοδολογία έρευνας είναι κατάλληλη για την επιστημονική προαγωγή της μεθόδου;

Από την στιγμή που η θεραπεία μέσω χορού/κίνησης ή μουσικής/κίνησης είναι ένα νεαρό πεδίο της επιστήμης που δέχεται επιρροές από διάφορα επιστημονικά πεδία και κατευθύνσεις, επαγγελματίες από διάφορους χώρους μπορούν να συμβάλλουν στη διαμόρφωση ενός συστηματικού μοντέλου θεραπείας. Η έρευνα στην εκπαίδευση και στην ψυχοθεραπεία μπορούν να συμβάλλουν ουσιαστικά στη διαμόρφωση μιας πιο εστιασμένης θεραπευτικής παρέμβασης με χαρακτήρα ρυθμού/κίνησης (Karkou & Sanderson, 2000). Το εγχείρημα ομαδικής παρέμβασης που περιγράφηκε σε όλη την εργασία ανταποκρίνεται με εποικοδομητικό τρόπο στην προτροπή του Pines, (2008) για εμπλουτισμό της ομαδικής ανάλυσης με εισαγωγή καινοτομιών και διεύρυνση των ορίων της.

ΒΙΒΛΙΟΓΡΑΦΙΑ

Ammon, M. (2003). Psychological Studies on Human Structural Dance. *Group Analysis*. 36, 288 - 306.

Behr, H. & Hearst, L. (2005). *Group-analytic Psychotherapy. A meeting of Minds*. London: Whurr Publishers.

Bell, J. (2001). Μεθοδολογικός Σχεδιασμός Παιδαγωγικής και Κοινωνικής Έρευνας, (Πήγα Β.Α.μτφ). Αθήνα: Gutenberg.

Campling, P. & Haigh, R. (eds.) (2002). *Therapeutic Communities. Past, Present and Future*. London: Jessica Kingsley Publishers.

Foulkes, S.H. (1990). *Selected Papers. Psychoanalysis and Group Analysis*. London: Karnac.

Foulkes, S.H. & Anthony E.J. (1957). *Group Psychotherapy. The Psychoanalytic Approach*. 1965 2nd ed. 1973 revision. London: Maresfield Reprints, 1984.

Foulkes S.H. (1975). *Group - Analytic Psychotherapy: Method and Principles*. London: Gordon and Breach Reprinted London: Karnac, 1986.

Goodill, S. (2005). *An Introduction to Medical Dance/Movement Therapy*. London: Jessica Kingsley Publishers.

Henzell, J. (2000). Η έρευνα και το συγκεκριμένο. Η επιστημολογία στις εικαστικές τέχνες & την ψυχοθεραπεία. Στο A. Gilroy & C. Lee (eds), *Εικαστικές Τέχνες & Μουσική. Θεραπεία και Έρευνα*, (Αντωνοπούλου, Μ. και Μαυροϊδόγκωνα, Σ. μτφ). (199 - 220). Περιστέρι: Έλλην.

Holden, S. (1990). Moving Together: The Group Finds a Dance. *Group Analysis*. 23, 265 – 276.

Karkou, V. and Sanderson, P. (2000). 'Dance Movement Therapy in UK Education', Research. In *Dance Education*, 1: 1, (69 — 86). London: Roudledge.

Karkou, V. and Sanderson, P. (2001). Dance Movement Therapy in the UK: A Field Emerging from Dance Education. *European Physical Education Review*. 7, 137 – 155.

Karkou, V. (2006). Dance movement therapy in the community: Group work with people with enduring mental health difficulties. In Payne, H. (ed), *Dance Movement Therapy. Theory, Research and Practice*. (31 - 48). London – New York: Roudledge.

Kennard, P. (1998). *An Introduction to Therapeutic Communities*. London: Jessica Kingsley Publishers.

Loutsos, S., Liakou, K., Papasideri, D. (2004). The Group 'Music – Movement' of the Therapeutic Community 'Kipseli', 2nd Regional Mediterranean Conference of I.A.G.P. Athens.

Loutsos, S. (2005). The Group 'Music – Movement' of the Therapeutic Community 'Kipseli', Heraklion.

McClellan, R. (1997). Οι θεραπευτικές δυνάμεις της Μουσικής, (Πέππα Ε. μτφ). Αθήνα: Fagotto/ Ν.Θερμός.

McLagan, D. (2000). «Οι αρνητικές συνέπειες» Υποκειμενικά χαρακτηριστικά της έρευνας στην τέχνη και τη θεραπεία. Στο A. Gilroy & C. Lee (eds), *Εικαστικές Τέχνες & Μουσική. Θεραπεία και Έρευνα*, (Αντωνοπούλου, Μ. και Μαυροϊδόγκονα, Σ. μτφ). (221- 238). Περιστέρι: Έλλην.

Mc Neilly, G. (1990). Group Analysis and Art Therapy. A Personal Perspective. *Group Analysis*. 23, 215- 226.

Mc Neilly, G. (2006). *Group Analytic Art Therapy*. London: Jessica Kingsley Publications.

Meekums, B. (2006). Embodiment in dance movement therapy training and practice. In Payne, H. (ed), *Dance Movement Therapy. Theory, Research and Practice*. (167 - 183). London – New York: Roudledge.

Pavlicevic, M. (2000). Μουσική και συναίσθημα: Χαρακτηριστικά της έρευνας πάνω στη μουσικοθεραπεία. Στο A. Gilroy & C. Lee (eds), *Εικαστικές Τέχνες & Μουσική. Θεραπεία και Έρευνα*, (Αντωνοπούλου, Μ. και Μαυροϊδόγκωνα, Σ. μτφ). (55 - 70). Περιστέρι: Έλλην.

Payne, H. (2006). Introduction: Embodiment in action. In Payne, H. (ed), *Dance Movement Therapy. Theory, Research and Practice*. (1 - 16). London – New York: Roudledge.

Payne, H. (2006). The lived experience of students in a dance movement therapy group: Loss, physical contact and the dance movement therapy approach. In Payne, H. (ed), *Dance Movement Therapy. Theory, Research and Practice*. (184 - 206). London – New York: Roudledge.

Penfield, K. (2006). Another royal road: Freudian thought applied to authentic movement. In Payne, H. (ed), *Dance Movement Therapy. Theory, Research and Practice*. (132 - 148). London – New York: Roudledge.

Pines, M. (2008). Minding the Gap: commentary on the ‘Body of Shame in the Circle of the Group’. *Group Analysis*. 41, 180 - 183.

Pines, M. & Schlapobersky, J. (2008). Ομαδικές παρεμβάσεις για την αντιμετώπιση ενηλίκων με ψυχοπαθολογία. Στο: Gelder, M., Lopez-Ibor, J., Andreasen, N. (eds), *Oxford Σύγχρονη Ψυχιατρική, τόμος II*, μτφ. (1985 - 2016). Αθήνα: Πασχαλίδης.

Ritter, M. and Graff Low, K. (1996). Effects of Dance/Movement Therapy: A Meta-Analysis. *The Arts in Psychotherapy*. 23, 249 – 260.

Schaverien, J. (2000). Ερευνώντας το εσωτερικό: Η έρευνα στην εικαστική θεραπεία. Στο A. Gilroy & C. Lee (eds), *Εικαστικές Τέχνες & Μουσική. Θεραπεία και Έρευνα*, (Αντωνοπούλου, Μ. και Μαυροϊδόγkονα, Σ. μτφ). (23 - 38). Περιστέρι: Έλλην.

Schott-Billmann F. (1997). *Όταν ο Χορός Θεραπεύει*. Αθήνα : Ελληνικά Γράμματα.

Siegel, E. (1984). *Dance Movement Therapy, Mirror of Ourselves. The Psychoanalytic Approach*. New York: Human Sciences Press.

Waller, D. (2001). *Ομαδική Διαντιδραστική Art Therapy. Η Χρησιμότητά της στην Εκπαίδευση και τη Θεραπεία*. Θεσσαλονίκη: University Studio Press.

Yalom, I. (2006). *Η Θεωρία και η Πρακτική της Ομαδικής Θεραπείας*. Αθήνα: Άγρα

Κατερέλος, Ι.Δ. (2001). Η Άμεση Παρατήρηση. Στο: Παπαστάμου, Σ. *Εισαγωγή στην Κοινωνική Ψυχολογία, τόμος Ι^α* (401 - 432). Αθήνα: Ελληνικά Γράμματα.

Κουκή, Α. (2004). *Το Όνειρο στην Ομαδική Ανάλυση*. Αθήνα: Σαββάλας.

Λουμπράνο-Κωτούλα, Κ. & Κόμη, Μ. (2004). *Η Ομάδα το Σώμα και η Ψυχοθεραπεία*. Αθήνα: Θυμάρι.

Μακρής, Ι. & Μακρή, Δ. (2003). *Εισαγωγή στη Μουσικοθεραπεία*. Αθήνα: Γρηγόρη.

Μάτσα, Κ. (2008). *Ψυχοθεραπεία και Τέχνη στην Απεξάρτηση*. Αθήνα: Άγρα.

Ναυρίδης, Κ. (2005). *Ψυχολογία των ομάδων. Κλινική ψυχοδυναμική προσέγγιση*. Αθήνα: Παπαζήσης.

Ναυρίδης, Κ. (2006). Διαμεσολάβηση και μεταβατικότητα στην αναλυτική ομαδική θεραπεία. *Ψυχολογία*. 13 (1), 18 – 29.

Ρήγα, Β.Α. (2001). Μεθοδολογικός Τριγωνισμός ή Τριπλή Προσέγγιση στην Κοινωνική Έρευνα Πεδίου και στην Έρευνα Αξιολόγησης. Στο: Παπαστάμου, Σ. *Εισαγωγή στην Κοινωνική Ψυχολογία, τόμος Ι^α* (539 - 580). Αθήνα: Ελληνικά Γράμματα.

Ρήγα, Β.Α. (2005). *Καρκίνος: από τη μητέρα στην κόρη, η δυναμική της επανάληψης*. Αθήνα: Παπαζήση.

Ρήγα, Β.Α. (2005). *Μαρία Τ..ιστορία ζωής ψυχοβιογραφική προσέγγιση, τόμος Β – Μελέτη Περίπτωσης*. Αθήνα: Παπαζήση.

Ρήγα, Β.Α. (2001). Ψυχοκοινωνικές Παρεμβάσεις και Αξιολόγηση στην Κοινωνική Ψυχολογία. Στο: *Ψυχοκοινωνικές Παρεμβάσεις σε Οργανισμούς, Ομάδες και Άτομα* (21 - 41). Αθήνα: Ελληνικά Γράμματα.

Σίμος, Π. & Κομίλη, Α. (2003). *Μέθοδοι Έρευνας στην Ψυχολογία και στην Γνωστική Νευροεπιστήμη*. Αθήνα: Παπαζήση.