

Ημερίδα Επιμόρφωσης Καθηγητών Εικαστικών Τεχνών

«Έλα στη θέση μου»

Εικαστική Θεραπεία
(Art Therapy)
και Άτομα με Αναπηρία



Περσεφόνη Κρασίδου BA Education, BA Fine Art, MA Art Therapy
Μάχη Παπαδοπούλου BA Hons Fine Art, MA Expressive Therapies

Art Therapy /Art Psychotherapy

Μέρος Α

- Τι είναι η Εικαστική Θεραπεία/Ψυχοθεραπεία;
- Τι ικανότητες χρειάζονται;
- Προσόντα Εικαστικών Θεραπευτών
- Σε ποιους απευθύνεται το Art Therapy;
- Στατιστικές για τα άτομα με αναπηρία και τη ψυχική υγεία
- Προσωπικές Ιστορίες (case studies)

Μέρος Β

- Τι σημαίνουν αυτά για την εκπαίδευση;



Μέρος Α΄

Art Therapy /Art Psychotherapy



* Οι όροι Art Therapy και Art Psychotherapy αφορούν το ίδιο επάγγελμα.

Τι είναι η Εικαστική (Ψυχο)θεραπεία;

Η Εικαστική Θεραπεία αποτελεί είδος ψυχοθεραπείας μέσω Τέχνης. Στην ίδια οικογένεια βρίσκονται και η Μουσικοθεραπεία, η Δραματοθεραπεία, η Χοροθεραπεία.

Από τη μια η Τέχνη έχει θεραπευτικές ιδιότητες και από την άλλη γίνεται μέσο μη λεκτικής έκφρασης και ψυχοθεραπείας.

Τι ικανότητες χρειάζονται;

- Δεν απαιτείται οποιαδήποτε γνώση ή ταλέντο στο χώρο της τέχνης για να κάνει κανείς Εικαστική Θεραπεία. Απαιτείται όμως η διάθεση να χρησιμοποιήσει κανείς τα υλικά και να πειραματιστεί.
- Όταν οι λέξεις δεν είναι αρκετές για να εκφράσει κανείς το πως νιώθει, η γλώσσα της Τέχνης προσφέρει τη δυνατότητα να εκφράσει κανείς σκέψεις και συναισθήματά χωρίς λόγια, να αποστασιοποιηθεί από αυτά, να βρει τρόπους να τα χειριστεί και να τα αντιμετωπίσει.
- Η γνωστική και συναισθηματική νοημοσύνη δεν συνδέονται απαραίτητα. Η δημιουργική διαδικασία δεν εξάρταται από το μέρος του εγκεφάλου που σχετίζεται με τη νλώσσα/λόγο.

Προσόντα Εικαστικών Θεραπευτών

- Συνήθως Πτυχίο στις Καλές Τέχνες, την Ψυχολογία ή την Παιδαγωγική
- **Master in Art Therapy**
 - Υποχρεωτική Προσωπική Ψυχοθεραπεία καθόλη τη διάρκεια του μεταπτυχιακού.
 - Θεωρητικά μαθήματα Ψυχοθεραπείας/διαλέξεις/εργασίες
 - Κλινική πρακτική εργασία με Εποπτεία/εργασίες
 - Εμπειρικά εργαστήρια και προσωπική Εικαστική Εξερεύνηση
- Εγγραφή σε επαγγελματικό σύνδεσμο (ATR, HPC)
- Διδακτορικό (δεν σε κάνει Art Therapist)

Το να εξασκεί κανείς το επάγγελμα του Art Therapist χωρίς την κατάλληλη μεταπτυχιακή εκπαίδευση είναι επικίνδυνο. Μπορεί να επανατραυματίσει τους θεραπευόμενους.

Σε ποιους απευθύνεται το Art Therapy?

- - παιδιά και εφήβους που αντιμετωπίζουν προβλήματα στο σπίτι ή στο σχολείο
- - παιδιά με ειδικές ανάγκες (μαθησιακές δυσκολίες, αυτισμός, κινητικά προβλήματα..)
- --άτομα ή εργαζόμενους που στηρίζουν άτομα που εξαρτούνται από αυτούς
- - ασθενείς που έχουν ανάγκη στήριξη όπως οι καρκινοπαθείς και οι οικογένειές τους
- - παιδιά, εφήβους και ενήλικες που υποφέρουν από προβλήματα ψυχικής υγείας όπως κατάθλιψη, διατροφικές διαταραχές, ψύχωση, διαταραχή προσωπικότητας κ.α.
- - ζευγάρια που έχουν δυσκολίες στη σχέση τους
- - Ομάδες εργαζομένων κάτω από πίεση ή άτομα που βιώνουν άγχος
- -όσους νιώθουν ότι δεν αντιμετωπίζουν ιδιαίτερα προβλήματα στη ζωή τους αλλά θέλουν να ανακαλύψουν περισσότερα για τον εαυτό τους (αυτογνωσία)
- - παιδιά, εφήβους ή ενήλικες που διανύουν μια περίοδο της ζωής τους με συναισθηματικές δυσκολίες πχ ξαφνικό πένθος, διαζύγιο, αλλαγές στο σπίτι, στο σχολείο, στην εργασία

Στατιστικές για τα άτομα με Αναπηρία

- Παιδιά και νέοι με αναπηρία: έξι φορές πιο πιθανό να έχουν προβλήματα ψυχικής υγείας
- Ενήλικες με αναπηρία έχουν περισσότερες πιθανότητες να παρουσιάσουν προβλήματα ψυχικής υγείας (Χ3)
(Δυσκολίες στη διάγνωση)
- Μεγάλη αύξηση των ατόμων που η διάγνωσή τους εμπίπτει στο φάσμα του αυτισμού.
- Μια αυξημένη ανάγκη υπηρεσιών για τη στήριξη ατόμων με αναπηρία και επιθετική συμπεριφορά.
- Αυξημένες ανάγκες υπηρεσιών υγείας και δυσκολία στην πρόσβασή τους σε αυτές τις υπηρεσίες


Οφέλη της Εικαστικής Θεραπείας

- Η τέχνη διευκολύνει την έκφραση τραυματικών εμπειριών ή φόβων που δεν εκφράζονται μέσα από το λόγο
- Το εικαστικό έργο μπορεί να χρησιμοποιηθεί σαν μέσο αναφοράς σε επώδυνα συναισθήματα με μη-απειλητικό τρόπο
- Η εικαστική διεργασία μπορεί να χρησιμοποιηθεί σαν αλληγορία για τη ζωή



Προσοχή όμως!

Αν προσπαθήσει κανείς να «αναλύσει» από μόνο του το έργο ενός παιδιού το πιο πιθανόν είναι να αναλύσει τις δικές του προβολές.



Οι συμβολισμοί πχ του μαύρου χρώματος, διαφέρουν από κουλτούρα σε κουλτούρα, από άτομο σε άτομο.

Δεν «μεταφράζουμε» ποτέ έργα ατόμων χωρίς τη δική τους φωνή και εκτός πλαισίου θεραπείας.

Η Τέχνη ως Παρέμβαση

- Η παρέμβαση μέσω της τέχνης δημιουργεί ένα ασφαλές χώρο όπου το άτομο μπορεί να εκφράσει τις εμπειρίες του/της και να χρησιμοποιήσει τις δημιουργικές του/της δυνατότητες για να επιλύσει συναισθηματικά φορτισμένες καταστάσεις

Πώς λειτουργεί η Εικαστική Θεραπεία ως Παρέμβαση;

- Η τέχνη είναι μια έμφυτη γλώσσα για όλους
- Κάποια άτομα με αναπηρίες ίσως να μην έχουν τη δυνατότητα να εκφραστούν λεκτικά, ιδιαίτερα σε περίοδο κρίσης
- Άτομα τα οποία έχουν υποστεί κάποια μορφή κακοποίησης συχνά δεν επιθυμούν να μιλήσουν για τις τραυματικές τους εμπειρίες
- Οι τραυματικές εμπειρίες εγγράφονται στη μνήμη μέσα από αισθητηριακά κανάλια (π.χ. οπτική εικόνα)

Προσωπικές ιστορίες:

One in Five...

Ενα στα πέντε παιδιά είναι πιθανά θύματα σεξουαλικής κακοποίησης.

Στα παιδιά με αναπηρία το ποσοστό αυτό είναι ακόμη μεγαλύτερο γιατί είναι ευάλωτη ομάδα.

Τα άτομα που έχουν κακοποιηθεί δεν εκφράζονται εύκολα με λόγια.

Η Εικαστική Θεραπεία αποτελεί ένα ασφαλές πλαίσιο στο οποίο η θεραπεία μπορεί να είναι εφικτή χωρίς κατ' ανάγκη να μιλήσει με λέξεις το άτομο για την κακοποίησή του.

Εικαστική Θεραπεία και Λειτουργίες του Εγκεφάλου

- Η Τέχνης μειώνει το άγχος και αυξάνει την εξοικείωση με τον/την ψυχοθεραπευτή/τρια
- Διευκολύνει τη λεκτική αναφορά σε συναισθηματικά φορτισμένα γεγονότα
- Αυξάνει την ανάκληση πληροφοριών κατά τη διάρκεια της συνάντησης με το θεραπευτή/τρια
- Βοηθά στην οργάνωση της αφήγησης/ εξιστόρησης
- Προσφέρει εναλλακτικές μεθόδους επικοινωνίας στο πλαίσιο της θεραπείας



Πρόληψη σε δημοτικό σχολείο: Art Therapy – Open Studio

Μερικά από τα αποτελέσματα:

Μείωση Θυμού*

Μείωση Φόβου*

Μείωση Λύπης **

Μείωση Βαριεστημάρας**

Μείωση «Δεν με παίζουν»**

Μείωση «Με χτυτούν»**


Μείωση «Με πειράζουν»**





Προσωπικές ιστορίες και έργα:

Στην Εικαστική Θεραπεία τα έργα τέχνης είναι μέρος των ευαίσθητων προσωπικών δεδομένων του ασθενή/πελάτη/θεραπευόμενου.




Αυτό σημαίνει ότι μπορούν να παρουσιαστούν μόνο με σχετική άδεια.



Μέρος Β´

Τι σημαίνουν αυτά για την
Εκπαίδευση;



Τι σημαίνουν αυτά για την εκπαίδευση;

- Είναι πολύ σημαντικά τα όρια στη διδασκαλία μας.
- Secondary handicap (πολλές φορές τα παιδιά αναπτύσσουν δευτερεύουσες αναπηρίες αναζητώντας την προσοχή).
- Δυνατότητες και ικανότητες (όχι έτοιμα σχέδια, όσο λιγότερη παρέμβαση γίνεται)
- Στόχος Ανεξαρτητοποίηση και Ενίσχυση της Αυτοεικόνας παράλληλα με άλλους εκπαιδευτικούς στόχους .
- Προσαρμογή δραστηριοτήτων (Περισσότερη έμφαση στη διαδικασία παρά στο αποτέλεσμα)

Απαραίτητο:

Συντονισμός - Συνεργασία

- Ατομικός Φάκελος (Ενημέρωση).
- Συνεργασία με Συνδετική Λειτουργό.
- Στήριξη και επικοινωνία με ΣΕΑ.
- Καλή συνεργασία με συναδέλφους και συνοδούς.
- Τα όσα εκφράζονται μέσα από την Τέχνη, να μεταφέρονται στον Υπεύθυνο καθηγητή της Μονάδας. Δεν παίρνουμε ρόλο ερευνητή ή θεραπευτή.
- Συνεργασία με τον γονιό.

Προτάσεις για το σχολείο

Πριν οργανώσεις τη διδασκαλία σου σκέψου:

- Ποια άτομα έχεις μπροστά σου;
- Δεξιότητες/ικανότητες
- Πειραματισμός με ποικιλία υλικών
(αισθητηριακή εναρμόνιση)
- Ποικιλία σε μεγέθη
- Συνεργατική δημιουργική εργασία
- Ισότιμη ένταξη όπου είναι εφικτό

Υλικά – Πού βρίσκουμε υλικά;

Ανακυκλώσιμα υλικά, υλικά Τέχνης

Πώς αναπτύσσουμε την αυτοεικόνα του μαθητή μέσα από τη δουλειά μας;

- Πάντα έχουμε στο νου: Ποιος είναι ο στόχος μας;

(Συμπεριλαμβάνει την Ανεξαρτητοποίηση, την Ενίσχυση Φαντασίας και την ανάπτυξη της Δημιουργικότητας)

– Προσοχή με τα παζαράκια. Μπορεί να εξυπηρετούν στόχους εκπαίδευσης αλλά με όρια.

- Δραστηριότητες που θα είναι προσαρμοσμένες στις ικανότητες των παιδιών.
- Δημιουργική Εργασία χωρίς «βοήθεια».
- Εκπαίδευση Συνοδών για να στηρίζουν την ανεξαρτητοποίηση.
- Οι επιλογές των μαθητών ακόμη και σε υλικά είναι σημαντικές.
- Αξιοποίηση πινακίδων.
- Παρουσίαση της δουλειάς τους στο πλαίσιο της ένταξης στην τάξη σε κοινό θέμα πχ υφαντική ή κολλαγραφία/τυπώματα
- Κρατάμε όλα τα έργα ακόμη και αν δεν αρέσουν σε εμάς ή στους μαθητές μας. Αποφασίζουμε για την τύχη τους στο τέλος της χρονιάς.

Προσωπική Ιστορία:

Το να καταφέρει ένα παιδί με εγκεφαλική παράλυση, τετραπληγία, δυστονία να κρατήσει για πρώτη φορά πινέλο και να δημιουργήσει με χαρά είναι από τα μεγαλύτερα επιτεύγματα στην καριέρα του κάθε καθηγητή Εικαστικών Τεχνών. Η προσαρμογή του μαθήματος στις ιδιαιτερότητες και ικανότητες του μαθητή αποτελεί την ουσία της συμπερίληψης. Inclusive Education is Possible! Μπράβο!

Βιβλιογραφία

Βιβλία:

- KARKOY, V.(2010) ; Art Therapy in Schools, Research and Practice, London & Philadelphia: Jessica Kingsley Publishers
- KAY, B. (2003); Changing Philosophy in learning disability: learning disability themes and perspectives, MARKWITH & PARISH eds.: Edinburgh: Butterworth Heineman
- REES, M., Drawing on Difference – Art Therapy with People who have Learning Difficulties, (1998), London:Routledge: NB.
- SINASON, V. (1992) Mental Handicap and the Human Condition. London: Free Association Books
- WEISS, J.; (1984) Expressive Therapy with Elders and the Disabled Haworth Press Inc: New York)

Βιβλιογραφία

- WAITMAN, A., CONBOY-HILL, S. Ed. (1992). Psychotherapy and Mental Handicap. London/California/ New Delhi: SAGE Publications.

Άρθρα

- CLARKE ALEXANDER, K. (1991); “Artmaking: Bridge to Metaphorical Thinking”, The Arts in Psychotherapy. 18:105-111
- POUNSETT, H.; PARKER, K.; HAWTIN, A. & COLLINS, S., (2006) ‘Examination of the changes that take place during an art therapy intervention’, Inscape 11(2): 79-101
- STACK, M., (1996) ‘Humpty Dumpty had a great Fall’, Inscape 1(1): 1-13.

Σύνδεσμος Εικαστικών Θεραπευτών Κύπρου



Εργαστήριο για γονείς ατόμων με αναπηρία (1^η Απριλίου)

Λίστα emails/τηλ για επικοινωνία

Προαιρετική Εγγραφή μελών-φίλων του συνδέσμου

Ιστοσελίδα: <http://carta-ngo.org>

Fb: Cyprus Art Therapy Association

Email: info@carta-ngo.org

Τηλέφωνο: 22005367

Ακολουθούν βιωματικά εργαστήρια:

A. Ιδιαίτερα περιστατικά και δυσκολίες που αντιμετωπίζουμε στις Μονάδες Ειδικής Εκπαίδευσης και ιδιαιτερότητες της προσωπικής έκφρασης μέσα από την εικαστική δημιουργία.

Ενημέρωση- Διαχείριση - Αντιμετώπιση-Επικοινωνία

B. Ενσυναίσθηση και συνεργασία μέσα από τις Εικαστικές Τέχνες

Τα εργαστήρια έχουν οργανωθεί από το ΔΣ του Συνδέσμου CArTA και θα συντονίσουν οι Εικαστικές Θεραπεύτριες:

Χρίστα Καμένου BA Psychology, MSc Art Psychotherapy

Περσεφόνη Κρασίδου BA Education, BA Fine Art, MA Art Therapy

Μάχη Παπαδοπούλου BA Hons Fine Art, MA Expressive Therapies