

ΕΚΦΡΑΣΤΙΚΗ ΘΕΡΑΠΕΙΑ ΜΕΣΩ ΤΕΧΝΩΝ ΚΑΙ ΚΟΙΝΩΝΙΚΗ ΕΡΓΑΣΙΑ Μία μελωδική αντίστιξη¹

Παναγιωτίδου Μαρία²

«Η ζωή, ο θάνατος κι αναμεσίς η Τέχνη».

Νίκος Εγγονόπουλος

Περίληψη

Το παρόν άρθρο αναφέρεται στην εκφραστική θεραπεία μέσω τεχνών και στο συνδυασμό της Κοινωνικής Εργασίας με τις εκφραστικές τέχνες. Αρχικά, μέσα από τους ορισμούς, την ιστορική αναδρομή και τα βασικά μοντέλα της «προσωποκεντρικής εκφραστικής θεραπείας μέσω τεχνών» και της «κλινικής εκφραστικής θεραπείας μέσω τεχνών», προσεγγίζουμε το συγκεκριμένο θέμα. Εν συνεχεία, γίνεται αναφορά στη χρήση των εκφραστικών τεχνών στις μεθόδους της Κοινωνικής Εργασίας (*κοινωνική εργασία με άτομο, κοινωνική εργασία με ομάδα, κοινωνική εργασία με οικογένεια, κοινωνική εργασία με κοινότητα*) η οποία πλαισιώνεται με παραδείγματα. Στην πορεία, περιγράφονται κάποιοι προβληματισμοί που σχετίζονται με την αξιοποίηση της τέχνης στην Κοινωνική Εργασία. Τέλος, παρουσιάζεται η δυνατότητα εκπαίδευσης στην εκφραστική θεραπεία μέσω τεχνών. Η δημιουργικότητα είναι ένα συστατικό, που μπορεί να εφαρμοστεί σε όλες τις δραστηριότητες της ζωής, τόσο των ίδιων των κοινωνικών λειτουργών, όσο και των ωφελούμενων τους.

Λέξεις - κλειδιά: *Κοινωνική εργασία και τέχνη, Δημιουργικότητα, Εκφραστική θεραπεία μέσω τεχνών*

Εισαγωγή

Ο δρόμος για την ανακάλυψη και ανάπτυξη του εαυτού δεν είναι εύκολη διαδικασία. Συχνά, το άτομο καλείται να διαβεί από δύσκολα μονοπάτια, να διασχίσει τις “Συμπληγάδες Πέτρες” για να προχωρήσει. Σαν άλλος Οδυσσέας έχει να αντιμετωπίσει

1. Αντίστιξη: η σχέση που αναπτύσσεται ανάμεσα σε δύο ή περισσότερες ανεξάρτητες μελωδίες όταν αυτές συνυπάρχουν ταυτόχρονα στη μουσική σύνθεση.
(http://greek-guitar.weebly.com/uploads/1/0/9/2/10927010/mousikoi_oi.pdf)
2. Κοινωνική λειτουργός, MSc, με ειδίκευση στην κλινική εκφραστική θεραπεία μέσω τεχνών, εκπαιδευόμενη συστημική θεραπεύτρια, εκπαιδεύτρια ενηλίκων.

τους “Λαιστρυγόνας και τους Κύκλωπας” καθώς και τον θυμωμένο Ποσειδώνα. Το ρόλο του συνοδοιπόρου και υποστηρικτή, αλλά και συμμάχου, σαν μια άλλη θεά Αθηνά, θα μπορούσε να διαδραματίσει η τέχνη. Όπως αναφέρει και ο Πικάσο: *«η τέχνη είναι το πιο ισχυρό εργαλείο για να αλλάξεις τον κόσμο, να πολεμήσεις ενάντια σε ό,τι θεωρείς εχθρό σου»*.

Με την τέχνη μπορούμε να εκφραστούμε και να επικοινωνήσουμε. Η τέχνη συμβάλλει στο να εξωτερικεύσουμε μύχιες σκέψεις και συναισθήματα που μας δυσκολεύουν λεκτικά. Η τέχνη είναι ένα ισχυρό εργαλείο επικοινωνίας (Malchiodi, 2003) και συμβάλλει στο να “ξεκλειδώσει” σφιγξίματα συναισθηματικά ή νοητικά, στην άρση της αυτολογοκρισίας και απελευθερώνει (Φιλίππου και Καραντάνα, 2010).

«Μέσα από τη ζωγραφική εξωτερίκευσα τον πόνο, τη λύπη, το θυμό, το φόβο, τις ελπίδες και τα όνειρά μου. Δούλεψα πολύ με τα δάχτυλά μου και ήταν τόσο θεραπευτικό όσο και χαλαρωτικό. Αυτή η μορφή ζωγραφικής με γείωσε, όταν δεν μπορούσα να νιώσω τίποτα άλλο, ο καμβάς ήταν ένα πεδίο όπου μπορούσα να τρέξω με τα δάχτυλά μου και να βιώσω έναν πλούτο συναισθημάτων» (Ramachandran, 2012:24).

Με το έργο τέχνης που δημιουργούμε επικοινωνούμε μέσω του ασυνείδητου, όπως συμβαίνει με τα όνειρα. Όμως, *«σε αντίθεση με τα όνειρα, οι δημιουργικές εκφράσεις ενσωματώνουν τη συνειδητή και μη συνειδητή εργασία της ψυχής και δίνουν απλή έκφραση στην παρούσα στιγμή» (McNiff, 2009: 13)*. Η δημιουργικότητα πηγάζει από μέσα μας, ο καθένας μπορεί να εκφραστεί δημιουργικά, να χρησιμοποιήσει τη φαντασία και τις εσωτερικές του πηγές. Η δημιουργικότητα και η έκφραση είναι τόσο παλιές όσο και η ανθρώπινη επικοινωνία. Η χρήση της τέχνης και η θεραπευτική της επίδραση συναντιούνται πολύ βαθιά στην ιστορία του ανθρώπου.

Ιστορική Αναδρομή

Το παλαιότερο ζωγραφισμένο σπήλαιο που έχει βρεθεί, το σπήλαιο Chauvet, χρονολογείται το 30000 με 28000 π.Χ. (Δημοπούλου, 2012). Στις τελετές των γηγενών θεραπειών ή των σαμάνων, όπου τραγουδούσαν, χόρευαν, δημιουργούσαν εικόνες ή λέγανε ιστορίες, τοποθετούνται οι πρώτες ρίζες της ψυχολογίας και της ψυχιατρικής (Malchiodi, 2003).

Αντίστοιχα, η N. Rogers (1993: xiv) αναφέρει ότι *«οι εκφραστικές τέχνες είναι αρχαίες μορφές που αναγεννιούνται για να φέρουν την απαραίτητη ολοκλήρωση και ισορροπία στον κόσμο μας»*. Η τέχνη και κυρίως ο συνδυασμός των τεχνών (χορός, τραγούδι,

εικαστικά, αφήγηση) χρησιμοποιούνται για τη σύνδεση των ανθρώπων με τον εαυτό τους, με τους άλλους (ομάδα) αλλά και με το φυσικό τους περιβάλλον (N. Rogers, 1993).

Χαρακτηριστικό παράδειγμα αποτελεί η χρήση των τεχνών για θεραπευτικούς σκοπούς στην αρχαία Ελλάδα. Οι τελετουργίες έδιναν τη δυνατότητα στους συμμετέχοντες μέσω του χορού, της μίμησης, της μουσικής και του δράματος να βιώσουν τις αλλαγές της ζωής και να εκτονώσουν τη συναισθηματική τους φόρτιση. Στην αρχαία Ελλάδα, στο περίφημο θεραπευτήριο της Επιδαύρου, εκτός των άλλων, υπήρχε ωδείο, θέατρο και γυμναστήριο. Η θεραπευτική διαδικασία συμπεριλάμβανε το δράμα, τη μουσική, την κίνηση. Τα θεραπευτήρια του Ασκληπιού, τα γνωστά Ασκληπιεία, μεταξύ άλλων περιλάμβαναν μουσική, διάβαση, θέατρο, κίνηση (Ευδοκίμου - Παπαγεωργίου, 1999).

Τον όρο *«εκφραστική θεραπεία μέσω τεχνών»*, τον συναντάμε τη δεκαετία του 1970 από τον McNiff (Levine & Levine, 2011). Ο A. Goren Bar (2018: 13) αναφέρει ότι *«όπως πάντα, όλα ξεκίνησαν σε ένα ψυχιατρικό νοσοκομείο, το Danvers Mental Hospital, το 1970, από τον McNiff»*. Στο συγκεκριμένο νοσοκομείο, ο McNiff, ως εικαστικός θεραπευτής, διαμόρφωσε ένα χώρο (art studio) όπου μπορούσαν οι ασθενείς να δουλεύουν με την τέχνη. Τα πολλαπλά οφέλη που λάμβαναν από αυτές τις δράσεις και το αίσθημα αξιοπρέπειας που τους έδινε, οδήγησαν τον McNiff να μελετήσει τόσο τη διαδικασία δημιουργίας αντικειμένων τέχνης όσο και τον αναστοχασμό πάνω σε αυτά. Ο ίδιος αναφέρει (McNiff, 2009) ότι το ενδιαφέρον του για τη χρήση όλων των τεχνών οφείλεται κυρίως σε μια ρεαλιστική προσπάθεια να προσελκύσει το άτομο στην ολότητα του καθώς και τις εκφραστικές του δυνατότητες.

Το 1972, ο Goldman, Επίτροπος Ψυχικής Υγείας της Κοινοπολιτείας της Μασαχουσέτης στις ΗΠΑ, εισήγαγε τον όρο *«εκφραστική θεραπεία»* στον οποίο συμπεριέλαβε όλες τις μορφές τέχνης που χρησιμοποιούνταν μέχρι τότε στη θεραπεία και ταυτόχρονα αναγνώρισε τον McNiff ως κύριο εκπρόσωπό της (McNiff, 2009). Το 1974 ο McNiff ως καθηγητής του Lesley College ίδρυσε το πρώτο πρόγραμμα Εκφραστικών Θεραπειών αποκαλώντας το “γνώση βασισμένη στις τέχνες”. Παράλληλα, ο Knill χρησιμοποίησε όλες τις τέχνες στο μάθημά του, και καθοδήγησε τον πρώτο πυρήνα σπουδαστών στην *«εκφραστική θεραπεία»* δημιουργώντας τη δική του μέθοδο, την *«εκφραστική θεραπεία μέσα από το συνδυασμό διαφορετικών καλλιτεχνικών μέσων»* (ή αλλιώς τη *«διαμεθοδική εκφραστική θεραπεία»*) (intermodal expressive therapy) (McNiff, 2009: 27). Εκτός από τον Shaun McNiff και τον Paolo Knill, οι Norma Canner, Elizabeth McKim και άλλοι ανέπτυξαν και καθιέρωσαν τις εκφραστικές θεραπείες ως ανεξάρτητη προσέγγιση (Levine & Levine, 2011).

Εκφραστική Θεραπεία μέσω Τέχνης: ορισμοί και βασικά χαρακτηριστικά

Η εκφραστική θεραπεία μέσω τεχνών είναι η θεραπεία που συνδυάζει πολλές μορφές τέχνης. Ο McNiff (2009: 4) αναφέρει ότι ο όρος «*δημιουργική θεραπεία μέσω τεχνών*» (creative arts therapy) χρησιμοποιήθηκε για να ομαδοποιήσει όλες τις ατομικές θεραπείες μέσω τέχνης. Η εκφραστική θεραπεία μέσω τεχνών (expressive arts therapy) περιγράφει ένα ευδιάκριτο τομέα που συνδυάζει διαφορετικά εκφραστικά μέσα και πρακτικές και είναι μέρος της μεγαλύτερης ομάδας, της κοινότητας των δημιουργικών θεραπειών μέσω τέχνης, με στόχο την ευημερία των ανθρώπων (McNiff, 2009). Η εκφραστική θεραπεία συχνά χρησιμοποιεί περισσότερες από μία μορφές τέχνης και μπορεί να τις ενσωματώσει σε μια συνεδρία.

«Η εκφραστική θεραπεία μέσω τεχνών χρησιμοποιεί διάφορες τέχνες - την κίνηση, τα εικαστικά (ζωγραφική, γλυπτική, σχέδιο), το γράψιμο, τον ήχο και τον αυτοσχεδιασμό σε ένα υποστηρικτικό περιβάλλον για τη διευκόλυνση της ανάπτυξης και της θεραπείας. Είναι μια διαδικασία ανακάλυψης του εαυτού μας μέσα από οποιαδήποτε μορφή τέχνης που προέρχεται από ένα συναισθηματικό βάθος. Δεν δημιουργεί μια όμορφη εικόνα. Δεν είναι ένας χορός έτοιμος για τη σκηνή. Δεν είναι ένα ποίημα γραμμένο και ξαναγραμμένο για την τελειότητα» (Rogers N., 1993:1-2).

Όταν χρησιμοποιούμε τις τέχνες για θεραπεία ή αυτοθεραπεία δεν μας απασχολεί η ομορφιά του έργου, η αρμονία του ήχου ή η γραμματική του κειμένου. Οι τέχνες γίνονται το μέσον, μέσω του οποίου εκφραζόμαστε, δημιουργούμε, απελευθερωνόμαστε. Τα σύμβολα και τα μηνύματα που μεταφέρονται μέσα από το καλλιτεχνικό μας μέσον, αν καταφέρουμε να τα αποκωδικοποιήσουμε, μας δίνουν πολύτιμες πληροφορίες.

Μέσω του καλλιτεχνικού μας έργου, εκφράζουμε και ανακαλύπτουμε συναισθήματα, οραματιζόμαστε και δημιουργούμε. Με αυτόν τον τρόπο δύναται να ξεπεράσουμε τα προβλήματα, να αναλάβουμε δράση. Η κίνηση, το χρώμα, οι λέξεις γίνονται ο καμβάς που θα υφάνουμε. Ο Ν. Καζαντζάκης έλεγε: «*Έχεις τα πινέλα, έχεις τα χρώματα, ζωγράφισε τον παράδεισο και μπες μέσα*».

«Η αυτογνωσία του πελάτη επεκτείνεται καθώς η κίνηση, τα εικαστικά, η γραφή και ο ήχος παρέχουν στοιχεία για περαιτέρω εξερεύνηση. Η χρήση εκφραστικών τεχνών γίνεται μια διαδικασία επούλωσης, καθώς και μια νέα γλώσσα που μιλά τόσο στον πελάτη όσο και στον θεραπευτή. Αυτές οι τέχνες είναι ισχυρά μέσα, στα οποία ο άνθρωπος ανακαλύπτει, βιώνει και δέχεται άγνωστες πτυχές του εαυτού του. Η λεκτική θεραπεία επικεντρώνεται σε συναισθηματικές διαταραχές και ακατάλληλη συμπεριφορά. Οι εκφραστικές

τέχνες μετακινούν τον πελάτη στον κόσμο των συναισθημάτων και της περαιτέρω διάστασης» (Rogers, 1993:3).

Η δημιουργική δραστηριότητα έχει επίσης χρησιμοποιηθεί στην ψυχοθεραπεία και τη συμβουλευτική όχι μόνο επειδή εξυπηρετεί μια άλλη γλώσσα, αλλά και λόγω της έμφυτης ικανότητάς της να βοηθά ανθρώπους όλων των ηλικιών να εξερευνήσουν συναισθήματα και πεποιθήσεις, να μειώσουν το άγχος, να επιλύσουν προβλήματα και συγκρούσεις και να ενισχύσουν την αίσθηση ευεξίας τους (Malchiodi, 2003).

Μοντέλα Εκφραστικής Θεραπείας μέσω Τεχνών

*«Προσπαθώ να βάζω χρώματα
σαν λέξεις που σχηματίζουν ποιήματα,
σαν νότες που σχηματίζουν μουσική».*

Joan Miro

Όπως και στις άλλες μορφές ψυχοθεραπείας, έτσι και στην εκφραστική θεραπεία μέσω τεχνών, υπάρχουν διαφορετικά μοντέλα και μέθοδοι. Οι θεραπευτές που εργάζονται με την εκφραστική θεραπεία μέσω τεχνών ή την *«εκφραστική θεραπεία μέσω διαφορετικών καλλιτεχνικών μέσων»* ή αλλιώς *«διαμεθοδική εκφραστική θεραπεία»* έχουν διαφορετικό θεωρητικό υπόβαθρο (Malchiodi, 2003). Μπορούν να διαθέτουν θεωρητικό υπόβαθρο που να βασίζεται στις θεωρίες του Jung ή στις θεωρίες των Αντικειμενοτρόπων σχέσεων ή σε άλλες θεωρητικές προσεγγίσεις (Goren-Bar, 2018· Malchiodi, 2003). Μία από τις πιο αποδεκτές θεωρίες είναι η προσωποκεντρική εκφραστική θεραπεία μέσω τεχνών (Malchiodi, 2003).

Η Προσωποκεντρική Εκφραστική Θεραπεία μέσω Τεχνών (Natalie Rogers)

Η Natalie Rogers (1928-2015) ήταν κόρη του Carl Rogers, ιδρυτή της προσωποκεντρικής θεωρίας και της Helen Elliott Rogers, καλλιτέχνης και ζωγράφου. Η ίδια η N. Rogers (1993) αναφέρει ότι ανακάλυψε αυτό που ήταν θεραπευτικό για τον εαυτό της, καθώς έφερε μαζί το ενδιαφέρον της για την ψυχοθεραπεία με τα εικαστικά, το χορό, το γράψιμο και τη μουσική. Η Προσωποκεντρική Εκφραστική Θεραπεία γεννήθηκε από την προσωπική της ενσωμάτωση των τεχνών και της φιλοσοφίας που είχε κληρονομήσει. Ταυτόχρονα, η συνεργασία της με τον Paolo Knill, λίγους μήνες μετά το θάνατο του πατέρα της, αποτέλεσε για την ίδια μια βαθιά μεταμορφωτική εμπειρία και την επηρέασε στη διαμόρφωση της μεθόδου της (Davidson, 2015).

Δημιουργική Σύνδεση

Κεντρικό στοιχείο της προσωποκεντρικής εκφραστικής θεραπείας μέσω τέχνης είναι η «Δημιουργική Σύνδεση», ένας όρος που δημιούργησε η ίδια η Natalie Rogers. Η δημιουργική σύνδεση είναι η χρήση διαφορετικών στοιχείων δημιουργικής έκφρασης. Το άτομο, καθώς κινείται από το ένα εκφραστικό μέσο στο άλλο, εμβαθύνει περισσότερο και έχει καλύτερη πρόσβαση στα συναισθήματά του.

Η Rogers (1993) περιγράφει τη δημιουργική διασύνδεση ως τη διαδικασία που επιτρέπει σε μια μορφή τέχνης να επηρεάζει την άλλη άμεσα. Η χρήση διαφορετικών εκφραστικών τεχνών, τη μια μετά την άλλη, αυξάνει και εντείνει το εσωτερικό μας ταξίδι. Όταν αρχίζουμε να εκφράζουμε τον εαυτό μας μέσω της κίνησης και του ήχου, κινούμενοι με βάση τα συναισθήματά μας και αμέσως μετά, πηγαίνοντας στο χρώμα (στη ζωγραφική) ή στον πηλό, το έργο τέχνης μας αλλάζει. Αυτό που δημιουργούμε, τις περισσότερες φορές, προέρχεται από το ασυνείδητο και μπορεί να μας εκπλήξει. Μεταβαίνοντας από τη μία μορφή τέχνης σε άλλη μορφή τέχνης απελευθερωνόμαστε, ανακαλύπτουμε τη μοναδικότητά μας και βυθιζόμαστε περισσότερο στον εσωτερικό μας κόσμο.

«Η διαδικασία δημιουργικής σύνδεσης που έχω αναπτύξει διεγείρει μια τέτοια αυτο-εξερεύνηση. Είναι σαν τα ξεδιπλωμένα πέταλα ενός άνθους λωτού σε μια καλοκαιρινή μέρα. Στο ζεστό, αποδεκτό περιβάλλον, τα πέταλα ανοίγουν για να αποκαλύψουν την εσωτερική ουσία των λουλουδιών. Καθώς τα συναισθήματά μας αγγίζονται, γίνονται πόροι για περαιτέρω κατανόηση και δημιουργικότητα. Επιτρέπουμε απαλά στον εαυτό μας να ξυπνήσει σε νέες δυνατότητες. Με κάθε άνοιγμα μπορούμε να εμβαθύνουμε την εμπειρία μας. Όταν φτάσουμε στον εσωτερικό μας πυρήνα, βρίσκουμε τη σύνδεσή μας με όλα τα όντα. Δημιουργούμε για να συνδεθούμε με την εσωτερική μας πηγή και να φτάσουμε στον κόσμο και στο σύμπαν» (Rogers, 1993:4).

Η Προσωποκεντρική θεωρία διαφοροποιείται από τις άλλες θεωρίες που πιστεύουν ότι οι θεραπευτές έχουν την «πραγματική γνώση» και την ακριβή ερμηνεία του καλλιτεχνικού έργου του πελάτη. Σύμφωνα με την εν λόγω θεωρία, τα άτομα είναι ικανά να βρουν την αυτο-πραγμάτωση, όταν το περιβάλλον χαρακτηρίζεται από ενσυναίσθηση, άνευ όρων αποδοχή, φροντίδα και ειλικρίνεια (Rogers, 1993).

Η Κλινική Εκφραστική Θεραπεία μέσω Τεχνών (Avi Goren Bar)

Η Κλινική Εκφραστική Θεραπεία (Clinical Expressive Therapy) αποτελεί ένα απαρτιωμένο θεραπευτικό μοντέλο, εμπνευστής του οποίου είναι ο Dr. Avi Goren Bar (Goren Bar, Μαραγκοπούλου και Πανταγούτσου, 2019:371). Ο A. Goren Bar (1952-)

χαρακτηρίζει την προσέγγισή του ως πιο “αρσενικά” προσανατολισμένη με την “γιουνγκιανή” έννοια, δηλαδή πιο άμεση, πιο αναλυτική και πιο κλινική στην πράξη (Goren Bar, 2018). Δεν ενδιαφέρεται μόνο να διαμορφώσει το κατάλληλο περιβάλλον για τον θεραπευόμενο ώστε να δημιουργήσει το έργο τέχνης του. Εξίσου σημαντικό είναι μαζί με τον πελάτη να εξερευνήσουν το καλλιτεχνικό του δημιούργημα, να του δώσουν «φωνή». Δεν είναι λίγες οι φορές που μέσα από τη διαδικασία, το αρχικό έργο αλλάζει μορφή για να αποκαλυφτεί το “μυστικό”, ώστε το άτομο να φτάσει στην επίγνωση και να πετύχει την επιθυμητή αλλαγή. Το έργο τέχνης προσεγγίζεται σε πολλά επίπεδα: σωματικά, διανοητικά και συναισθηματικά. Άλλωστε, όπως ο ίδιος αναφέρει, η αλλαγή επέρχεται μέσω των συναισθημάτων (Goren Bar, 2018).

Δημιουργικός Άξονας

Κεντρικό στοιχείο για την κατανόηση και την αξιολόγηση του καλλιτεχνικού έργου και των μέσων που χρησιμοποιεί ο πελάτης στη θεραπεία είναι η διαδικασία του Δημιουργικού άξονα του Goren Bar (Malchiodi, 2003). Ο Goren Bar (2018), σχετικά με την ιδέα του Δημιουργικού άξονα, αναφέρει ότι κάποια στιγμή ζήτησε από τον McNiff να του προτείνει τι να κάνει για τη διδακτορική του διατριβή και εκείνος του απάντησε: απλά γράψε αυτό που κάνεις. *«Αμέσως τότε, είδα έξι στάδια. Το μουσικό μου υπόβαθρο μου έδωσε “εντολή” να δω μια δημιουργική διαδικασία όπως η συμφωνία. Η μουσική συμφωνία, όπως και με οποιαδήποτε άλλη δημιουργική διαδικασία, έχει μια εισαγωγή, ένα κεντρικό θέμα, μια παραλλαγή και ένα φινάλε»* (Goren Bar, 2018: 83).

Ο Δημιουργικός άξονας είναι ένα σχήμα έξι (6) σταδίων που μπορεί να χρησιμοποιηθεί στην εκφραστική θεραπεία μέσω των τεχνών ως κύριο διαγνωστικό και θεραπευτικό εργαλείο, τόσο σε ατομικό όσο και σε ομαδικό επίπεδο. Ο δημιουργικός άξονας υπάρχει στην κάθε συνεδρία, σε όλη τη θεραπευτική διαδικασία (σειρά συνεδριών) αλλά και γενικότερα σε κάθε δημιουργική δραστηριότητα.

Όπως αναφέρει ο Goren Bar (2019:55), *«από τη στιγμή που έρχονται στο χώρο οι θεραπευόμενοι κινούνται κατά μήκος του δημιουργικού άξονα και η συμπεριφορά, οι αντιδράσεις, οι δραστηριότητες και η στάση τους χαρακτηρίζει αυτόν τον άξονα»*. Τα έξι στάδια είναι: (1) Επαφή (Contact), (2) Οργάνωση (Organization), (3) Αυτοσχεδιασμός (Improvisation), (4) Κυρίως θέμα (Central theme), (5) Επεξεργασία/ Παραλλαγές (Elaboration/Variation) και (6) Διατήρηση (Preservation).

«Κατά τη διάρκεια όλων των σταδίων, η επιλογή του εικαστικού μέσου (που άλλοτε προτείνεται από το θεραπευτή, άλλοτε επιλέγεται από τον θεραπευόμενο), η επιλογή των υλικών και του εκφραστικού ρεπερτορίου»

δίνουν πολύτιμες πληροφορίες για τον θεραπευόμενο και αποτελούν άξονες για τη χάραξη του θεραπευτικού πλάνου. Πολύ συχνά τα στάδια δεν εμφανίζονται με τόσο γραμμικό τρόπο, μπορεί κάποιος να επιστρέψει σε ένα προγενέστερο στάδιο κατά τη διάρκεια της δημιουργίας ή ο θεραπευτής να χρησιμοποιήσει την εναλλαγή περισσότερων εικαστικών μέσων, αν αυτό έχει θεραπευτική αξία» (Goren Bar, Μαραγκοπούλου και Πανταγούτσου, 2019: 372).

Συγκεκριμένα, τα **6 στάδια** είναι (Goren Bar 1997, 2018, 2019; Malchiodi, 2003):

1° Στάδιο: Επαφή. Είναι η αρχική περίοδος όπου ο πελάτης έρχεται σε επαφή με το εκφραστικό μέσο (π.χ. αγγίζει το υλικό, επιλέγει το χώρο που θα σταθεί για να κινηθεί, δοκιμάζει κάποιο μουσικό όργανο ή τη φωνή).

2° Στάδιο: Οργάνωση. Έχοντας επιλέξει το καλλιτεχνικό μέσο ο πελάτης οργανώνει τα διάφορα στοιχεία (προετοιμάζει τα υλικά για να ζωγραφίσει, κουρδίζει το μουσικό όργανο ή παίζει νότες ή μουσικές σκάλες, στήνει τη σκηνή για το θεατρικό δρώμενο κτλ).

3° Στάδιο: Αυτοσχεδιασμός. Η φυσική συνέχιση της οργάνωσης. Ο πελάτης χρησιμοποιεί τη διαδικασία “δοκιμή και λάθος” για να εξερευνήσει το υλικό και τα χαρακτηριστικά του μέσου (π.χ. εξερευνά τη σχέση μεταξύ των γραμμών και του χαρτιού, μεταξύ των άκρων του και του χώρου, αλλάζει την ένταση, τη διάρκεια ή τη σειρά των μουσικών φθόγγων).

4° Στάδιο: Κεντρικό Θέμα. Είναι η στιγμή, όπου το κεντρικό θέμα αναδύεται, γίνεται ξεκάθαρο, και το άτομο επενδύει περισσότερο σε ένα στοιχείο του έργου του (δημιουργεί μία εικόνα από τις γραμμές που είχε σχεδιάσει, επαναλαμβάνει ένα ρυθμό ή μια μελωδία, εστιάζει σε μια κίνηση που την αναπτύσσει και την επαναλαμβάνει διαμορφώνοντας μια κίνηση με νόημα).

5° Στάδιο: Επεξεργασία. Σε αυτό το στάδιο το άτομο ασχολείται με την τροποποίηση, ανάπτυξη ή βελτίωση του έργου τέχνης (π.χ. δίνει ένα τίτλο στο γλυπτό και το επεξεργάζεται για να του δώσει την επιθυμητή μορφή, μία κυρίαρχη κίνηση μετατρέπεται σε ένα ιδιοσυγκρασιακό χορό).

6° Στάδιο. Διατήρηση. Στο τελευταίο στάδιο, έχουμε το κλείσιμο, την αποστασιοποίηση, τη διαδικασία του αποχωρισμού από το έργο και της διατήρησης αυτού στη μνήμη (π.χ. ξεκούραση από μια κινητική συνεδρία, ηχογράφηση του μουσικού κομματιού).

Πολύτιμες πληροφορίες για το άτομο δύναται να συλλέξουμε τόσο από το χρόνο που ο πελάτης αφιερώνει σε κάθε στάδιο, όσο και από τον τρόπο που πραγματοποιεί τη μετάβαση από το ένα στάδιο στο άλλο, κατά μήκος του άξονα (Goren Bar, 2019). Τα συναισθήματα και οι πιθανές δυσκολίες που αναδύονται σε κάθε στάδιο δίνουν

σημαντική πληροφορία στον θεραπευτή. Για παράδειγμα, παιδιά ή ενήλικοι με μαθησιακές δυσκολίες πιθανά να αντιμετωπίσουν δυσκολίες στα στάδια 1 έως 3, και να προτιμούν να επικεντρωθούν γρήγορα στο στάδιο 4 (Κύριο θέμα) που θα είναι πιο εκφραστικό αλλά λιγότερο ακριβές και αισθητικό (Goren Bar, 2019).

Ο θεραπευτής, σε περίπτωση που το κρίνει, μπορεί να γίνει πιο παρεμβατικός και να βοηθήσει το άτομο στην υλικο-τεχνική πλευρά με στόχο να φτάσει στο κεντρικό θέμα και στην επεξεργασία, καθώς αυτά τα στάδια συμβάλλουν στη “βίωση του νοήματος”.

Κοινωνική Εργασία και Εκφραστικές Τέχνες

*«η Τέχνη υπάρχει για να δίνει παρηγοριά
σε όσους έχει τσακίσει η ζωή».*

Vincent Van Gogh

Η τέχνη είναι μια παγκόσμια γλώσσα και αφορά όλους τους ανθρώπους όλων των ηλικιών, ανεξαρτήτως φύλου ή θρησκείας. Η χρήση των εκφραστικών τεχνών ως εργαλείο για την επίτευξη των στόχων του κοινωνικού λειτουργού δεν είναι ένα νέο φαινόμενο. Όπως αναφέρει ο πρύτανης και ομότιμος καθηγητής στο Florida State University (College of Social Work, Tallahassee) Nicholas F. Mazza: *«οι τέχνες έχουν μακρά ιστορία στην πρακτική της Κοινωνικής Εργασίας, έχουν τις ρίζες τους στο κίνημα της οικιστικής εγκαθίδρυσης³ στα τέλη του 19ου αιώνα...με τα χρόνια, οι τέχνες έχουν ενσωματωθεί ως συμπληρωματικές τεχνικές σε ατομικές, οικογενειακές, ομαδικές και κοινοτικές πρακτικές»* (Jackson, 2015: 22).

«Δεν υπάρχει ανθρώπινη προσπάθεια που δεν μπορεί να βελτιωθεί με λίγη δημιουργικότητα και η Κοινωνική Εργασία δεν αποτελεί εξαίρεση. Ενώ οι κοινωνικοί λειτουργοί μπορούν να χρησιμοποιήσουν οποιοσδήποτε τεχνικές λεκτικής θεραπείας για να βοηθήσουν τους πελάτες τους, υπάρχουν στιγμές που η συζήτηση δεν είναι χρήσιμη ή δεν μπορεί να πραγματοποιηθεί. Σε τέτοιες περιπτώσεις, οι τέχνες μπορούν να ανοίξουν μια πίσω πόρτα στην ψυχή, ανιλώντας από τα άτομα αυτό που δεν μπορούν ακόμη να βάλουν σε λέξεις,

3. Το κίνημα “οικιστικής εγκαθίδρυσης” ξεκίνησε αρχικά στην Αγγλία και σύντομα διαδόθηκε στις ΗΠΑ (1880 -1920)σχεδιάστηκε για να βοηθήσει τους φτωχούς της πόλης, ιδιαίτερα τους μετανάστες, παρέχοντας κοινωνική και υλική υποστήριξη, εκπαίδευση για παιδιά και ενήλικους, καθώς και επαγγελματική κατάρτιση (Blank, 1998 όπ. ανάφ. Παπούλη, 2014: 5).

καταλύοντας έτσι τις επακόλουθες θεραπευτικές συνομιλίες» (Jackson, 2015: 22).

Τα πινέλα, οι μαρκαδόροι, ο πηλός, οι εικόνες από τα περιοδικά, το ταμπούρλο και άλλα μουσικά όργανα μπορούν να γίνουν εργαλεία στη δουλειά του κοινωνικού λειτουργού, τόσο στην προσέγγιση του ατόμου, όσο και στις επόμενες φάσεις υποστήριξής του. Οι τέχνες μπορούν να αξιοποιηθούν σε κάθε μία από τις βασικές μεθόδους της Κοινωνικής Εργασίας: με Άτομο, με Οικογένεια, με Ομάδα, με Κοινότητα.

(α) Κοινωνική Εργασία με Άτομο

Οι εκφραστικές τέχνες προσφέρουν στους ωφελούμενους των κοινωνικών λειτουργιών ένα μη λεκτικό τρόπο έκφρασης και επικοινωνίας των αναγκών τους. Ενθαρρύνουν την αυτο-έκφραση, δίνοντας τη δυνατότητα να εκφράσουν όσα οι λέξεις δεν μπορούν (είτε λόγω της δυσκολίας του θέματος, είτε λόγω γενικότερων συναισθηματικών δυσκολιών, είτε μη γνώσης της επίσημης γλώσσας επικοινωνίας, είτε λόγω νοητικής υστέρησης κτλ).

Ο Mazza αναφέρει:

«Είναι σημαντικό να αναγνωρίσουμε ότι η κοινωνική εργασία είναι τέχνη και είναι επιτακτική ανάγκη για τους κοινωνικούς λειτουργούς να αναγνωρίσουν τη μοναδική ιστορία, τα δυνατά σημεία και τον τρόπο σκέψης των εξυπηρετούμενων τους. Οι τέχνες προσφέρουν τα μέσα για να προσεγγίσουν και να “επικυρώσουν” τους ωφελούμενους, επιτρέποντάς τους να “πουν τις ιστορίες τους” με διάφορους τρόπους. Αυτή είναι μια προσέγγιση με σεβασμό, δίνοντας έμφαση στα δυνατά σημεία των ανθρώπων» (Jackson, 2015: 22).

Οι εκφραστικές τέχνες, η κίνηση, τα εικαστικά, η μουσική ακόμη και η φωτογραφία (ή βίντεο που έχει τραβήξει το άτομο με το κινητό του) δίνουν τη δυνατότητα στον ωφελούμενο να εκφράσει σκέψεις και συναισθήματα με ένα διαφορετικό τρόπο. Το γεγονός αυτό μπορεί να αποτελέσει το έναυσμα, ώστε το άτομο να αναδείξει τις ανάγκες του, να γίνει κατανοητό το πρόβλημά του και να αναπτύξει μία ουσιαστική σχέση με τον κοινωνικό λειτουργό. Στο σημείο που η μια μορφή τέχνης δεν μπορεί να υποστηρίξει περισσότερο το άτομο, μπορεί να χρησιμοποιηθεί μία άλλη μορφή τέχνης, με στόχο να επιφέρει την πολυπόθητη αλλαγή. Για παράδειγμα, μια ζωγραφιά ή ένα μέρος της ζωγραφιάς να «ζωντανέψει» και να κινηθεί, εκφράζοντας πολλά περισσότερα από ό,τι στην αρχική ζωγραφιά.

Ενδεικτικά αναφέρουμε τη χρήση συνδυασμού εκφραστικών μέσων από τον κοινωνικό λειτουργό σε ένα νοσοκομειακό πλαίσιο με παιδιά:

Ο κοινωνικός λειτουργός *«μπορεί να τους προτείνει να ζωγραφίσουν βάσει ενός συγκεκριμένου θέματος σχετικά με την παραμονή στο Νοσοκομείο. Αυτή είναι μια κατάλληλη δραστηριότητα για παιδιά που πρόκειται να χειρουργηθούν και που αντιμετωπίζουν μια συγκεκριμένη κατάσταση. Μ' αυτή τη δραστηριότητα θα μπορέσουν να εκφράσουν τους φόβους τους για την πιθανή εγχείρηση αλλά και ο κοινωνικός λειτουργός θα μπορέσει μέσα από τη ζωγραφιά να συζητήσει μαζί τους και να τους περιγράψει τη διαδικασία της εγχείρησης προκειμένου να μειώσει το φόβο και την ανασφάλειά τους»* (Χατζημιάλη, 2014: 53).

Η ζωγραφιά δύναται να αποτελέσει το έναυσμα ώστε το παιδί να δημιουργήσει τη δική του ιστορία και μέσα από αυτή τη διαδικασία να μπορέσει, σε συνεργασία με τον κοινωνικό λειτουργό, να εκφραστεί και να ενδυναμωθεί. Η δημιουργία του ήρωα από πηλό και η συνομιλία μεταξύ τους μπορεί να μας δώσει πολύτιμα στοιχεία σε σχέση με την ανάγκη του παιδιού και με τον τρόπο που επιθυμεί να φρονιστεί εν όψει της επικείμενης εγχείρησης.

(β) Κοινωνική Εργασία με Οικογένεια

Η τέχνη (είτε είναι μουσική, ζωγραφική, κίνηση, θεατρικό δρώμενο, ποίηση) ως μέσον επικοινωνίας και αυτό-έκφρασης δύναται να διαδραματίσει σημαντικό ρόλο στη συνεδρία του κοινωνικού λειτουργού με την οικογένεια. Η δημιουργία ενός κοινού έργου από όλα τα μέλη της οικογένειας μάς δίνει πολύτιμες πληροφορίες για τη λειτουργία του οικογενειακού συστήματος, μέσα από συνθήκες λιγότερο επίσημες και λιγότερο επηρεασμένες από τους μηχανισμούς άμυνας, από ότι είναι η καθαρά λεκτική ψυχοθεραπευτική διαδικασία (Kwiatkowska, 2001).

Ο Guttman (1975, όπ. αναφ. στο Manicom & Boronska, 2003) επισημαίνει ότι τα παιδιά μπορεί να δυσκολευτούν να μιλήσουν για το πώς βλέπουν την οικογένειά τους όταν ερωτηθούν άμεσα. Με τη δημιουργία εικόνων, οι απόψεις τους μπορούν να εξεταστούν πιο ανοιχτά και να αναγνωριστούν. Ο Nathan Ackerman και η Virginia Satir, που από πολλούς θεωρούνται ως ο πατέρας και η μητέρα της οικογενειακής θεραπείας, συμπεριελάμβαναν τα μικρά παιδιά στις θεραπευτικές συνεδρίες. Η δυσκολία των μικρών παιδιών να επικοινωνήσουν με λεκτικό τρόπο, μάς οδηγεί στη χρήση του παιχνιδιού και της τέχνης. Ο Ackerman χρησιμοποιούσε το χιούμορ για να μειώσει την αντίσταση της οικογένειας, ενώ η Satir σχεδίαζε παιχνίδια για να παίζουν στο σπίτι τα μέλη της οικογένειας (Armstrong & Simpson, 2002).

Δεν μας προκαλεί έκπληξη μια ενδεχόμενη άρνηση της οικογένειας στο αρχικό στάδιο. Φράσεις όπως: *“είμαστε σε νηπιαγωγείο;”, “δεν μπορώ να ζωγραφίσω ούτε μια ευθεία*

γραμμή” είναι συνηθισμένες αντιδράσεις. Παραδόξως όμως, τις περισσότερες φορές φαίνονται να συμμετέχουν ενεργά στη διαδικασία και συχνά δυσκολεύονται κατά το κλείσιμο της συνεδρίας (Kwiatkowska, 2001). Ένα παράδειγμα χρήσης του οικογενειακού γλυπτού, μιας τεχνικής που αναπτύχθηκε στην οικογενειακή θεραπεία, μας δίνει ο Metzmacher κ.ά. (όπ. αναφ στο Schilppe & Schweitzer, 2008: 187).

«Σε μια οικογενειακή συνεδρία στα πλαίσια ενός σεμιναρίου, το οποίο συντόνιζε η V. Satir, αρχίζει μια μητέρα να παραπονιέται για την κόρη της και να της επιτίθεται. Η Satir διακόπτει: “Θέλω να σας δείξω λίγο τι είδα, μου επιτρέπετε;”. Και τότε παίρνει το χέρι της μητέρας και της ζητά να δείξει με το δάκτυλο προς την κόρη. Στην ερώτηση προς την κόρη σχετικά με το τι κάνει, όταν η μητέρα συμπεριφέρεται κατ’ αυτόν τον τρόπο, εκείνη στρέφει την πλάτη της προς τη μητέρα. “Αυτό είναι που θέλετε να πετύχετε;” ρωτάει η Satir τη μητέρα. Εκείνη απαντά αρνητικά, η Satir αφήνει τη μητέρα να φτιάξει την εικόνα που έχει στο μυαλό της: η κόρη στέκεται απέναντι της και την κοιτάζει κατάματα. “Πως μπορείτε να καταφέρετε να το κάνει αυτό η κόρη σας;” Η μητέρα μετατρέπει το επικριτικό δάκτυλο σε μια χειρονομία πρόσκλησης και έτσι καθίσταται δυνατό να μιλήσουν οι δυο τους για τις ανάγκες, τις επιθυμίες και τη λαχτάρα που έχουν η μια προς την άλλη».

Σε μια αντίστοιχη περίπτωση, αν ο κοινωνικός λειτουργός το κρίνει κατάλληλο, θα μπορούσε στη συνέχεια να προτείνει στα μέλη της οικογένειας (π.χ. μητέρα και κόρη) να επιλέξουν λέξεις που είναι σημαντικές για τη μεταξύ τους επικοινωνία. Με βάση αυτές τις λέξεις θα μπορούσαν να γράψουν ένα ποίημα (η καθεμία χωριστά ή και οι δύο μαζί) και στην πορεία θα μπορούσαν να το/τα μελοποιήσουν και να το/τα τραγουδήσουν. Η συγκεκριμένη δράση έχει στόχο να προσεγγίσουν με ένα διαφορετικό τρόπο τη σχέση τους και να βρουν μια άλλη μορφή επικοινωνίας και σύνδεσης.

(γ) Κοινωνική Εργασία με Ομάδα

Οι τέχνες, μεταξύ άλλων, βοηθούν τους ωφελούμενους να σφυρηλατήσουν σχέσεις. Η συνεργασία των μελών μιας ομάδας για να δημιουργήσουν ένα καλλιτεχνικό έργο (είτε αυτό είναι ένα θεατρικό δράμα, είτε ένα ομαδικό ποίημα ή ένα τραγούδι) δίνει τη δυνατότητα να γνωριστούν με έναν διαφορετικό τρόπο επικοινωνίας, να ανακαλύψουν μέρη του εαυτού τους, και να οδηγηθούν σε μια πλουσιότερη διαπροσωπική γνώση. Οι δημιουργικές τέχνες γίνονται η αφετηρία για να οικοδομηθεί μια λεκτική και μη λεκτική σχέση εμπιστοσύνης τόσο μεταξύ των εμπλεκόμενων στη διαδικασία μελών όσο και με τον κοινωνικό λειτουργό.

Όπως αναφέρουν οι Wilson & Ryland (1979), οι δραστηριότητες συντελούν στη συναισθηματική και κοινωνική ανάπτυξη. Από τον τρόπο με τον οποίο τα μέλη ασχολούνται με τις δραστηριότητες αποκαλύπεται η προσωπικότητά τους και συχνά φανερώνεται η βοήθεια που χρειάζονται.

«Ο κοινωνικός λειτουργός παρεμβαίνει για να διευκολύνει, να εμπυκώσει και να εκπαιδεύσει τους συμμετέχοντες να ανακαλύψουν και να αναδείξουν τις δυνατότητές τους, να ενισχυθούν θετικά και να υποστηριχτούν μεταξύ τους, να πάρουν αποφάσεις και να αναλάβουν την ευθύνη για τον εαυτό τους» (Αρχοντάκη και Φιλίππου, 2003: 67).

«Η ζωγραφική, ο πηλός, το κολάζ, η μάσκα χρησιμοποιούνται πλέον σαν τεχνικές έκφρασης από τις περισσότερες μεθόδους εμπύκωσης ομάδων θεραπείας, εκπαίδευσης και προσωπικής ανάπτυξης» (Αρχοντάκη και Φιλίππου, 2003: 59).

Από Κέντρο Υποστήριξης Εξαρτημένων Ατόμων που υποστηρίζει μετανάστες και πρόσφυγες χρήστες ουσιών, στα πλαίσια εκμάθησης της ελληνικής γλώσσας, προέρχεται το ακόλουθο παράδειγμα: Η κοινωνική λειτουργός μαζί με τους εκπαιδευτές επέλεξαν μουσικά κομμάτια διαφορετικών συναισθηματικών αποχρώσεων. Κάθε ένα από αυτά τα μουσικά κομμάτια ακούστηκε σε διαφορετικά μαθήματα, δίνοντας στους μαθητές τη δυνατότητα να αποτυπώσουν στο χαρτί σκέψεις, εικόνες και συναισθήματα που τους προκαλούσε (Παναγιωτίδου και Κενκισβίλι, 2016). Οι ζωγραφιές των μαθητών έγιναν η βάση για να δημιουργηθεί ένα σενάριο, το οποίο η θεατρική ομάδα της συγκεκριμένης Μονάδας σκηνοθέτησε και βιντεοσκόπησε, δημιουργώντας μια ταινία μικρού μήκους που και προβλήθηκε σε διάφορα φεστιβάλ (ΚΕΘΕΑ, 2016).

«Χρησιμοποιώντας την τέχνη και την τεχνολογία προσελκύνουμε το ενδιαφέρον των μαθητών δημιουργώντας κίνητρα για μάθηση, προσφέροντας πλούσια ερεθίσματα, συμβάλλοντας με πολλαπλούς τρόπους στην καλύτερη εκμάθηση της νέας γλώσσας» (Παναγιωτίδου και Κενκισβίλι, 2016: 763).

Η συγκεκριμένη εμπειρία έδωσε τη δυνατότητα στα μέλη του Κέντρου (μαθητές) να συμμετέχουν ενεργά στο μάθημα, γεγονός πολύ σημαντικό λόγω των ιδιοπεροτήτων του συγκεκριμένου πληθυσμού (πρόσφυγες - μετανάστες, χρήστες ουσιών). Μέσω των τεχνών, μπόρεσαν να συνδεθούν συναισθηματικά, να μάθουν καλύτερα την ελληνική γλώσσα, να εκφραστούν και να δημιουργήσουν, να αξιοποιήσουν τα ιδιαίτερα ταλέντα τους, να βιώσουν την αποδοχή και την εμπειρία της παρουσίασης του έργου τους στο ευρύ κοινό, να συνδεθούν ως ομάδα, να βελτιώσουν τις δεξιότητες επικοινωνίας, να

αναλάβουν ρόλους και πρωτοβουλίες. Γενικότερα, η τέχνη τους πρόσφερε ευκαιρίες ενδυνάμωσης, αυτοεκτίμησης και ανάπτυξης του εαυτού.

(δ) Κοινωνική Εργασία με Κοινότητα

Η μέθοδος της “Κοινωνικής Εργασίας με Κοινότητα” είναι μια διαδικασία κινητοποίησης και βοήθειας της κοινότητας ούτως ώστε να ανιληφθεί την πραγματική διάσταση των ζητημάτων που την απασχολούν, να τα αξιολογήσει, να τα ιεραρχήσει και να σχεδιάσει με συστηματικό και κατάλληλο τρόπο την αντιμετώπισή τους (Καλλινικάκη, 1998:144). Σε αυτό το πλαίσιο οι εκφραστικές τέχνες μπορούν να διαδραματίσουν σημαντικό ρόλο.

Διάφορες έρευνες (Matarroso, 1997) απέδειξαν ότι η συμμετοχή σε καλλιτεχνικές δραστηριότητες επιφέρει κοινωνικά οφέλη, τόσο για το άτομο χωριστά, όσο και για τις κοινότητες ως σύνολο. Υπάρχουν πολλά σύγχρονα παραδείγματα που απεικονίζουν διάφορους τρόπους με τους οποίους οι τέχνες συμβάλλουν στο να προσεγγιστούν άτομα και ομάδες στην κοινότητα που δεν προσεγγίζονται με άλλους τρόπους (Mayo, 2000). Με ένα ευχάριστο και δημιουργικό τρόπο τα άτομα και οι ομάδες κινητοποιούνται, αναπτύσσονται, γίνονται πιο δημιουργικοί, επικοινωνούν καλύτερα, συνεργάζονται, εμπιστεύονται, δημιουργούν σχέσεις, συμμετέχουν σε θέματα κοινότητας αποκτώντας φωνή, παρουσιάζοντας με το δικό τους τρόπο τις δυσκολίες που αντιμετωπίζουν. Εδώ το ατομικό συνδέεται άμεσα με το συλλογικό. Τα άτομα που βρίσκονται στο περιθώριο ενδυναμώνονται και εμπλέκονται ενεργά στο να προσδιορίσουν και να αντιμετωπίσουν τα προβλήματα της κοινότητάς τους, με στόχο τη βελτίωση της ζωής τους σε προσωπικό και σε κοινοτικό επίπεδο.

«Τα μεγαλύτερα κοινωνικά αποτελέσματα της συμμετοχής στις τέχνες - και αυτά που άλλα προγράμματα δεν μπορούν να επιτύχουν - προκύπτουν από την ικανότητά τους να βοηθούν τους ανθρώπους να σκέφτονται κριτικά και να αναστοχάζονται πάνω στις εμπειρίες τους και τις εμπειρίες άλλων, όχι σε μια ομάδα συζήτησης αλλά με όλο τον ενθουσιασμό, τη μαγεία, το χρώμα, τον συμβολισμό, το συναίσθημα, τη μεταφορά και τη δημιουργικότητα που προσφέρουν οι τέχνες. Στην πράξη της δημιουργικότητας βρίσκεται η ενδυνάμωση και μέσω του μοιράσματος, η κατανόηση και η κοινωνική ένταξη προωθούνται» (Matarroso, 1997: 90).

Ο κοινοτικός κοινωνικός λειτουργός μπορεί να υποστηρίξει τα μέλη μιας ομάδας στην κοινότητα προκειμένου να γράψουν και να ανεβάσουν ένα θεατρικό δρώμενο ή μια μουσικοχορευτική παράσταση, πάνω σε θέματα που απασχολούν τη συγκεκριμένη ομάδα και μέσα από αυτή τη δράση να “αποκτήσουν φωνή”, π.χ. για τις συνθήκες

διαβίωσης, τα δικαιώματά τους, το περιβάλλον και να κάνουν προτάσεις για βελτίωση των συνθηκών κτλ. Σε αυτήν την περίπτωση ο κοινοτικός κοινωνικός λειτουργός μπορεί να χρησιμοποιήσει στοιχεία από τη δημιουργική γραφή, την κίνηση, τη μουσική, την έκφραση, τη δραματοποίηση, τα εικαστικά. Μέλη της ομάδας μπορεί να ειδικεύονται σ' αυτές τις τέχνες και να αξιοποιηθούν και σε έναν άλλο ρόλο. Σε άλλη περίπτωση, η ομάδα μπορεί να συνεργαστεί με άλλο άτομο ή ομάδα της ευρύτερης κοινότητας με στόχο την από κοινού δράση.

Τέτοιες εμπειρίες ενδυναμώνουν τα μέλη της ομάδας, συμβάλλουν στη δημιουργία σχέσεων μεταξύ ατόμων από διαφορετικές κοινωνικές ομάδες και στο μετασχηματισμό αντιλήψεων και προκαταλήψεων πάνω σε διάφορα θέματα.

Επίσης, ο κοινωνικός λειτουργός μπορεί να οργανώσει μια ψυχαγωγική επίσκεψη σε ένα καλλιτεχνικό δρώμενο ή να προτρέψει τα άτομα να παρακολουθήσουν ένα έργο τέχνης (μουσική ή θεατρική ή χορευτική παράσταση, έκθεση ζωγραφικής ή φωτογραφίας κτλ). Μπορεί να ενθαρρύνει γονείς και κηδεμόνες να φέρουν σε επαφή και να γνωρίσουν τα παιδιά τους τις διάφορες μορφές τέχνης εκτός του σχολείου, επισκεπτόμενοι μουσεία, παρακολουθώντας μαθήματα τέχνης ή/και ενσωματώνοντας τις τέχνες στην καθημερινή ζωή. Αυτό, δε θα ωφελήσει μόνο το ίδιο το παιδί, αλλά είναι επίσης πιθανό να ενισχύσει τη σχέση του με το γονέα/κηδεμόνα (Boldt & Brooks, 2006). Επιπλέον, δεδομένου ότι οι τέχνες και η θέση τους στα δημόσια σχολεία εξακολουθούν να είναι επισφαλείς, οι κοινωνικοί λειτουργοί είναι ηθικά υποχρεωμένοι ως πρωτοπόροι της κοινωνικής δικαιοσύνης να αναλάβουν δράση για να σώσουν τις τέχνες στα σχολεία (Brogdon, 2011).

Εκπαίδευση στην Εκφραστική Θεραπεία μέσω Τεχνών

Για να λειτουργήσει ο κοινωνικός λειτουργός ως εκφραστικός θεραπευτής μέσω τέχνης απαιτείται εξειδίκευση.

Στο εξωτερικό υπάρχουν πολλά προγράμματα (σε προπτυχιακό, μεταπτυχιακό και διδακτορικό επίπεδο) για να εκπαιδευτεί κάποιος τόσο γενικά στις θεραπείες μέσω τέχνης, όσο και ειδικότερα στην εκφραστική θεραπεία μέσω τεχνών (www.ieat.com). Στην Ελλάδα, οι εκπαιδευτικές ευκαιρίες είναι πιο περιορισμένες. Παρόλα αυτά, την τελευταία δεκαετία παρατηρείται σημαντική ανάπτυξη των θεραπειών μέσω τέχνης στη χώρα μας, καθώς και η εισαγωγή τους στα προγράμματα εκπαίδευσης πολλών επιστημονικών πεδίων, όπως η κοινωνική εργασία, η ψυχιατρική και οι επιστήμες υγείας (Τσέργος, 2019). Όμως, τα παρεχόμενα εκπαιδευτικά προγράμματα είναι περιορισμένα και θα πρέπει να γίνουν περισσότερες προσπάθειες και να υπερπηδηθούν εμπόδια. «Οι

θεραπείες μέσω τέχνης, με τη μορφή βιωματικών εργαστηρίων, πρέπει να ενταχθούν στην εκπαίδευση φοιτητών στις επιστήμες υγείας, καθώς διευκολύνουν την ενεργητική μάθηση και αποτελούν ερευνητική, αλλά και ψυχοθεραπευτική, επιλογή για τους νέους επιστήμονες» (Κούκια, 2019: 377).

Όσον αφορά την εκφραστική θεραπεία μέσω τεχνών, από το 2011 πραγματοποιείται αντίστοιχη εκπαίδευση σε πιστοποιημένο κέντρο εκπαίδευσης (Goren Bar, Μαραγκοπούλου και Πανταγούτσου, 2019). Τα τελευταία χρόνια η συγκεκριμένη μέθοδος αποκτά μεγαλύτερη αναγνωρισιμότητα. Στην Αθήνα το 2017 έλαβε χώρα το 3ο Διεθνές Συνέδριο Εκφραστικής Θεραπείας και το 2019 γυρίστηκε το πρώτο ντοκιμαντέρ για την «κλινική εκφραστική θεραπεία μέσω τεχνών» με τον τίτλο: «*Στον ωκεανό των συναισθημάτων*». Την ίδια χρονιά (2019) ιδρύθηκε ο Σύλλογος Ελλήνων Εκφραστικών Θεραπευτών Μέσω Τέχνης και Jungian Coaches, με στόχο, μεταξύ άλλων, την προώθηση και τη διάδοση της Εκφραστικής Θεραπείας μέσω Τέχνης.

Κριτική

Η εκφραστική θεραπεία μέσω τεχνών, όπως και άλλες ψυχοθεραπευτικές μέθοδοι, αντιμετωπίζονται από κάποιους με κριτικό πνεύμα και επιφυλακτικότητα που πολλές φορές φτάνει και στο να χαρακτηριστούν ως επιφανειακές ή ακόμη και επικίνδυνες (Goren Bar, 2019). Ο Goren Bar στο βιβλίο του «*Clinical Expressive Arts Therapy in Theory and Practice*» (2019) αναφέρεται αναλυτικά τόσο στο θεωρητικό υπόβαθρο της συγκεκριμένης προσέγγισης, όσο και στο τι συμβαίνει στην ψυχή του ανθρώπου που ασχολείται ψυχοθεραπευτικά με τις εκφραστικές θεραπείες μέσω τέχνης.

Δυσκολίες μπορούν να αντιμετωπίσουν και οι κοινωνικοί λειτουργοί στη χρήση των τεχνών στην Κοινωνική Εργασία. Ο Don Phelps (κ.ν.) αναφέρεται στην αρχική καχυποψία των συναδέλφων του για τη χρήση των τεχνών στη συμβουλευτική, επισημαίνοντας ωστόσο πως, εν τέλει, βλέποντας τα θετικά αποτελέσματα άλλαξαν γνώμη.

Η Sue Coyle (2020) αναγνωρίζει ότι μπορεί να υπάρχει αντίσταση από τον ωφελούμενο στη χρήση της τέχνης στη συνεδρία. Πολλοί σκέφτονται τη συνάντηση με τον κοινωνικό λειτουργό ως μια λεκτική επαφή και το δημιουργικό κομμάτι μπορεί να τους δυσκολέψει. Η χρήση μορφών τέχνης (για παράδειγμα της μουσικής ή του χορού) μπορεί να μη ενδείκνυται σε συγκεκριμένες ομάδες λόγω θρησκευτικών ή κοινωνικών αντιλήψεων. Επιπλέον, το να ζητηθεί από ένα άτομο, που αισθάνεται ότι έχει αποτύχει στη ζωή του, να δημιουργήσει ένα έργο τέχνης, δεδομένου ότι δεν είναι καλλιτέχνης, μπορεί να το βιώσει ως μια επιπλέον αποτυχία. Επιπρόσθετα, όπως ήδη αναφέρθηκε, ζητώντας από έναν

ενήλικο να ζωγραφίσει (ή να χρησιμοποιήσει μια άλλη μορφή τέχνης) μπορεί να θεωρηθεί “παιδικό” και κατά συνέπεια να το εκλάβει ως υποτιμητικό προς το άτομό του. Κάποιοι ωφελούμενοι πάλι πιθανά να φοβούνται ότι το καλλιτεχνικό τους δημιούργημα θα χρησιμοποιηθεί ως μέσον ψυχιατρικής διάγνωσης ή ως ενδεικτικό στοιχείο κακοποίησης ή βίαιης συμπεριφοράς. Η τέχνη, που είναι μια μη οικεία γλώσσα για ορισμένους, μπορεί να προκαλέσει έντονα λανθάνοντα συναισθήματα (Rogers, 1993).

Κατά συνέπεια, είναι σημαντικό στα άτομα που δυσκολεύονται, ο κοινωνικός λειτουργός να εξηγήσει τους λόγους που φέρνει την τέχνη στη συνεδρία και να καθησυχάσει τους φόβους τους. Πιθανά να δυσκολεύονται με κάποια συγκεκριμένη τέχνη και να προτιμούν να εκφραστούν με κάποια άλλη. Θα πρέπει να τονίσουμε πάλι ότι δεν μας ενδιαφέρει το αισθητικό αποτέλεσμα και ότι δεν κρίνουμε τους ανθρώπους σε σχέση με αυτό. Ο επαγγελματίας έχει καθήκον να μετριάσει το φόβο της κριτικής που νοιώθει το άτομο. Τέλος, πέρα από την εκπαίδευση, πολύ σημαντική είναι και η εποπτεία του επαγγελματία από έμπειρο επόπτη.

Επίλογος

Παρά τους όποιους προβληματισμούς, η επιστήμη της Κοινωνικής Εργασίας έχει ωφεληθεί αρκετά από τη χρήση των τεχνών μέσα στη συμβουλευτική διαδικασία. *«Η φύση του επαγγέλματος του κοινωνικού λειτουργού, καθότι έχει να κάνει κατά βάση με τον άνθρωπο και την επικοινωνία, απαιτεί την εξεύρεση νέων τρόπων και μεθόδων επικοινωνίας. Οι άνθρωποι και οι κοινωνίες εξελίσσονται συνεχώς κι έτσι ο κοινωνικός λειτουργός πρέπει να εξελίσει τις μεθόδους και τα εργαλεία του»* (Χατζημικάλη 2014: 69).

Ο Csikszentmihalyi (όπ. αναφ. Jackson, 2017) θεωρεί τη δημιουργικότητα ως τη σπίθα της ζωής που βοηθάει τους ανθρώπους να βρουν νόημα και από την οποία αντλούν τη βαθύτερη ευτυχία τους. Η δημιουργικότητα είναι ένα συστατικό που μπορεί να εφαρμοστεί σε όλες σχεδόν τις δραστηριότητες και η καλλιέργειά της μπορεί να βοηθήσει οποιονδήποτε να κάνει ό, τι κάνει πιο δημιουργικά. Η Sue Coyle (2020) ενθαρρύνει τους πελάτες της να επινοήσουν ένα πρόγραμμα εφοδιασμένο με δημιουργικότητα σχεδόν σε κάθε πτυχή της καθημερινότητάς τους. Καθημερινές δραστηριότητες, όπως η ετοιμασία πρωινού και το βούρτσισμα των μαλλιών, είναι δημιουργικές πράξεις. *«Παρατηρήστε τις στιγμές δημιουργικότητας που κάνετε φυσικά και τους τρόπους επέκτασής τους. Νομίζω ότι όλοι πρέπει να έχουμε χαρτί, στυλό, μολύβια και μαρκαδόρους στο σπίτι. Όλοι το χρειαζόμαστε, γιατί πρέπει να φροντίσουμε το μικρό παιδί μέσα μας»* (Coyle, 2020).

Η Κ. Jackson (2017) προτρέπει τους κοινωνικούς λειτουργούς να είναι οι ίδιοι δημιουργικοί. Οι κοινωνικοί λειτουργοί επιλύουν προβλήματα, κάτι που είναι εγγενώς δημιουργικό. Μαθαίνοντας να είναι δημιουργικοί, αυξάνεται η ικανότητά τους να καινοτομούν και να αντιμετωπίζουν την όποια κατάσταση από μια νέα οπτική (Jackson, 2014). Ο Koch παροτρύνει τους κοινωνικούς λειτουργούς να χρησιμοποιούν τις δημιουργικές τέχνες ως μέσο αυτο-φροντίδας και αναστοχασμού (Koch όπ. αναφ. Jackson, 2014) .

Στη βιβλιογραφία υπάρχουν αρκετά παραδείγματα χρήσης των εκφραστικών τεχνών σε διάφορες ομάδες στόχου των κοινωνικών λειτουργών. Ενδεικτικά αναφέρουμε τη χρήση των εκφραστικών τεχνών στην κοινωνική εργασία με ασθενείς: με Alzheimer και προχωρημένη άνοια (Jackson, 2014), με άτομα που δεν μπορούν να γράψουν ή να διαβάσουν (Jackson, 2016), παιδιά και εφήβους που έχουν βιώσει κακοποίηση (Phelps, κ.η.), με εξαρτημένους (Coyle, 2020), με νοσηλευόμενους ασθενείς (Χατζημηχάλη, 2014), με μετανάστες και πρόσφυγες (Παναγιωτίδου και Κενκιοβίλι, 2016), με ανήλικους με παραβατική συμπεριφορά (Mohamad & Mohamad, 2014). Οι εκφραστικές τέχνες αποτελούν ένα αποτελεσματικό εργαλείο στην Κοινωνική Εργασία (Brogdon, 2011).

Εν κατακλείδι, αυτό το άρθρο παρουσίασε συνοπτικά την Εκφραστική Θεραπεία μέσω Τεχνών και την ενσωμάτωση στοιχείων της στην Κοινωνική Εργασία. Στόχος ήταν να γίνει αντιληπτή η πολλαπλή χρησιμότητα των τεχνών γενικά και κυρίως ο συνδυασμός των τεχνών με την Κοινωνική Εργασία. Περαιτέρω έρευνα, καθώς και η ανάπτυξη μιας σχετικής θεωρίας, όπως και πρακτικών για τις τέχνες στην Κοινωνική Εργασία, θα παρείχαν τη βάση για την παραγωγική τους χρήση στο επάγγελμα του κοινωνικού λειτουργού.

Βιβλιογραφία

Ελληνόγλωσσον

Αρχοντάκη, Ζ. και Φιλίππου, Δ. (2003). 205 Βιωματικές Ασκήσεις για Εμφύκωση Ομάδων Ψυχοθεραπείας, Κοινωνικής Εργασίας, Εκπαίδευσης. Αθήνα: Καστανιώτης.

Δημοπούλου, Ε. (2012). Ζωγραφική των σπηλαίων, μια ματιά στην τέχνη της άνω παλαιολιθικής περιόδου. Το παράδειγμα των σπηλαίων Altamira και Chauvet. Διπλωματική εργασία [Online]. Αθήνα. Εθνικό Μετσόβιο Πολυτεχνείο. Διαθέσιμο στο: <https://docplayer.gr/10913382-Zografiki-ton-spilaion-mia-matia-stin-tehni-tis-ano-palaiolithikis-periodoy-to-paradeigma-ton-spilaion-altamira-kai-chauvet-diplomatiki-ergasia.html> [Πρόσβαση στις 5 Δεκεμβρίου 2019].

- Ευδοκίμου – Παπαγεωργίου, Ρ. (1999). *Δραματοθεραπεία - Μουσικοθεραπεία*. Αθήνα: Καστανιώτης.
- Goran Bar, A., Μαραγκοπούλου, Μ. και Πανταγούτσου, Α. (2019). Εκπαίδευση στην Κλινική Εκφραστική Θεραπεία μέσω Τεχνών, στο *Η Συμβολή των Ψυχοθεραπειών μέσω Τέχνης στην Ψυχιατρική Θεραπευτική*. Επιμελητές: Γιώτης Λ., Μαραβελής Δ., Πανταγούτσου Α., Γιαννούλη Ε. Συντονιστής: Παπαδημητρίου Γ.Ν. Αθήνα, Εκδόσεις Βήτα. σελ.371-373.
- Καθημερινή (2017). Συνέδριο Δραματοθεραπείας στην Αθήνα. Διαθέσιμο στο: <https://www.kathimerini.gr/culture/agenda/931415/synedrio-dramatotherapeias-stin-athina/> [Πρόσβαση στις 15 Οκτωβρίου 2019].
- Καλλιδικάκη, Θ. (1998). *Κοινωνική Εργασία. Εισαγωγή στη θεωρία και την πρακτική της Κοινωνικής Εργασίας*. 2η έκδοση. Αθήνα: Ελληνικά Γράμματα
- Καροτσιερη, Β. και Λαλιώτη, Ε. (2017). Κοινωνική Εργασία με Κοινότητα και Ενεργοί Πολίτες: Ένα μοντέλο κινητοποίησης πολιτών μέσα από τους πολίτιστικούς συλλόγους σε περιοχές της Πάτρας. Πτυχιακή εργασία [Online]. Πάτρα: ΑΤΕΙ ΑΘΗΝΑΣ. Διαθέσιμο στο: <http://hypatia.teiath.gr/xmlui/handle/11400/979?locale-attribute=en> [Πρόσβαση στις 15 Οκτωβρίου 2019].
- ΚΕΘΕΑ (2016). «Μέσα από τα μεσάνυχτα» ΚΕΘΕΑ MOSAIC. [online] Διαθέσιμο στο: <https://ketheart.wordpress.com/2016/05/08/%CE%BC%CE%AD%CF%83%CE%B1-%CE%B1%CF%80%CF%8C-%CF%84%CE%B1-%CE%BC%CE%B5%CF%83%CE%AC%CE%BD%CF%85%CF%87%CF%84%CE%B1-%CE%BA%CE%B5%CE%B8%CE%B5%CE%B1-mosaic/> [Πρόσβαση στις 15 Οκτωβρίου 2019].
- Κούκια, Ε. (2019). Οι ψυχοθεραπείες μέσω τέχνης στην εκπαίδευση φοιτητών του ΕΚΠΑ, στο *Η Συμβολή των Ψυχοθεραπειών μέσω Τέχνης στην Ψυχιατρική Θεραπευτική*. Επιμελητές: Γιώτης, Λ., Μαραβελής, Δ., Πανταγούτσου, Α., Γιαννούλη, Ε. Συντονιστής: Παπαδημητρίου, Γ.Ν. Αθήνα, Εκδόσεις Βήτα. σελ.374-377.
- Παναγιωτίδου, Μ. (2001). *Μουσικοθεραπεία και Θεραπεία μέσω βίντεο*. Πτυχιακή εργασία. ΤΕΙ Αθήνας.
- Παναγιωτίδου, Μ. & Κενκισβίλι, Ο. (2016). «Το Τ. που ταξιδεύει με την ΤΕΧΝΗ και το Λ. ο ΛΟΓΟΣ που λαμπυρίζει». Εκπαιδύοντας μετανάστες χρήστες ουσιών στην εκμάθηση της ελληνικής γλώσσας με τη βοήθεια της ΤΕΧΝΟ - ΛΟΓΙΑΣ στο ΚΕΘΕΑ MOSAIC. Πρακτικά Συνεδρίου από το 13ο Πανελλήνιο Συνέδριο «*Η Εκπαίδευση στην Εποχή των Τ.Π.Ε.*» που διεξήχθη στην Αθήνα, 5-6 Νοεμβρίου 2016. Επιμέλεια τόμου: Φ. Γούσιας. Φορέας διεξαγωγής: Επιστημονική Ένωση Εκπαιδευτικών Πρωτοβάθμιας για τη διάδοση των ΤΠΕ στην Εκπαίδευση. Αθήνα: *Νέος Παιδαγωγός*. σελ. 762-768.

- Παπούλη, Ε. (2014). Επαγγελματικές αξίες και Κοινωνική Εργασία: Ιστορική αναδρομή και διαχρονική εξέλιξη. *Κοινωνική Εργασία*, 113. Διαθέσιμο στο: <https://www.socwork.gr/journal.php?id=164>
- Schlippe, A.V. & Schweitzer J. (2008). *Εγχειρίδιο της Συστημικής Θεραπείας και Συμβουλευτικής*. (επιμ. Β. Ιωαννίδου). (μεταφ. Ε. Μοτάκη). Θεσσαλονίκη: University Studio Press.
- StoryDoc (Παραγωγός), Παναγιωτίδου Μ. (Σκηνοθεσία). (2019). *Στον ωκεανό των συναισθημάτων* [Ταινία μικρού μήκους], Ελλάδα.
- Τσέργας, Ν. (2014). *Θεραπευτικές Προσεγγίσεις μέσω της Τέχνης*. Αθήνα: Τόπος
- Τσέργας, Ν. (2019). Οι ψυχοθεραπείες μέσω τέχνης στην πανεπιστημιακή εκπαίδευση: Ένα αναδυόμενο πεδίο, στο *Η Συμβολή των Ψυχοθεραπειών μέσω Τέχνης στην Ψυχιατρική Θεραπευτική*. Επιμελητές: Γιώτης Λ., Μαραβελής Δ., Πανταγουτσου Α., Γιαννούλη Ε. Συντονιστής: Παπαδημητρίου Γ.Ν.. Αθήνα: Βήτα.
- Wilson G. & Ryland G. (1979). *Κοινωνική Εργασία με Ομάδες*, (μετ. Κ. Μουστάκα), Εκδόσεις της Μονίμου Επιτροπής Επιμορφώσεως εις την Κοινωνικήν Εργασίαν εν συνεργασία με το Unitarian Service Committee των ΗΠΑ. σελ.185-190
- Φαρμάκη, Σ. (2017). Τέχνη στη σχολική Κοινωνική Εργασία: μια παρέμβαση πρόληψης της κοινωνικής απομόνωσης και περιθωριοποίησης μαθητή γυμνασίου στη συμπεριληπτική εκπαίδευση. *Κοινωνική Εργασία*. 125, σελ.4-22. Διαθέσιμο στο: <https://www.socwork.gr/journal.php?id=230>
- Φιλίππου, Δ. & Καραντάνα, Π. (2010). *Ιστορίες για να ονειρεύεσαι... παιχνίδια για να μεγαλώνεις... για εμπύχωση βιωματικών ομάδων προσωπικής ανάπτυξης*. 2η έκδ. Αθήνα: Καστανιώτης.
- Χατζημικάλη, Στ. (2014). Εικαστικές προσεγγίσεις στην πράξη της Κοινωνικής Εργασίας σε νοσοκομείο Παιδών. Πτυχιακή Εργασία [Online]. ΑΤΕΙ Αθήνας. Διαθέσιμο στο: <http://hypatia.teiath.gr/xmlui/handle/11400/979?locale-attribute=en> [Πρόσβαση στις 18 Νοεμβρίου 2019].

Ξενόγλωσσον

- Armstrong, S. & Simpson, C. (2002). Expressive arts in family therapy: Including young children in the process. *Journal of Professional Counseling: Practice, Theory & Research*, 30(2), pp. 2-9.
- Avstreich, Z. (2014). Authentic movement and mindfulness: embodied awareness and the healing nature of the expressive arts, In *Mindfulness and the Arts Therapies, Theory and Practice*, (eds) Rappaport L., London and Philadelphia: Jessica Kingsley Publishers.

- Boldt, R.W. & Brooks, C. (2006). Creative arts strengthening academics and building community with student at risk. *Reclaiming Children & Youth*. 4 (14), pp. 223-227.
- Brogdon, L.N. (2011). *The use of expressive arts by social workers as an intervention with children*. Πτυχιακή εργασία. California State University, Sacramento. Available at: <http://csudspace.calstate.edu/bitstream/handle/10211.9/1331/full%20project.pdf?sequence=2> [Accessed: 27/12/2019].
- Coyle, S. (2020). Creative arts therapies in SUD recovery. Expressing emotions beyond words. *Social Work Today*, under publication.
- Davidson, T. (2015). *Brief Biography of Natalie Rogers. Feminist voices*. Available at: <http://www.feministvoices.com/natalie-rogers/> [Accessed: 22/12/2018].
- Frangella, L. (2018). *What is Expressive Art?* Available at: https://www.academia.edu/42918085/What_is_Expressive_Art?email_work_card=view-paper [Accessed: 23/12/2020].
- Goren Bar, A. (1997). The “creation axis” in expressive therapies, *The Arts in Psychotherapy*, 24 (5), pp. 411-418.
- Goren Bar, A. (2018). *The Secrets of Expressive Arts Therapy*. USA Columbia SC.
- Goren Bar, A. (2019). *Clinical Expressive Arts Therapy in Theory and Practice: Psychodynamic Snapshots*. Cambridge Scholars Publishing.
- Huss, E. & Sela, M. (2018) *Art in Social Work: Do We Really Need It?* Research on Social Work Practice. Available at: https://www.researchgate.net/publication/322272755_Art_in_Social_Work_Do_We_Really_Need_It [Accessed: 23/12/2019].
- Jackson, K (2014). Expressive therapies for people with Alzheimer’s and related dementias. *Social Work Today*. 14 (1). Available at: <https://www.socialworktoday.com/archive/012014p10.shtml> [Accessed: 23/12/2019].
- Jackson, K. (2015). Beyond talk. Creative arts therapies in Social Work, *Social Work Today*, 15 (3). Available at: <https://www.socialworktoday.com/archive/051815p22.shtml> [Accessed: 23/11/2019].
- Jackson, K., (2017). The mindful social worker: How mindfulness can help social workers practice more creatively. *Social Work Today*, 17 (5). Available at: <https://www.socialworktoday.com/archive/SO17p14.shtml> [Accessed: 22/12/2019].
- International Expressive Arts Therapy Association (x.n.). Available at: www.ieat.com

- [Accessed: 23/12/2019].
- Kwiatkovswska, H. (2001). Family Art Therapy: Experiments with a new technique. *American Journal of Art Therapy*, 40, pp. 27-38.
- Levine, G. E. & Levine, K. S. (2011). *Art in Action: Expressive Arts Therapy and Social Change*. London & Philadelphia: Jessica Kingsley.
- McNiff, S. (2009). *Integrating the Arts in Therapy: History, theory, and practice*. Illinois: Charles Thomas.
- Malchiodi, C. (2003). *Handbook of Art Therapy*. New York & London: Guilford Publications.
- Malchiodi, C. (2015). *Expressive Therapies: History, theory and practice*. New York: Guilford Press.
- Manicom, H. & Boronska, T. (2003). Co-creating change within a child protection system: integrating art therapy with family therapy practice. *Journal of Family Therapy*, 25, pp. 217–232. Available at: <https://onlinelibrary.wiley.com/doi/abs/10.1111/1467-6427.00245> [Accessed: 23/11/2019].
- Matarosso, F. (1997). *Use or Ornament? The social impact of participation in the arts*. [e-book] Comedia. Available at: <https://www.artshealthresources.org.uk/wp-content/uploads/2017/01/1997-Matarasso-Use-or-Ornament-The-Social-Impact-of-Participation-in-the-Arts-1.pdf> [Accessed: 20/12/ 2019].
- Mayo, M. (2000). *Cultures, Communities, Identities. Cultural Strategies for Participation and Empowerment*. N. York: Palgrave Macmillan.
- McNiff, S. (2009). *Integrating the Arts in Therapy: History, theory, and practice*. Springfield Illinois, USA. Charles C Thomas Publisher.
- Mohamad, A.M.S. & Mohamad, Z. (2014). Using expressive art therapy in the healing process of delinquent adolescents, *Journal of Humanities and Social Sciences*, 4 (2), pp. 1-12. Available at: <https://www.academia.edu/11997910/> [Accessed: 18/12/2019].
- Phelps, D. (x.n.). Therapeutic use of expressive arts with children. *Social Work Today*. Available at: https://www.socialworktoday.com/archive/exc_020712.shtml [Accessed: 15/11/ 2019].
- Scott Janssen, J. (2015). Somatic experiencing: A body-centered approach to healing veterans' PTSD. *Social Work Today*, 15 (5), Available at: <https://www.socialworktoday.com/archive/090915p12.shtml> [Accessed: 28/11/ 2019].

Ramachandran, M. (2012). *Artwork and Dreamwork; Archetypes and Symbols: The Journey to Healing and Individuation*. Pleasanton, California

Rogers, N. (1993). *The Creative Connection. Expressive arts as healing*. Palo Alto California Science & Behavior Books, Inc.