

Τέχνη και Οικογενειακή Θεραπεία

Μαρία Παναγιωτίδου – Κοινωνική Λειτουργός, εκπαιδευόμενη στη συστημική ψυχοθεραπεία στη Μονάδα Οικογενειακής Θεραπείας του Ψ.Ν.Α.



Periklis Antoniou photo

Περίληψη

Το παρόν άρθρο αναφέρεται στη σύνδεση των τεχνών με τη συστημική οικογενειακή θεραπεία. Συγκεκριμένα, γίνεται μια σύντομη αναφορά στην αρχική ιδέα της αξιοποίησης της εικαστικής ψυχοθεραπείας σε οικογενειακές συναντήσεις και παρουσιάζονται τα οφέλη από τη χρήση των τεχνών στην οικογενειακή θεραπεία. Στην πορεία περιγράφονται μέθοδοι, τεχνικές, και ασκήσεις, που συνδυάζουν διάφορες συστημικές θεωρίες (βιωματική, στρατηγική, θεωρία του Bowen, πολυγενεακή, δομική, εστιασμένη στη λύση και αφηγηματική) με την τέχνη (εικαστικά, μουσική, κίνηση).

Λέξεις κλειδιά: τέχνη, οικογενειακή θεραπεία, συστημική θεραπεία, εικαστικά, μουσική, κίνηση, θεραπεία μέσω τέχνης, εικαστική οικογενειακή θεραπεία

Εισαγωγή

Απώλεια - θάνατος, έννοιες δύσκολες, συναισθηματικά φορτισμένες. Πώς να δώσουμε φωνή στο βίωμα της απώλειας και του θανάτου; Μπορούν οι λέξεις να σμίξουν για να περάσουν το μήνυμα; Η εκπαιδύτρια του δεύτερου έτους της Μονάδας Οικογενειακής Θεραπείας του Ψυχιατρικού Νοσοκομείου Αττικής, Κία Θανοπούλου, στα πλαίσια του μαθήματος «Οι διεργασίες πένθους στην οικογένεια», επέλεξε τη ζωγραφική ως το όχημα για να ταξιδέψει τους εκπαιδευόμενούς της στη συγκεκριμένη εκπαιδευτική ενότητα. Με τη βοήθεια των χρωμάτων, αποτυπώσανε στο χαρτί το πώς αντιλαμβάνονται τον θάνατο και την απώλεια.

Πολλές φορές δεν βρίσκουμε τις λέξεις, και άλλες φορές οι λέξεις γίνονται οι σταγόνες που κάνουν το ποτάμι να κυλά ορμητικά και να παρασύρει κι εμάς τους ίδιους. Το χέρι πιάνει το πινέλο ή την ξυλομπογιά, δειλά-δειλά δημιουργεί μια γραμμή και μετά μια άλλη και μια άλλη, χωρίς να γνωρίζει από πριν πού θα οδηγηθεί. Μια εικόνα ξεπροβάλλει. Άλλες φορές, η εικόνα είναι έτοιμη από την αρχή. Μένει μόνο να αποτυπωθεί στο χαρτί. Όμως, έχει αποτυπωθεί έτσι όπως ακριβώς την είχαμε οραματιστεί;

Χρόνος για αναστοχασμό: «Τι μου λέει αυτή η εικόνα», «τι παρατηρεί η ομάδα;»... Μέσω της τέχνης εξωτερικεύουμε βαθύτερες σκέψεις και συναισθήματα, διευκολύνοντας την προσωπική μας ανάπτυξη.

Ψυχοθεραπείες μέσω τέχνης

Ο άνθρωπος, ον δημιουργικό, μέσω της τέχνης εκφράζεται και επικοινωνεί, χαλαρώνει και απελευθερώνεται. 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 (Rogers N., 1993). Στις τελετές των γηγενών θεραπειών ή των σαμάνων, όπου τραγουδούσαν, χόρευαν δημιουργούσαν εικόνες ή αφηγούνταν ιστορίες, τοποθετούνται οι πρώτες ρίζες της Ψυχολογίας και της Ψυχιατρικής (Malchiodi, 2003).

Στην αρχαία Ελλάδα, έχουμε πολλά παραδείγματα χρήσης των τεχνών για θεραπευτικούς σκοπούς: Θεραπευτήρια Επιδάουρου, θεραπευτήρια του Ασκληπιού (Ευδοκίμου - Παπαγεωργίου, 1999). «Οι ψυχικές ευκαιρίες που παρέχει η τέχνη και οι διεργασίες της προσφέρουν ένα πλούσιο πεδίο για θεραπευτική αξιοποίηση. Αυτό το πεδίο αποτελεί τη βάση πάνω στην οποία χτίζονται οι «ψυχοθεραπείες μέσω τέχνης» (art therapies) (Γιώτης, Μαρβελής, Πανταγούτσου, Γιαννούλη, 2019, σ. xv).

Οι «ψυχοθεραπείες μέσω τέχνης» είναι θεραπευτικές προσεγγίσεις που χρησιμοποιούν μορφές αντίστοιχες με το είδος της δημιουργικής έκφρασης. Οι πιο γνωστές είναι: Η εικαστική θεραπεία (που αξιοποιεί τα εικαστικά), η δραματοθεραπεία (το δράμα), η μουσικοθεραπεία (τη μουσική), η χοροθεραπεία (τον χορό/την κίνηση) και η παιγνιοθεραπεία (το παιχνίδι). Επίσης, η θεραπεία μέσω φωτογραφίας (τη φωτογραφία), η θεραπεία μέσω της λογοτεχνίας (τη λογοτεχνία), η θεραπεία μέσω βίντεο (το βίντεο), η θεραπεία μέσω ποίησης (την ποίηση) και η εκφραστική ψυχοθεραπεία (που αξιοποιεί και συνδυάζει διάφορα εκφραστικά μέσα όπως τα εικαστικά, τη μουσική, την κίνηση κ.λπ).

«Οι ψυχοθεραπείες μέσω τέχνης στην εποχή μας πληρούν πλέον όλες εκείνες τις προδιαγραφές που έχουν οι σύγχρονες ψυχοθεραπευτικές προσεγγίσεις, όσον αφορά στην εφαρμογή τους με βάση το βιοψυχοκοινωνικό μοντέλο κατανόησης της υγείας, της νόσου και της θεραπείας. Ακολουθούν τις αρχές και τους όρους που θεσπίζουν τα θεραπευτικά πλαίσια και τα εκπαιδευτικά και ερευνητικά πρωτόκολλα που ισχύουν στον επιστημονικό χώρο» (Γιώτης κá, 2019, σ. xvii).

Τα πρώτα βήματα της οικογενειακής εικαστικής θεραπείας

Η Kwiatkowska (1978) αναφέρει ότι η εικαστική θεραπεία (art therapy) προϋπήρχε της οικογενειακής θεραπείας αλλά εξελίχθηκε πιο αργά. Η ίδια ασχολήθηκε με τον χώρο της εικαστικής θεραπείας από την ίδρυσή της, υπό την καθοδήγηση της Naumburg, που θεωρείται πρωτοπόρα της εικαστικής θεραπείας (Wynne & Wynne, 1978). «Η ιδέα της συμμετοχής της οικογένειας στην εικαστική θεραπεία προέκυψε από την τυχαία συμμετοχή των μελών της οικογένειας στην ατομική εικαστική θεραπεία του ασθενούς» (Kwiatkowska, 2001, σ. 29).

Στην αρχική περίοδο της δουλειάς της ως εικαστικής θεραπεύτριας, το 1958, στο Τμήμα Ενηλίκων του Ψυχιατρικού Τομέα του Εθνικού Ινστιτούτου Ψυχικής Υγείας (National Institute of Mental Health in Bethesda, Maryland), η Kwiatkowska ξεκίνησε να εστιάζει όλο και περισσότερο στον ρόλο της οικογένειας στην ψυχική υγεία. Πολλές φορές, κατά τη διάρκεια της επίσκεψης των μελών της οικογένειάς τους, οι ασθενείς επιθυμούσαν να δείξουν το έργο που είχαν δημιουργήσει στο πλαίσιο της ατομικής εικαστικής θεραπείας τους. Το έργο αυτό συχνά δεν τύχαινε θετικής ανταπόκρισης, καθώς οι συγγενείς σοκάρωνταν και εξέφραζαν αρνητικά σχόλια. Στην προσπάθειά της, η Kwiatkowska, να μην αποθαρρυνθούν οι ασθενείς και τα μέλη της οικογένειας να συνεχίσουν να ενδιαφέρονται για το καλλιτεχνικό δημιούργημα του ασθενούς, πρότεινε την ενεργό συμμετοχή της οικογένειας στην εικαστική συνεδρία. Το αποτέλεσμα ήταν τόσο αποκαλυπτικό, που οδήγησε στην ενσωμάτωση και των υπολοίπων μελών της οικογένειας στην εικαστική θεραπεία.

Πάνω στην πρώιμη οικογενειακή εργασία της Kwiatkowska (που πρόσφερε πολλά στον τομέα της έρευνας και της οικογενειακής εικαστικής θεραπείας) βασίστηκε ένας μεγάλος αριθμός συγγραφέων: Landgarten, Linesch, Riley & Malchiodi, Sobol (Malchiodi, 2003). Άλλοι συγγραφείς που συνέβαλαν στην ανάπτυξη της χρήσης των εικαστικών στην οικογενειακή θεραπεία, συμβουλευτική και ψυχολογία είναι οι Selekman, Freeman, Epstein, Combs και Gladding (Malchiodi, 2003).

Οφέλη από τη χρήση της τέχνης στην οικογενειακή θεραπεία

Τα πολλαπλά οφέλη της θεραπείας, μέσω των τεχνών, στη συναισθηματική, γνωσιακή και σωματική λειτουργικότητα ατόμων και ομάδων έχουν αναφερθεί και αναλυθεί από πολλούς συγγραφείς (Rogers, 1993; Kwiatkowska, 2001; Malchiodi, 2003; Ευδοκίμου- Παπαγεωργίου, 1999; Τσέργας, 2014, κ.ά.). Πέραν αυτών των πλεονεκτημάτων, που είναι επίσης εμφανή στην οικογενειακή θεραπεία μέσω τέχνης, υπάρχουν πολλά επιπλέον πλεονεκτήματα στη χρήση των τεχνών στην οικογενειακή θεραπεία.

Η τέχνη ως εκφραστικό μέσο τοποθετεί **όλα τα μέλη της οικογένειας σε ομοιόμορφο έδαφος** μέσα στο θεραπευτικό πλαίσιο, επιτρέποντας σε κάθε γενιά να έχει ισότιμη φωνή. Ο Guttman (όπ. αναφ. 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. Ειδικά στις συναντήσεις με τα παιδιά, οι οικογενειακοί θεραπευτές χρησιμοποιούν μια ποικιλία μη λεκτικών προσεγγίσεων, όπως παιχνίδια, μαριονέτες, εικαστικά, για να δώσουν χώρο στα παιδιά να πουν τις ιστορίες τους (Freeman, Erston & Lobovits, 1997; Berg & Steiner, 2003 όπ. αναφ. Rober, 2009). Επίσης, ενήλικοι που δυσκολεύονται στη λεκτική επικοινωνία μπορούν να επωφεληθούν από τη χρήση της τέχνης στην οικογενειακή θεραπεία.

«Η εικαστική οικογενειακή θεραπεία **βελτιώνει την επικοινωνία μεταξύ των μελών της οικογένειας και αποκαλύπτει**, μέσα από τη διαδικασία αλλά και από το περιεχόμενο του εικαστικού έργου, τα **μοτίβα** αλληλεπίδρασης και συμπεριφοράς της οικογένειας» (Riley & Malchiodi, 2003, σ.363). Το πώς η οικογένεια διαχειρίζεται, κατά τη διάρκεια της θεραπευτικής διεργασίας, τις πράξεις ενός μέλους της, πολλές φορές φανερώνει τον τρόπο που αντιμετωπίζονται στο σπίτι παρόμοιες καταστάσεις (Landgarten, 1999). Η δημιουργία ενός κοινού έργου, από όλα τα μέλη της οικογένειας, μας δίνει πολύτιμες πληροφορίες για τη λειτουργία του οικογενειακού συστήματος, μέσα από συνθήκες λιγότερο επίσημες και λιγότερο επηρεασμένες από τους μηχανισμούς άμυνας, από ό,τι στην καθαρά λεκτική ψυχοθεραπευτική διαδικασία (Kwiatkowska, 2001). Με τα παραπάνω σχετίζεται και η **οικογενειακή εικαστική αξιολόγηση** (family art evaluation). Πρόκειται για μια «αποτελεσματική μέθοδο διάγνωσης της δυναμικής της οικογένειας, όπου τα συμπεράσματα είναι χρήσιμα για τον σχεδιασμό της οικογενειακής θεραπείας ή άλλου μοντέλου θεραπείας» (Δάλλη, Φλέβα και Βράνα-Δάλλη, 2019, σ.482).

Η χρήση της τέχνης στην ατομική και οικογενειακή συστημική θεραπεία προσφέρει **έναν νέο τρόπο επικοινωνίας**. Για τον θεραπευόμενο στην ατομική θεραπεία, ο μη λεκτικός τρόπος επικοινωνίας (μέσω των εικαστικών, της μουσικής, της κίνησης, της γραφής, του βίντεο) μπορεί να είναι ένας βοηθητικός τρόπος για να επικοινωνήσει στον θεραπευτή οικογενειακά θέματα που τον δυσκολεύουν. Ένα απλό σχέδιο ή ένα κολάζ μπορεί να είναι το μέσο με το οποίο ο θεραπευόμενος «φέρνει την οικογένεια» και προσφέρει μια ευκαιρία να συζητηθούν οι ρόλοι μέσα στην οικογένεια και θέματα που σχετίζονται με την οικογένεια καταγωγής του (Riley, 1985).

«Η εικαστική εμπειρία διευκολύνει την αλληλεπίδραση, την ανοιχτή στάση, την ευαισθησία και την υιοθέτηση νέων δεξιοτήτων». Έτσι, «παρέχει στην οικογένεια ένα πλαίσιο για τη **δοκιμή νέων ρόλων και νέου επικοινωνιακού ύφους**, μέσα από τη μη απειλητική καλλιτεχνική εμπειρία. Οι οικογένειες μαθαίνουν γρήγορα ότι οι συμβολικές τους προσπάθειες στο πλαίσιο της εικαστικής θεραπείας ανοίγουν τον δρόμο για την ανάληψη περισσότερων πρωτοβουλιών στο σπίτι» (Landgarten, 1999, σ. 29).

Η Shirley Riley (2003) αναφέρει ότι πολλοί είναι οι λόγοι που η εικαστική θεραπεία προτιμάται ως μέθοδος **εργασίας με ζευγάρια**. Όπως αναφέρθηκε, η απεικόνιση των προβλημάτων παρέχει μια νέα οπτική και εισάγει έναν **νέο τρόπο επικοινωνίας**. Η έκφραση μέσω τέχνης μπορεί να αναδείξει τα **συζυγικά ζητήματα από μια άλλη ματιά** και παρέχει την ευκαιρία στο ζευγάρι και στον θεραπευτή να καθορίσουν στόχους και να δημιουργήσουν ένα

σχέδιο θεραπείας. Κάθε σύντροφος επιθυμεί ο άλλος να δει τον κόσμο «μέσα από τα δικά του μάτια». Αυτό είναι δύσκολο να επιτευχθεί μόνο σε λεκτικό επίπεδο. Η χρήση εικόνων διευκολύνει την παραπάνω διαδικασία (Landgarten, 1999). Η ύπαρξη **μικρών στιγμών συνεργασίας ή φροντίδας** μπορεί να αποτελέσει τη βάση για περαιτέρω αύξηση αυτών των στιγμών. Η αξία της γλώσσας της τέχνης είναι να επιτρέπει στο άτομο να μιλήσει για οδυνηρά ζητήματα, μέσω της ασφάλειας ενός σβώλου πηλού ή ενός μουσικού κομματιού. Το ζευγάρι επικεντρώνεται στο έργο τέχνης και στη δραστηριότητα, αποφεύγοντας να μπαίνει στη διαδικασία των αλληλοκατηγοριών (Landgarten, 1999).

Τα μέλη της οικογένειας έχουν την ευκαιρία να χρησιμοποιήσουν τις **δημιουργικές τους δυνατότητες στην επίλυση προβλημάτων**, διευρύνοντας τις προοπτικές τους και βελτιώνοντας τις σχέσεις τους (Riley & Malchiodi, 2003). Μαθαίνοντας να είμαστε δημιουργικοί, αυξάνεται η ικανότητα μας να καινοτομούμε και να αντιμετωπίζουμε την όποια κατάσταση από μια νέα οπτική. Οι δημιουργικές τέχνες μπορεί να χρησιμοποιηθούν ως μέσο αυτο-φροντίδας και αναστοχασμού (Jackson, 2014), οδηγώντας την οικογένεια σε νέα λειτουργική ισορροπία.

Συστημική ψυχοθεραπεία και τέχνη - Συστημική θεωρία στην εικαστική ψυχοθεραπεία

Ίσως η πραγματικά μεγαλύτερη επιτυχία του κινήματος της οικογενειακής θεραπείας να ήταν η δυνατότητά του να αναδιπλώνεται και να αλλάζει»

(Hoffman, 2006, σ. 24)

Η εικαστική οικογενειακή ψυχοθεραπεία εμφανίστηκε τις τελευταίες δεκαετίες ως φυσική συνέπεια της ανάπτυξης των μοντέλων της οικογενειακής θεραπείας (Riley & Malchiodi, 1994). Η ενσωμάτωση της συστημικής θεωρίας ήταν κύριο μέλημα των εικαστικών θεραπευτών που ήθελαν να εργαστούν με οικογένειες. Πολλά συστημικά μοντέλα έχουν χρησιμοποιηθεί ως πλαίσιο για την οικογενειακή θεραπεία μέσω τεχνών. Μεταξύ αυτών είναι το βιωματικό, το στρατηγικό, η θεωρία του Bowen, το πολυγενεακό, το δομικό, το εστιασμένο στη λύση και το αφηγηματικό (Riley & Malchiodi, 2003).

Βιωματική οικογενειακή θεραπεία (V. Satir)

Ο βιωματικός οικογενειακός θεραπευτής μέσω τέχνης, σύμφωνα με την Landgarten (1999), συμμετέχει ενεργά στη θεραπεία και τροφοδοτεί την οικογένεια με καινοτόμες εικαστικές εμπειρίες που επικεντρώνονται στα συναισθήματα, τον αυθορμητισμό, την αυθεντικότητα, την επίγνωση και την κατανόηση. Η Virginia Satir, πρωτοπόρα του πεδίου της οικογενειακής θεραπείας, χρησιμοποιούσε την τέχνη και το παιχνίδι για να συμπεριλαμβάνει τα μικρά παιδιά στη θεραπεία (Armstrong & Simpson, 2002).

Μία από τις βασικές τεχνικές παρέμβασης που ανέπτυξε είναι το **οικογενειακό γλυπτό**. Στόχος ήταν να απεικονιστούν οι συναισθηματικές σχέσεις της οικογένειας μέσω της στάσης και της θέσης των ατόμων (ή αντικειμένων) στον χώρο. «Η συμβολική παρουσίαση των σχέσεων της οικογένειας κατ' αυτόν τον τρόπο πραγματοποιείται χωρίς τη βοήθεια της ψηφιακής γλώσσας και γι' αυτόν τον λόγο γίνεται συνήθως πολύ γρήγορα κατανοητή» (von Schlippe & Schweitzer, 2008, σ. 187). Παρόλο που η συγκεκριμένη τεχνική εισήχθη από τους David Kanto, Fred και Bunny Duhl, χρησιμοποιήθηκε εκτενώς από τη Satir. Το παράδειγμα της Satir ακολούθησαν και εξέλιξαν οι Peggy Papp, Olga Siverstein, Elizabeth Carter, Maurizio Andolfi και άλλοι (Dalos και Draper, 2010).

Οι Peggy Pap, David Kantor και Fred Duhl ανέπτυξαν, τη δεκαετία του 1980, τη μέθοδο της **«οικογενειακής χορογραφίας»** (couples choreography), που αποτελεί επέκταση της τεχνικής του οικογενειακού γλυπτού της Satir (Ζαφείρης, Ζαφείρη, Μουζακίτης, 1999). Βασιζόμενοι στην παραπάνω τεχνική, οι Peggy Papp, Michele Scheinkman και Jean Malpas, ανέπτυξαν ένα πρωτόκολλο για τη χρήση του γλυπτού στην οικογενειακή θεραπεία (Papp, Scheinkman και Malpas, 2013). «Τόσο το οικογενειακό γλυπτό όσο και η οικογενειακή χορογραφία βοηθούν στη διαγνωστική αξιολόγηση της οικογένειας αναφορικά με την αμφίδρομη σχέση φυσικού χώρου και συναισθηματικής απόστασης των μελών της, και επιτρέπουν στον θεραπευτή να καθορίσει το είδος των αλλαγών που χρειάζεται η οικογένεια (Ζαφείρης κ.α. 1999, σ.130).

Στρατηγική οικογενειακή θεραπεία (J. Haley)

Η στρατηγική προσέγγιση της συστημικής θεραπείας μπορεί να χρησιμοποιήσει «το εικαστικό έργο ως ένα μέσο ρυθμιστικής παρέμβασης, εστιάζοντας την προσοχή στην επίλυση προβλημάτων» (Landgarten, 1999, σ.26). Σύμφωνα με τον Jay Haley (Ζαφείρης κ.α., 1999), κάθε είδος επικοινωνιακής συμπεριφοράς μπορεί να ανήκει είτε στον συμμετρικό είτε στον συμπληρωματικό τύπο. Η συμμετρική σχέση των ατόμων, όπου το κάθε μέλος της σχέσης είναι δραστήριο και ενεργητικό, μπορεί να καθρεφτιστεί στον αυτοσχεδιασμό ενός μουσικού ντουέτου. Όταν δύο άτομα παίζουν ταυτόχρονα, γίνεται πιο ξεκάθαρο τότε η μουσική αλληλεπίδραση λειτουργεί αρμονικά και τότε όχι. Ο θεραπευτής θα μπορούσε να ζητήσει από τα μέλη της οικογένειας να παίξουν ένα αυτοσχεδιαστικό μουσικό κομμάτι και στην πορεία να το αξιολογήσουν. Προτάσεις για να βελτιωθεί η μεταξύ τους επικοινωνία, ώστε να παιχτεί το μουσικό κομμάτι πιο αρμονικά, μπορεί να γίνουν είτε από τον θεραπευτή, είτε από τα μέλη της οικογένειας (Miller, 1994). Στην πορεία θα μπορούσαν να κάνουν συσχετίσεις με τη λεκτική τους επικοινωνία, με στόχο τη βελτίωση της τελευταίας.

Στις περιπτώσεις όπου τα άτομα δυσκολεύονται να ακούσουν ο ένας τον άλλον, η **«μουσική ηχώ»** θα μπορούσε να είναι μια προτεινόμενη άσκηση από τον θεραπευτή. Ένα άτομο θα παίξει μια σύντομη ακολουθία και ένα άλλο θα την επαναλάβει. Όπως αναφέρει ο Miller (1994), η «μουσική ηχώ» μπορεί να βοηθήσει στην αποκατάσταση της επικοινωνίας επειδή ενθαρρύνει τα μέλη της οικογένειας να ακούσουν και να ανταποκριθούν ο ένας στον άλλο. Μέσα από τη διαδικασία της «μουσικής ηχούς», τα μέλη της οικογένειας μπορούν να αναπτύξουν δεξιότητες ακρόασης και ανταπόκρισης. Τόσο οι γονείς όσο και τα παιδιά μπορούν να βιώσουν την «εμπειρία τού να ακουστούν». Μια τέτοια δραστηριότητα είναι

σημαντική για εργασία με οικογένειες όπου τα συναισθήματα των μελών της δεν αναγνωρίζονται και βοηθάει στην εγκατάλειψη των μοτίβων κατηγοριών και ντροπής.

Μία από τις τεχνικές της στρατηγικής θεραπείας είναι οι **ανάθεσεις** για το σπίτι. Μία ανάθεση για το σπίτι είναι να ζητηθεί από τα μέλη της οικογένειας να κρατήσουν ένα εικαστικό ημερολόγιο (με ζωγραφική ή κολάζ), όπου θα εκφράζουν συναισθήματα και σκέψεις από την καθημερινότητά τους ή σε σχέση με κάποιο συγκεκριμένο γεγονός. Στόχος αυτής της ανάθεσης είναι να διευκολυνθούν περισσότερο τα άτομα που δυσκολεύονται στην έκφραση των συναισθημάτων τους.

Η προσέγγιση του M. Bowen στην οικογενειακή θεραπεία

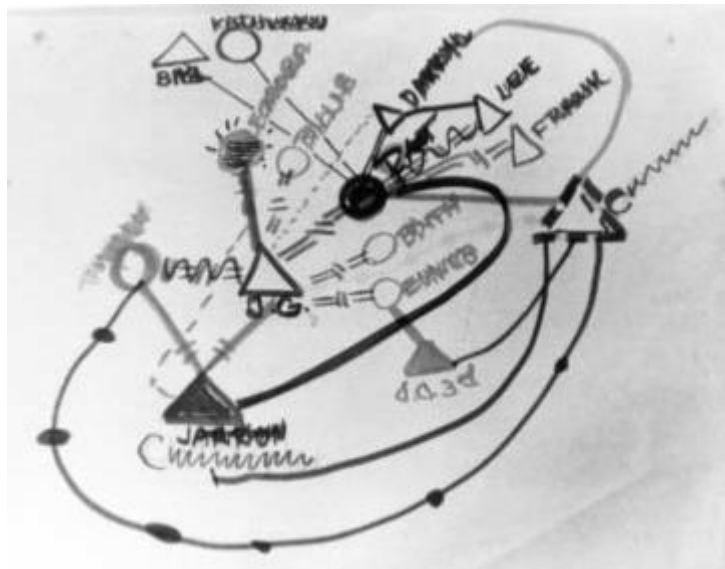
Μία από τις βασικές έννοιες της θεωρίας του Bowen (1996) είναι η **τριγωνοποίηση**. Η τριγωνοποίηση ανάμεσα στα μέλη της οικογένειας είναι δυνατόν να αναδυθεί κατά τη διάρκεια δημιουργίας του καλλιτεχνικού έργου. Σε αυτή την περίπτωση δύο άτομα, που έχουν ένταση, εμπλέκουν ένα τρίτο άτομο προκειμένου να μειώσουν την έντασή τους, κατά συνέπεια στρέφουν τη δυσαρέσκειά τους σε αυτό. Στην περίπτωση της τριγωνοποίησης ο θεραπευτής μπορεί να οδηγήσει τους θεραπευόμενους σε δραστηριότητες που τονίζουν τη διαφοροποιημένη και αυτόνομη λειτουργικότητα (Landgarten, 1999). Ένας μουσικός αυτοσχεδιασμός μπορεί να συμβάλει σε μια τέτοια διαδικασία, δηλαδή στη **διαδικασία «διαφοροποίησης εαυτού»**. Το κάθε μέλος μπορεί να παίξει τον δικό του αυτοσχεδιασμό και, ταυτόχρονα, να αλληλεπιδράσει μουσικά με την οικογενειακή μονάδα στο σύνολό της. Μέσω της επανάληψης αυτής της διαδικασίας, το κάθε μέλος μπορεί να εξασκηθεί να εκφράζεται με τον δικό του τρόπο, και ταυτόχρονα να ακούει και να ανταποκρίνεται στον τρόπο έκφρασης των άλλων. Μόλις κάτι τέτοιο επιτευχθεί, η αίσθηση της αλληλεπίδρασης επιτυγχάνεται και μπορεί να αναπαραχθεί και στον λεκτικό τρόπο επικοινωνίας (Miller, 1994).

Επίσης, μια άλλη διαδικασία «διαφοροποίησης του εαυτού» με εικαστικό τρόπο, προτείνουν οι Riley & Malchiodi (2003). Ο θεραπευόμενος καλείται να ζωγραφίσει την οικογένειά του. Στη συνέχεια, ο θεραπευτής προτείνει να κόψει με ψαλίδι τον εαυτό του και να εικάσει πώς θα σχετίζονταν τα υπόλοιπα μέλη της οικογένειας, χωρίς τον ίδιο. Παράλληλα, θα μπορούσε ο θεραπευόμενος να επεξεργαστεί τα δικά του συναισθήματα, ως αποκομμένο μέλος από το οικογενειακό πλαίσιο. Τι θα μπορούσε να κάνει, απελευθερωμένος από το πλαίσιο της οικογένειας; Αντίστοιχες μεταφορικές παρεμβάσεις μπορούν να βοηθήσουν τον θεραπευόμενο να αντιμετωπίσει την παραμελημένη αναπτυξιακή φάση της «εξατομίκευσης».

Μία άλλη έννοια του Bowen είναι η **«αδιαφοροποίητη μάζα του Εγώ»**. Τα ασαφή όρια και η έλλειψη διαφοροποίησης μπορούν να παρατηρηθούν στο περιεχόμενο του εικαστικού έργου. Παράδειγμα αποτελεί μια ζωγραφιά, όπου τα στοιχεία της επικαλύπτονται και συγχωνεύονται, με αποτέλεσμα να είναι δύσκολο ή αδύνατο να εντοπίσει κανείς τη συμβολή του κάθε μέλους (Landgarten, 1999).

Στηριζόμενοι στη θεωρία του Bowen, οι McGoldrick και Gerson διαμόρφωσαν τη μέθοδο του γενεογράμματος. Το **γενεόγραμμα** παρουσιάζει με συνοπτικό τρόπο πολύπλοκες πληροφορίες που αφορούν στα οικογενειακά συστήματα, χρησιμοποιώντας συγκεκριμένα σύμβολα (McGoldrick & Gerson, 1999). Τα σύμβολα αυτά μπορούν να εμπλουτιστούν με χρώματα ή να συμπληρωθούν με φωτογραφίες από πρόσωπα ή από τα αγαπημένα τους αντικείμενα ή ακόμη και από κάποια ιδιαίτερα οικογενειακά συμβάντα.

Η Shirley Riley (2003) αναφέρει τον όρο **γενεόγραμμα εικαστικής θεραπείας** ή **εικαστικό γενεόγραμμα** (art therapy genogram). Ο θεραπευτής εξηγεί την έννοια του οικογενειακού χάρτη και προτείνει να απεικονιστούν οι σχέσεις και τα μοτίβα της οικογένειας, χρησιμοποιώντας χρώματα και συμβολικές εικόνες. Σε αυτή την τεχνική, δεν γίνεται καμία προσπάθεια να ακολουθηθεί το παραδοσιακό σχήμα όπως προτάθηκε από τους McGoldrick και Gerson. Για παράδειγμα, τα μέλη της οικογένειας που έχουν αναλάβει προστατευτικό ρόλο θα μπορούσαν να έχουν χρώμα πράσινο και όσοι είναι βίαιοι θα μπορούσαν να έχουν μαύρο χρώμα. Η χρήση των χρωμάτων που αντικαθρεπτίζουν τις συμπεριφορές δίνει στο γενεόγραμμα ζωή και συμβάλλει στο να εντοπίσει στο άτομο ή στα μέλη της οικογένειας εγγενή χαρακτηριστικά και συμπεριφορές.



Γενεόγραμμα εικαστικής θεραπείας από το βιβλίο *Handbook of Art Therapy* (Malchiodi, 2003, σ.392)

Πολυγενεακή οικογενειακή θεραπεία (I. Boszormenyi-Nagy, H. Stierlin)

«Η πολυγενεακή προσέγγιση εισήγαγε στη συστημική θεραπεία την οπτική τού να διερευνάται, πέρα από την παρούσα κατάσταση, το πώς προκύπτει νόημα από τις συμπεριφορές, τα βιώματα ή και τα συμπτώματα, λαμβάνοντας υπόψη τα «κληροδοτήματα» των προηγούμενων γενεών και θέτοντας το ερώτημα κατά πόσον αυτά έχουν υλοποιηθεί ή ήταν υλοποιήσιμα» (von Schlippe και Schweitzer, 2008, σ. 36). Ένα παράδειγμα «πολυγενεακής οικογενειακής θεραπείας» παρουσιάζει στο βιβλίο της «Οικογενειακή

Εικαστική Θεραπεία» η Landgarten (1999) και αφορά ασθενή στο τελικό στάδιο. Στις συνεδρίες συμμετείχε όλη η οικογένεια (τρεις γενιές) και δόθηκε η δυνατότητα να αντιμετωπίσουν την απώλεια, να εκφράσουν συναισθήματα και σκέψεις και «η κάθε γενιά να έρθει αντιμέτωπη με ψυχολογικό υλικό το οποίο σχετίζεται, κυρίως, με το αντίστοιχο εξελικτικό στάδιο το οποίο διανύει» (Landgarten, 1999, σ. 358).

Το οικογενειακό γλυπτό, στο οποίο αναφερθήκαμε, είναι μια τεχνική που θα μπορούσε να συνδυαστεί με το πολυγενεακό μοντέλο. Οι von Schlippe και Schweitzer (2008, σ. 189) αναφέρουν σχετικά με την πιο πάνω τεχνική: «Μπορούμε με παιχνιδιάρικο τρόπο να εξοικειώσουμε την οικογένεια με ένα συστημικό τρόπο θέασης: την κυκλικότητα των συμπεριφορών στα κοινωνικά συστήματα, την πολυγενεακή οπτική και άλλα πολλά».

Ο όρος «γονεοποίηση του παιδιού» (ή γονεοποιημένο παιδί), σύμφωνα με τον Stierlin (von Schlippe και Schweitzer, 2008, σ. 73), αναφέρεται στη «συμμετοχή των παιδιών σε γονικά καθήκοντα, καμιά φορά και σε συζυγικά καθήκοντα». Η ανάθεση του γονικού ρόλου στο παιδί, από τον γονέα, και η ανάληψη αυτού του ρόλου από το παιδί, μπορεί να προβληθεί κατά τη διάρκεια δημιουργίας του καλλιτεχνικού έργου. Στην περίπτωση αυτή, υπάρχει μια απρόσφορη αντιστροφή των ρόλων γονιών-παιδιού (Landgarten, 1999).

Δομική Οικογενειακή Θεραπεία (S. Minuchin)

Στη δομική οικογενειακή θεραπεία ιδιαίτερη σημασία έχουν τα όρια και οι δομές (von Schlippe & Schweitzer, 2008). «Ο δομικός θεραπευτής, ο οποίος παίζει ενεργό κατευθυντικό ρόλο, μπορεί να σχεδιάσει εικαστικές παρεμβάσεις που σκόπιμα διακόπτουν τη συνήθη διαδραστική συμπεριφορά της οικογένειας και απαιτούν από τα μέλη της να επαναπροσδιορίσουν τον ρόλο τους. Επίσης, μπορεί να σχεδιάσει παρεμβάσεις που αποβλέπουν στον χειρισμό μια δοκιμαστικής επαναδιάταξης των υποσυστημάτων και στην αλλαγή των ορίων» (Landgarten, 1999, σ.25). Παράδειγμα εικαστικής παρέμβασης σε οικογένειες που χρειάζονται δομή και οριοθέτηση, είναι η πρόταση για χρήση κουτιών, μια και «τα όρια προσδιορίζονται από τις ανυψωμένες πλευρές των αντικειμένων αυτών και τείνουν να προλαμβάνουν την εκδραμάτιση κατά τη δημιουργία του εικαστικού έργου» (Landgarten, 1999, σ.31).

Εκτός από τα εικαστικά, ο δομικός οικογενειακός θεραπευτής μπορεί να αξιοποιήσει και άλλες μορφές τέχνης, όπως, για παράδειγμα, τη μουσική, τόσο στη φάση της αξιολόγησης, όσο και στη φάση της θεραπευτικής παρέμβασης. Η μουσική διαθέτει μοναδικές ιδιότητες, που την καθιστούν χρήσιμη σε ομαδικές ή οικογενειακές συναντήσεις. Μια πρωταρχική ποιότητα της ενόργανης μουσικής είναι ότι αποτελεί μέσο επικοινωνίας που απαρτίζεται από τα στοιχεία της γλώσσας (ήχους και ρυθμούς), χωρίς, ωστόσο, να φέρει τις συγκεκριμένες συσχετίσεις των λέξεων. Τα «καυτά» θέματα που θα μπορούσαν, αυτόματα, να προκαλέσουν συνηθισμένα έντονα συναισθήματα και συμπεριφορές μπορεί να τοποθετηθούν προσωρινά στο φόντο. Η επιλογή της μουσικής συνάδει ιδιαίτερα με τη δομική οικογενειακή θεραπεία, η οποία επικεντρώνεται στα πρότυπα αλληλεπίδρασης στο παρόν (Miller, 1994).



Ενδεικτικό παράδειγμα της χρήσης της μουσικής σε οικογένειες που παρουσιάζουν δυσλειτουργία στον καθορισμό ορίων γονέων-παιδιών είναι το ακόλουθο: Ο θεραπευτής προτείνει στους γονείς να κατευθύνουν τα παιδιά τους σε μια μουσική δραστηριότητα - από την επιλογή μουσικών οργάνων μέχρι το πώς και πότε θα παίξουν. Αν είναι και οι δύο γονείς παρόντες, μπορούν να λάβουν οδηγία να αφιερώσουν αρκετά λεπτά για μια ιδιωτική «συνάντηση γονέων» στην οποία θα προγραμματίσουν τον τρόπο με τον οποίο επιθυμούν να διεξάγουν τη δραστηριότητα. Θα μπορούσαν να επιλέξουν τα μουσικά όργανα που θα χρησιμοποιήσει το παιδί (ή να του προτείνουν ένα περιορισμένο εύρος μουσικών οργάνων). Μπορούν, επιπλέον, να δώσουν συγκεκριμένα μουσικά κομμάτια ή να αφήσουν το παιδί να αυτοσχεδιάσει. Αυτή η άσκηση προσφέρει τη δυνατότητα στους γονείς να λειτουργήσουν ως μονάδα, κάτι που συχνά λείπει από τις οικογένειες στις οποίες απουσιάζουν τα σαφή όρια. Οι γονείς μπορούν να «διευθύνουν» το παίξιμο, χρησιμοποιώντας τη φωνή τους ή τα χέρια τους (φωνητικά ή σήματα χεριών) για να σηματοδοτούν την αύξηση και τη μείωση της έντασης καθώς και την έναρξη και τη λήξη της εκτέλεσης. Μετά το μουσικό κομμάτι, οι γονείς μπορεί να έχουν μια ακόμη σύντομη «συνάντηση γονέων» αποτιμώντας το πρώτο μέρος και σχεδιάζοντας το δεύτερο (Miller, 1994).

Η μουσική προσφέρει ένα ουδέτερο πλαίσιο, με το οποίο αξιολογείται η σχέση των μελών της οικογένειας, μέσω του στοιχείου του ρυθμού. Ο ρυθμός για να παραχθεί απαιτεί την ύπαρξη μιας δομής. Παρατηρώντας πώς η οικογένεια ανταποκρίνεται στις απαιτήσεις του ρυθμού, ο θεραπευτής μπορεί να δημιουργήσει υποθέσεις για το πώς κάθε μέλος ανταποκρίνεται στην οικογενειακή δομή γενικά (Miller, 1994). Για παράδειγμα, στο πλαίσιο ενός μουσικού ρυθμού, ορισμένα μέλη της οικογένειας μπορεί να συμμετέχουν «στον ρυθμό», να είναι «εκτός ρυθμού» ("offbeat") ή να αυτοσχεδιάζουν ελεύθερα σε «υπορυθμούς» μέσα σε ένα δεδομένο μέτρο. Τέλος, άλλα μέλη μπορεί να αντιστέκονται εντελώς στη μουσική δραστηριότητα. Τα όποια στοιχεία αντλεί ο θεραπευτής σχετικά με τα συλλεπιδρασης της οικογένειας, μέσα από την παρατήρηση του ρυθμού της, του παρέχει τη δυνατότητα για καλύτερη κατανόηση της λειτουργίας της οικογένειας. Ωστόσο, αυτές οι διαπιστώσεις δεν πρέπει να είναι στάσιμες, αλλά να υπόκεινται σε αναθεωρήσεις, καθώς συσσωρεύονται και άλλες πληροφορίες (Miller, 1994).

Μεταμοντέρνες οικογενειακές θεραπείες

Σύμφωνα με τον Peter Rober (2009), η οικογενειακή θεραπεία έχει μια μακρά παράδοση εστίασης στον μη λεκτικό τρόπο επικοινωνίας (π.χ. Watzlawick, Beavin & Jackson), ώστε να εμπλουτίζεται η θεραπευτική διαδικασία (π.χ. Andersen, Gil, Rober). Ο Rober (2009), που εμπνεύστηκε από τη δουλειά των Michael White, Tom Andersen, John Shotter και άλλων οικογενειακών θεραπευτών, δημιούργησε ένα πρωτόκολλο για τη χρήση της ζωγραφικής στη θεραπεία ζεύγους. Στην προσέγγισή του, ο διάλογος μεταξύ των θεραπευόμενων και των θεραπευτών είναι πιο σημαντικός από το περιεχόμενο του σχεδίου, και όπως ο ίδιος αναφέρει ταιριάζει με τις **διαλογικές προσεγγίσεις** στην οικογενειακή θεραπεία.

Στην εικαστική **θεραπεία εστιασμένη στη λύση** (solution-focused therapy), η θεραπευτική σχέση ξεκινά με τον αμοιβαίο καθορισμό των στόχων. Στην αρχική συνεδρία, ο

Θεραπευόμενος μπορεί να κληθεί να θέσει κάποιους στόχους μέσω ενός κολάζ, ενός σχεδίου ή μιας ζωγραφιάς. Η έκφραση μέσω τέχνης, στην αρχική φάση της θεραπείας, επιτρέπει στον θεραπευόμενο να εκφράσει το πρόβλημα σε απτή μορφή και μέσω εικόνων/συμβόλων να παρέχει πολύτιμες πληροφορίες στον θεραπευτή. Όταν ο θεραπευτής εξερευνά με σεβασμό το καλλιτεχνικό δημιούργημα και δίνει χρόνο να κατανοήσει πώς ο ίδιος ο θεραπευόμενος το αντιλαμβάνεται, τότε ο δεύτερος νιώθει ότι ακούγεται. Στην οικογενειακή συνεδρία, το κάθε μέλος θα εκφράσει τη δική του οπτική σε σχέση με το πώς αντιλαμβάνεται το πρόβλημα. Οι ζωγραφιές ανοίγουν τον δρόμο για μετέπειτα συζήτηση και απομυθοποίηση του παρουσιαζόμενου προβλήματος με στόχο τη λύση του (Riley & Malchiodi, 2003).

Τα παραπάνω γίνονται πιο κατανοητά με ένα παράδειγμα: Ο θεραπευτής ζητάει από τα μέλη της οικογένειας να απεικονίσουν το πρόβλημα όπως το αντιλαμβάνονται. Ο γονιός απεικονίζει τους φίλους του παιδιού που θεωρεί ότι το επηρεάζουν αρνητικά. Το παιδί, από την πλευρά του, ζωγραφίζει τον δάσκαλό του που το έχει τιμωρήσει άδικα. Εν συνεχεία, ο θεραπευτής θα ζητήσει από τον γονέα και το παιδί να αφαιρέσουν τα πρόσωπα που δεν αποτελούν μέλη της οικογένειας και να τοποθετήσουν τις εικόνες των μελών κοντά, έτσι ώστε να αγγίζονται. Στην πορεία, θα κληθούν να σχεδιάσουν μια λύση στο ίδιο φύλλο χαρτί. Ζωγραφίζοντας μαζί, γονείς και παιδιά, στην ίδια σελίδα, είναι ένας συμβολισμός του τρόπου συνεργασίας για την από κοινού επίλυση προβλημάτων. Οι συνεδρίες θα μπορούσαν να επικεντρωθούν σε διπλά σχέδια που προσκαλούν σε πολλούς τρόπους συνεργασίας (π.χ. η μητέρα να απεικονίσει την επίσκεψη στο σχολείο και το παιδί την επίσκεψη των φίλων στο σπίτι (Riley & Malchiodi, 2003).

Παρόμοια στοιχεία με τη θεραπεία εστιασμένη στη λύση συναντάμε και στην **αφηγηματική θεραπεία** (White & Epston). Οι βασικές αρχές της αφηγηματικής θεραπείας συμπληρώνουν αυτές των θεραπειών μέσω τέχνης, γεγονός που την καθιστά ιδιαίτερα χρήσιμη σε όσους δουλεύουν με παιδιά και οικογένειες (Riley & Malchiodi, 2003). Η αφηγηματική θεραπεία χρησιμοποιεί κυρίως λεκτικά μέσα -την αφήγηση (story telling) και τις θεραπευτικές επιστολές- για να βοηθήσει τους ανθρώπους να εκφράσουν τα προβλήματά τους. Στην **αφηγηματική προσέγγιση της θεραπείας μέσω τέχνης ή στην εικαστική αφηγηματική θεραπεία** (narrative art therapy) η έκφραση μέσω τέχνης γίνεται ένας τρόπος εξωτερίκευσης, με πρόσθετα οφέλη στη θεραπευτική διαδικασία. Για παράδειγμα, η παρουσίαση του προβλήματος μέσω ενός εικαστικού έργου (σχέδιο, ζωγραφιά, κολάζ, φωτογραφία, βίντεο κ.λπ) είναι ένας φυσικός **διαχωρισμός του ατόμου από το πρόβλημα**. Μέσω της τέχνης, το πρόβλημα γίνεται ορατό, βοηθώντας το άτομο να παίρνει τις κατάλληλες αποστάσεις από αυτό.

Οι Freeman, Epston και Lobovits (1997) βλέπουν τις εκφραστικές δραστηριότητες ως αναπόσπαστο μέρος της προσέγγισης της αφηγηματικής θεραπείας, ιδιαίτερα με τα παιδιά και τις οικογένειές τους. Αναφέρουν ότι «μια εξωτερική συνομιλία ενισχύεται εύκολα με άλλες μορφές έκφρασης που προτιμούν τα παιδιά, όπως το παιχνίδι και η θεραπεία μέσω εκφραστικών τεχνών» (Freeman κα, 1997, σ.11).

Επίλογος

Από την παραπάνω βιβλιογραφική ανασκόπηση, μπορούμε να αντιληφθούμε τους πολλαπλούς τρόπους σύνδεσης της τέχνης με τη συστημική οικογενειακή θεραπεία. Οι θεραπευτές, μέσω των τεχνών που έχουν αναπτύξει στη συστημική οπτική, αξιοποιούν τη διαδικασία δημιουργίας του καλλιτεχνικού έργου και το περιεχόμενό του, τόσο στη φάση της «αξιολόγησης» όσο και στη «θεραπευτική παρέμβαση» (Landgarten, 1999; Riley, 2003; Miller, 1994). Από την άλλη πλευρά, οι συστημικοί θεραπευτές μέσω της δημιουργικής έκφρασης, ακόμα κι αν δεν γνωρίζουν σε βάθος κάποια μορφή τέχνης, μπορούν να εμπλουτίσουν το θεραπευτικό τους έργο, π.χ. με τη γραφή (Penn, 2001), με το «οικογενειακό γλυπτό» (Parr, 2013), με τη ζωγραφική (Rober, 2008, 2017).

Η συστημική προσέγγιση και η θεραπεία μέσω τεχνών έχουν πολλά κοινά στοιχεία, γεγονός που καθιστά πιο εύκολο τον συνδυασμό τους. «Η δραματοθεραπεία και η συστημική ψυχοθεραπευτική προσέγγιση είναι τα δύο πλαίσια αναφοράς που συνδυάζονται μέσα στην ψυχοθεραπευτική εργασία και αλληλεπιδρούν στα επίπεδα του σκοπού της ψυχοθεραπείας, του στόχου των θεραπευτικών παρεμβάσεων και της επιλογής θεραπευτικών μεθόδων. Η εστίαση και των δύο προσεγγίσεων στην υγεία και όχι στην παθολογία, αποτελεί μια κοινή βάση για τον συνδυασμό τους στη θεραπευτική πρακτική» (Ζαφειροπούλου, Κασταμονίτου & Παπαθέου, 2019, σ. 111).

Αντίστοιχα με τη δραματοθεραπεία, και οι υπόλοιπες ψυχοθεραπείες μέσω τέχνης συνδυάζονται με τη συστημική ψυχοθεραπευτική προσέγγιση, διευρύνοντας τον ρόλο της ψυχοθεραπείας και ταυτόχρονα το πλαίσιο του θεραπευτή. Τέλος, θα πρέπει να τονίσουμε ότι η χρήση διαφόρων μορφών τέχνης (εικαστικά, μουσική, κίνηση, βίντεο, φωτογραφία, ποίηση κ.ά.) στην οικογενειακή θεραπεία, είναι μια σχετικά ανεξερεύνητη οδός θεραπείας, που αξίζει περαιτέρω μελέτης, και μπορεί να αξιοποιηθεί σε μεγαλύτερο εύρος.

Βιβλιογραφία

Armstrong S. & Simpson C., Expressive Arts in Family Therapy: Including young children in the process. *Journal of Professional Counseling: Practice, Theory & Research*, 30 (2) σ.2-9, 2002.

Bowen M. (1996) Τρίγωνα στην Οικογένεια. (μετάφραση Γκίκα Ε., Λεβή Μπ., επιμέλεια- εισαγωγή: Χαραλαμπίκη Κ.). Αθήνα: Ελληνικά Γράμματα.

Γιώτης Λ., Μαραβέλης Δ., Πανταγούτσου Α., Γιαννούλη Ε. (2019). Πρόλογος Επιμελητών στο Η συμβολή των Ψυχοθεραπειών μέσω Τέχνης στην Ψυχιατρική Θεραπευτική. Επιμελητές: Γιώτης Λ., Μαραβέλης Δ., Πανταγούτσου Α., Γιαννούλη Ε., Συντονιστής: Παπαδημητρίου Γ.Ν. Αθήνα. Εκδόσεις Βήτα, σελ. xv-xix.

Dallos R. & Draper R., (2010). *An Introduction to Family Therapy. Systemic Theory and Practice*. 3rd Edition. New York: Mc Graw Hill.

Δάλλη Α., Φλέβα Α., Βράνα- Δάλλη Π. (2019) Οικογενειακή Εικαστική Αξιολόγηση στο Η συμβολή των Ψυχοθεραπειών μέσω Τέχνης στην Ψυχιατρική Θεραπευτική. Επιμελητές Γιώτης Λ., Μαραβέλης Δ., Πανταγούτσου Α., Γιαννούλη Ε., Συντονιστής: Παπαδημητρίου Γ.Ν. Αθήνα: Εκδόσεις Βήτα, σελ.482-488.

Ευδοκίμου - Παπαγεωργίου Ρ. (1999), *Δραματοθεραπεία - Μουσικοθεραπεία*. Αθήνα: Καστανιώτης.

Freeman J., Epston D. & Lobovits D. (1997), *Playful Approaches to Serious Problems. Narrative Therapy with Children and their Families*. New York: Norton.

Ζαφείρης Α, Ζαφείρη Ε., Μουζακίτης Χ. (1999). *Οικογενειακή Θεραπεία, Θεωρία και πρακτικές Εφαρμογές*. Αθήνα: Ελληνικά Γράμματα.

Ζαφειροπούλου Ε., Κασταμονίτου Α., Παπαθέου Σ. (2019) «Η Δραματοθεραπεία στη θεραπεία Οικογένειας» 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. 111-116.

Goldenberg I., & Goldenberg, H. (2005), *Οικογενειακή Θεραπεία, μια επισκόπηση (Μετάφραση: Μοτάκη Ε., Επιμέλεια: Ιωαννίδου Β.)*. Αθήνα: ΕΛΛΗΝ.

GoldrickMc, M. & Gerson, R. (1999), *Το γενεόγραμμα (Μετάφραση: Α. Νίκας & Κ. Νικολάου)* Αθήνα. Κέρδος.

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. σ.371-373.

Hoffman L. (2006) *Οικογενειακή Θεραπεία, Μια προσωπική ιστορία, (Μετάφραση: Γαμβρούλα Κ., Επιμέλεια: Καφταντζή Β.)*. University Studio Pres systems therapy. New York: John Wiley & Sons.

Καλδριμιτζιάν Ν., Το φαινόμενο της συνήχησης: Όταν ο θεραπευτής και ο θεραπευόμενος αλληλεπιδρούν με αφορμή τους «Λαιστρυγόνες και τους Κύκλωπες τους», *Συστημική Σκέψη & Ψυχοθεραπεία*, 7, 2015. Διαθέσιμο στο: <https://hestafta.org/systimiki-skepsi-psychotherapeia-periodiko/teuxos-7/fainomeno-synixisis-therapeytis-therapeuomenos-allilepidroun-me-aformi-tous-laistrygonas-kai-tous-kyklopas-tous/>, Πρόσβαση 21/8/2021.

Kwiatkowska H.Y., *Family Art Therapy: Experiments with a New Technique*. American Journal of Art therapy, 40, 27-38, 2001.

Kwiatkowska Y. H. (1978), *Family Therapy and Evaluation Through Art*. Charles C Thomas Pub.

Landgarten H. B. (1999), *Οικογενειακή Εικαστική Θεραπεία (μετάφραση: Γ. Καλομοίρης, Επιμέλεια: Ν. Αναγνωστοπούλου)*. Αθήνα: Ελληνικά Γράμματα.

Malchiodi, C. (2003), *Handbook of Art Therapy*. New York & London: Guilford Publications.

Manicom H. & Boronska T., *Co-creating change within a child protection system: integrating art therapy with family therapy practice*. Journal of Family Therapy, 25, 217–232, 2003.

Miller B. Eric *Musical Intervention in Family Therapy*. Music Therapy, 12, 2, 39-57, 1994.

Minuchin, S. (2000), *Οικογένειες και Οικογενειακή Θεραπεία*, Επιμέλεια: Φ. Αναγνωστόπουλος. Αθήνα: Ελληνικά Γράμματα.

Παναγιωτίδου Μ., *Εκφραστική Θεραπεία μέσω Τεχνών και Κοινωνική Εργασία: Μια μελωδική αντίστιξη*. Κοινωνική Εργασία, 137, 3-25, 2020.

Παναγιωτίδου Μ. (2001), *Μουσικοθεραπεία και Θεραπεία μέσω βίντεο*. Πτυχιακή εργασία. ΤΕΙ Αθήνας.

Papp P., Scheinkman M., Malpas J., *Breaking the Mold: Sculpting impasses in couple therapy*. Family Process, 52, 33-45, 2013.



Penn P., Chronic Illness: trauma, language and writing: Breaking the silence. *Family Process*, 40, 33-52, 2001.

Riley S. & Malchiodi C. A. (2003), *Family Art Therapy in Handbook of Art Therapy*. The Guilford Press, New York, 362-375.

Riley S., & Malchiodi C. (1994), *Integrative approaches to family art therapy*. Chicago: Magnolia Street.

Rober P. (2017), *In Therapy Together, Family Therapy as Dialogue*. Palgrave, UK.

Rober P. Relational drawings in couple therapy. *Family Process* 2009, 48,117-33.

Rogers N. (1993), *The creative Connection, Expressive Arts as Healing*. Palo Alto California Science & Behavior Books, Inc.

Safran S. D. (2003), *An Art Therapy Approach to Attention-Deficit/Hyperactivity Disorder in Handbook of Art Therapy*. New York: The Guilford Press 182-192.

Satir, V. (1989) *Πλάθοντας ανθρώπους. Μετάφραση: Λ. Στυλιανούδη*. Αθήνα: Κέρδος.

Schlippevon, A.V. & Schweitzer J. (2008), *Εγχειρίδιο της Συστημικής Θεραπείας και Συμβουλευτικής*, (επιμ. Β. Ιωαννίδου). (μεταφ. Ε. Μοτάκη). Θεσσαλονίκη: University Studio Press.

Τσέργας Ν. (2014), *Θεραπευτικές Προσεγγίσεις μέσω της Τέχνης*. Αθήνα: Τόπος.

Wynne L. C. & Wynne A. R. (1978), *Foreword in Family Therapy and Evaluation through Art*. Springfield: Charles C. Thomas.