

ISSN 2241-2638 (print)

ISSN 2441-2778 (on-line)

ΣΕΙΡΑ ΚΕΙΜΕΝΩΝ ΕΡΓΑΣΙΑΣ

Εικαστικές Αφηγήσεις

Τραύματος-Ζωγραφίζοντας τα
κομμάτια που λείπουν

Ιωάννα Αθανασοπούλου

Τεύχος 2017.3, Αθήνα



ΤΙΤΛΟΣ ΕΠΙΣΤΗΜΟΝΙΚΗΣ ΣΕΙΡΑΣ: Σειρά Κειμένων Εργασίας του ‘Λόγω Ψυχής’

ΕΚΔΟΤΗΣ: Λόγω Ψυχής ΕΠΕ- Ινστιτούτο Εκπαίδευσης και Έρευνας στη Συστημική Ψυχοθεραπεία

ΤΟΠΟΣ ΕΚΔΟΣΗΣ: Αθήνα

ΗΜΕΡΟΜΗΝΙΑ ΠΡΩΤΗΣ ΕΚΔΟΣΗΣ: Ιούλιος 2011

TITLE OF SERIES: Working Paper Series of Logo Psychis

EDITOR: Logo Psychis LTD- Training and Research Institute for Systemic Psychotherapy

PLACE OF PUBLICATION: Athens

DATE OF FIRST PUBLICATION: July 2011

ΣΥΝΤΑΚΤΙΚΗ ΕΠΙΤΡΟΠΗ:

Αθηνά Ανδρουτσοπούλου, PhD

Γιώργος Καλαρρύτης, MMedSci

Τσαμπίκα Μπαφίτη, MSc, PhD

EDITORIAL BOARD:

Athena Androutsopoulou, PhD

George Kalarritis, MMedSci

Tsabika Bafiti, MSc, PhD

Αθανασοπούλου Ιωάννα, Ψυχολόγος και Ειδικευόμενη Ψυχοθεραπεύτρια, Ινστιτούτο
Εκπαίδευσης και Έρευνας στη Συστημική Ψυχοθεραπεία Λόγω Ψυχής | *logopsychis.gr*

ΠΕΡΙΕΧΟΜΕΝΑ

Περίληψη	4
Πλαίσιο συνεργασίας και μέθοδος	5
Ο Σ.	6
Ζητήματα δεοντολογίας	6
Βιβλιογραφική ανασκόπηση ερευνών και κλινικής εμπειρίας	7
Αφήγηση	7
Αφηγηματική συνοχή και συμπλήρωση	8
Αφήγηση και τραύμα	9
Τραύμα και κοινωνική σύνδεση	9
Αφηγηματική ψυχοθεραπεία και εκφραστικά μέσα- θεωρητικές ομοιότητες	10
Σύντομο Ιστορικό	11
Θετικά- δυνατότητες	12
Δυσκολίες	12
Σκέψεις και σχεδιασμός	12
Εργαλείο	13
Πορεία της θεραπείας	13
Θεματικές που ανέδειξαν την αφήγηση του τραύματος	13
Αποσπάσματα από τις εικαστικές αφηγήσεις του τραύματος	15
Αξιοποίηση εποπτείας και προσωπικός αναστοχασμός	19
Αξιολόγηση πορείας και αποτελέσματος	20
Κοινωνική επικύρωση	20
Νοηματοδότηση	21
Βιβλιογραφικές πηγές	22

Περίληψη

Η παρούσα εργασία αφορά την παρουσίαση της θεραπευτικής πορείας του Σ., με τον οποίο ήρθα σε επαφή στο πλαίσιο της εθελοντικής μου εργασίας σε Κέντρο Απεξάρτησης. Ο Σ. συμμετείχε στην ομάδα εικαστικής έκφρασης, που ως αρχικό στόχο είχε να αναδυθούν θέματα που σχετίζονται με τη χρήση. Για εκείνον όμως, ήταν ένα μέσο για να επικοινωνήσει την τραυματική εμπειρία του ταξιδιού του προς την Ελλάδα. Το υπόβαθρο της θεραπευτικής μου δουλειάς ήταν η εμπλουτισμένη συστημική προσέγγιση SANE.

Εδώ, η θεραπευτική προσέγγιση αναλύεται ως προς τον έναν από τους άξονες που συνθέτουν το SANE, αυτόν της αφηγηματικής προσέγγισης, με έμφαση στην αφηγηματική επεξεργασία του τραύματος, έχοντας ως κύριο εργαλείο για την ανάδυση ιστοριών την εικαστική θεραπεία.

Λέξεις κλειδιά: αφηγηματική θεραπεία, εικαστική θεραπεία, τραύμα, αφηγηματική συνοχή, αφηγηματική συμπλήρωση

Πλαίσιο συνεργασίας και μέθοδος

Η παρούσα εργασία αφορά τη συνεργασία μου με τον Σ., η οποία βασίστηκε στην εμπλουτισμένη θεραπευτική συστημική προσέγγιση SANE (System – Attachment – Narrative – Encephalon). Πρόκειται για μια συνθετική προσέγγιση, στην οποία έχω εκπαιδευθεί στο Ινστιτούτο Εκπαίδευσης και Έρευνας στη Συστημική Ψυχοθεραπεία «Λόγω Ψυχής».

Στο SANE, με βασικό άξονα τη συστημική προσέγγιση, αλληλοδιαπλέκονται τρεις ακόμα άξονες: η θεωρία του δεσμού, οι παραδοχές της αφηγηματικής ψυχολογίας και σύγχρονα ερευνητικά δεδομένα των νευροεπιστημών (Androutsopoulou, Kalarritis, Bafiti, 2014). Η διεργασία της θεραπείας ακολουθεί συγκεκριμένα στάδια, ανάλογα με τον άξονα που επιλέγεται και ο θεραπευτής διαμορφώνει το σκεπτικό του λαμβάνοντας υπόψη αντίστοιχες καθοδηγητικές ερωτήσεις (Androutsopoulou, Kalarritis, Bafiti, 2014). Εδώ, η συνεργασία μου με τον Σ. θα βασιστεί στον άξονα της αφηγηματικής ψυχολογίας σε συνδυασμό με εργαλεία από τη θεματική εικαστική θεραπεία.

Σύμφωνα με την αφηγηματική οπτική, οι άνθρωποι προσπαθούν να οργανώσουν και να κατανοήσουν την εμπειρία τους μέσα από την αφήγηση ιστοριών. Η θεραπεία μπορεί να ιδωθεί ως το ξαναγράψιμο της ιστορίας του θεραπευόμενου (Androutsopoulou, 2005) και ακολουθεί τα εξής στάδια (Androutsopoulou, 2011, Androutsopoulou, Bafiti, Kalarritis (2014) : i) αναγνωρίζοντας τα περιοριστικά θέματα και τις κυρίαρχες εσωτερικές φωνές, ii) αμφισβητώντας τα περιοριστικά θέματα και τις κυρίαρχες εσωτερικές φωνές, iii) αναθεωρώντας τα περιοριστικά θέματα και ενδυναμώνοντας αδύναμες συμπονετικές φωνές, iv) Ανακαλύπτοντας πιο απελευθερωτικά θέματα – διατηρώντας μια αναστοχαστική στάση και φέρνοντας στην επιφάνεια μια πιο συμπονετική φωνή.

Η συνεργασία με το Σ. περιλάμβανε τη συμμετοχή του σε οκτώ προκαθορισμένες συναντήσεις ομαδικής εικαστικής έκφρασης σε κέντρο απεξάρτησης. Τα θέματα αναδύονταν από την εμπειρία των συντονιστών και αντανakλούσαν τις ανάγκες τις ομάδας. Με το τέλος των συναντήσεων, προτάθηκε στην ομάδα μια επιπλέον συνάντηση, η οποία είχε ως στόχο να αναδείξει και να επεξεργαστεί την τραυματική εμπειρία του Σ. και κατ' επέκταση, να νοηματοδοτηθεί τόσο από τον ίδιο όσο και από τα υπόλοιπα μέλη της ομάδας.

Ο Σ.

Ο Σ. είναι ένας νέος 25 ετών με καταγωγή από χώρα της Μέσης Ανατολής. Κάνει χρήση ουσιών από 17 ετών. Στα 19 του χρόνια κάνει προσπάθεια να περάσει από την Τουρκία στην Ελλάδα για να ζητήσει άσυλο, μια προσπάθεια που παραλίγο να του κοστίζει τη ζωή. Έχει αποφυλακιστεί πρόσφατα για αδίκημα σχετικό με τα ναρκωτικά. Βρίσκεται στο κέντρο μόλις λίγες εβδομάδες με αίτημα την απεξάρτηση και παρακολουθεί όλες τις θεραπευτικές διαδικασίες του κέντρου. Στο πλαίσιο αυτό έρχεται σε επαφή με την ομάδα εικαστικής έκφρασης.

Αν και η ομάδα έχει ως κυρίαρχο στόχο την ανάδυση θεμάτων που συνδέονται με τη χρήση, ο Σ. μοιράζεται την τραυματική εμπειρία του ναυαγίου κατά την προσπάθεια ερχομού του στη χώρα. Η ιστορία επανέρχεται στην πλειοψηφία των προτεινόμενων θεμάτων μπλοκαρισμένη σε μία ανάμνηση, γεγονός που δυσκολεύει τόσο τον Σ., όσο και την υπόλοιπη ομάδα, να επεξεργαστεί άλλες θεματικές. Την ιστορία την αφηγείται αποσπασματικά, είναι όμως κυρίαρχη αυτή η ιστορία ως προς τη συχνότητα αναφοράς. Επανέρχεται ως ταυτόσημο του εαυτού και συνδέεται συχνά με άλλες εμπειρίες.

Αυτός ο τρόπος αφήγησης, κάνει τα μέλη της ομάδας να αμφισβητούν την αληθοφάνεια της με αποτέλεσμα να βρίσκονται σε απόσταση από τον Σ. Με σκεπτικό που αφορούσε την ωφέλεια όλων των μελών της ομάδας, προτείνεται προσθήκη μιας ακόμα συνάντησης, κατά την οποία ο Σ. θα αφηγούνταν την ιστορία του στην ομάδα με τη βοήθεια των εικαστικών εκφραστικών μέσων και της αφηγηματικής συμπλήρωσης.

Ζητήματα Δεοντολογίας

Για τη συγγραφή της παρούσας εργασίας τόσο από τον Σ. όσο και από τα υπόλοιπα μέλη της ομάδας ζητήθηκε και συμφωνήθηκε άδεια δημοσίευσης με τον όρο οι πληροφορίες, που αναγράφονται, να μην παραπέμπουν σε ταυτοποίηση των προσώπων.

Χρησιμοποιούνται ψευδώνυμα, αντί των πραγματικών ονομάτων και όλες οι προσωπικές ιστορίες ζωής και τα δημογραφικά στοιχεία είναι αλλοιωμένα. Επίσης, τα μέλη της ομάδας ζήτησαν να μη δημοσιοποιηθούν οι εικαστικές τους αναπαραστάσεις, αλλά να περιγραφούν με λόγο επίσης αλλοιωμένο.

Βιβλιογραφική ανασκόπηση ερευνών και κλινικής εμπειρίας

Αφήγηση

Οι αφηγήσεις είναι αναπαραστάσεις γεγονότων (Williams, 1984). Είναι ο τρόπος και το μέσο με οποίο επεξεργαζόμαστε την καθημερινή εμπειρία. Οι άνθρωποι δημιουργούν νόημα στη ζωή τους, στις εμπειρίες τους και στις επιλογές που κάνουν, μέσω των ιστοριών που λένε για τον εαυτό τους. Η αφήγηση της ζωής δεν είναι μόνο ένας τρόπος να περιγράφεις τη ζωή σου σε άλλους, αλλά και το μέσο με το οποίο διαμορφώνεται η ταυτότητα. (Bruner 1990; MacAdams 1988; Rosewald and Ochberg 1992)

Σύμφωνα με τη Wigren (1994), το να κατασκευάσεις μια αφήγηση είναι ένα ψυχολογικό επίτευγμα. Χρειάζεται πρώτα να δοθεί προσοχή στην αίσθηση της εμπειρίας. Στη συνέχεια περιλαμβάνεται μια γνωστικο-αντιληπτική διαδικασία επιλογής, με την οποία διάφορα στοιχεία του εσωτερικού ή εξωτερικού περιβάλλοντος, σαρώνονται για συνάφεια με την βιωμένη εμπειρία. Οι αιτιώδεις αλυσίδες κατασκευάζονται και τοποθετούν τα γεγονότα ως αίτια ή συνέπειες άλλων γεγονότων. Τα γεγονότα συνδέονται με χαρακτήρες, με τρόπο που και προκαλούν και εξηγούν την αίσθηση. Αυτή είναι η δημιουργία νοήματος. Τα γεγονότα οργανώνονται με επεισόδια, που χωρίζει τη ροή της συνείδησης και συνδέει συγκεκριμένες εμπειρίες, ενώ τις ξεχωρίζει από άλλες. Τέλος, από αυτά τα επεισόδια αναδύονται συμπεράσματα, που λειτουργούν ως οδηγός για μελλοντική συμπεριφορά και συνεισφέρουν στην τρέχουσα σχηματοποίηση της άποψης για τον κόσμο και την προσωπική ταυτότητα.

Οι αφηγήσεις υπηρετούν τρεις ζωτικές ψυχολογικές λειτουργίες. Αρχικά, οι αφηγήσεις, τόσο παρέχουν όσο περιέχουν την κατανόηση, που επιτρέπει τη χρήση της παρελθοντικής εμπειρίας στην κατανόηση, την πρόβλεψη και την ανταπόκριση σε μελλοντικές εμπειρίες (Schank, 1990). Δεύτερον, οι αφηγήσεις είναι ουσιώδες μέρος του ιστού της κοινωνικής συνδιαλλαγής. Οι άνθρωποι σχετίζονται, επικυρώνουν ο ένας τον άλλο, μάλιστα οικοδομούν ο ένας τον άλλον, με το να μοιράζονται ιστορίες. Τρίτον, οι αφηγήσεις είναι η γλώσσα με την οποία γίνονται οι συνδέσεις μεταξύ των σκέψεων και των συναισθημάτων, αλλά και σώματος και μυαλού (Wigren, 1994).

Αφηγηματική συνοχή και συμπλήρωση

Οι άνθρωποι είναι “προγραμματισμένοι” να χτίζουν συνεκτικές αφηγήσεις που δεν αντιπαρατίθενται με τις αντιλήψεις σχετικά με την αφήγηση για τον εαυτό.

Neimeyer, (2006)

Κάθε ιστορία, που αφηγείται την εμπειρία χωρισμένη σε επεισόδια, από τα οποία προκύπτει αιτιώδης σχέση μεταξύ των γεγονότων, που φέρνει στην επιφάνεια τα συναισθήματα και αναγνωρίζει τις συνέπειες των γεγονότων για τους χαρακτήρες, θεωρείται μια καλή ιστορία. (Wigren, 1994). Οι ολοκληρωμένες αφηγήσεις νοηματοδοτούν τη βιωμένη εμπειρία.

Οι συνεκτικές ιστορίες συχνά ταυτίζονται με τις καλώς δομημένες ιστορίες. Έτσι ορισμένοι ερευνητές (π.χ. Burke, 1966, Labovand and Waletzky, 1967) έχουν προτείνει κριτήρια για την αξιολόγηση της συνοχής, που υιοθετούν φιλολογικούς ορισμούς της ‘καλής ιστορίας’ (π.χ. πλοκή, σκηνικό, πρωταγωνιστές, σκοπός) (βλ. και Baerger and McAdams, 1999, Habermas and Paha, 2001).

Κατά τις Androutsopoulou, Thanopoulou, Economou, Bafiti (2004), τα πλεονεκτήματα των συνεκτικών αφηγήσεων για τη ζωή σχετίζονται με την ικανότητα να εμπεριέχουμε την αίσθηση της συνέχειας, της καθοδηγητικότητας και του νοήματος (Neimeyer, 1994), αλλά και την ικανότητα μας να διαπραγματευόμαστε επιτυχώς την κοινωνική ζωή (Gergen, 1994). Επίσης, οι Baerger and McAdams (1999) περιγράφουν τέσσερα στοιχεία, που συνιστούν συνοχή στην ιστορία της ζωής, την κατατόπιση (να παρέχουν στο ακροατήριο το περιεχόμενο), τα δομικά στοιχεία ενός «επεισοδίου», την αποτίμηση της συναισθηματικής σημασίας στην ιστορία και την ενσωμάτωση, δηλαδή, την τοποθέτηση της ιστορίας μέσα στο περιεχόμενο όλης της ζωής ή της ταυτότητας. Παρόμοια και ο Gergen (1994) προτείνει ως χαρακτηριστικά συνοχής, τη δημιουργία σημαντικών σημείων έναρξης και τέλους, τη επιλογή σχετικών γεγονότων, τη τοποθέτηση σε σειρά, τη σταθερότητα της ταυτότητας των χαρακτήρων, τα διαχωριστικά σημεία και τις αιτιώδεις συνδέσεις. Το τελευταίο, ήταν και το βασικό σημείο της ερευνάς των Habermas and Paha’s (2001) για τη συνοχή των αφηγήσεων της ζωής εφήβων (πιο αναλυτικά στο Androutsopoulou et al., 2004). Τέλος, οι Androutsopoulou et al. (2004) προτείνουν ένα ποιοτικό εργαλείο αξιολόγησης της αφηγηματικής συνοχής με τέσσερις βασικού άξονες: (i) αναγνώριση και αποδοχή αντιφάσεων ως κάτι φυσιολογικό (συμπεριφορών, σκέψεων,

συναισθημάτων), (ii) σχεσιακός τρόπος σκέψης (αποφυγή δογματισμού, απολυτότητας, γραμμικής αιτιολόγησης, σχέσεις ως φαινόμενα δυναμικά και πολυσύνθετα), (iii) επαφή με (ευχάριστα και δυσάρεστα) συναισθήματα (όχι ως αποφόρτιση αλλά ως έκφραση που επιτρέπει τη σύνδεση με το νοητικό, (iv) επαφή με τις ανάγκες του ακροατή (παροχή αυθόρμητων διευκρινήσεων, επεξηγήσεων, απάντηση σε συγκεκριμένη ερώτηση).

Αφήγηση και τραύμα

Το τραύμα είναι εξ' ορισμού μια εμπειρία, η οποία είναι πέρα από το εύρος της φυσιολογικής ανθρώπινης εμπειρίας. (APA, 1994). Η μελέτη των τραυματικών ιστοριών είναι κεντρικής εστίασης σε όλες τις ψυχοθεραπευτικές προσεγγίσεις σε όλο τον κόσμο, με δεδομένο ότι τα θύματα τραυματικών γεγονότων δεν έχουν την ικανότητα να δομήσουν την τραυματική αφήγηση, όπως τις αφηγήσεις άλλων εμπειριών.

Όταν τα θύματα μιλούν για την τραυματική εμπειρία, συχνά δεν μπορούν να πουν την ιστορία. Περισσότερο συνδέουν αποσπασματικά κομμάτια της με αισθήσεις, εστιάζουν σε συγκεκριμένα μέρη της ιστορίας, δε δημιουργούν κατανοητές συνδέσεις μεταξύ των γεγονότων, των χαρακτήρων και των συναισθημάτων, γεγονός που είναι άμεσα συνδεδεμένο με τον τρόπο που κωδικοποιούνται οι αναμνήσεις κατά τη διάρκεια του τραυματικού γεγονότος.

Σε μετατραυματικές υποθέσεις ένα βασικό θέμα είναι ότι οι σταθερές και ασφαλείς αφηγήσεις για τη ζωή και τον κόσμο κατακερματίζονται (Jannof – Bulman 1992). Σύμφωνα με τους Omer & Alon (1994), το πρόβλημα στις μετατραυματικές υποθέσεις δεν είναι η οργάνωση και η ένταξη της αποσπασματικής τραυματικής αφήγησης, αλλά περισσότερο η δυσκολία να τοποθετηθεί το τραυματικό γεγονός στο αφηγηματικό συνεχές της ζωής ενός ανθρώπου. Η νέα αφήγηση μπορεί να είναι επιτυχημένη, αν καταφέρει να κάνει τον θεραπευόμενο να αισθάνεται ότι: α) η αφήγηση του έχει συνέχεια από το τραυματικό γεγονός μέχρι το μέλλον του και β) ότι το τραυματικό γεγονός είναι ένα ενσωματωμένο κομμάτι στην αφήγηση για τη ζωή του.

Ο Neimeyer (2006b) προτείνει ότι μπροστά στο τραυματικό γεγονός και τα επακόλουθα του οι άνθρωποι είναι ενεργοί συντελεστές, που επαναδομούν τον εσωτερικό τους κόσμο δίνοντας νόημα στις νέες και μη αποδεκτές ζωές τους.

Τραύμα και κοινωνική σύνδεση

Σύμφωνα με τη Wigren (1994), το τραύμα, με πολλές τρόπους αποδιοργανώνει την κοινωνική σύνδεση. Τα θύματα μια τραυματικής ιστορίας μπορεί να νιώθουν

αποξενωμένα και μόνο από τη διαπίστωση της διαφορετικότητας ανάμεσα στη δική τους σαρωτική ενασχόληση με το τραύμα και την εμπλοκή των άλλων με τα πεζά γεγονότα της καθημερινής ζωής.

Ακόμα, επειδή το τραύμα είναι για το κοινό, τόσο επώδυνο όσο και για τα θύματα, οι άλλοι μπορεί να απομακρύνονται από το θύμα, με σκοπό να αποφύγουν ή να αμυνθούν απέναντι σε αυτόν τον πόνο. Όταν οι άλλοι απομακρύνονται, δεν επικυρώνεται η ρεαλιστική διάσταση του τραυματικού γεγονότος και ο κοινωνικός κόσμος του θύματος κατασκευάζει μια ιστορία, που δεν περιλαμβάνει την ιστορία της εμπειρίας του.

Η Herman (1995) έχει ιδιαίτερα ασχοληθεί με το θέμα του τραύματος και τις κοινωνικές του επιπτώσεις. Η συνηθισμένη ανθρώπινη αντίδραση στις κτηνωδίες είναι να απαγορεύονται από το συνειδητό. Η διαμάχη ανάμεσα στην επιθυμία να αρνηθείς φρικτά γεγονότα και η επιθυμία να τις διαλαλήσεις φωναχτά αποτελεί την κεντρική διαλεκτική του ψυχολογικού τραύματος.

Αφηγηματική ψυχοθεραπεία και εκφραστικά μέσα- θεωρητικές ομοιότητες

One must have a convincing picture to show the others.

Epston, White & Murray (1992)

Η διαδικασία της αφηγηματικής ψυχοθεραπείας, σύμφωνα με τον White (1993), είναι η αποδόμηση της αφήγησης για τον εαυτό και της κυρίαρχης πολιτισμικής γνώσης, με την οποία ζει ένας άνθρωπος, η αποδόμηση των πρακτικών του εαυτού και των σχέσεων που είναι κυρίαρχα πολιτισμικές και η αποδόμηση των παρεκβατικών πρακτικών του πολιτισμού. Ένας από τους στόχους της αφηγηματικής θεραπείας είναι να ενεργοποιήσει τους ανθρώπους να διαχωρίσουν τη ζωή και τις σχέσεις τους με τη γνώση και τις ιστορίες, που είναι «φτωχότερες», μέσω της εξωτερίκευσης του προβλήματος, δηλαδή του διαχωρισμού του από τον ίδιο τον άνθρωπο και την οικογένεια. Ένας άλλος στόχος είναι να ενδυναμωθούν οι θετικές εξαιρέσεις, κατά τις οποίες δεν εμφανίζεται μια «προβληματική» συμπεριφορά. (deShazer, 1991).

Από μια αφηγηματική οπτική ο θεραπευτής έχει το ρόλο του συν-επιμελητή της αυτοβιογραφίας του θεραπευόμενου, με βασικό στόχο να τον βοηθήσει να κατασκευάζει εναλλακτικές αυτοβιογραφικές αφηγήσεις με περισσότερο προσωπικό νόημα (Ανδρουτσοπουλου, Μπαφίτη, 2015)

Τα παραπάνω ταιριάζουν πολύ με την ιδέα της αυτό-έκφρασης, που υπάρχει στις εικαστικές θεραπείες. Σύμφωνα με τη Mills (1988), η τέχνη βοηθάει στο να φέρνει

στην επιφάνεια κρυμμένες όψεις του εαυτού, που, όπως η αφηγηματική προσέγγιση αναφέρει, μπορεί να κρύβονται κάτω από την επιρροή των κυριάρχων ιστοριών (Carlson, 1997). Ο Wadison (1973) αναφέρει ότι οι θεραπευόμενοι είναι πιο πιθανό να είναι πιο ειλικρινείς με την αυτοπροσωπογραφία τους, όταν σχεδιάζουν.

Η λειτουργία της συν-επιμέλειας θα μπορούσε να τοποθετηθεί πλάι σε ένα βασικό στοιχείο της εικαστικής θεραπείας, που θεωρεί ότι ο θεραπευτής δεν είναι ένα παθητικό υποκείμενο, αλλά ενεργό μέρος του θεραπευτικού συστήματος και ότι το αποτέλεσμα της θεραπείας είναι ένα υποπροϊόν της σχέσης (εκτενής αναφορά στο Carlson, 1997).

Σύντομο ιστορικό

Ο Σ. γεννήθηκε και μεγάλωσε σε χώρα της Μέσης Ανατολής. Είναι το τρίτο παιδί, μιας εφταμελούς οικογένειας, η οποία είχε πολλές οικονομικές δυσκολίες. Ο πατέρας δεν είχε στενή σχέση με την υπόλοιπη οικογένεια, μιας και ανά διαστήματα κρυβόταν για κοινωνικοπολιτικούς λόγους. Η σχέση με τη μητέρα, περιγράφεται ζεστή, αναφέρει όμως με παράπονο ότι δεν υπήρχε αρκετός χρόνος για εκείνη να ασχοληθεί με τη φροντίδα των παιδιών, μιας και ήταν μόνη της. Η φροντίδα των μικρότερων παιδιών ήταν στα χέρια των δύο μεγαλύτερων αδελφών και ο Σ. ως μεσαίο παιδί αισθανόταν ότι δεν έχει ξεκάθαρο ρόλο. Ανέφερε ότι δεν μπορούσε να νιώσει κοντά ούτε στα μεγαλύτερα αδέρφια, αλλά ούτε και στα μικρότερα. Σημαντική φιγούρα για εκείνον στην παιδική του ηλικία ήταν ο μητρικός παππούς, ο οποίος είχε ένα πατρικό στοργικό ρόλο και του έμαθε πολλά πράγματα για τη ζωή. Ο πατέρας εμφανίζεται ελάχιστα και περιγράφεται ως καταθλιπτικός. Τις λίγες φορές που βρισκόταν στο σπίτι, ήταν σκυθρωπός, λιγομίλητος, αλλά και πολύ αυστηρός.

Την πρώτη επαφή με τα ναρκωτικά, την έκανε σε ηλικία 17 ετών, όταν ξεκίνησε τη χρήση οπίου. Ο ίδιος λέει ότι καθοριστικό ρόλο στην εξάρτηση του από τις ουσίες ήταν ο θάνατος της μητέρας του την ίδια περίοδο. Η αιτία θανάτου της δεν είναι ξεκάθαρη, αλλά ήταν παθολογικής προέλευσης. Δύο χρόνια αργότερα ξεκίνησε τη χρήση ηρωίνης. Σε εκείνη την περίοδο, αποφασίζει να φύγει από τη χώρα του για να βρεθεί στην Ευρώπη μαζί με ένα ξάδελφο του για να μπορεί να ζήσει μια καλύτερη ζωή.

Στην Ελλάδα, δεν κατάφερε να ενσωματωθεί και είχε πολύ περιορισμένο οικογενειακό και κοινωνικό υποστηρικτικό δίκτυο. Πολύ σύντομα, βρέθηκε στη

φυλακή για αδίκημα σχετικό με τα ναρκωτικά, μέσα στην οποία, αναφέρει ότι προσπάθησε πολλές φορές να αυτοκτονήσει.

Θετικά-δυνατότητες

Ο Σ. είναι νεαρός σε ηλικία, αν και εμφανισιακά τίποτα δεν παραπέμπει στο νεαρό της ηλικίας του. Παρόλο που φαίνεται κουρασμένος, επικοινωνιακά είναι πολύ ανοιχτός και πρόθυμος να συμμετέχει στις καινούριες διαδικασίες. Αγκάλιασε με ενθουσιασμό την ομάδα εικαστικής έκφρασης, την ίδια στιγμή που οι περισσότεροι από την ομάδα είναι διστακτικοί με αυτόν το νέο τρόπο αλληλεπίδρασης.

Μοιράζεται σκέψεις και συναισθήματα, μοιάζει να έχει εμπιστοσύνη προς τους εμπυχωτές της ομάδας, αλλά και στα μέλη, αφού από πολύ νωρίς εξέφρασε τις δυσκολίες του. Αυτό μας έκανε να νιώθουμε αισιόδοξοι και με διάθεση να δουλέψουμε μαζί του, παρόλο το επιβαρυνμένο κλινικό του ιστορικό.

Επίσης, θετικό στοιχείο ήταν ότι μπορούσε να αντιληφθεί τη δυσκολία που είχε να γίνει «πιστευτός».

Δυσκολίες

Όντας λίγα μόνο χρόνια στην Ελλάδα, η χρήση της ελληνικής γλώσσας είναι περιορισμένη. Η αφήγηση του σε γενικές γραμμές έχει πολλά κενά, αντιφάσεις και σημεία δυσνόητα, που βρίσκονται στα όρια του πραγματικού και του φανταστικού, στοιχεία τα οποία δε μπορούν να αξιολογηθούν χωρίς την παράμετρο της γλωσσικής πολιτισμικής ετερότητας.

Τα υπόλοιπα μέλη της ομάδας τον αμφισβητούν και τον εμπαίζουν, κάτι που, όπως αποκαλύπτεται και στις ιστορίες που ακολουθούν και στα σχέδια του, γινόταν και από το οικογενειακό του περιβάλλον. Η τραυματική του ιστορία περιγράφεται τόσο αποσπασματικά και χωρίς αντίστοιχο συναίσθημα, με αποτέλεσμα να περιορίζει την ανακουφιστική πλευρά του μοιράσματος.

Σκέψεις και σχεδιασμός

Ο Σ. μοιάζει να έχει πολλές τραυματικές εμπειρίες, τις οποίες έχει πολλή ανάγκη να μοιραστεί. Η απεικόνιση του τραυματικού γεγονότος και η μετέπειτα αφήγηση του αφορά πάντα τη στιγμή του ναυαγίου, εμμένοντας σε λεπτομέρειες που αφορούν αποκλειστικά εκείνη τη στιγμή. Η εικαστική θεραπεία βοηθά στο να ανοιχτούν οι εμπειρίες, που επηρεάζουν διάχυτα την γνωστικοσυναισθηματική εξέλιξη του και δε μπορούν να λεκτικοποιηθούν.

Ο τραυματικός πυρήνας μοιάζει να είναι ενεργός, γιατί επανέρχεται, μέσω των κομματιασμένων αναμνήσεων, αλλά επειδή έχουν περάσει πέντε χρόνια, δε θεωρούμε ότι η επαναφήγηση της ιστορίας θα απειλήσει περαιτέρω γνωστικοσυναισθηματικά τον Σ.

Η κεντρική σκέψη αφορά στην απεικόνιση- αφήγηση της τραυματικής ιστορίας σε μια προσπάθεια να τοποθετηθεί με τους άξονες της αφηγηματικής συνοχής και συμπλήρωσης.

Βασικός στόχος είναι να αξιοποιηθούν τα εικαστικά μέσα, για να διευκολυνθεί η έκφραση όλων των επεισοδίων της αφήγησης, να ενισχυθεί η περιγραφή της συναισθηματικής του κατάστασης, να συνδεθούν αιτιωδώς τα γεγονότα και να ενσωματωθεί, μέσω της αίσθησης της συνέχειας σε όλο το μήκος φάσματος της ζωής έως τώρα. Αυτό υποθέτουμε ότι θα συμβάλει στο να μην απειλεί το τραύμα γνωστικά κεντρικές αντιλήψεις για τον κόσμο και τον εαυτό και να εμπλουτιστεί με αντιδράσεις πιο περίπλοκες πέρα από τις ψυχοφυσιολογικές (που μπορεί να μπλοκάρουν και τις αυτοκτονικές απόπειρες).

Ένα άλλο σημείο που μας οδήγησε σε αυτήν τη σκέψη ήταν η στάση των μελών της ομάδας, του ακροατηρίου, το οποίο υιοθετούσε τη στάση της αμφισβήτησης ως προς το τραυματικό γεγονός – διαλεκτική του τραύματος- και με αυτόν τον τρόπο λειτουργούσε απομονωτικά και ακυρωτικά ως προς τον Σ.

Εργαλείο

Η πρόταση- εργαλείο περιλαμβάνει απλά εικαστικά υλικά. Ένα μεγάλο λευκό χαρτί διαστάσεων A1 ή A2 και υλικά ζωγραφικής, όπως μολύβια, μαρκαδόρους, ξυλομπογιές, λαδοπαστέλ. Η οδηγία ήταν να χωριστεί το χαρτί σε τέσσερα μέρη με όποιο τρόπο επιθυμεί και το καθένα από αυτά να περιλαμβάνει επεισόδια από μια λογοτεχνικά «καλή» ιστορία δηλ. το σκηνικό, την περιπέτεια, την κορύφωση και τη λύση ή την καταστροφή.

Πορεία της θεραπείας

Θεματικές που ανέδειξαν την αφήγηση του τραύματος

Ξεκινώντας, θα αναφερθούμε ενδεικτικά στις θεματικές που ανέδειξαν το τραυματικό γεγονός. Χαρακτηριστικό της ανάγκης του να μοιραστεί, να νοηματοδοτήσει και να αποκτήσει «μάρτυρες» της εμπειρίας του είναι ότι από τις οκτώ εικαστικές θεματικές, αναφέρθηκε στη σχέση του με το νερό σε παραπάνω από τις μισές.

Το αρχίγραμμα | *Η θάλασσα, κλεισμένη μέσα σε ένα κυκλικό σχήμα, και ανάμεσα στα αρχικά του ονόματος του, ένα καράβι, που βουλιάζει.*

Ο Σ. στην πρώτη συνάντηση γνωριμίας, εμπεριέχει στο όνομα του το τραύμα, φανερόντας ότι είναι κυρίαρχο κομμάτι του εαυτού του. Κάνει την πρώτη προσπάθεια περιγραφής των γεγονότων, λέγοντας ότι ήρθε πολύ κοντά με το θάνατο, γλιτώνοντας τρεις φορές από πνιγμό.

Ένα Πρόσωπο και ένα Αντικείμενο μέσα στο Χώρο | *Μια βάρκα στη θάλασσα και ο ίδιος μέσα σε αυτή να προσπαθεί να πιάσει σπασμένα κουπιά, που έχουν πέσει στο νερό. Πάνω από τη βάρκα, ζωγραφίζει ψαροπούλια.*

Σε αυτήν τη συνάντηση αναπαριστά ξεκάθαρα την απελπισία του φόβου και φαίνεται να έχει σαφή πρόθεση να μιλήσει για τον παρ' ολίγον πνιγμό. Περιγράφει με αγωνία τις συστάσεις που ο ίδιος είχε κάνει στους διακινητές για επικινδυνότητα λόγω κακοκαιρίας, αλλά δεν του έδωσαν σημασία, όπως επίσης και το ότι σώθηκαν, γιατί ήξερε πώς να κατευθυνθούν προς τη στεριά, από τα πουλιά, που του είχε μάθει ο παππούς του. Στην αφήγηση ακούγεται αγωνία, με την αναπνοή του να είναι κοφτή, αλλά και θυμός, μαζί με παράπονο που δεν υπολόγισαν τη γνώμη του πριν το ταξίδι. Προς το τέλος της ομάδας είπε ότι νιώθει λύπη για αυτό που ζωγράφισε. Δεν υπήρχε καμία αναφορά σε άλλα σχετικά γεγονότα και μεγαλύτερο μέρος της αφήγησης δόθηκε στην καθοριστική του συμβολή στη διάσωση. Αναφέρει ότι από παιδί είχε μεγάλη αγάπη στη θάλασσα, αλλά από τότε, δε θέλει να τη βλέπει.

Απαγορεύσεις και παραβιάσεις στην παιδική ηλικία | *Ένα ποτάμι, με μία αποβάθρα. Στην άκρη δεξιά, μια σαμπρέλα.*

Στην παιδική του ηλικία είχε τιμωρηθεί αρκετές φορές, γιατί του άρεσε να κολυμπά σε αυτό το ποτάμι και να κάνει βουτιές, όμως είχε βρώμικα νερά. Είναι η δεύτερη φορά που απεικονίζει ανάμνηση καλής σχέσης με το νερό. Το νερό όμως παρουσιάζεται βρώμικο και απαγορευμένο και πιθανά τοποθετεί τη σαμπρέλα, για να απομακρύνει την απειλή από τις «κακές» πλευρές του και τα δυσφορικά συναισθήματα της εμπειρίας του πνιγμού.

Ο εαυτός μου όπως είμαι και ο εαυτός μου όπως με βλέπουν οι άλλοι | *Η μια πλευρά είναι ο αέρας. Η άλλη, ένα μπλε ψάρι που είναι ανάμεσα σε νερό με πράσινο χρώμα και νερό με μπλε χρώμα.*

Η πλευρά με το ψάρι, είναι το πώς βλέπει ο ίδιος τον εαυτό του. Μπερδεμένος, όπως λέει, ανάμεσα σε δύο δρόμους, ο ένας με το βρώμικο νερό, της χρήσης και της

παρανομίας και ο άλλος, της καθαρής και όμορφης θάλασσας. Το νερό, συνδέεται και πάλι με τον εαυτό.

Ελεύθερο Ατομικό | *Μια θάλασσα ταραγμένη και μέσα της τρία καράβια. Στη μέση ακριβώς του σχεδίου ένα μαύρο σωσίβιο είναι «αραγμένο» προς τη στεριά. Στη στεριά υπάρχουν τρία βουνά εκ των οποίων τα δύο φαίνονται καλλιεργημένα. Πάνω αριστερά ένας ήλιος.*

Έχει απεικονίσει μια έντονη παιδική ανάμνηση, από ένα ναυάγιο, κοντά στη θάλασσα που μεγάλωσε. Οι επιβάτες διασώθηκαν λόγω μιας σαμπρέλας. Αυτή είναι η τελευταία προγραμματισμένη εικαστική θεματική συνάντηση και απομένει μια αποχαιρετισμού. Είναι η πρώτη φορά που ζωγραφίζει ήλιο και τα καλλιεργημένα βουνά, φαίνονται φροντισμένα με ανθρώπινη παρέμβαση. Η σαμπρέλα-σωσίβιο είναι κεντρικό στοιχείο της ζωγραφιάς του.

Αποσπάσματα από τις εικαστικές αφηγήσεις του τραύματος

Σκηνικό | Βρίσκεται στη στεριά και δείχνει ανήσυχος. Το χέρι του δείχνει προς τον ουρανό σε δύο άλλους ανθρώπους, που ο ένας δεν τον κοιτάζει. Η θάλασσα είναι φουρτουνιασμένη. Δείχνει στους άλλους τον ουρανό.

Θ. Τι θυμάσαι από εκείνη τη στιγμή, πώς ένιωθες;

Σ. Φοβόμουν πολύ. Και είχα θυμώσει, γιατί εγώ ξέρω από θάλασσα και εκείνοι δεν με άκουγαν, ήταν σα να ήθελαν να μας πνίξουν.

Θ. Πώς και αποφάσισες να μπεις στη βάρκα, ενώ έβλεπες καθαρά τον κίνδυνο και φοβόσουν γι' αυτό;

Σ. Δεν είχα άλλη επιλογή. Μου είπαν ότι θα αργούσε να ξαναφύγει βάρκα, ή τώρα ή δεν ξέρουμε πότε. Ήταν και ο ξάδελφος μου μαζί και επέμενε να πάμε. Μπήκα μέσα και προσπαθούσα να μη φοβάμαι.

Θ. Σε αυτήν την ιστορία μας βοηθάς να δούμε ένα κομμάτι σου, πολύ προστατευτικό για σένα. Είναι αυτό το κομμάτι που σε βοήθησε να εκφράσεις το φόβο σου και να ζητήσεις εναλλακτικές, ακόμα και σε αυτές τις πολύ δύσκολες συνθήκες. Είναι ένα κομμάτι σου που έχει διάθεση και ροπή προς το να σε φροντίσει να μείνεις υγιής και ζωντανός.

Σε αυτό το μικρό απόσπασμα, φαίνεται πως ο Σ. μπορούσε να αναγνωρίσει τα συναισθήματα του φόβου και προσπάθησε πολύ να καταφέρει την αναβολή του

ταξιδιού. Με σκεπτικό το ότι μας έχει αποκαλύψει την αγωνία του για το αν θα καταφέρει να αποφύγει την τάση του για αυτοκαταστροφή, προσπαθούμε να ενισχύσουμε τις πιο ενεργές πλευρές του εαυτού του, που θέλουν να τον κρατήσουν στην ζωή. Παράλληλα, ενισχύουμε την έκφραση του συναισθήματος και προσπαθούμε να το συνδέσουμε με τις επιλογές του.

Περιπέτεια | Μια βάρκα μέσα σε φουρτουνιασμένη θάλασσα. Μέσα στη βάρκα είναι ένας άνθρωπος.

Θ. Είσαι εσύ;

Σ. Ναι, δεν ήθελα να ζωγραφίσω τους άλλους γιατί είμαι θυμωμένος. Αν με είχαν ακούσει δε θα το είχαμε περάσει αυτό.

Θ. Αναρωτιέμαι με ποιο τρόπο σε βοηθάει να μην τους απεικονίσεις.

Σ. Δεν θέλω να τους θυμάμαι, δε θέλω να υπάρχουν.

Θ. Μοιάζει όμως τα συναισθήματα που έχεις για εκείνους να είναι τόσο έντονα μέσα σου, σα να μη μπορείς να τα «εξαφανίσεις», όπως στην εικόνα.

Σ. Ναι, τη σκέφτομαι συχνά εκείνη την ημέρα και πάντα θυμώνω.

Θ. Έχω την αίσθηση ότι όσο λιγότερο μιλάς για εκείνους και τα συναισθήματα σου τόσο περισσότερο στεριώνουν μέσα σου και σε αναστατώνουν.

Σ. Ναι, κάπως έτσι.

Θ. Θες να μας πεις για εκείνους;

Σ. Τι να πω;

Θ. Να, ας πούμε, πόσοι ήταν;

Σ. Ήταν δύο μέσα στο καράβι και ένας απέξω, το αφεντικό, δηλαδή.

Θ. Πώς ήρθες σε επαφή μαζί τους;

Σ. Από ένα γνωστό του ξάδελφου μου. Είπαν ότι μπορούν να μας πάνε απέναντι, αν τους δώσουμε χρήματα. Είχαμε βρεθεί με τον ένα λίγες μέρες νωρίτερα για να μας δώσει οδηγίες και μας είπε ότι πρέπει να βιαστούμε, γιατί θα αργούσε να ξαναφύγει βάρκα, δεν ξέρω γιατί. Μας είπε να είμαστε έτοιμοι σε 2 μέρες. Εκείνη τη μέρα, είχε πολύ κακό καιρό, έβρεχε συνέχεια και φυσούσε πολύ. Συναντηθήκαμε, πριν να βγει ο ήλιος. Ήμασταν πολλά άτομα, μπορεί και 100. Εγώ έλεγα στον ξάδελφο μου, να μην πάμε, δεν θα είχαμε καλό ταξίδι, αλλά εκείνος δεν με άκουγε.

Θ. Πέρασε από το μυαλό σου η σκέψη να διαφοροποιηθείς από εκείνον και να μην πας;

Σ. Ναι, αλλά δε γινόταν, τι θα έκανα μόνος μου στην Τουρκία, δεν ήξερα κανένα.

Θ. Και όταν φτάσατε εκεί, τι έγινε μετά;

Σ. Αρχισαν να μας φωνάζουν να μπορούμε στις βάρκες. Εγώ, πλησίασα αυτόν που είχαμε συναντήσει και του είπα ότι ο καιρός είναι χάλια και ότι θα πνιγούμε αν ταξιδέψουμε. Εκείνος γέλασε και κούνησε το κεφάλι του. Του είπα, θα πνιγούμε όλοι, τα κύματα είναι μεγάλα και η βάρκα μικρή. Με κορόιδεψε και μου είπε, αν δε θες, μη μπαίνεις. Εγώ θύμωσα πάρα πολύ, αλλά δεν είχα τι άλλο να κάνω. Είπα στον ξάδελφο μου και σε έναν άλλο, που είχαμε γνωρίσει εκεί, να πάνε και εκείνοι να τους πούνε κάτι, αλλά δεν ήθελαν. Τελικά, μπήκα στη βάρκα. Τα κύματα ήταν πολύ μεγάλα και σε κάθε στιγμή, ένιωθες ότι θα σε καλύψουν. Όλοι φοβόντουσαν.

Θ. Με όσα μας είπες, καταλαβαίνω ότι η αγωνία σου για αυτό το ταξίδι ήταν πολύ μεγάλη, από νωρίς. Είχες προσπαθήσει να πείσεις και άλλους ανθρώπους ότι ήταν επικίνδυνο. Πρέπει να ήταν πολύ δύσκολο να αισθάνεσαι ότι οι επιλογές για τη ζωή σου εξαρτώνται από το αν θα καταφέρεις να πείσεις άλλους ανθρώπους. Ίσως να ήσουν και λίγο θυμωμένος με τον εαυτό σου, που δεν τα κατάφερες.

Σ. Ναι, μπορεί.

Σε αυτό το απόσπασμα, η προσπάθεια είναι να μπορέσει να ανοιχτεί για το πώς αισθάνεται όταν «δεν τον ακούν», ένα στοιχείο που είναι έντονο και μέσα στην ομάδα. Ο θυμός του για αυτό το γεγονός, δεν εκφράζεται στα μέλη της ομάδας, ίσως γιατί δε συνδυάζεται με το φόβο του θανάτου. Τα υπόλοιπα μέλη της ομάδας αρχίζουν να είναι πιο συμμετοχικά, του έκαναν ερωτήσεις διευκρινιστικές και τον βοηθούσαν με τις κατάλληλες λέξεις. Ο Σ., νιώθοντας αυτό το ενδιαφέρον, γινόταν όλο και πιο περιγραφικός και έμοιαζε να απολάμβανε αυτό το ενδιαφέρον.

Κορύφωση | Μια βάρκα μέσα σε φουρτουνιασμένη θάλασσα, τα κουπιά είναι σπασμένα μέσα στο νερό και τα ψαροπούλια πάνω από τη βάρκα.

Θ. Τι δείχνεις εδώ;

Σ. Μέχρι τα μισά του ταξιδιού, τα μισά κουπιά είχαν φύγει στη θάλασσα. Αυτοί που οδηγούσαν, έκαναν πολλή προσπάθεια να τα κρατήσουν. Φαινόντουσαν και εκείνοι να έχουν αρχίσει να φοβούνται. Εγώ ήμουν κοντά τους για να ακούω τι λένε και για να βοηθάω όσο γίνεται. Δε μπορούσαν να βάλουν μηχανή, για να μην κάνουν φασαρία και μας βρει η αστυνομία. Όλοι φοβόντουσαν. Τα νερά έμπαιναν στη βάρκα και ήμασταν όλοι βρεγμένοι. Σωσίβια δεν είχε και φυσούσε πολύ. Τρεις φορές παραλίγο να

αναποδογυρίσει η βάρκα. Μερικοί άνθρωποι, γυναίκες κυρίως, φώναζαν πολύ, αλλά αυτοί που οδηγούσαν τους έλεγαν να μη φωνάζουν, γιατί θα μας βρούνε.

Θ. Εσύ πως ένιωθες;

Σ. Φοβόμουν πολύ, αλλά δεν το έδειχνα, προσπαθούσα να βοηθήσω μερικές γυναίκες με παιδιά, πήγαινα κοντά και τους έλεγα να μη φοβούνται και ότι σε λίγο φτάνουμε, ότι είμαστε κοντά. Την πρώτη φορά που σχεδόν γύρισε το καράβι και μπήκαν μέσα πολλά νερά, είχα αποφασίσει πως θα πεθάνω.

Θ. Τι εννοείς με αυτό;

Σ. Ότι είναι σίγουρο, ότι δε γλιτώναμε από αυτό το ταξίδι.

Θ. Είναι ενδιαφέρον ότι και πάλι μας περιγράφεις δύο κομμάτια σου που συνυπάρχουν. Ενώ μας λες ότι ένιωθες σίγουρος για το ότι δε θα καταφέρεις να βγεις ζωντανός από αυτό το ταξίδι, εντούτοις αυτό το προστατευτικό για τη ζωή σου κομμάτι είναι πάλι φανερό. Αντί να παραδοθείς σε αυτό το απόλυτο συναίσθημα του φόβου για το θάνατο, είσαι κοντά στους οδηγούς, για να μπορείς να ακούς τι λένε και να βοηθάς να πάνε όλα καλά και είσαι κοντά σε άλλους ευάλωτους ανθρώπους, για να τους δίνεις ελπίδα.

Σ. Ναι, και αν δεν ήμουν κοντά τους, δε θα είχα καταλάβει ότι είχαν χάσει το δρόμο. Τους άκουσα να λένε, όχι καθαρά, ότι μπορεί να μην οδηγούν προς το απέναντι νησί. Εγώ που ήξερα από θάλασσα, από τον παππού μου, το είχα λίγο καταλάβει. Οπότε πήγα κοντά και τους το είπα. Εκείνοι έκαναν ότι δε με άκουσαν, αλλά κατάλαβα ότι ήθελαν να τους πω. Είχα δει νωρίτερα μερικά πουλιά, της θάλασσας, δεν ξέρω πως τα λένε, και είχα καταλάβει ότι έπρεπε να πάμε από εκεί που ήταν αυτά, γιατί θα ήταν κοντά η στεριά. Αφού τους το είπα, μετά έφυγα. Τους είδα να συζητάνε και να αλλάζουν δρόμο. Και όντως είχα δίκιο, ήμασταν σχετικά κοντά, αλλά αυτοί είχαν μπερδευτεί και θα πνιγόμασταν όλοι.

Λύση| Είναι στη στεριά, ξαπλωμένος κάτω. Φαίνεται από τη μια άκρη η θάλασσα και από την άλλη σπίτια.

Θ. Πες μας γι' αυτήν την εικόνα

Σ. Μόλις είδαμε από το καράβι τη στεριά, και κάπως πλησιάζαμε, άρχισαν να μας λένε να πέσουμε στη θάλασσα και να πάμε κολυμπώντας. Εμείς αρχίσαμε να φωνάζουμε, αλλά σχεδόν μας έσπρωχναν να πέσουμε. Κατάλαβα μετά ότι φοβόντουσαν το λιμενικό. Και μάλλον έτσι ήταν, γιατί με το που πέσαμε όλοι στη θάλασσα και προσπαθούσαμε να κολυμπήσουμε, είδαμε μια βάρκα να πλησιάζει και ήταν του λιμενικού. Μας ανέβασαν

όλους και μας έβγαλαν στη στεριά. Αν δεν είχαν έρθει, θα είχαμε πεθάνει όλοι, δε γίνονταν να φτάσεις τη στεριά με αυτή τη θάλασσα.

Όταν πάτησα στη στεριά, με έπιασαν τα κλάματα. Δεν πίστευα ότι ήμουν ζωντανός.

Θ. Χαίρομαι πολύ που μας έδωσες την ευκαιρία να ακούσουμε την ιστορία σου ολοκληρωμένη και με νόημα. Νιώθω ότι ξέρω περισσότερα για σένα τώρα. Από την αρχή, έκανα τη σκέψη ότι έχεις πολλή ζωντάνια μέσα σου, γιατί ήσουν συμμετοχικός, πρόθυμος και συλλογικός, όμως έμοιαζε συνεχώς όταν μιλούσες για τον εαυτό σου, να είχες την ανάγκη να σαμποτάρεις αυτές τις πλευρές και να ενισχύεις αυτές που σε φέρνουν σε δυσκολίες. Μέσω της τραυματικής σου εμπειρίας και του τρόπου που μας το αφηγήθηκες, μπόρεσα περισσότερο να σε συναισθανθώ και να καταλάβω τα βήματα σου ως τώρα.

Σ. Σε ευχαριστώ πολύ, νιώθω να έχω περισσότερη αυτοπεποίθηση τώρα.

Αξιοποίηση εποπτείας και προσωπικός αναστοχασμός

Κατά τη διάρκεια των συναντήσεων της ομάδας, αλλά περισσότερο στην τελευταία επιπλέον συνάντηση αναρωτηθήκαμε για το κατά πόσο θα μπορούσε να είναι βοηθητική η ενίσχυση της στοιχείων της συνοχής και της συμπλήρωσης στην αφήγηση του τραύματος, όταν η αφήγηση δε γίνεται στη μητρική γλώσσα. Σύμφωνα με τη Miller (1984), οι ιστορίες είναι ενσωματωμένες στους πολιτισμούς και έτσι οι άνθρωποι μπορεί να δημιουργούν αφηγήσεις, οι οποίες είναι ξεχωριστές στον τρόπο με τον οποίο συνδέουν γεγονότα που δημιουργούν αιτίες και στα σχετικά συναισθήματα που νιώθουν οι χαρακτήρες. Οι ιστορίες μεταξύ των ανθρώπων, αλλά και των πολιτισμών διαφέρουν, είναι όμως, κοινωνικές κατασκευές. Με αυτό ως δεδομένο, επιλέξαμε να ενισχύσουμε τα στοιχεία, που συνθέτουν μια «καλή ιστορία» και να δώσουμε έμφαση στη νοηματοδότηση του τραύματος για τον εαυτό.

Ένα άλλο ζήτημα που μας απασχόλησε ήταν αν η «ειδική» εστίαση, που έγινε στο τραυματικό γεγονός του Σ. και η παρέκκλιση από τους στόχους της ομάδας ενίσχυσε την αίσθηση που είχε περιγράψει ο Σ., ότι δηλαδή, όλοι του φέρονται σαν να χρήζει ειδικής μεταχείρισης (*είσαι μικρός, δε σε παίρνω στα σοβαρά*). Η διάθεση του Σ. όμως να μοιραστεί την ιστορία του, με τρόπο επαναλαμβανόμενο και αποσπασματικό μας οδήγησε στο να προχωρήσουμε, με βασικό σκεπτικό να νιώσει ότι η εμπειρία του λαμβάνεται σοβαρά υπόψη και επικυρώνεται από «μάρτυρες».

Παράλληλα, ήταν τόσο χαρακτηριστική η δυσκολία των υπόλοιπων μελών να ακούσουν την αφήγηση που αισθανθήκαμε ότι και για εκείνους θα υπάρχει ένα

δευτερογενές ίσως όφελος, το να μπορέσουν να συνδεθούν και προσωπικά με τα συναισθήματα αυτής της ιστορίας, μια δυσκολία που παρατηρήθηκε σε όλα τα μέλη.

Από την πρώτη κιόλας συνάντηση, ο Σ. έδειξε την ανάγκη του να συνδεθεί με τους εμπυχωτές. Έμπαινε στο χώρο πρώτος και σε αντίθεση με τα υπόλοιπα μέλη, τα οποία στις πρώτες συναντήσεις ήταν διστακτικά και διερευνητικά, ο Σ., ήταν κεφάτος και ανοιχτός. Η γνωριμία με τα απλά εικαστικά υλικά, έφερνε όλη την ομάδα σε μια ενδιαφέρουσα αμηχανία, γιατί τους παρέπεμπε στην παιδική-σχολική τους ηλικία. Ο Σ. έδειχνε να θέλει να στηρίξει το καινούριο εγχείρημα του κέντρου, δηλαδή την ομάδα εικαστικής έκφρασης. Αυτή η εμπιστοσύνη που μας έδειχνε ήταν πολύ υποστηρικτική και ενθαρρυντική για τους εμπυχωτές, που αξιοποιούσαν για πρώτη φορά καινούρια εργαλεία, σ' ένα χώρο που δε συνήθιζε να εισαγάγει καινούριες πρακτικές. Όσο εξελισσόταν η ομάδα, νιώσαμε συγκίνηση με την προσπάθεια του Σ. να περιγράψει την τραυματική του εμπειρία, αλλά παράλληλα, εισπράττοντας την αδιαφορία της ομάδας, αισθανθήκαμε μια αδικία, που ίσως συντονιζόταν και με τα συναισθήματα του Σ. Ίσως αυτά τα συναισθήματα να μας έκαναν να σκεφτούμε πολύ το αν η πρότασή μας ανταποκρίνεται στις ανάγκες όλης της ομάδας, ή αν είναι ασυνείδητα μια ανταπόδοση της δικής του στήριξης σε εμάς και το εγχείρημα.

Αξιολόγηση πορείας και αποτελέσματος

Κοινωνική σύνδεση και επικύρωση

Ο Σ. ήταν πάντα πολύ πρόθυμος να ξεκινήσει να περιγράφει τα σχέδια του. Συνήθως μιλούσε πολύ, περνώντας από το ένα θέμα στο άλλο. Απευθυνόταν σε όλη την ομάδα, αλλά και τους εμπυχωτές. Πολλές φορές προσπάθησε να αξιοποιήσει την ομάδα για να μιλήσει για θέματα, που τον απασχολούσαν σε σχέση με την καθημερινότητα του στο Κέντρο, αλλά και να αποκαταστήσει παρεξηγήσεις με άλλα μέλη και αυτό προκαλούσε δυσφορία. Στις αφηγήσεις του επαναλάμβανε συχνά τη φράση, «*μπορεί να μη με πιστεύετε, αλλά έτσι είναι*», γιατί μπορούσε να αντιληφθεί ότι τα υπόλοιπα μέλη, δεν τον παίρνουν στα σοβαρά.

Παρατηρούμε ότι τα υπόλοιπα μέλη της ομάδας δυσκολεύονται να τον παρακολουθήσουν και πολλές φορές κρυφογελούσαν ή τον πείραζαν αμφισβητώντας τα λεγόμενα του, κυρίως όταν αναφερόταν στο ταξίδι του προς την Ελλάδα. Ένα μέλος, που επίσης είχε αντιμετωπίσει δυσκολίες στον ερχομό του στην Ελλάδα, από ξηράς, τον χαρακτήρισε «συναισθηματικά υπερβολικό».

Προς το τέλος της επιπλέον συνάντησης ο Σ. φαίνεται πιο άνετος στην επαφή με τα μέλη της ομάδας και δε μοιάζει να έχει την ίδια αγωνία να πείσει για τις ιστορίες που αφηγείται. Φαίνεται να απολαμβάνει το ενδιαφέρον των υπόλοιπων μελών της ομάδας, οι οποίοι με τη χρήση του εικαστικού εργαλείου αφήγησης του τραύματος έγιναν πιο συμμετοχικοί και ήρθαν περισσότερο σε επαφή με τα συναισθήματα τους.

Νοηματοδότηση

Για τον Σ. πιο σημαντικό σημείο της συνεργασίας φάνηκε να είναι η εκ νέου νοηματοδότηση του τραυματικού γεγονότος. Ενισχύθηκε το κομμάτι του εαυτού του, που είναι ζωογόνο και ενεργό και μπόρεσε να δει μέσα από αυτή την εμπειρία του την αγάπη του για τη ζωή και τις προσπάθειες που έχει κάνει ως τώρα να παραμείνει ζωντανός. Αυτή η αποκάλυψη μοιάζει να ήρθε σε μια πολύ σημαντική περίοδο για εκείνον, που όπως είχε απεικονίσει και στη θεματική για τον εαυτό, προβληματιζόταν πολύ για το «δρόμο» που θα ακολουθήσει. Αυτό, σε συνδυασμό με τις αυτοκτονικές απόπειρες που είχαν αναφερθεί κατά τη διάρκεια της φυλάκισης του, μας κάνει να σκεφτόμαστε ότι με το να επαναδιατυπωθεί η εμπειρία πνιγμού σε εμπειρία φροντίδας και διάσωσης του εαυτού, θα βοηθήσει τον Σ. να πάρει καλές αποφάσεις για τη ζωή του.

Δεν έχουμε την αλαζονεία να σκεφτόμαστε ότι μόνο μέσα από αυτή μας τη συνάντηση θα μπορέσει να κατευθυνθεί προς τις υγιείς του πλευρές, όμως ελπίζουμε ότι συνδυάζοντας αυτό το αφηγηματικό αποτέλεσμα με άλλες θεραπευτικές παρεμβάσεις θα ενισχυθεί σε μια αλλαγή, καθοριστική για τη ζωή του.

Βιβλιογραφικές πηγές

- American Psychiatric Association (1994). *Diagnostic and Statistical Manual of Mental Disorders. 4th ed.* Washington, DC: American Psychiatric Association Press
- Androutsopoulou, A. (2011). Red Balloon: Approaching dreams of self-narratives. *Journal of Marital and Family Therapy, 37*, 479-490.
- Androutsopoulou, A. (2005). Themes in nested stories: A case in family-oriented synthetic therapy. *Journal of Systemic Therapies, 24*, 43-59.
- Androutsopoulou, A., Bafiti, T., Kalarritis, G. (2014). The enriched systemic perspective SANE- System Attachment Narrative Encephalon: Selected training guidelines for clinical practice. *Human Systems: The Journal of Therapy, Consultation and Training, 25*, 161-176.
- Androutsopoulou, A., Thanopoulou, K., Economou, E. & Bafiti, T. (2004). Forming criteria for assessing the coherence of client's life stories: A narrative study. *Journal of Family Therapy, 26*, 384-406, 2004
- Ανδρουτσοπούλου, Α. & Μπάφιτη, Τ. (2015). Το εργαλείο αξιολόγησης Qualitative Criteria for Coherence in Narratives -QCCN: Εφαρμογές στην ψυχοθεραπεία. Κείμενο Εργασίας του Λόγω Ψυχής (ISSN on-line 2441-2778), No 2015/3, Αθήνα.
- Baerger, D. R. and McAdams, D. P. (1999). Life story coherence and its relation to psychological well-being. *Narrative Inquiry, 9*, 69-96.
- Bruner, J. S. (1990). Acts of meaning. *Cambridge, MA*: Harvard University Press.
- Burke, K. (1966). Language as symbolic action. Berkeley, CA: *University of California Press*.
- Carlson, T. (1997). Using art in narrative therapy: Enhancing therapeutic possibilities. *The American Journal of Family Therapy, 25*, 271-283
- deShazer, S. (1991). *Putting difference to work*. New York: Norton
- Epston, D., White, M., & Murray, K. (1992). A proposal for a reauthoring therapy: Rose's revisioning of her life and a commentary. In S. McNamee & K. Gergen (Eds.), *Therapy as a social construction*. Newbury Park, CA: Sage
- Gergen, K. J. (1994). *Realities and Relationships: Soundings in Social Construction*. Cambridge, MA: Harvard University Press.

- Habermas, T. and Paha, C. (2001). The development of coherence in adolescents' life narratives. *Narrative Inquiry*, 11, 35–54.
- Herman, J. L. (1995). Crime and memory. *Bulletin of the American Academy of Psychiatry Law*, 23, 5-17
- Jannof – Bulman, R. (1992) *Shattered assumptions: Towards a new psychology of trauma*. New York: Free Press.
- Labov, W. and Waletzky, J. (1967) Narrative analysis: oral versions of personal experience. In J. Helm (Ed.), *Essays on the Verbal and Visual Arts* (pp. 12–44). Seattle, WA: University of Washington Press.
- Miller, J. (1984). Culture and the development of everyday social explanation. *Journal of Personality and Social Psychology*, 46, 961-968
- Mills, A. (1985). Art therapy on a residential treatment team for troubled children. *Journal of Child Care*, 2, 61-71.
- Neimeyer, R.A. (2006). Complicated grief and the quest of meaning. A constructivist contribution. *Omega*, 52, 37-52.
- Neimeyer, R. A. (1994). The role of client generated narratives in psychotherapy. *Journal of Constructivist Psychology*, 7, 229–242.
- Omer, H. & Alon, N. (1994). The continuity principle: A unified approach to disaster and trauma. *American Journal of Community Psychology*, 22, 273-287.
- Rosenwald, G. C. and Ochberg, R. L. (Eds.) (1992). *Storied Lives: The Cultural Politics of Self-understanding*. New Haven, CT: Yale University Press.
- Schank, R. (1990). *Tell me a story*. New York: Charles Scribner's Sons.
- Wadison, H. (1973). Art techniques used in conjoint marital therapy. *American Journal of Art Therapy*, 12, 147-164.
- White, M. (1993). Deconstruction and therapy. In S. Gilligan & R. Price (Eds.), *Therapeutic conversations*. New York: Norton
- Wigren, J. (1994). Narrative completion in the treatment of trauma. *Psychotherapy*, 31, 415-423
- Williams, L.M. (1994). Recall of childhood trauma: A prospective study of women's memory of child sexual abuse. *Journal of Consulting and Clinical Psychology*, 62, 1167-1176