

Η ΧΡΗΣΗ ΤΟΥ ΚΙΝΗΜΑΤΟΓΡΑΦΟΥ ΣΑΝ ΘΕΡΑΠΕΥΤΙΚΟ ΜΕΣΟ ΣΕ ΟΜΑΔΕΣ ΨΥΧΙΑΤΡΙΚΩΝ ΑΣΘΕΝΩΝ ΣΤΟ ΝΟΣΟΚΟΜΕΙΟ ΗΜΕΡΑΣ ΤΟΥ ΑΙΓΙΝΗΤΕΙΟΥ ΝΟΣΟΚΟΜΕΙΟΥ

*Ιωάννης Πολίτης, Εργοθεραπευτής,
Msc in Occupational Therapy, University of East London*

4

ΓΕΝΙΚΗ ΠΕΡΙΓΡΑΦΗ

Μορφή λειτουργίας του κοινωνιοθεραπευτικού προγράμματος του Νοσοκομείου Ημέρας.

Το κοινωνιοθεραπευτικό πρόγραμμα του Νοσοκομείου Ημέρας του Αιγινήτειου Νοσοκομείου χρησιμοποιεί κυρίως ομαδικές δραστηριότητες που προσφέρουν ποικίλα ερεθίσματα ώστε κάθε θεραπευόμενος μέσα από διαφορετικά “κανάλια” επικοινωνίας να έχει την ευκαιρία να βρει τα καταλληλότερα για αυτόν, και να γνωρίσει καλύτερα διάφορες πτυχές του εαυτού του. Με την ανάπτυξη της αυτογνωσίας του, των διαπροσωπικών του σχέσεων, των δεξιοτήτων του καθώς και την κατάλληλη εκπαίδευσή του σε θέματα που θα διευρύνουν τους ορίζοντές του και θα το διευκολύνουν να δει πιο πραγματικά και σφαιρικά τη ζωή του, θα είναι περισσότερο προετοιμασμένος να προγραμματίσει και να αποφασίσει για τη μελλοντική του εξέλιξη. Για την επίτευξη αυτών των στόχων χρησιμοποιούνται διάφορες μορφές τέχνης σα θεραπευτικά μέσα, λόγω της μοναδικής τους ιδιότητας μέσα από το συμβολικό ή αφαιρετικό τους στοιχείο να αποκαλύπτουν κρυμμένες πλευρές και δυνατότητες του εαυτού.

Ο κινηματογράφος σαν θεραπευτικό μέσο

Ο κινηματογράφος είναι μία μορφή τέχνης που μπορεί να χρησιμοποιηθεί στο χώρο των ομαδικών θεραπειών. Λειτουργεί σαν ένα ερέθισμα που παρ' όλο που είναι κοινό για όλη την ομάδα, το κάθε μέλος της επικεντρώνεται σε διαφορετικούς χαρακτήρες και γεγο-

νότα και έχει διαφορετικές συναισθηματικές αντιδράσεις σ' αυτό που αντιλαμβάνεται. Με αυτό τον ξεχωριστό τρόπο που ο θεραπευόμενος "βλέπει" την ταινία και μέσα από τις ταυτίσεις που κάνει με τους ήρωες, αποκτά μεγαλύτερη επίγνωση για τις αξίες του, τα συναισθήματά του και τη στάση του απέναντι σε γεγονότα ζωής. Διαφορετικές συμπεριφορές και εναλλακτικές λύσεις σε προβλήματα ζωής που παρουσιάζονται στην οθόνη λειτουργούν σαν "τροκλήσεις" που μπορούν να δοκιμαστούν.

Σύμφωνα με την ψυχοδυναμική άποψη στοιχεία που δρουν θεραπευτικά είναι:

Αποκάλυψη - επίδειξη

Στις ταινίες αποκαλύπτονται συναισθήματα και εμπειρίες ανοιχτά και δημόσια.

Η ιδιωτικότητα καταργείται και οι θεατές παρακολουθούν από απόσταση και συναισθηματική ασφάλεια εμπειρίες άλλων και τις συνέπειές τους. Αρνητικά συναισθήματα που αρνείται κανείς να δει ή κρυμμένα μυστικά που τον επιβαρύνουν, αποκαλύπτονται μπροστά στην οθόνη και ο θεατής έχει την ευκαιρία να τα εξετάσει έξω από τον εαυτό του χωρίς να απειλείται από αυτά.

Ταύτιση

Με την ταύτιση με συγκεκριμένους ήρωες κατανοούμε καλύτερα τα συναισθήματα και τις πράξεις τους. Συμπορευόμαστε μαζί τους στην ταινία και ζούμε την περιπέτειά τους. Έτσι επεκτείνουμε κατά κάποιο τρόπο τις εμπειρίες μας και μαθαίνουμε από αυτές.

Προβολή

Μέσα από την προβολή αποδίδουμε στους χαρακτήρες έντονα συναισθήματα, χαρακτηριστικά, αξίες και νόρμες, και δίνουμε την προσωπική μας εξήγηση στο τι τους συμβαίνει. Με αυτό τον τρόπο αποκαλύπτονται στοιχεία της προσωπικότητας μας τα οποία προσπαθούμε να κατανοήσουμε.

Μίμηση

Η μίμηση προσφέρει στους θεατές μοντέλα ρόλων που μπορούν να μιμηθούν, παραδείγματα που μπορούν να ακολουθήσουν, και αξίες και αρχές για να υιοθετήσουν. Ένας άλλος τρόπος που μπορεί να λειτουργήσει είναι να πιστοποιήσει και ενισχύσει τις ήδη υπάρχουσες αρχές και αξίες.

Εξιδανίκευση

Η εξιδανίκευση ικανοποιεί την ανάγκη μας για πρότυπα, αυθεντίες και ηγέτες πάνω στους οποίους μπορούμε να βασίσουμε τους εαυτούς μας, ώστε να νοιώσουμε μια προσωρινή ανακούφιση από το βάρος των επιλογών μας και κατά συνέπεια να μειωθεί ή ανασφαλεία μας.

Σύμφωνα με τη γνωστική - συμπεριφορική άποψη και γενικότερα τις θεωρίες μάθησης ο κινηματογράφος μέσα από την ποικιλία ερεθισμάτων που παρέχει είναι ένα αποτελεσματικό εκπαιδευτικό μέσο το οποίο μπορεί να χρησιμοποιηθεί για την ανάπτυξη γνωστικών δεξιοτήτων όπως η μνήμη, η προσοχή, η συγκέντρωση, η κρίση και η κατανόηση. Σύγχρονες θεωρίες μάθησης και δημιουργικότητας διακρίνουν επτά νοημοσύνες οι οποίες αντιπροσωπεύουν και διαφορετικές μεθόδους επεξεργασίας πληροφοριών.

- Λογική (πλοκή)
- Γλωσσολογική (διάλογοι)
- Οπτική- Χωροταξική (εικόνες, χρώματα, σύμβολα)
- Μουσική (ήχοι μουσική)
- Κινησθητική (κίνηση)
- Διαπροσωπική
- Ενδοπροσωπική

Όταν παρακολουθούμε μία ταινία μπορούμε να την κατανοήσουμε από πολλές πλευρές ενεργοποιώντας τις νοημοσύνες που μας ταιριάζουν.

Η ΟΜΑΔΑ ΚΙΝΗΜΑΤΟΓΡΑΦΟΥ ΤΟΥ ΝΟΣΟΚΟΜΕΙΟΥ ΗΜΕΡΑΣ

Η Ομάδα Κινηματογράφου αποτελεί μέρος του κοινωνιοθεραπευτικού προγράμματος του Νοσοκομείου Ημέρας. Ημιλειτουργεί μία φορά την εβδομάδα και την παρακολουθούν άτομα με ψυχικές παθήσεις συνήθως μετά από κλειστή νοσηλεία. Η βασική της υπόθεση είναι ότι η παρακολούθηση μιας επιλεγμένης ταινίας ή ντοκιμαντέρ και η κατάλληλη επεξεργασία της σε μία ομάδα μπορεί να ωφελήσει θεραπευτικά ή και εκπαιδευτικά τα μέλη της.

Διαδικασία

Η διαδικασία που ακολουθείται έχει τρία στάδια.

Το πρώτο στάδιο είναι η επιλογή μίας ταινίας ή ενός ντοκιμαντέρ

Κριτήρια επιλογής των ταινιών είναι να:

- Διαπραγματεύονται θέματα σχέσεων, εμπειριών ζωής ή ειδικά θέματα, όπως το κοινωνικό στίγμα.
- Να είναι καλογυρισμένες και ποιοτικές
- Να παρακολουθούνται εύκολα και να έχουν ενδιαφέρον
- Να είναι διαθέσιμες στα καταστήματα διάθεσης βιντεοταινιών

Κριτήρια αποκλεισμού των ταινιών είναι να:

- Συμπεριλαμβάνουν σκηνές βίας ή πορνό
- Είναι δυσνόητες
- Προάγουν αποπροσανατολιστικούς μύθους ή πληροφορίες.

Τα ντοκιμαντέρ επιλέγονται με κριτήριο να έχουν εκπαιδευτικά θέματα γενικού ενδιαφέροντος ή θέματα που μπορούν να συνδεθούν με προβληματισμούς γύρω από τις ανθρώπινες σχέσεις

Το δεύτερο στάδιο είναι η ομαδική παρακολούθηση της ταινίας σε βίντεο στο χώρο του Νοσοκομείου Ημέρας σε ένα διαμορφωμένο περιβάλλον όπου υπάρχει χαμηλός φωτισμός και ησυχία.

Στο τρίτο στάδιο ακολουθεί συζήτηση που στο πρώτο σκέλος της επικεντρώνεται σε στοιχεία της ίδιας της ταινίας όπως είναι το κεντρικό της νόημα, τα συναισθήματα που προκάλεσε, και οι ήρωες και οι σκηνές που επηρέασαν περισσότερο. Μετά γίνεται μία απόπειρα να μεταφερθούν όλες αυτές οι εντυπώσεις στα προσωπικά βιώματα του κάθε ασθενούς. Για τη διευκόλυνση της λειτουργίας της ομάδας ο συντονιστής χρησιμοποιεί τις παρακάτω κατευθυντήριες ερωτήσεις:

Για την ταινία

- Ποια ήταν με λίγα λόγια η υπόθεση της ταινίας;
- Τι πιστεύετε ότι ήθελε να πει;
- Τι συναισθήματα σας προκάλεσε;
- Ποιες σκηνές σας επηρέασαν περισσότερο;
- Με ποιους ήρωες ταυτιστήκατε;
- Πως θα ενεργούσατε στην θέση τους;
- Τι σκέψεις κάνατε όταν την παρακολουθούσατε και αργότερα;
- Τι σας θύμισε από τα προσωπικά σας βιώματα;

Για το ντοκυμαντέρ

- Τι παρουσιάζει αυτό το ντοκυμαντέρ;
- Ποιες πληροφορίες σας προκάλεσαν το ενδιαφέρον;
- Τι σας έκανε περισσότερο εντύπωση θετική ή αρνητική;
- Τι σκέψεις κάνατε όταν την παρακολουθούσατε και αργότερα;

Ενδεικτικά ταινίες και ντοκυμαντέρ που προβλήθηκαν είναι:

Ταινίες	Ντοκυμαντέρ
“Σινεμά ο παράδεισος”	
“Η ζωή είναι ωραία”	“Η εξέλιξη του ανθρώπου”
“Το όνομά μου είναι Σαμ”	“Η ζωή των ελεφάντων”
“Αμελί”	“Τα μωρά των ζώων”
“Τέλος εποχής”	“Αμαζόνιος”
“Σρεκ”	
“Η ζωή σε δύο πράξεις”	
“Μέρες ραδιοφώνου”	
“Αναμείνατε στο ακουστικό σας”	
“Η μέρα της μαρμότας”	

Δυσκολίες

Κατά την διάρκεια λειτουργίας της ομάδας Κινηματογράφου προέκυψαν διάφορες δυσκολίες και στα τρία στάδια της διαδικασίας που άλλες ξεπεράστηκαν και άλλες παραμένουν.

Στο στάδιο της επιλογής των ταινιών παρατηρήθηκε τα μέλη να έχουν διαφορετικές προτιμήσεις ώστε αρκετές φορές να είναι δύσκολο να υπάρχει κοινή συμφωνία. Το πρόβλημα αυτό επιλύθηκε εν μέρει με την ανάληψη της ευθύνης της επιλογής από τους θεραπευόμενους.

Στο δεύτερο στάδιο, της παρακολούθησης, παρατηρήθηκαν σε αρκετούς ασθενείς δυσκολίες στην διατήρηση της προσοχής και της συγκέντρωσης. Ένα διάλειμμα στην μέση της ταινίας διευκόλυνε κατά πολύ την παρακολούθηση παραμένουν όμως άτομα που αποχωρούν πριν το τέλος της προβολής. Μία άλλη πιθανή λύση η οποία δεν έχει εφαρμοστεί ακόμα είναι η προβολή ταινιών μικρού μήκους που μπορούν να διατεθούν από το Ελληνικό Κέντρο Κινηματογράφου.

Στο τρίτο στάδιο, της συζήτησης, παρατηρήθηκαν μεγάλες διαφορές στους θεραπευόμενους όσον αφορά τη δυνατότητα κατανόησης, επεξεργασίας, και ενδοσκόπησης. Με τις κατευθυντήριες ερωτήσεις που χρησιμοποιούνται και την βοήθεια των λειτουργικών μελών η δυσκολία αυτή έχει ξεπεραστεί κατά πολύ.

Παρατηρήσεις

Τα θέματα των συζητήσεων που προέκυψαν από τον ένα περίπου χρόνο λειτουργίας της ομάδας ήταν γύρω από τη μοναξιά, το συμβιβασμό, τις δυσκολίες στις διαπροσωπικές σχέσεις και τους περιορισμούς από την ψυχική ασθένεια. Τα θέματα αυτά συναντώνται συχνά στις ομάδες με ψυχωσικούς ασθενείς. Η προσφορά της Ομάδας Κινηματογράφου έγκειται στα ειδικά μέσα που παρέχει ώστε να διευκολυνθεί η αποκάλυψη των παραπάνω προβλημάτων με έναν έμμεσο και ασφαλή τρόπο.

Μία άλλη δυνατότητα της ομάδας είναι η υποστήριξη των θεραπευομένων να γίνεται μέσω της ιστορίας των ηρώων της ταινίας που οι επιτυχίες τους, το κουράγιο που παρουσιάζουν και η καλή έκβαση που συχνά έχουν οι προσπάθειές τους δημιουργούν ένα αισιόδοξο κλίμα και δίνουν μία θετική νότα στη διαπραγμάτευση των δυσκολιών που αναφέρονται.

Επιπλέον, παρατηρήθηκε ότι η επεξεργασία των θεμάτων κατά την διάρκεια της συζήτησης όταν γίνεται σε ένα ομαδικό πλαίσιο, ενισχύει την χρήση των θεραπευτικών παραγόντων της ομαδικής ψυχοθεραπείας όπως είναι η ενστάλαξη ελπίδας, η οικουμενικότητα, η χορήγηση πληροφοριών, η κοινωνικοποίηση, η μιμητική συμπεριφορά, η κάθαρση, οι υπαρξιακοί παράγοντες, η διαπροσωπική μάθηση, και ο αλτρουισμός.

Όσον αφορά την εκπαίδευση, η ποικιλία των ερεθισμάτων που προσφέρουν τα ντοκυμαντέρ και οι ταινίες αυξάνει το ενδιαφέρον και διευκολύνει ιδιαίτερα τους ασθενείς με χαμηλή προσοχή, και συγκέντρωση.

Συνοψίζοντας, από την μέχρι τώρα εμπειρία παρατηρήθηκε ότι η χρήση του Κινηματογράφου σαν θεραπευτικό μέσο διευκολύνει στην αποκάλυψη και στην έκφραση συναισθημάτων, εμπλουτίζει την επεξεργασία αντιμετώπισης των δυσκολιών, ενισχύει την αποδοχή και συμφιλίωση με τα χρόνια προβλήματα των ψυχικών παθήσεων, εκπαιδεύει αποτελεσματικά και γενικότερα πλουτίζει και χρωματίζει αισιόδοξα την πορεία της ίδιας της ζωής.

Βιβλιογραφία

Gabbard, Glenn and Gabbard, Krin (1999) Psychiatry and the cinema. London, England: American Psychiatric Press

Horenstein, Mary Ann et al. (1994) Reel Life/Real Life: A Video Guide for Personal Discovery. Kendall Park, NJ: Fourth Write Press

Howard, E. Gardner (1993) Frames of Mind. New York: Basic Books

Kanas N. Group Therapy with Schizophrenids: A Review of Controlled Studies. Int. J. Group Psychotherapy 36 (3), July, 1986

Nedding, Danny and M. Boyd (1998) Movies and Mental Illness: Using Films to Understand Psychopathology, New York: Mc Graw Hill Higher Education

Solomon, Gary (2001) Reel Therapy: How Movies Inspire You to Overcome Life's Problems. New York: Lebhar-Friedman Books

Sturdevant, Cathie Glenn (1998) The Laugh and Cry Movie Guide: Using Movies to Help Yourself through Life's Changes. Larkspur, CA: Lightspheres

Yallom, I. D. (1983) Inpatient Group Psychotherapy. New York: Basic Books

Yallom, I. D. (1985) The Theory and Practice of Group Psychotherapy, New York: Basic Books